



# REVISTA BRASILEIRA DE FILOSOFIA E HISTÓRIA



## PROMOVENDO ATIVIDADES EDUCATIVAS COMO FORMA DE PREVENIR O DECLÍNIO COGNITIVO NA PESSOA IDOSA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

***Bruna Araújo Vale***

Bacharelanda em Enfermagem pela Universidade Potiguar do Rio Grande do Norte,  
Email: brunaraaujovale@hotmail.com

***Cleiton Vinicius Araújo Martins***

Bacharelando em Enfermagem pela Universidade Potiguar do Rio Grande do Norte,  
Email: cleitonviniciusam@hotmail.com

***Edjarys Suzy da Silva e Silva***

Bacharelanda em Enfermagem pela Universidade Potiguar do Rio Grande do Norte,  
Email: e.d.suzy@hotmail.com

***Luana Hegly Araújo Dantas***

Bacharelanda em Enfermagem pela Universidade Potiguar do Rio Grande do Norte,  
Email: luana.hegly@hotmail.com

***Sabrina Tavares Pereira***

Bacharelanda em Enfermagem pela Universidade Potiguar do Rio Grande do Norte,  
E-mail: sabritava@gmail.com

***Paloma Batista Costa***

Bacharel em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí - FACISA. Pós-graduada em Enfermagem em Nefrologia pelo Centro Integrado de ensino, pesquisa e extensão (CENPEX) credenciado a Faculdade Metropolitana de Ciências e Tecnologia (FAMEC). Pós- Graduação em Preceptoría no SUS pelo Instituto Sírío-Libanês de Ensino e Pesquisa. Plantonista no Hospital Regional do Seridó. Preceptora de Enfermagem da Universidade Potiguar - Polo Caicó/RN,  
E-mail: paloma\_acd@hotmail.com

**Resumo: Objetivo:** Relatar a vivência dos alunos de enfermagem junto com os idosos no desenvolvimento de ações sobre a temática da progressão cognitiva. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, realizado com um grupo de 20 idosos, o estudo foi dividido em 3 momentos com tempo de 120 minutos no total, abordou-se a cognição na pessoa idosa, seus benefícios, e a importância da continuidade das ações explanadas, utilizou-se a técnica de roda de conversa, com o auxílio de aparelhos multimídias, jogos lúdicos e artesanais. **Resultado:** Após as pesquisas em bases de dados que foram realizadas para o exposto trabalho, os resultados foram semelhantes com a experiência vivenciada. Os achados encontrados foram: dificuldade cognitiva para executar algumas das atividades, bloqueios de memória que foi avaliado durante os jogos produzidos, boa concentração, boa comunicação, déficit de agilidades, dificuldades estas observadas em um determinado subgrupo, notando um declínio cognitivo natural. **Conclusão:** As ações realizadas contribuíram de maneira efetiva e eficaz, alcançando assim os objetivos elencados, ligando os discentes aos idosos, concretizando uma visão diversificada e holística, promovendo a prevenção e a manutenção de toda parte cognitiva. Facilitando o convívio familiar, social e pessoal.

Palavras Chaves: **Cognição – Tecnologia em saúde – Saúde do Idoso.**

## PROMOTING EDUCATIONAL ACTIVITIES AS A WAY TO PREVENT COGNITIVE DECLINE IN ELDERLY PEOPLE: AN EXPERIENCE REPORT

**Abstract: Objective:** To report the experience of nursing students with the elderly in developing actions on the theme of cognitive progression. **Method:** This is a descriptive study of the experience report type, conducted with a group of 20 elderly, the study was divided into three moments with a time of 120 minutes in total,

RBFH ISSN 2447-5076 (Pombal – PB, Brasil), v. 9, n. 1, p. 32-36, jan. - dez., 2020

<http://www.gvaa.com.br/revista/index.php/RBFH>

addressed the cognition in the elderly, its benefits, and the importance of the continuity of the actions explained, we used the conversation wheel technique, with the aid of multimedia devices, playful and handcrafted games. **Result:** After searching the databases that were performed for the above work, the results were similar with the lived experience. The findings were: cognitive difficulty to perform some of the activities, memory blocks that were evaluated during the games produced, good concentration, good communication, agility deficit, difficulties observed in a certain subgroup, noting a natural cognitive decline. **Conclusion:** The actions carried out contributed effectively and effectively, thus achieving the objectives listed, linking the students to the elderly, achieving a diversified and holistic view, promoting the prevention and maintenance of all cognitive part. Facilitating family, social and personal life.

