

Memória e qualidade de vida: uma ação interdisciplinar com vistas ao envelhecimento ativo e saudável

Anna Cláudia Rodrigues Alves^{1*}, Eliane Baião Guilhermino Alves², Luiz Otávio Martins Cruz³, Afrânio Teixeira Toledo⁴, Luísa Biondini da Cunha⁵

¹Faculdade de Serviço Social da Universidade Federal de Juiz de Fora

²Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora

³Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora

⁴Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora

⁵Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora

E-mail do autor principal: annaclaudia.alves@ufjf.br

Eixo VI: Saúde

Resumo:

O projeto, criado em 2014, tem por objetivo estimular o processo de rememoração entre os idosos, a partir da valorização de suas lembranças, em prol do fortalecimento de sua identidade – individual e coletiva –, de sua autonomia e melhoria da qualidade de vida. Para tanto, a equipe, formada por profissionais e bolsistas de Medicina e Serviço Social, desenvolve 8 grupos semanais em formato de oficina, junto a pessoas com idade, igual ou superior a 60 anos, sem déficits de suas funções cognitivas, abordando os diferentes aspectos e tipos de memória, em uma perspectiva vivencial e interdisciplinar. Nos encontros, com duração média de 2 horas, são trabalhadas atividades lúdicas e de estimulação cognitiva, mediante o compartilhamento de saberes e experiências no grupo. Tais encontros acontecem na Casa Helenira Resende, espaço de extensão da Faculdade de Serviço Social da UFJF. Até o momento, já foram realizadas 11 edições da oficina, com um público total de 160 beneficiários. Desde a sua criação, o projeto vem sendo avaliado positivamente por seus participantes, os quais em sua última edição registraram 100% de atendimento de suas expectativas com a atividade; melhora em sua memória após a oficina (86,6%), com adoção de alguma(s) estratégia(s) de memorização trabalhada(s) na mesma (86,6%). Os indicadores de acompanhamento e avaliação do projeto permitem sistematizar e aprimorar suas ações, além de subsidiar a produção acadêmica sobre a experiência acumulada no mesmo. O contato direto dos discentes com o trabalho grupal lhes permite vivenciar um processo socioeducativo reflexivo e dialógico, com a aproximação e problematização crítica da realidade social do público idoso, enriquecendo sua formação técnica e humana. Esse processo reforça a participação social dos idosos, a partir da troca de experiências e reflexões que envolvem o curso de vida, contribuindo, assim, para sua vivência mais consciente e ativa do processo de envelhecimento.

Palavras-chave: envelhecimento, estimulação cognitiva, grupo.