

## ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E QUALIDADE DE VIDA NA VELHICE: IMPACTOS POSITIVOS E BENEFÍCIOS PSICOSSOCIAIS

Thais de França Pereira <sup>1</sup>  
Beatriz Meireles Waked de Holanda <sup>2</sup>  
Mônica Dias Palitot (Orientadora) <sup>3</sup>

### RESUMO

A velhice é uma fase da vida que traz consigo mudanças cognitivas, emocionais e sociais. Entretanto, manter a autonomia e a independência durante o processo de envelhecimento é uma meta fundamental que pode ser desenvolvida através de intervenções específicas da Psicopedagogia. Diante disso, neste trabalho, abordamos como objetivo geral a importância da estimulação cognitiva e seus impactos positivos na qualidade de vida na velhice, considerando os benefícios psicossociais que essa prática pode proporcionar aos idosos, através da atuação psicopedagógica. Como metodologia, foi utilizado a revisão bibliográfica, através da consulta em artigos em base de dados com periódicos especializados em saúde e Psicopedagogia. Já como descritores, as palavras utilizadas incluíram "Estimulação Cognitiva", "Idosos" e "Psicopedagogia na Velhice". E, foram selecionados estudos publicados nos últimos 10 anos, no idioma português, acesso gratuito e artigos completos. Com isso, os resultados encontrados abordam diferentes aspectos da estimulação cognitiva em idosos. Além de destacarem os benefícios da estimulação da memória em idosos saudáveis, a importância da avaliação cognitiva regular e da implementação de programas de intervenção em estruturas residenciais para idosos. Em geral, conclui-se que as publicações pontuam a importância da estimulação cognitiva como uma abordagem eficaz para promover a saúde cognitiva e a qualidade de vida na terceira idade.

**Palavras-chave:** Velhice, Estimulação Cognitiva, Qualidade de Vida.

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, [thaisfrancap02@gmail.com](mailto:thaisfrancap02@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, [beatrizwakedm@gmail.com](mailto:beatrizwakedm@gmail.com);

<sup>3</sup> Mônica Dias Palitot (orientadora): Doutora em Psicologia Social, Universidade Federal da Paraíba - UFPB, [monicadiaspt@yahoo.com.br](mailto:monicadiaspt@yahoo.com.br).