

**PREVENÇÃO NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO COGNITIVO:
INTERVENÇÕES PSICOPEDAGÓGICAS**

MORAES, Joycione Araújo de

Centro Universitário FIBRA, Ananindeua, PA, Brasil.

E-mail: joycimoraes@outlook.com

SILVA, Marlice Sá da

Centro Universitário FIBRA, Belém, PA, Brasil.

E-mail: marlicesil81@gmail.com

RESUMO

Pesquisas sobre intervenções psicopedagógicas no envelhecimento ainda são recentes no Brasil, sobretudo no que se refere à prevenção do declínio das funções executivas. Assim, o objetivo deste estudo é analisar como a Psicopedagogia pode atuar na estimulação cognitiva de idosos, contribuindo para a manutenção da autonomia e para o retardamento das perdas cognitivas. Para tanto, utilizou-se metodologia de caráter bibliográfico, com base em autores da Psicopedagogia, Neurociências e Gerontologia, permitindo identificar fundamentos teóricos sobre aprendizagem ao longo da vida, plasticidade cerebral e funções executivas. Os resultados evidenciam que intervenções psicopedagógicas estruturadas — como atividades de memória, jogos cognitivos, leitura dirigida, escrita reflexiva e práticas socializadoras — influenciam positivamente o desempenho cognitivo na velhice. Além disso, constatou-se que a aprendizagem contínua e o estímulo motivacional fortalecem habilidades como atenção, memória de trabalho e flexibilidade cognitiva, retardando a retrogênese. Concluímos que a Psicopedagogia desempenha papel essencial no envelhecimento ativo, confirmando que investimentos em ações preventivas ampliam a qualidade de vida, a autonomia e a participação social do idoso.

Palavras-chave: Psicopedagogia; Envelhecimento; Funções executivas; Estimulação cognitiva; Autonomia.

INTRODUÇÃO

O interesse pelo tema deste estudo surgiu a partir da disciplina de Psicopedagogia, ao evidenciar que sua atuação não se restringe ao público infantil com dificuldades de aprendizagem, estendendo-se também à população idosa, especialmente diante do acelerado processo de envelhecimento populacional contemporâneo. Embora o envelhecimento envolva alterações cognitivas naturais, a literatura aponta que tais perdas não são necessariamente irreversíveis, podendo ser atenuadas por meio de estímulos adequados e intervenções educativas intencionais. Observa-se que, quando comparada à produção acadêmica voltada à infância, a pesquisa psicopedagógica direcionada à terceira idade ainda se apresenta de forma incipiente, configurando-se como um campo promissor para investigações científicas e práticas preventivas (DOLL, 2015; ALTMICKS, 2020; GONÇALVES, 2022). Nesse sentido, torna-se relevante discutir a atuação da Psicopedagogia na estimulação cognitiva e na preservação das funções executivas, como atenção, memória de trabalho e flexibilidade cognitiva.

Metodologicamente, o estudo caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa e natureza exploratória, baseada em livros e produções científicas das áreas de Psicopedagogia, Gerontologia e Neurociência.

Diante desse contexto, o objetivo geral consiste em analisar a prática psicopedagógica como instrumento de prevenção do declínio cognitivo no envelhecimento. Para tanto, os objetivos específicos são: investigar as funções executivas no processo de envelhecimento; descrever a prática psicopedagógica na promoção e fortalecimento das funções executivas e compreender ações preventivas que favoreçam a manutenção da autonomia cognitiva da pessoa idosa.

1 REFERENCIAL TEÓRICO

1.1 O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E AS FUNÇÕES EXECUTIVAS

O desenvolvimento humano compreende diferentes fases — infância, adolescência, vida adulta e velhice —, sendo cada uma marcada por características biológicas, cognitivas e sociais específicas. No que se refere à velhice, Gonçalves (2022) destaca que o envelhecimento envolve dimensões biológicas, pedagógicas e sociais, que influenciam diretamente a forma como o idoso aprende e interage com o meio.

