

GERONTECNOLOGIA EDUCACIONAL NA SÍNTESE DE EVIDÊNCIAS SOBRE INTERVENÇÕES NÃO FARMACOLÓGICAS PARA O SONO EM PESSOAS IDOSAS

VALADARES, Rute Stephanie Barros¹ rutesb.valadares@gmail.com; SANTOS, Livia Emily Silva¹ livia.enfermagemudf@gmail.com; SILVA, Maria Eduarda Almeida¹ maria.eduardaalmeida784@gmail.com; FUNGHETTO, Silvana Swechez² silvana.funghetto@gmail.com; BARBALHO, Yuri Gustavo de Sousa^{1,2} yurigustavo.sousa@gmail.com

Área temática: Gerontecnologia educacional

PALAVRAS-CHAVE: Intervenções não Farmacológicas; Pessoa Idosa; Higiene do Sono; Tecnologia Educacional.

INTRODUÇÃO: O envelhecimento populacional, associado ao agravamento dos distúrbios do sono no cenário pós-pandemia de COVID-19 em razão do isolamento social e da desestruturação de rotinas, consolidou o sono inadequado como fator de risco para o declínio cognitivo em pessoas idosas. Frente ao volume elevado de publicações científicas, a Gerontecnologia assume duplo papel estratégico: mediar a identificação de evidências e instrumentalizar tecnologias e outros métodos não farmacológicos como fototerapia e biossensores. **OBJETIVO:** Descrever, por meio de uma revisão, as evidências disponíveis na literatura associadas à utilização de intervenções não farmacológicas para melhora do sono e preservação cognitiva em pessoas idosas pós-pandemia de COVID-19. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Relato de experiência vinculado a revisão de escopo desenvolvida em curso de Graduação em Enfermagem. O protocolo foi estruturado conforme as diretrizes do Joanna Briggs Institute (JBI), contemplando a pergunta de pesquisa no formato PCC (População, Conceito e Contexto): Quais intervenções não farmacológicas têm sido utilizadas para melhorar a qualidade do sono em pessoas idosas após a pandemia de COVID-19, visando à prevenção do declínio cognitivo? A estratégia de busca foi conduzida nos idiomas português, inglês e espanhol, com descritores controlados (*MeSH*) e termos livres combinados por operadores booleanos, contemplando os eixos *Sleep*, *Cognitive decline*, *Non-pharmacological*, *Aged* e *COVID-19*. A busca ativa abrangeu oito bases (PubMed, Embase, Scopus, CINAHL, Web of Science, PsycINFO, LILACS e SciELO) e literatura cinzenta. A triagem ocorreu no sistema *Rayyan*, com três revisores cegos e arbitragem de divergências por um quarto revisor, seguindo o fluxograma *PRISMA-ScR*. Por tratar-se de pesquisa bibliográfica, dispensou-se submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, observadas as Resoluções 466/2012 e 510/2016. **RESULTADOS:** O presente estudo apresenta resultados parciais, com protocolo registrado na *Open Science Framework (OSF)* em 8 de março de 2026. A estratégia recuperou 11.697 registros, reduzidos a 8.523 após exclusão de 3.174 duplicatas. A revisão independente sinalizou 73 conflitos, resolvidos consensualmente, consolidando um corpus de 99 artigos para leitura na íntegra. Da amostra analisada, 42% dos resultados apontam recursos tecnológicos como medidas não farmacológicas para melhora do sono, entre eles aplicativos para uso adequado de medicamentos, dispositivos para monitoramento do sono, aparelhos de estimulação sensorial e higiene do sono assistida por tecnologia. Essa prevalência converge com o conceito da Gerontotecnologia, campo que define a tecnologia não apenas como ferramenta de suporte, mas como determinante ambiental capaz de compensar declínios cognitivos. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Os resultados parciais demonstram que as intervenções não farmacológicas para preservação cognitiva estão fortemente vinculadas à Gerontotecnologia, com ênfase em recursos voltados à qualidade do sono. Como passos subsequentes, o cronograma prevê a leitura integral e a extração sistemática de dados do corpus selecionado, viabilizando a construção do fluxograma *PRISMA-ScR* final e a síntese científica dos resultados, com vistas a nortear futuras intervenções clínicas e políticas públicas no campo do envelhecimento.

REFERÊNCIAS

MUSSI, R. F. F.; FLORES, F. F.; ALMEIDA, C. B. de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Práxis Educacional*, Vitória da Conquista, v. 17, n. 48, p. 1-17, out./dez. 2021.

PETERS, M. D. J. *et al.* Chapter 11: Scoping Reviews. In: **JBI Manual for Evidence Synthesis**. Adelaide: JBI, 2020. Disponível em: <https://synthesismanual.jbi.global>. Acesso em: 19 abr. 2026.

TRICCO, A. C. *et al.* PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. **Annals of Internal Medicine**, [s. l.], v. 169, n. 7, p. 467-473, 2018.