

TENDA DA COGNIÇÃO COMO FERRAMENTA DE DIVULGAÇÃO DO DIA MUNDIAL DO ALZHEIMER: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dellis Kariny Freitas Holanda de Almeida ¹
Monalisa Silva de França ¹
Evelin Suyany Guedes de Lima ¹
Neildja Maria da Silva ²
Núbia Maria Freire Vieira Lima ³

INTRODUÇÃO

A população brasileira vem passando por um processo de transições decorrentes de mudanças nos níveis de mortalidade e fecundidade, resultando em regime demográfico de alta natalidade e mortalidade para declínios de mortalidade e fecundidade, levando ao envelhecimento da população (LEBRÃO, 2007). Estimativas da Organização Mundial de Saúde (OMS) é de que em 2025 existirão aproximadamente 1,2 milhões de pessoas acima de 60 anos no mundo e que até 2050 se elevará para 2 milhões (ALMEIDA et al., 2017).

O aumento da longevidade implica em transformações na incidência e prevalência de doenças degenerativas que provocam perdas de autonomia e independência e de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que são as principais causas de mortalidade; Essas condições podem gerar incapacidade nos indivíduos acometidos, afetando diretamente a qualidade de vida (ALMEIDA et al., 2017) (SILVA et al., 2017).

A Doença de Alzheimer (DA) é um transtorno neurodegenerativo, progressivo e irreversível que deteriora progressivamente as capacidades cognitivas e motoras. A etiologia é indefinida, apesar de haver avanços quanto aos mecanismos bioquímicos e genéticos. Os fatores de risco são idade, “em que a população com 65 anos e mais, passando de 7,6% para 7,9% entre 2010 e 2020, ou seja, 55.000 novos casos por ano” (FERNANDES; ANDRADE, 2017), histórico da doença na família, estilo de vida e presença de doenças crônicas. (BRASIL, 2013).

O dia da Doença de Alzheimer – 21 de setembro – foi instituído pela Associação Internacional do Alzheimer (ADI) e tem como objetivo sensibilizar a população e as entidades e profissionais de saúde acerca da doença que atinge milhões de pessoas. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

Nessa perspectiva, a Tenda da Cognição surgiu a partir da necessidade de promover a difusão do conhecimento sobre a condição em Instituições Federais de Ensino Superior e na comunidade, no Hospital Universitário Ana Bezerra (HUAB) e sobre a vivência sobre aspectos de cognição, atenção, memória e interferência cognitivo-motora. O objetivo deste trabalho é relatar a estrutura e experiência da Tenda da Cognição para divulgação do Dia do Alzheimer no município de Santa Cruz, Rio Grande do Norte.

MÉTODOS

Tipo de Estudo e Local

¹ Graduando do Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, delliskariny@hotmail.com; monalisa_silva@hotmail.com; evelinguedes9999@gmail.com.

² Mestrando do Programa de Pós Graduação em Ciências da Reabilitação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, neildja.maria@gmail.com;

³ Professora Adjunta do Curso de Fisioterapia e do Programa de Pós Graduação em Ciências da Reabilitação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, nubiavl@yahoo.com.br.

Estudo descritivo através de relato de experiência, ocorrido na Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA), Universidade Federal do Rio Grande do Norte e no Hospital Universitário Ana Bezerra (HUAB), no município de Santa Cruz, RN.

Participantes

Participaram da Tenda da Cognição discentes, servidores (docentes e técnicos-administrativos), corpo assistencial da Universidade Federal do Rio Grande do Norte e do Hospital Universitário Ana Bezerra, idosos e comunidade em geral.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tenda da Cognição foi uma ação vinculada ao Projeto de extensão “Acolhendo Memórias: Assistência Multiprofissional a Saúde de Indivíduos com ou sem Comprometimento Cognitivo e aos Cuidadores” que teve a finalidade de realizar atividades lúdicas para explicar a cognição e as capacidades cognitivas do ser humano, em alusão ao dia Mundial da Doença de Alzheimer. Este projeto de extensão é composto por uma docente e 17 discentes do Curso de Fisioterapia da FACISA/UFRN. Para a realização da Tenda da Cognição foram usados o Largo e sala de aula da FACISA e recepção do HUAB.

O evento ocorreu nos meses de Setembro e Outubro do ano de 2018 na cidade de Santa Cruz-RN. A primeira ação foi realizada na Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA/UFRN) no dia 21/09/2018, com o público alvo de estudantes, servidores e membros da comunidade local, estimando cerca de 100 participantes. O segundo evento foi executado no dia 18/10/2018, denominado “II Tenda da Cognição” com usuários e profissionais no Hospital Universitário Ana Bezerra com alcance de 50 participantes.