Entre as alterações mais frequentes nesse período estão as relacionadas às funções cognitivas, especialmente as funções executivas, fundamentais para a autonomia e o desempenho das atividades diárias.

As funções executivas estão associadas ao funcionamento do córtex pré-frontal e envolvem habilidades como atenção, planejamento, organização, autocontrole e flexibilidade cognitiva. Embora essas funções possam sofrer declínio com o avanço da idade ou em quadros como a demência, estudos indicam que sua funcionalidade pode ser preservada e estimulada por meio de intervenções educativas e psicopedagógicas adequadas. Conforme Fonseca (2014), os processos cognitivos se desenvolvem e se transformam ao longo da vida a partir das interações sociais e dos estímulos recebidos.

Nesse contexto, destaca-se o conceito de gênese do desenvolvimento cognitivo, compreendido como o processo de aquisição, ampliação e consolidação das funções cognitivas ao longo da vida, resultante das interações sociais, das experiências educativas e dos estímulos oferecidos pelo meio. Em contrapartida, emerge o conceito de retrogênese, entendido como um processo inverso à gênese, no qual determinadas habilidades cognitivas adquiridas tendem a apresentar perdas progressivas durante o envelhecimento. Segundo Gonçalves (2022), a retrogênese manifesta-se especialmente nas funções cognitivas superiores, como atenção sustentada, memória operacional e capacidade de planejamento, podendo comprometer gradualmente a autonomia do idoso. No entanto, esse processo não ocorre de forma homogênea, sendo influenciado pelas experiências de vida, pelo nível de estimulação cognitiva e pelas oportunidades de aprendizagem contínua.

Dessa forma, embora a retrogênese esteja associada ao envelhecimento, ela não deve ser compreendida como um fenômeno irreversível ou exclusivamente degenerativo. Gonçalves (2022) ressalta que as funções executivas — controle inibitório, memória de trabalho e flexibilidade cognitiva — atuam de forma integrada e são fortemente influenciadas por aspectos conativos, como motivação, interesse e atitudes frente à aprendizagem. Assim, práticas educativas intencionais e intervenções psicopedagógicas podem contribuir significativamente para retardar os efeitos da retrogênese, fortalecendo habilidades preservadas e estimulando novas conexões cognitivas.



1.2 A PRÁTICA PSICOPEDAGÓGICA E A EVOLUÇÃO DAS FUNÇÕES EXECUTIVAS

A prática pedagógica voltada ao público idoso deve fundamentar-se em teorias que considerem a complexidade da aprendizagem humana e a manutenção das funções executivas ao longo do envelhecimento. Nesse contexto, a Psicopedagogia, enquanto área interdisciplinar, articula conhecimentos da educação, psicologia e neurociência para intervir de forma preventiva e promotora da saúde cognitiva.

Conforme Gonçalves (2022), a psicopedagogia configura-se como uma área de conhecimento e atuação voltada ao processo de aprendizagem, cujo objeto de estudo é o sujeito cognoscente, considerando as dimensões cognitivas, emocionais e sociais envolvidas no ato de aprender ao longo da vida.

No campo das contribuições teóricas Weiss (1992) concebe a aprendizagem como um processo contínuo, que acompanha o sujeito ao longo da vida, ressaltando a importância de compreender o indivíduo em sua totalidade, considerando história de vida, vínculos afetivos, aspectos emocionais e experiências anteriores de aprendizagem. A escuta sensível e o diagnóstico psicopedagógico permitem identificar potencialidades cognitivas preservadas e áreas que demandam estímulo, possibilitando intervenções personalizadas e respeitadas ao ritmo do idoso. Segundo Gonçalves (2022), a intervenção psicopedagógica compreende ações planejadas e intencionais, de caráter preventivo e terapêutico, que emergem de uma demanda relacionada ao processo de aprendizagem e visam mediar, estimular e fortalecer funções cognitivas e vínculos com o saber.

