

## O USO DOS JOGOS COMO ESTIMULAÇÃO DA MEMÓRIA EM UM GRUPO DE IDOSAS

Vitória Caroline da Cunha Rodrigues<sup>1</sup>, Francisca Michaeli de Moura<sup>2</sup>, Gabriel Angelo de Aquino<sup>3</sup>, Izabel Cristina de Souza<sup>4</sup>, Luciane Alves de Oliveira<sup>5</sup>

1- *Universidade Federal do Ceará – vitoriaccr@alu.ufc.br*

2- *Universidade Federal do Ceará – michaellygps@gmail.com*

3- *Universidade Federal do Ceará – gabrielangeloqui@hotmail.com*

4- *Universidade Federal do Ceará- izabelsouza@alu.ufc.br*

5- *Universidade Federal do Ceará – luaoliveira2307@yahoo.com.br*

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população é uma realidade, sendo, a faixa etária a partir de 60 anos (idade em que se considera o idoso no Brasil), a que mais cresce. No Brasil, estima-se que, em 2025, haverá cerca de 32 milhões de idosos no Brasil. As demências, caracterizadas pela perda das habilidades cognitivas e emocionais, são consideradas um problema de Saúde Pública que interfere na vida diária dos idosos, despertando, em consequência, mais interesse pela pesquisa neste campo (CHARIGLIONE; JANCZURA, 2013).

O termo envelhecimento representa um processo natural com alterações fisiológicas, bioquímicas e psicológicas. Portanto, envelhecimento não deve ser sinônimo de doenças e sim de modificações decorrentes do tempo vivido. Em todos os sistemas do corpo humano ocorre um declínio de função decorrente do envelhecimento. Não diferente, o cérebro sofre mudanças como a atrofia em todos os lobos: frontal, temporal, parietal e occipital. O comprometimento da função cerebral, dentre outras consequências, provoca o declínio do cognitivo (PINHEIRO; GOMES, 2014).

As alterações decorrentes ao cognitivo compreendem atenção, percepção, memória, raciocínio, juízo, imaginação, pensamento e linguagem. A queixa mais frequente dos idosos é a incapacidade de guardar e resgatar informações, relatado de forma comum como perda de memória. Esse comprometimento traz repercussões que podem ser desde às dificuldades nas atividades instrumentais de vida diária (AIVD's) até o convívio social, podendo levar o indivíduo ao isolamento e à depressão (PINHEIRO; GOMES, 2014).

O comprometimento da memória é um dos principais temas de pesquisa sobre o processo de envelhecimento. Pouca atenção tem sido dispensada à compreensão e investigação da memória em um contexto particular, frequentemente vivenciado pelos idosos e seus familiares, que se relaciona aos idosos em instituições de longa permanência. Nesses ambientes é cada vez mais importante a capacitação de profissionais com enfoque não apenas momentâneo, mas que se promova um

processo contínuo de atendimento integral e qualificado à saúde do idoso (CHARIGLIONE; JANCZURA, 2013).

Muitos estudos indicam que intervenções complexas envolvendo técnicas de memorização, relaxamento e atenção podem gerar efeitos positivos e duradouros em idosos, especialmente quando empregadas em grupo. Segundo Guerreiro e Caldas (2001), diversos pesquisadores encontraram uma relação positiva entre o desempenho cognitivo do idoso e uma estimulação continuada. O exercício diário da mente promoveria a vivacidade mental e as atividades promotoras de estimulação mental contribuiriam, ainda, para a prevenção do declínio cognitivo.

Por razões que ainda não totalmente estão claras, apesar de o cérebro mudar com a idade, os estudos sugerem que o engajamento social, a estimulação intelectual e a utilização de várias estratégias, como por exemplo os exercícios e jogos de memória, são uteis para aliviar ou compensar déficits cognitivos. Sendo assim, a estimulação cognitiva deve ser uma prática constante em serviços que atendam idosos, devido ao conceito muito estudado em neurociências: a plasticidade cerebral, uma função do cérebro adulto, de modificar-se de acordo com as circunstâncias que o cérebro é exposto. Pois essa função garante que ocorra uma reorganização do sistema nervoso, e o cérebro passa a funcionar de uma melhor forma (CRUZ, 2011).