Key Words: **Cognition – Health technology – Elderly health.**

## 1. INTRODUÇÃO

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) aponta que no ano de 2029 o Brasil será considerado um país idoso com uma margem de 40,3 milhões de pessoas acima de 60 anos, o aumento desta população vem crescendo significativamente trazendo com isso grandes questionamentos com relação à preparação de infraestruturas de casas, ruas e de serviços que muitas vezes são falhos e escassos para os mesmos.<sup>1</sup>

Com o envelhecimento as funções vitais encontram-se em declínio, gerando percas biológicas, psicológicas, sociais e culturais, o agente mais acometido com o passar da idade é o declínio cognitivo, condição esta que dá-se pela diminuição da memória, atenção, percepção e da linguagem maiores que a esperada pela idade e/ou escolaridade, fatores estes que prejudicam o contato da pessoa idosa com o seu vínculo pessoal e social.<sup>2</sup>

Para a estabilidade da cognição é importante preservar a autonomia da pessoa idosa visando adiar a perda cerebral ocasionada pelo passar da idade. Sabendo que dentre as alternativas, a dinamização dos meios como forma não farmacológica, surgem como artifícios para a manutenção das funções motoras e intelectuais de tal público, de forma interativa, simplista e lúdica são abordadas oficinas que venham a estimular a memória, habilidades e toda sua parte cognitiva.<sup>3</sup>

Vale salientar que o enfermeiro juntamente com a equipe multiprofissional, tem um papel crucial na promoção da saúde,

atuando diretamente na forma de prevenção de agravos, amenizando a ingesta de medicações, auxiliando na melhora do declínio cognitivo, dentre outros, promovendo assim a autonomia, segurança e o aumento de vínculos da população idosa.<sup>4</sup>

Diante da necessidade de estímulos cognitivos para idosos encontra-se oficinas coletivas, para a manutenção da memória, voltadas a percepção, tais como, jogo da memória, caça palavras, jogos dos erros, labirinto, dentre outros, contribuindo de forma efetiva, para uma melhor concentração, percepção espacial, atividade e habilidades sensorial a curto e longo prazo.<sup>5</sup>

Este estudo contribuiu para aprofundar a visão do idoso como um ser biopsicossocial a partir das diversas modificações cognitivas, corporais, físicas e psicológicas, garantindo a melhora na memória no desempenho e inclusão social, em um período de curto a longo prazo.

## 2. OBJETIVO

Este estudo tem por objetivo: Relatar a vivencia dos alunos de enfermagem junto com os idosos no desenvolvimento de ações sobre a temática da progressão cognitiva. Espera-se que estas ações sejam elaboradas e reproduzidas em outros locais e cenários, objetivando o desenvolvimento e melhora na qualidade de vida da pessoa idosa, respeitando sempre a sua cultura, as possibilidades e limitações individuais.

## 3. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, que discorre a vivência dos discentes da 8ª série, do curso de graduação em enfermagem da Universidade Potiguar, polo Caicó, a partir do Projeto Interdisciplinar da Universidade Potiguar - PROINTER, com o tema proposto “Inovações na Gerontologia”.

O grupo trabalhado reúne-se na ilha de SANT'ANA, no bairro centro localizada no município de Caicó-RN. É intitulado como “Convivência da Ilha de Sant'Ana” foi formado em 2018, com o intuito de estreitar a convivência de idosos com o meio social, e tendo proposta central as conversas pautadas no calendário da assistência social, bem como outros assuntos que sintam necessidade de falar e expor. O grupo se reúne semanalmente nas quartas e quintas feiras, a partir das 14:00 horas da tarde, e possui um quantitativo variável entre 20 ou mais idosos, desenvolvendo as mais diversas ações, sejam elas, artesanatos, roda de conversas temáticas, atividades físicas, danças e visitas locais e regionais, que venham a propiciar conhecimento e interação aos participantes.

