



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e

II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina

I Mostra Científica IESC / PIEPE

RELAÇÃO DE JOGOS LÚDICOS DE MEMÓRIA E RACIOCÍNIO ASSOCIADA À SAÚDE MENTAL DE IDOSOS COM SÍNDROMES DEMENCIAIS

Linha: C-Extensão

Ana Helena Maia Paiva Régis de Freitas¹; Camila Lucena de Oliveira²; Geysa Samya Pacheco de Araújo Leite³; Hanna Luísa Saldanha Veras Arruda Oliveira⁴; Isabelle Cristina da Cunha Souto⁵; Josyara Oliveira da Costa⁶; Luana Mirelle da Silva⁷; Ricardo Sérgio Bezerra Cavalcanti Filho; Rachel Cavalcanti Fonseca⁸

¹²³⁴⁵⁶⁷⁸Afya Paraíba, João Pessoa - PB.

Introdução

O envelhecimento é um processo natural e inevitável, acompanhado de transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais que exigem novas formas de cuidado. De acordo com a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG, 2023), os idosos representam aproximadamente 15,1% da população brasileira, um crescimento significativo em relação aos anos anteriores. Esse avanço demográfico traz consigo o desafio de promover um envelhecimento ativo, preservando a autonomia, a funcionalidade e a saúde mental da pessoa idosa, princípios fundamentais de um cuidado integral e humanizado (Cecílio, 2009).

Entre os agravos mais relevantes dessa faixa etária, as síndromes demenciais ocupam papel central, comprometendo progressivamente a memória, o raciocínio e o comportamento, o que repercute diretamente na identidade e na independência do idoso. Diante desse cenário, a estimulação cognitiva desponta como uma importante estratégia não farmacológica, voltada à manutenção das funções mentais e à melhoria da qualidade de vida. Por meio de atividades que envolvem o exercício da memória, da atenção e do raciocínio lógico, é possível retardar o declínio cognitivo e favorecer o engajamento em práticas que estimulam o convívio social (Yassuda et al., 2006).

Nesse contexto, os jogos lúdicos têm se consolidado como uma ferramenta eficaz e acessível para a estimulação cognitiva de pessoas idosas. Ao incorporar o brincar como parte do processo de aprendizado, essas atividades promovem a concentração, a criatividade e o senso de pertencimento, tornando o ambiente terapêutico mais acolhedor e participativo. O envolvimento em dinâmicas que estimulam memória e raciocínio favorece a autoestima, a socialização e o bem-estar emocional, reforçando o potencial da ludicidade como recurso de reabilitação e promoção da saúde mental (Scoralik-Lempke; Barbosa, 2012).

Assim, este relato de experiência tem como objetivo descrever e refletir sobre uma vivência que utilizou jogos de memória e raciocínio como forma de estímulo cognitivo e

promoção da saúde mental em idosos com síndromes demenciais, evidenciando o potencial da ludicidade como estratégia terapêutica e instrumento de humanização no cuidado ao idoso.

Métodos ou Relato de Experiência

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência realizado com idosos de uma Instituição de Longa Permanência do município de Cabedelo, na Paraíba, na qual foi realizada uma ação de extensão envolvendo a ludicidade de jogos como forma de estimular a cognição. A ação ocorreu no turno vespertino, com um público de 20 idosos residentes da instituição, sendo promovida por 16 acadêmicos do 5º período do curso de medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, sob a supervisão profissional e docente.

Inicialmente, os discentes planejaram as atividades a serem desenvolvidas buscando garantir a ludicidade e o estímulo à cognição. Dessa forma, foram selecionados jogos como bingo e peças de encaixe com imagens. Em seguida, os alunos escolheram os brindes e organizaram o material que seria utilizado nas atividades, de maneira a permitir a participação deles, visto que mais da metade dos indivíduos da instituição apresentavam problemas cognitivos e de memória.

No dia da ação, os estudantes apresentaram-se e explicaram a dinâmica aos idosos, que receberam, cada um, uma cartela para a realização do bingo. A partir disso, devido a condição clínica dos participantes, os acadêmicos se distribuíram para auxiliá-los durante o jogo. Então, iniciou-se o bingo, em que um dos discentes realizava o sorteio do número e os idosos observavam se o possuíam na cartela para que fosse marcado sob auxílio dos estudantes. A atividade seguiu sem intercorrências, com a participação ativa e inclusive, com um dos idosos se emocionando por ter ganhado uma das rodadas. Finalizou-se essa sessão até serem obtidos os vencedores, que ganhavam um dos brindes fornecidos pelos alunos, sendo garrafas ou quebra-cabeças.

Após essa dinâmica, foi realizado um jogo com peças de encaixe, para trabalhar a concentração e a capacidade motora fina dos indivíduos, em que cada um deles escolhia uma figura e precisava descobrir qual peça encaixava correspondentemente. Apesar de alguns apresentarem certa dificuldade, todos conseguiram participar ativamente. Além disso, a fim de promover uma maior interação entre os acadêmicos e o público alvo, foi realizado um lanche compartilhado ao final da ação.