Nessa perspectiva, a teoria das Inteligências Múltiplas, proposta por Gardner (1995), amplia o conceito de inteligência ao reconhecer diferentes formas de manifestação cognitiva, oferecendo subsídios para práticas diversificadas e significativas. Essa abordagem valoriza habilidades preservadas e favorece o engajamento do idoso em atividades que estimulam atenção, memória e flexibilidade cognitiva.

Por fim, Gonçalves (2022) destaca que a aprendizagem permanece possível na velhice, desde que respeitadas as condições cognitivas, emocionais e sociais do sujeito. A autora enfatiza estratégias psicopedagógicas que estimulam as funções executivas e conativas, promovendo autonomia, autoestima e participação social.



Assim, a Psicopedagogia consolida-se como aliada na prevenção do declínio cognitivo e na promoção do bem-estar do idoso.

1.3 AS AÇÕES PREVENTIVAS PARA O TRATO DAS PERDAS COGNITIVAS EM IDOSOS

A história humana constitui-se pela construção contínua do conhecimento, processo pelo qual o indivíduo se humaniza ao apropriar-se dos saberes socialmente produzidos (GONÇALVES, 2022).

A cognição, entendida como o mecanismo de armazenamento, processamento e transformação das informações, sustenta o funcionamento intelectual e o desempenho nas atividades cotidianas (GALVÃO, 2020). Nesse sentido, o declínio cognitivo manifesta-se pela dificuldade em realizar tarefas do dia a dia, como planejar, lembrar informações e tomar decisões (ALVIM, 2022).

Embora o envelhecimento esteja associado a perdas cognitivas, estudos indicam que essas alterações podem ser prevenidas ou atenuadas por meio de intervenções psicopedagógicas. Bispo (2022) destaca que a Psicopedagogia contribui para a inclusão social do idoso, fortalecimento da autoestima e promoção da qualidade de vida. Moura (2020) define a estimulação cognitiva como um conjunto de estratégias fundamentadas na plasticidade cerebral, capazes de reorganizar sinapses neurais e aprimorar habilidades como memória, atenção e velocidade de processamento. A articulação entre Psicopedagogia e Gerontologia amplia a compreensão do envelhecimento humano, integrando saberes da educação e da saúde. Enquanto a Gerontologia investiga os processos do envelhecer, a Psicopedagogia aplica estratégias de aprendizagem e intervenção que favorecem a autonomia e o envelhecimento ativo (KRATZER, 2023). Gonçalves (2020) ressalta que a intervenção psicopedagógica constitui uma ação mediadora, capaz de estimular reciprocamente os sujeitos envolvidos no processo de aprendizagem.

Diversos estudos evidenciam que intervenções psicopedagógicas podem melhorar funções como memória episódica e memória de trabalho, frequentemente afetadas na velhice (SANTOS, 2021; BISPO, 2022). Atividades cognitivas, sociais e lúdicas contribuem para a manutenção da independência funcional, reafirmando a Psicopedagogia como área estratégica na prevenção do declínio cognitivo e na promoção do bem-estar da pessoa idosa.

2 METODOLOGIA

A pesquisa caracteriza-se por uma abordagem qualitativa, de natureza exploratória e caráter bibliográfico, tendo como objetivo compreender a atuação da Psicopedagogia na prevenção do declínio cognitivo e das funções executivas no processo de envelhecimento. O estudo fundamentou-se em produções científicas publicadas entre 1992 e 2023, contemplando autores de referência nas áreas de Psicopedagogia, Gerontologia e Neuropsicologia, como Weiss (1992), Gardner (1995), Gonçalves (2022) e Kratzer (2023), que subsidiaram a construção do referencial teórico e compuseram o material analisado.

