Cantinho da mente: a estimulação cognitiva como instrumento de promoção da qualidade de vida de idosos institucionalizados em Teófilo Otoni - MG

Gabriele Gonçalves Cordeiro[1]; Carlos Barbosa Guimarães[1]; Felipe Delogo Neumann Rocha[1]; Genalice de Matos Lima[1]; Luiz Balbino Neto[1]; Mariana Boaventura Bernardes Moura[1]; Matheus Lopes Soares[1]; Natália Santos Cavaleiro[1]; Vitória Mendonça Mendes[1]; Ana Catarina Onofri Dantas[2].

[1] Graduandos em Medicina, Faculdade de Medicina do Mucuri da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – Campus Mucuri.
[2] Docente do curso de Medicina, Faculdade de Medicina do Mucuri da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – Campus Mucuri.

Resumo – Relato de Experiência

Introdução: A perda da independência funcional resultante do declínio cognitivo é uma perspectiva temida do envelhecimento. Nesse sentido, um grande obstáculo para envelhecimento bem-sucedido é a fragilidade neurocognitiva, fazendo com que a identificação de estratégias capazes de preservar a saúde cognitiva, como a participação em atividades intelectualmente estimulantes, se torne prioridade para a redução da morbidade e incapacidades associadas ao envelhecimento (FREITAS, PY, 2016). Dessa forma, o objetivo foi disponibilizar atividades que estimulem a cognição dos idosos da instituição Frei Dimas para retardar o déficit cognitivo e proporcionar uma melhora na qualidade de vida da população. **Relato de experiência**: Diante do exposto, no dia 4 de julho, no lar de longa permanência Frei Dimas, realizou-se o projeto de intervenção da hemiturma B do 7º período. Para isso, os discentes se empenharam na montagem de uma sala, intitulada ‘’Cantinho da Mente’’. Para que esse ambiente proporcionasse uma variedade de estímulos aos idosos, foram adquiridos, por meio de doações: jogos diversos, revistas, livros, quebra-cabeças, lápis de colorir, cruzadinhas e um aparelho DVD. Ademais, a sala contou com uma decoração bastante colorida, para o ambiente se tornar agradável e atrativo. Após o término da estruturação da sala, alguns discentes fizeram uma explanação para os cuidadores sobre o impacto que as atividades ali dispostas podem ter sobre a saúde global dos idosos, e, principalmente, sobre a esfera cognitiva. Sabendo dessa importância, esses funcionários têm um papel fundamental em estimular diariamente a utilização dos recursos obtidos. **Discussão:** A intervenção e a estimulação cognitiva mostram resultados estatisticamente significativos na melhora de aspectos como medidas objetivas de cognição, medidas objetivas e subjetivas de memória, qualidade de vida e humor dos indivíduos (JEAN, et al., 2010). A cognição envolve uma série de processos mentais, como memória, percepção, raciocínio e linguagem. A intervenção com jogos permeia a ampliação de Zonas de Desenvolvimento Proximal; um conceito que se relaciona com as informações potencialmente atingíveis se estimuladas (NETO, BARRETO, AFECHE, 1998). Ou seja, a proposta de estimulação cognitiva com os jogos e atividades que compõem o “Cantinho da Mente”, como os jogos de memória, livros de colorir e quebra-

cabeças aperfeiçoam a capacidade de raciocínio intelectual do indivíduo (PINHEIRO, GOMES, 2014). Além disso, deve-se enfatizar que o ambiente criado também pode fortalecer os vínculos entre os idosos, por meio de jogos, como o jogo de damas e os jogos de tabuleiro, e por meio da socialização estimulada pelo local de lazer. **Conclusão**: O caso relatado e os comentários levantados trazem à luz a discussão de uma forma terapêutica e preventiva de uma situação complexa que é a progressão de quadros demenciais na população idosa institucionalizada. A introdução de objetos e atividades que promovem o estímulo cognitivo deve ser vista não só como uma forma de tratamento, mas também como uma forma de integrar mais os idosos entre si e com os funcionários do local, deixá-los mais ativos, estimular a mente, retardando a progressão da demência e assim, melhorar em certo ponto a qualidade de vida dos indivíduos institucionalizados.

Referências:

FREITAS, Elizabete Viana de; PY, Ligia (ed.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia.** 4. Ed. Rio de Janeiro - RJ: Guanabara Koogan, 2016.

JEAN, Léonie et al. Cognitive intervention programs for individuals with mild cognitive impairment: systematic review of the literature. **The American Journal of Geriatric Psychiatry**, 2010.

NETO, Cipolla; BARRETO, Luis Silveira Menna; AFECHE, Solange Castro. A formação social da mente Vygotski, LS. Psicologia e Pedagogia O desenvolvimento os processos psicológicos superiores. **Psicologia**, v. 153, p. V631, 1998.

PINHEIRO, Sarah Brandão; GOMES, Mariana Lima. EFEITOS DAS ATIVIDADES LÚDICAS NO IDOSO COM ALTERAÇÃO DO COGNITIVO LEVE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 4, n. 1, p. 71-77, 2014.