A ação foi dividida em 05 estações ordenadas (1. Cognição, 2. Memória, 3. Atenção, 4. Planejamento executivo e 5. Apresentação de vídeo), em cada um grupo de 05 participantes permanecia por até 5 minutos e após o término de cada estação, o grupo foi dirigido para a próxima até a última estação. Vale ressaltar que a estrutura física serviu para alinhar o nome da ação ao espaço utilizado, tendo em vista que há uma tenda fixa no Largo da FACISA que ajudou a acomodar a ação.

A primeira estação foi intitulada de Estação da Cognição – função psicológica atuante na aquisição do conhecimento e aprendizado. Nessa etapa da Tenda da Cognição dois discentes foram responsáveis por apresentar a Tenda através da leitura de um texto sobre o conceito e a importância da cognição no dia a dia, com duração de 3 minutos.

A segunda estação era sobre a memória. Nesta etapa, foram estimuladas as memórias olfativa, tátil e imediata dos participantes, onde foram realizadas atividades com a responsabilidade de 03 discentes. Na memória olfativa, os participantes estavam com os olhos vendados e foram apresentados frascos com diferentes aromas, como por exemplo creme dental, perfume infantil, limão, cânfora, pomada desobstrutiva e posteriormente o participante deveria dizer ao que correspondia aquele aroma. Assim como na memória olfativa, na memória tátil os participantes estavam com os olhos vendados e colocaram a mão dentro de uma caixa com objetos e ao final teriam que mencionar os nomes destes pelo reconhecimento tátil. Na memória imediata existiam várias letras aleatórias em uma lista, no qual o participante teria que formar o máximo de palavras em um determinado tempo. Para tanto, foi estipulada competição de quem conseguia formar mais palavras. Vale salientar que estimular a memória é importante para a vida social e é essencial para organizar tarefas do dia a dia.

Na terceira estação foi estimulada a atenção, onde também foram realizadas três atividades. Na primeira dinâmica os participantes estavam sentados em cadeiras formando um

círculo e foram incentivados a passar uma bola de um para o outro durante 1 minuto. Antes da tarefa, foi pedido para eles contassem quantas vezes eles tocariam a bola durante este minuto. Enquanto isso, a cada 15 segundos foram mencionadas algumas palavras. O vencedor foi aquele quem lembrou o maior número de palavras. A segunda dinâmica foi o teste de cancelamento de sinos, o objetivo deste teste consistiu em encontrar todos os sinos em uma folha composta por várias figuras e sinos, num tempo de 1 a 2 minutos, sendo que o número de acertos considerado aceitável foi entre 32 e 35 sinos. Na terceira dinâmica foi mostrado um vídeo, em que nele passava um time de basquete jogando uma bola um para o outro, no início do vídeo foi pedido para os participantes que contassem o número de passes com a bola e durante esses passes um animal passava por trás desses jogadores. Ao final do vídeo foi questionado quantos passes foi dado e se eles teriam visto esse animal. A maioria dos participantes se aproximava do número de passes, porém não perceberam o animal entre os jogadores. Entre cada dinâmica era falado sobre os tipos de atenção. Sendo assim a atenção é uma função muito importante na capacidade de retenção de informações relevantes, por meio dela, guardamos informações na memória de longa duração.