A coleta de dados foi realizada por meio de consultas a bases científicas, tais como SciELO, PePSIC, Google Scholar e Portal de Periódicos CAPES, utilizando os descritores “Psicopedagogia”, “envelhecimento”, “funções executivas” e “estimulação cognitiva”. A busca inicial resultou em 23 publicações relacionadas à tematemática. Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 8 estudos para análise preliminar. Aplicaram-se como critérios de inclusão: textos disponíveis na íntegra, pertinência temática com foco na prevenção do declínio cognitivo e fundamentação científica consistente. Como critérios de exclusão, desconsideraram-se trabalhos duplicados, produções sem aderência direto ao objeto de estudo e textos com abordagem superficial da temática.

Ao final do processo de seleção, 5 artigos científicos compuseram o corpus de análise da pesquisa, sendo estes examinados de forma sistemática. Ressalta-se que outras obras, como livros e capítulos, foram utilizadas para fundamentação teórica, mas não integram o corpus analisado metodologicamente.

A análise do material selecionado seguiu os pressupostos da análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), desenvolvida em três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados com inferência e interpretação. Esse procedimento possibilitou a identificação de categorias temáticas relacionadas à estimulação cognitiva, funções executivas e autonomia do idoso. Dessa forma, a metodologia sustenta uma investigação teórica e interpretativa acerca do papel mediador da Psicopedagogia na aprendizagem ao longo da vida.

3 ANÁLISE DE RESULTADOS

A análise dos referenciais teóricos evidencia que o envelhecimento, embora associado a alterações biológicas e cognitivas, não representa a interrupção do processo de aprendizagem (SANTOS; SILVA, 2021; BISPO, 2022; KRATZER; GARCIA, 2023). Os estudos apontam que o cérebro mantém plasticidade funcional e capacidade de reorganização sináptica quando submetido a estímulos significativos, o que sustenta a possibilidade de intervenção preventiva ao longo da velhice.

As contribuições de Gonçalves (2022) e Weiss (1992) demonstram que a prática psicopedagógica, fundamentada na escuta sensível, no diagnóstico individualizado e em atividades lúdico-cognitivas, favorece a preservação das funções executivas e fortalece a autonomia e a autoestima do idoso. Tais práticas atuam de forma preventiva e compensatória diante das perdas cognitivas associadas ao envelhecimento.

A teoria das inteligências múltiplas de Gardner (1995) amplia essa compreensão ao indicar que diferentes habilidades podem ser mobilizadas como vias alternativas de aprendizagem, estimulando a criatividade, a adaptação e o engajamento do idoso nas atividades propostas. Dessa forma, a atuação psicopedagógica mostra-se eficaz ao articular estratégias diversificadas que respeitam as singularidades do sujeito envelhecendo.

As funções executivas podem ser estimuladas por meio de diferentes estratégias psicopedagógicas, produzindo efeitos cognitivos relevantes no envelhecimento. O controle inibitório pode ser trabalhado por meio de jogos de atenção e memória, contribuindo para a redução da impulsividade e para o aumento do foco atencional. A memória de trabalho é favorecida por atividades como leitura dirigida e escrita reflexiva, que auxiliam na melhora do raciocínio e na retenção de informações. Já a flexibilidade cognitiva pode ser estimulada por meio de atividades artísticas e de interação social, promovendo maior capacidade de adaptação, criatividade e abertura a novas experiências.

A integração interdisciplinar entre Psicopedagogia, Psicologia e Neurociência contribui para a promoção do envelhecimento ativo, favorecendo não apenas a manutenção das funções executivas, mas também o engajamento social, emocional e a qualidade de vida do idoso.

