

ESTIMULAI-VÓS DO TEMPO DA CANETINHA: OFICINAS DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS

40

Aline Cristiani Rodrigues Pinheiro¹, Francine Guedes Ignez², Larissa Ramos Moreira³, Virgínia Nunes Bittencourt⁴, Fabiane Caillava Rossatto⁵, Paulinia Leal do Amaral⁶

1* - Graduada em Ciências Contábeis; Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário da Região da Campanha – URCAMP

2* - Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário da Região da Campanha – URCAMP

3* - Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário da Região da Campanha – URCAMP, larissamoreira185191@sou.urbcamp.edu.br

4* - Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário da Região da Campanha – URCAMP

5* - Mestrado em Medicina: Ciências Médicas e professora do curso de psicologia do Centro Universitário da Região da Campanha – URCAMP

6* - Mestre em Saúde e Comportamento e professora do Curso de Psicologia do Centro Universitário da região da Campanha – URCAMP

O presente trabalho consiste no resultado do projeto integrador desenvolvido no segundo módulo do curso de psicologia durante o ano de 2019. O objetivo foi oportunizar oficinas de estimulação cognitiva, afim de promover maior qualidade de vida a idosas institucionalizadas. Foi desenvolvido doze encontros semanais com residentes do lar de idosas, Vila Vicentina, em Bagé/RS, onde foram propostas oficinas lúdicas e coletivas. No primeiro e último encontro, cada idosa foi avaliada através da escala DRS (Dementia Rating Scale) que mensura a atenção, iniciativa, conceituação, construção e memória. A oficina teve como foco a estimulação com atividades simples, como jogos de dominó, quebra cabeça, etc, para que pudessem ser dada continuidade por funcionários da instituição, após o fim do projeto. Melhorando o bem-estar das idosas, ao possibilitar um maior desenvolvimento na memória, velocidade de pensamento, atenção e praxia. Consolidou-se um grupo de quatro idosas para a realização dos dez encontros, a fim do desenvolvimento da oficina. Findados os encontros e aplicado o último teste, além dos resultados de sociabilização, observou-se a evolução com percentuais que chegaram a 39,7%.

Palavras-chave: Estimulação cognitiva; Idosas; Demência.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é inerente ao desenvolvimento humano e envolve alterações neurobiológicas estruturais, funcionais e bioquímicas. Além disso, inúmeros aspectos da vida se modificam ao decorrer dos anos e, no momento atual, é observado mundialmente um ligeiro crescimento na população geriátrica. Ao passo que se dá o aumento do envelhecimento populacional, há uma busca recorrente por Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), onde alguns idosos por diferentes circunstâncias, encontram-se institucionalizados. Sabe-se que estimulação neurocognitiva promove o desenvolvimento das habilidades cognitivas necessárias para controlar e regular pensamentos, emoções e ações. Há estudos que evidenciam os impactos positivos desses

treinos incentivadores no desempenho de idosos, com declínios significativos decorrentes de estados de demências, possibilitando amenizar ou retardar tais prejuízos e melhorar a qualidade de vida. Segundo Guimarães (2009), a capacidade plástica do cérebro garante que quanto mais o utilizamos em atividades intelectuais, mais tempo ele demora para perder as suas conexões, todavia o envelhecimento ocorre, em vista disso, o conjunto dessas mudanças pode influenciar os aspectos socioemocionais do desenvolvimento humano. Sendo assim, dentro dessas perspectivas, o objetivo do presente trabalho é relatar a experiência do projeto integrador que dedicou-se a elaborar atividades de estimulação cognitiva para as idosas residentes na instituição Vila Vicentina, buscando a promoção de saúde tanto neurocognitiva quanto emocional.

METODOLOGIA

O presente estudo, refere-se ao Projeto Integrador desenvolvido durante o segundo módulo (Psicologias) do curso de Psicologia Urcamp Bagé/Rs entre agosto e dezembro de 2019. O projeto integrador teve como objetivo atender a demanda da residência geriátrica Vila Vicentina, localizada em Bagé/RS. Para isso, elaborou-se uma intervenção por meio de um método experimental fundamentado no artigo: “A escala de avaliação de demência (DRS) no diagnóstico de comprometimento cognitivo leve e doença de Alzheimer” (Porto, Cláudia 2006).

A escala DRS (*Dementia Rating Scale*) desenvolvida por Steven Martins (1988) é utilizada para avaliar pacientes com demência, clinicamente e em pesquisas. Ao avaliar a Atenção, Iniciativa, Conceituação, Construção e Memória, a pontuação máxima é de 144, e para ser considerado uma cognição saudável, o ponto de corte é 128. A aplicação da escala ocorreu a priori e posteriori a intervenção, possibilitando um comparativo individual.

Inicialmente foi aplicada a escala em 12 idosas institucionalizadas, onde as idades variam de 80 a 90 anos, selecionadas pela psicóloga da instituição. Com base nos resultados foram elaborados e adquiridos jogos de estimulação neurocognitiva que estão descritas no Quadro 1. Os critérios de exclusão para a

realização das oficinas foram: analfabetismo, afasia e falta de disposição para efetivação das atividades. Após a triagem as oficinas deram início com um grupo de quatro idosas, dispostos em três encontros semanais e tendo duração média de duas horas cada. Foram doze encontros no total, o primeiro e último para a aplicação da escala e os demais para a realização das oficinas.