A quarta estação compreendia o Planejamento Executivo, onde existiam três atividades de dupla tarefa que estimulava tanto a cognição quanto as atividades motoras. Inicialmente com a chegada dos participantes foi explicado um pouco sobre a dupla tarefa e as dificuldades que alguns idosos têm em realizar essas tarefas. Posteriormente foram realizadas as seguintes atividades: A primeira atividade foi o *Four Square Test* – o indivíduo tinha que pisar o mais rápido possível, em cada quadrante delimitado por dois bastões em forma de cruz. Obedecendo a sequência a seguir: frente, lado, atrás, lado, voltando ao quadrante inicial. A segunda atividade foi percorrer um pequeno circuito com “pegadas”, onde foram colocados alguns desenhos de pegadas no chão e o participante teria que andar sobre elas, de acordo com uma direção imposta por setas e realizou o mais rápido possível mencionando nomes de cidades. Na terceira atividade foi realizado o F8W (*Figure of Eighth Walk Test*). Em que tem como objetivo avaliar a habilidade motora ao caminhar num percurso em forma do número 8. Logo após a execução do teste, foi mensurado o tempo para a realização do percurso. Na realização do teste, foi solicitado ao público presente que fossem dadas 03 voltas. Na 1ª volta teriam que percorrer com a velocidade habitual, com a finalidade de adaptação para o teste. Em seguida, na 2ª volta, seria solicitado que realizassem o percurso com sua velocidade habitual, sendo adicionada uma tarefa cognitiva, como exemplo, pronunciar nome de frutas com a letra “a”; nomes de animais com a letra “c”. Por fim, na 3ª volta seria requisitado que executassem com uma velocidade maior que a habitual, proferindo os nomes de cidades com a letra “c”, como exemplo de tarefa cognitiva. Ao concluir o teste, o tempo das 03 voltas seria analisado e perguntado ao indivíduo, qual o trajeto que o mesmo obteve maior dificuldade na execução. Diante da resposta obtida, foi explicado que o percurso com a velocidade mais rápida que a habitual, seria mais complexo para a realização, pois foi realizada a dupla tarefa (tarefa cognitiva e tarefa motora). E que, quando esses testes são aplicados para a população idosa que apresenta declínio cognitivo, os mesmos indicam maiores riscos de queda. Com isso, sabe-se que para idosos o ato de realizar tarefas simultâneas pode ser algo muito difícil porque há interferência entre as tarefas, ou seja, ambas competem pela mesma classe de recursos de processamento de informação no sistema nervoso central.

Ao final de cada estação os vencedores das estações receberam brindes (canetas) como forma de incentivo e reconhecimento do esforço. Também foi relatado pelos próprios participantes as suas dificuldades e suas impressões sobre a tenda da cognição e na realização de algumas tarefas.

A última estação ocorreu numa sala da FACISA onde era apresentado um vídeo a respeito da Doença de Alzheimer de forma a sensibilizar o público e vincular ao conteúdo visto nas estações anteriores ao vídeo. O vídeo foi elaborado pelos discentes e docente e continha imagens do próprio grupo com mensagens sobre as dificuldades enfrentadas por idosos com esta condição. Foi mencionado pelos próprios participantes que não imaginavam o quanto algumas daquelas tarefas seriam difíceis e que para pessoas idosas existiria uma dificuldade ainda maior. Outros acharam muito importante a ação, pois não sabiam que naquele mesmo dia era o dia mundial do Alzheimer.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Tenda da Cognição obteve boa adesão do público participante e se mostrou como um recurso importante para a vivência, construção do conhecimento, análise, reflexão e sensibilização acerca da Doença de Alzheimer em idosos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, et al. Funcionalidade e fatores associados em idosos participantes de grupo de convivência. **Revista da Sobama**, Marília, v.18, n.1, p. 53-64, Jan./Jun., 2017. Acesso em: 01 de maio de 2019. Disponível em: unesp.br (pdf)

BRASIL. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas: Doença de Alzheimer. Portaria SAS/MS nº 1.298, de 21 de novembro de 2013. Acesso em: 01 de maio de 2019. Disponível em: <http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2014/abril/02/pcdt-doenca-de-alzheimer-livro-2013.pdf>

FERNANDES, Janaína da Silva Gonçalves; ANDRADE, Márcia Siqueira de. Revisão sobre a Doença de Alzheimer: diagnóstico, evolução e cuidados. **Psicologia, Saúde & Doença**, [s.l.], v. 18, n. 1, p.131-140, 14 mar. 2017. Sociedad Portuguesa de Psicologia da Saude. <http://dx.doi.org/10.15309/17psd180111>. Acesso em: 01 maio 2019. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v18n1/v18n1a11.pdf>>.

LEBRÃO, Maria Lúcia. O envelhecimento no Brasil: aspectos da transição demográfica e epidemiológica. **Saúde Coletiva** 2007, 4 (bimestral). Acesso em: 01 de maio de 2019. Disponível em:<<http://redalyc.org/articulo.oa?id=84201703>>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Biblioteca Virtual em Saúde. Acesso em: 01 de maio de 2019. Disponível em: <<http://bvsmms.saude.gov.br/ultimas-noticias/2791-alzheimer-eu-nao-esqueco-e-tema-do-dia-mundial-da-doenca-de-alzheimer-2018>>.

SILVA, Amanda Ramalho et al. Doenças crônicas não transmissíveis e fatores sociodemográficos associados a sintomas de depressão em idosos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [s.l.], v. 66, n. 1, p.45-51, mar. 2017. FapUNIFESP (SciELO). Acesso em: 01 de maio de 2019. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v66n1/0047-2085-jbpsiq-66-1-0045.pdf>>.