ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM IDOSOS COM E SEM ALTERAÇÕES NEUROLÓGICAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ana Clara Giacomini Marcon, Universidade Federal de Santa Maria, ana.marcon@acad.ufsm.br
Malu Santos da Rosa, Universidade Federal de Santa Maria, malu.rosa@acad.ufsm.br
Mariana Lemes Fialho, Universidade Federal de Santa Maria, mariana.fialho@acad.ufsm.br
Thalia Miller Pilar, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), thalia.miller@acad.ufsm.br
Karina Carlesso Pagliarin, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), karina.carlesso@ufsm.br

Introdução: O envelhecimento caracteriza-se pelo desgaste fisiológico do corpo humano, incluindo declínio de habilidades cognitivas, como atenção, memória e planejamento[1]. Nesse processo, há diminuição da atividade neural por conta das transformações estruturais e das mudanças ambientais e comportamentais[2]. Assim, a estimulação das habilidades, por meio de diferentes recursos terapêuticos, propicia melhora na qualidade de vida, visto que o declínio cognitivo gera dificuldades na interação social e na vida prática dos indivíduos[3]. **Objetivo:** Descrever a experiência no projeto de estimulação cognitiva de idosos com e sem comprometimento neurológico, visando a promoção da saúde mental, da qualidade de vida e do bem-estar. **Métodos**: Participam do projeto de extensão, registrado no GAP (065326), 20 idosas que residem em um convento de Santa Maria, com idades acima de 80 anos. Dezessete irmãs foram avaliadas com o Montreal Cognitive Assessment Hearing (MoCA-H) e divididas em grupos de estimulação conforme suas demandas cognitivas, físicas e motoras. As sessões semanais, realizadas aos sábados, são preparadas pelos graduandos dos cursos de Fonoaudiologia, Psicologia e Medicina que adaptam os recursos terapêuticos de acordo com as dificuldades das idosas. **Resultados:** Observou-se boa adesão das participantes, com envolvimento nas atividades propostas e interação entre o grupo. Ademais, as ações possibilitaram experiência prática aos graduandos na elaboração e adaptação de recursos terapêuticos. **Conclusão**: A experiência evidenciou a relevância da estimulação cognitiva como estratégia de promoção da saúde e envelhecimento ativo, contribuindo para a formação prática e extensionista dos graduandos envolvidos.

1. Camargos GL, Lehnen AM, Cortinaz T. Crescimento, desenvolvimento e envelhecimento humano. Porto Alegre (RS): SAGAH; 2019.
2. Malloy-Diniz LF, Cosenza RM. Declínio cognitivo, plasticidade cerebral e o papel da estimulação cognitiva na maturidade. In: Malloy-Diniz LF, Fuentes D, Cosenza RM. Neuropsicologia do envelhecimento: uma abordagem multidimensional. Porto Alegre: Artmed; 2013. p. 331-341.
3. Yokomizo JE, Saran LF, Fachin RVP, Oliveira GMR. Estimulação cognitiva de idosos. Barueri (SP): Manole; 2020.