Quadro 1. Descrição dos jogos desenvolvidos.

| JOGOS | DESCRIÇÃO | ESTÍMULOS |
|-----------------------------|--|--|
| Dominó | O jogo era um dominó por associação onde as idosas deveriam associar a uma imagem a outra. | Memória; Conceituação. |
| Quebra-cabeça | O quebra-cabeça era composto por doze peças e de simples montagem. | Memória; Percepção visual. |
| Jogo da cópia | Era composto por uma caixa, com várias figuras geométricas e elas deveriam colocar cada figura dentro da caixa, de acordo com a legenda correspondente. | Memória; Raciocínio. |
| Jogo de associar | Consiste na classificação das figuras de acordo com as colunas, que tinham os seguintes nomes: meios de transporte, roupas e frutas. Outro estágio é adicionar às imagens os seus respectivos nomes. | Associação; Memória; Atenção; Conceituação. |
| Jogo de orientação de tempo | Pede-se às idosas que completem um painel com o dia, mês, ano, dia da semana e clima. Em segundo momento é solicitado que repita as informações postas anteriormente, sempre criando uma nova sequência. | Orientação; Memória; Atenção. |
| Jogo de encaixe | Em um cubo onde de cada lado apresenta formas geométricas e também números, as idosas deveriam encaixar as peças em seu respectivo lugar. | Atenção; Memória; Raciocínio |

Jogo de montar As idosas deveriam remontar o quadrado recebido de acordo com o molde que o acompanhava. O jogo tinha três níveis: fácil, médio e difícil. Atenção; Construção; Raciocínio

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As participantes apresentam doenças pré-existentes, três tem Alzheimer em estágio desconhecido e a quarta Parkinson, condições que afetam os resultados e a participação nas oficinas. Percebeu-se que o envolvimento das idosas, tanto com as atividades quanto com as aplicadoras, teve um crescimento gradual. No início algumas se mostravam relutantes em participar, tanto que, chegaram a sair antes do fim das propostas. Apesar disso, no decorrer dos encontros, elas foram se mostrando mais receptivas, e assim, percebeu-se que ao longo da intervenção houve uma melhora significativa na sociabilização das mesmas.

Das 4 idosas que participaram três delas obtiveram percentuais de evolução que variaram de 9,3% a 39,7%, somente uma das participantes obteve um percentual de declínio de 7% (Tabela 1). Entretanto de modo geral, os resultados se mostraram coerentes com o nível de envolvimento e participação das integrantes. Notou-se que as 3 idosas que se dedicaram de modo consistente e engajado nas oficinas obtiveram avanço na pontuação, todavia a participante L que se mostrou resistente e inegociável quanto a realização de alguns jogos atingiu uma pontuação menor na segunda aplicação.

Tabela 1. Prejuízos cognitivos pré e pós intervenção em idosas institucionalizadas.

| Idosa | Patologia | Idade | 1ª aplicação | 2ª aplicação | % |
|-------|-----------|-------|--------------|--------------|------|
| N | Alzheimer | 89 | 68 | 95 | 39,7 |
| I | Alzheimer | 89 | 63 | 84 | 33,3 |
| M | Alzheimer | 87 | 43 | 47 | 9,3 |
| L | Parkinson | 80 | 121 | 113 | -7,1 |

O processo de envelhecimento populacional deslançou no país a partir de 1960, estima-se que em 2040 haverá 153 idosos para cada 100 jovens

segundo Miranda, Mendes e Silva (2016). Conseqüentemente lugares como a Vila Vicentina tem ganhado espaço e desempenhado um importante papel social. Barbosa, Noronha, Camargos e Machado (2020) afirmam que a institucionalização deve garantir a integridade, privacidade, independência e ainda estimular a integração e disponibilizar rede de apoio social, contribuindo para o bem-estar do idoso. O cuidado com os cidadãos de terceira idade devem abranger não somente o básico, mas todas as esferas que lhes possam promover qualidade de vida, sendo esse o principal benefício das oficinas promovidas.

44

CONCLUSÃO

Envelhecer não deve ser encarado como perda de utilidade ou capacidade, mas sim como um processo natural à vida. É inevitável que durante esse momento, as funções cognitivas não se portem como antes, contudo a institucionalização tende a ser mais cruel e solitária acelerando os prejuízos. A estimulação neurocognitiva em idosas institucionalizadas gera valiosos benefícios neuropsicológicos, possibilitando o fortalecimento das competências cognitivas e desacelerando as perdas.

Pequenas mudanças podem e devem ser consideradas ganhos de saúde significativos. Não só a estimulação cognitiva é importante como também as atividades sociais e de lazer, as oficinas desenvolvidas possibilitaram o fortalecimento desses três pilares. Dessa forma permeia o entendimento que práticas como essas garantem aos participantes melhora na qualidade de vida e sugerimos que seja implementado em residências geriátricas propostas como a apresentada nesse estudo.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Lara de Melo; NORONHA, Kenya; CAMARGOS, Mirela Castro Santos; MACHADO, Carla Jorge. Perfis de integração social entre idosos institucionalizados não frágeis no município de Natal, Rio Grande do Norte, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 6, p. 2017-2030, jun. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020256.19652018>. Disponível em:

https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020000602017&tlng=pt. Acesso em: 08 set. 2020.

GUIMARAES Rejtman, Rodrigo; Nordon, Gonçalves David; Kozonoe, Debora, Mancilha, Sabbadim, Vitor; Neto, Espinola, Vicente; **Perda Cognitiva em Idosos**; Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba ;2009.

45

MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia; SILVA, Ana Lucia Andrade da. Population aging in Brazil: current and future social challenges and consequences. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [S.L.], v. 19, n. 3, p. 507-519, jun. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1809-98232016019.150140>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000300507&lng=en&tlng=en. Acesso em: 10 set. 2020.

PORTO, Cláudia Sellitto; **A escala de avaliação de demência (DRS) no diagnóstico de comprometimento cognitivo leve e doença de Alzheimer**. 2006. 83 f. Tese (Doutorado) - Curso de Medicina, Neurologia, Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo; São Paulo; 2006.