O público alvo foi homens e mulheres com idades de até 60 à 82 anos, abrangendo um quantitativo de 20 idosos. A atividade foi executada no dia 25 de setembro de 2019, com a duração de 120 minutos, ocorreu no turno vespertino, na instituição a qual os alunos possuem vínculo.

Foi realizada uma roda de conversa abordando o tema cognição na pessoa idosa, seus benefícios, e a importância da continuidade das ações explanadas, resultando na manutenção dos processos mentais a longo e curto prazo. Utilizamos aparelhos multimídias com imagens, vídeos ilustrativos e lúdicos, para melhor compreensão da temática. O contexto se dividiu em três momentos, sendo eles:

O grupo no primeiro momento iniciou o acolhimento aos idosos e logo após foi explanado sobre o tema cognição, seu significado, e a relevância da permanência dos exercícios citados. Já no segundo momento convidamos o público para participar das atividades propostas, onde cada

discente ficou responsável por um subgrupo de 4 idosos, neles foram idealizadas tarefas/jogos lúdicos e artesanais tais como: jogo dos erros, sequência de cores, jogo da memória, labirinto e caça palavras, jogos estes que propiciam a estimulação da memória, análise, interpretação e percepção das informações contidas nos jogos, bem como o aumento do vínculo social, a competitividade e a motivação quanto ao estímulo de aprendizagem.

No terceiro e último momento, foram colocadas músicas regionais do gênero forró como estratégia de socialização e percepção motora dos idosos e por fim, com o propósito da estimulação continua, foram entregues livretos para que os mesmos exercitem o que foi trabalhado em seus domicílios diariamente, contendo jogos do tipo: sete erros, labirintos, caça palavras e pinturas, atividades estas que são importantes para a promoção da saúde do idoso, fornecendo mudanças necessárias para uma melhor qualidade de vida, vindo com outros olhos o ser idoso.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após as pesquisas em bases de dados que foram realizadas para o exposto trabalho, os resultados foram semelhantes com a experiência vivenciada. Os achados encontrados foram: dificuldade cognitiva para executar algumas das atividades, bloqueios de memória que foi avaliado durante os jogos produzidos, boa concentração, boa comunicação, déficit de agilidades, dificuldades estas observadas em um determinado subgrupo, notando um declínio cognitivo natural.

Diante da captação da realidade notaram-se as potencialidades e fragilidades do público-alvo escolhido, dentre as quais, o grupo é proativo, desenvolvem diversas atividades que auxiliam na manutenção da memória, equilíbrio, além de outras funções, possuem uma boa socialização, com diálogos e conversas expositivas, uma das fragilidades elencadas foi à realização de atividades que venha a estimular ainda mais a cognição dos

idosos pós-grupo, ou seja, nas suas casas, forma esta que estimularia ainda mais o idoso.

No decorrer das atividades realizadas, notou-se grande participação e empolgação com a temática abordada, os grupos apresentaram um desempenho adequado para a faixa etária, apenas um dos subgrupos apresentou dificuldades. Sendo assim compatíveis com o observado. Não foram detectadas outras dificuldades enfrentadas por parte do público alvo, uma vez que os idosos são bastante ativos, proficientes e autônomos. Inseridos nesta realidade eles corroboram para a demora de sinais de déficits relacionados à temática abordada/trabalhada e ao processo de perda gradativa da cognição, ocasionada pelo passar da idade.

Após o encerramento das atividades evidenciou-se fatores positivos relacionados ao que foi exposto, tais como: melhora na auto percepção, prevenção da perda da memória, maior desempenho funcional, capacidade de atenção e fixação aprimorada. Sabendo que quatro dos integrantes não possuía escolaridade e uma das participantes era acometida por problemas relacionados à saúde mental, ocasionando uma decadência em algumas das atividades apresentadas.

