III Congresso Internacional de Ciência, Tecnologia e Desenvolvimento

20 a 22 de outubro de 2014

CIÊNCIA E TECNOLOGIA PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL

SPB1212

OFICINA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA COM IDOSOS: REVISITANDO UMA PRÁTICA DE SAÚDE MENTAL

JULIANA MEDEIROS DE LIMA E SILVA
JULIANE RODRIGUES
ALESSANDRA DA SILVA PIRES
GISLAINE DE FELIPE
ELIANA FÁTIMA DE ALMEIDA NASCIMENTO
jmls.medeiros@gmail.com
PSICOLOGIA (GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA) NOTURNO
UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ

ORIENTADOR(A)
MARLUCE AUXILIADORA BORGES GLAUS LEAO
UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ

RESUMO

OFICINA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA COM IDOSOS: REVISITANDO UMA PRÁTICA DE SAÚDE MENTAL Introdução: o desenvolvimento do estudo do envelhecimento, por meio do campo da Gerontologia, foi um dos principais eventos científicos do século XX. Com o aumento da perspectiva de vida do idoso em nível mundial, tem aumentado a preocupação de várias áreas do conhecimento com as questões de qualidade de vida na velhice. O Programa de Atenção Integral ao Envelhecimento (PAIE), da Universidade de Taubaté, entre seus objetivos junto a adultos maduros e a idosos, propicia atividades educacionais, de orientação e cuidados com a saúde, integração e promoção sociocultural, visando ao alcance de uma vida mais saudável e ativa. Descrição de problema: as mudanças fisiológicas decorrentes do processo de envelhecimento, como perdas sensoriais e perceptivas, falta de atenção e de concentração, coordenação motora diminuída, vivências de lapsos de memória, entre outras queixas, podem ser minimizadas por meio de atividades que estimulam as funções cognitivas? Relevância da pesquisa: a proximidade com a real condição dos participantes facilita aos alunos reconhecer comportamentos e alterações de saúde física e mental, desmistificando preconceitos sobre a velhice e identificando questões de estudo e intervenção em vários campos profissionais. Benefícios do sujeito estudado: as atividades apresentam potencial de prevenção e melhoria do desempenho das funções cognitivas dos participantes. Objetivo: observar os resultados da estimulação do conjunto de funções cognitivas que visa minimizar os transtornos e as perdas decorrentes do processo de envelhecimento e melhoria da saúde mental dos participantes. Metodologia: a oficina foi realizada por docentes e discentes, junto a adultos acima de 50 anos, entre os meses de março a agosto de 2014, no período vespertino, no Campus do Bom Conselho. Envolveram atividades de incremento da atenção e da concentração, vários tipos de inteligência, percepção, linguagem verbal e escrita, raciocínio, cálculo, estratégias de planejamento e execução, criatividade, entre outras. Foram realizadas observações semanais durante todas as oficinas. Resultados: observou-se que o convívio entre os participantes possibilita a aquisição de novos vínculos de amizade no grupo, consolida os antigos e estende essa socialização para o cotidiano. As atividades estimulam novas pessoas a participarem e a não desistirem diante das dificuldades que apresentam, desenvolvem comportamentos de aumento da confiança em si mesmos e a expansão da comunicação por parte de pessoas mais tímidas. Em relação aos desempenhos cognitivos, os participantes apresentaram feedbacks de melhoria, como diminuição do sentimento de ansiedade, que repercute positivamente na saúde mental e nos níveis de convivência social. Conclusão: o autorrelato dos participantes e as mudanças observadas nos comportamentos sugerem que a prática de estimulação cognitiva favorece o desempenho das funções mentais e que os benefícios desta oficina se estendem para seu cotidiano. Palavras chaves: envelhecimento; estimulação cognitiva; psicologia.