Resultados e Discussão

Como resultados, observou-se uma melhora significativa no engajamento e na interação



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e

II Encontro de Liga Acadêmica de Medicina

I Mostra Científica IESC / PIEPE

social dos idosos com síndromes demenciais. O jogo aplicado foi um bingo tradicional, em que os idosos precisavam marcar os números sorteados que correspondiam às suas cartelas. Durante a execução, foram registrados, a participação ativa de todos os participantes que se envolveram, demonstrando atenção aos números sorteados e entusiasmo ao completar linhas ou a cartela inteira. Além disso, proporcionou a estimulação cognitiva, por meio da atenção, concentração e memória imediata, como também promoveu a interação entre os participantes, através de risadas, comemorações nos acertos e diminuição de sinais de tédio ou isolamento.

Desse modo, os resultados observados nesta experiência corroboram a literatura que destaca os benefícios da ludicidade na estimulação cognitiva de idosos, especialmente aqueles com síndromes demenciais. A participação ativa, a atenção sustentada e o entusiasmo demonstrado pelos residentes durante a realização do bingo indicam que atividades estruturadas e lúdicas podem manter ou melhorar funções cognitivas preservadas, como memória imediata, atenção e raciocínio lógico (Abd-ALRAZAQ et al., 2021).

Em adição, o envolvimento dos acadêmicos também contribuiu para a humanização do cuidado, ao permitir uma aproximação mais afetiva e participativa entre estudantes e idosos. A interação direta com os participantes possibilitou a adaptação das atividades ao nível cognitivo de cada idoso, reforçando o conceito de cuidados individualizados e centrados na pessoa, que é um princípio fundamental no manejo de síndromes demenciais (Lopes et al., 2023).

Por fim, a experiência evidencia que a ludicidade é uma ferramenta multifuncional, capaz de estimular cognitiva, emocional e socialmente os idosos, ao mesmo tempo em que proporciona uma oportunidade de capacitação prática para acadêmicos, reforçando competências de comunicação, paciência e empatia. Esse aspecto reforça a importância da inclusão de atividades lúdicas em programas de extensão universitária e em práticas de cuidado institucional, alinhando-se aos princípios de um envelhecimento ativo, saudável e humanizado.

Considerações Finais

Nesse sentido, percebeu-se que a experiência relatada evidencia de maneira significativa o impacto positivo das atividades lúdicas de estimulação cognitiva sobre a saúde mental e o bem-estar de idosos com síndromes demenciais. A utilização de jogos como o bingo e as peças de encaixe demonstrou ser uma estratégia terapêutica eficaz e acessível, capaz de promover não apenas a manutenção de funções cognitivas preservadas, como atenção, memória e raciocínio, mas também de favorecer aspectos emocionais e sociais fundamentais para a qualidade de vida dessa população. Durante a intervenção, observou-se

uma melhora visível no engajamento dos idosos, marcada pelo aumento da interação social, da concentração e da demonstração de afetividade entre os participantes. Tais resultados reforçam a importância de estratégias não farmacológicas, baseadas na ludicidade, como instrumentos de reabilitação e de promoção da saúde mental em contextos institucionais. Estes, ao estimular o brincar e a socialização, atuam não apenas como meio de entretenimento, mas como uma ferramenta de resgate da identidade, da autoestima e do sentimento de pertencimento, frequentemente comprometidos em indivíduos com demência.

Referências

- ABD-ALRAZAQ, A. et al. The effectiveness of serious games in improving memory among the elderly with cognitive impairment: A systematic review and meta-analysis (Preprint). *JMIR Serious Games*, v. 10, n. 3, 29 nov. 2021..
- CECÍLIO, Luiz Carlos de Oliveira. As necessidades de saúde como conceito estruturante na luta pela integralidade e equidade na atenção em saúde. In: PINHEIRO, Roseni; MATTOS, Ruben Araujo (orgs.). *Os sentidos da integralidade na atenção e no cuidado à saúde*. 8. ed. Rio de Janeiro: IMS/UERJ; ABRASCO, 2009. p. 113-126.
- LOPES, M. M. et al. Perspectivas de estudantes da área de saúde sobre participação em programa intergeracional: potencialidades e desafios. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 47, p. e084, 7 ago. 2023.
- SBGG – Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. *Censo demográfico e envelhecimento populacional brasileiro: análise 2023*. São Paulo: SBGG, 2023.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Ageing and health*. Genebra: WHO, 2024. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>. Acesso em: 10 set. 2025.
- SCORALICK-LEMPKE, Natália Nunes; BARBOSA, Altemir José Gonçalves. Educação e envelhecimento: contribuições da perspectiva Life-Span. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 29, supl., p. 647s-655s, out./dez. 2012.
- YASSUDA, Mônica Sanches et al. Treino de memória no idoso saudável: benefícios e mecanismos. *Psicologia: reflexão e crítica*, v. 19, n. 3, p. 470-481, 2006. Tradução. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0102-79722006000300016>. Acesso em: 28 out. 2025.