A intervenção descrita contribuiu de forma efetiva no desempenho pessoal e coletivo do grupo de idosos, superando limites idealizados pelos mesmos de maneira simplista, interativa e lúdica, revendo os resultados positivos e interagindo de forma ativa na melhora do desempenho cognitivo. Sendo observada a segurança e a satisfação quanto à realização das tarefas idealizadas e desenvolvidas.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações realizadas contribuíram de maneira efetiva e eficaz, alcançando assim os objetivos elencados, ligando os discentes aos idosos, concretizando uma visão diversificada e holística, promovendo a prevenção e a manutenção de toda parte cognitiva. O declínio cognitivo com o passar da idade se faz presente, entretanto ações, jogos que

venham à estimular a memória dos idosos é de grande valia para a manutenção e o tardar da perda da cognição nesse público, ajudando e melhorando o convívio familiar, social e pessoal.

Desse modo, dá-se a importância de atividades externas e complementares como a que foi explanada, contribuindo significativamente para o desenvolvimento intelectual, visando interações interpessoais, tornando o público mencionado cidadãos altruísta, resolutivos e participativos perante a sociedade.

Vale salientar a efetividade de ações voltadas para a terceira idade, na promoção e recuperação da saúde, trabalhando de forma multi e inter profissional centrada no indivíduo, fortalecendo o vínculo entre profissional e comunidade, efetivando a autonomia e a capacidade de enfrentamento quanto às adversidades ocasionadas pelo passar da idade, sejam elas físicas, biológicas ou sociais.

A experiência vivenciada para a enfermagem remete o valor indispensável da educação em saúde em todo o aspecto biopsicossocial do ciclo de vida dos seres humanos, poder ver de perto e compreender as formas de entendimento de cada indivíduo, proporcionando um rico aprendizado, e melhor entendimento da profissão e tarefas que podem ser exercidas ao longo da vida acadêmica e ou profissional.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Paradella, R. (2019). **Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017**. [online] IBGE. Available at: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017> [Accessed 4 Aug. 2019].<sup>1</sup>

Aguiar Mendes, P., Almeida Oliveira Reiners, A., Capriata de Souza Azevedo, R., Carolina Macri Gaspar, A. and José Segri, N. (2018).

DECLÍNIO COGNITIVO:  
CONHECIMENTOS, ATITUDES E  
PRÁTICAS PREVENTIVAS DE IDOSOS  
EM COMUNIDADE. **Cogitare  
Enfermagem**, [online] (23), p.3. Available at:  
<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/55372/pdf> [Accessed 4 Aug. 2019].<sup>2</sup>

Casemiro, F., Quirino, D., Diniz, M.,  
Rodrigues, R., Pavarini, S. and Gratão, A.  
(2018). Effects of health education in the  
elderly with mild cognitive impairment.  
**Revista Brasileira de Enfermagem**, [online]  
71(suppl 2), pp.801-810. Available at:  
[http://www.scielo.br/pdf/reben/v71s2/pt\\_0034-7167-reben-71-s2-0801.pdf](http://www.scielo.br/pdf/reben/v71s2/pt_0034-7167-reben-71-s2-0801.pdf) [Accessed 4  
Aug. 2019].<sup>3</sup>

Esteves, C., Oliveira, C., Gonzatti, V., Lima,  
M., Tatay, C., Argimon, I. and Irigaray, T.  
(2018). Desempenho de idosos com e sem  
declínio cognitivo leve na versão reduzida do  
Teste WCST-64. **Estudos Interdisciplinares  
em Psicologia**, [online] 9(3supl), p.149.  
Available at:  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v9n3s1/a10.pdf> [Accessed 4 Aug. 2019].<sup>4</sup>

Santana, R., Lobato, H., Santos, G.,  
Alexandrino, S., Alencar, T. and Souza, T.  
(2016). **Avances en Enfermería**, [online]  
34(2). Available at:  
<http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v34n2/v34n2a04.pdf> [Accessed 4 Aug. 2019].<sup>5</sup>