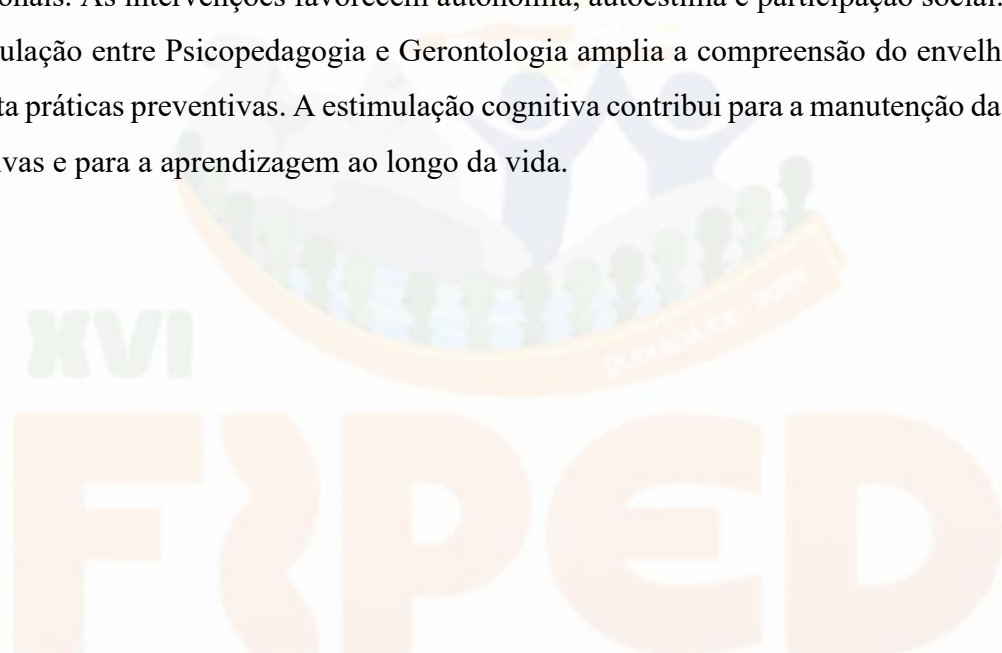
4 CONCLUSÃO

O envelhecimento constitui etapa contínua do processo do desenvolvimento humano e não interrompe o processo de aprendizagem. A aprendizagem permanece possível na velhice quando há estímulos adequados e mediação intencional.

As funções executivas sofrem alterações ao longo do envelhecimento, mas mantém potencial de preservação e fortalecimento. O controle inibitório, a memória de trabalho e a flexibilidade cognitiva respondem a intervenções psicopedagógicas estruturadas.

A Psicopedagogia atua na prevenção do declínio cognitivo por meio de estratégias planejadas e intencionais. As intervenções favorecem autonomia, autoestima e participação social.

A articulação entre Psicopedagogia e Gerontologia amplia a compreensão do envelhecimento e orienta práticas preventivas. A estimulação cognitiva contribui para a manutenção das funções executivas e para a aprendizagem ao longo da vida.



REFERÊNCIAS

ALTMICKS, A. H. Perspectiva feuersteineana para uma pedagogia voltada ao desenvolvimento cognitivo em idosas e idosos. 2020.

ANTUNES, C. *As inteligências múltiplas e seus estímulos*. 11. ed. São Paulo: Papirus, 2003.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2016.

BISPO, M. S. G. *Bases da aprendizagem: a importância da estimulação cognitiva e sua relação com o ensino e a aprendizagem no decorrer da vida humana*. 2022.

GARDNER, H. *Inteligências múltiplas: a teoria na prática*. 10. ed. Porto Alegre: Artmed, 1995.

GONÇALVES, J. E. *Psicopedagogia para adultos e idosos: diagnóstico e intervenção*. Rio de Janeiro: WAK, 2022.

KRATZER, M.; GARCIA, R. R. *Atuação psicopedagógica na educação gerontológica para um envelhecimento saudável*. Revista Psicopedagogia, v. 40, n. 122, p. 245-256, 2023.

MOURA, E. S. *Contribuições e possibilidades do olhar psicopedagógico na área do envelhecimento*. Revista Longeviver, n. 51, p. 727-744, 2020.

SANTOS, F. F. O.; SILVA, A. A. S. *O trabalho do psicopedagogo na reabilitação cognitiva do idoso*. Revista Psicopedagogia, v. 38, n. 116, p. 240-253, 2021.

WEISS, M. H. S. *Psicopedagogia clínica: uma visão diagnóstica da aprendizagem escolar*. Petrópolis: Vozes, 1992.