Dessa forma a estimulação cognitiva contínua pode auxiliar na estabilização ou resultar até mesmo em alguma melhora dos déficits cognitivos e funcionais em idosos. E esse tipo de atividade deve se constituir como uma tecnologia do cuidado em enfermagem. Assim, objetivou-se relatar a experiência da aplicação de uma atividade lúdica como forma de estimulação cognitiva para um grupo de idosos.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência realizado por acadêmicos de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará e obtido através das experiências vividas no estágio da disciplina de Enfermagem no Processo de Cuidar do Idoso. As atividades foram realizadas no Centro de Desenvolvimento Familiar (CEDEFAM) na cidade de Fortaleza/CE, em 10 de maio de 2017.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A atividade proposta teve duração de, aproximadamente, 60 minutos e ocorreu durante o encontro semanal do Grupo Vida. O Grupo Vida é um grupo formado por idosas que vivem no

entorno do campus do Pici e por professoras, que conduzem as atividades semanais. Além disso, o grupo conta com a presença de acadêmicos de Enfermagem durante o período do estágio dos mesmos. As reuniões ocorrem às quintas no Centro de Desenvolvimento Familiar (CEDEFAM), um núcleo da Pró-Reitoria de Extensão da UFC, que integra atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão dos cursos de graduação e pós-graduação dessa Universidade com outras instituições de Educação e Saúde.

A atividade intitulada “Conversando sobre quedas através do jogo da memória” teve participação de 6 idosas e um grupo de 7 acadêmicos de Enfermagem, que preparou e realizou a intervenção. Foram colocados 16 cartões de jogo da memória sobre uma mesa, colocados com a imagem para baixo e embaralhados. A seguir, as idosas foram instruídas a escolherem um cartão, virarem o mesmo para cima e irem em busca de outro, o qual acreditavam ser o par. Caso não acertassem, deveriam virar os cartões novamente para baixo. Quando um par era formado, as idosas eram estimuladas a falarem sobre a representação da imagem (todas as imagens tinham relação com o tema quedas) e o que achavam que facilitaria a queda e formas de evita-la.

Todas as idosas formaram, no mínimo, um par e participaram relatando experiências próprias -ou outrem- de quedas, demonstrando conhecimento dos fatores promotores e preventivos de quedas. Ao terminar o jogo da memória e as discussões sobre quedas, as idosas foram convidadas a ouvir a leitura de uma poesia alusiva ao dia das mães. Após esse momento, receberam um cartão de felicitações pela data com um chocolate e foram parabenizadas.

Os resultados obtidos após a estimulação com o jogo da memória foram descritos com resultado satisfatório pela maioria do grupo, tendo os participantes percebido melhora nos aspectos relativos à memorização, e a capacidade de compreensão sobre o assunto proposto na atividade intitulada, sendo isso comprovado através das conversas e relatos realizados após o jogo de memória.

## CONCLUSÕES

O uso de jogos, como estimulação cognitiva desenvolve a capacidade de raciocínio intelectual do paciente, além de melhorar a socialização como indivíduo e elevar sua autoestima. Assim pode se dizer que a ludicidade oportuniza para o despertar da criatividade, da imaginação e o relacionamento com as pessoas que estão próximas. O uso de jogos pedagógicos serve, também, como instrumentos de ensino que proporciona o trabalho coletivo e o desenvolvimento de habilidades criativas que permitem a participação ativa e a reflexão.

Pode-se afirmar que o trabalho realizado com a utilização dos jogos desenvolveu a interação e a troca de saberes, o que favoreceu o ensino-aprendizagem e a coletividade entre os idosos. Nesse sentido, o jogo de memória funciona como um estímulo para o desenvolvimento e manutenção da cognição, além de permitir trabalhar temas de suma importância que fazem parte da realidade diária do idoso.

Diante do desenvolvimento da atividade e dos relatos obtidos das idosas participantes, pôde-se perceber a importância de aliar assuntos de importância para o cuidado do idoso e práticas que desenvolvam seu potencial. Por mais que os assuntos pareçam repetir-se muito, as diferentes abordagens realizadas auxiliam as idosas em uma nova forma de pensar. Esse é um dos princípios básicos da plasticidade neural, que leva em conta os estímulos recebidos e a resposta dada.

Na prática profissional, características como postura e comportamento de acolhimento, interação, respeito e dedicação da equipe se mostraram fundamentais para que os idosos expressassem suas ideias, sentimentos, histórias de vida. Portanto são essenciais para a formação do vínculo entre enfermeiro e idoso.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 CHARIGLIONE, Isabelle Patrícia Freitas; JANCZURA, Gerson Américo. Contribuições de um treino cognitivo para a memória de idosos institucionalizados. **Psico-usf**, Bragança Paulista, v. 18, n. 1, p.13-22, abr. 2013.
- 2 PINHEIRO, Sarah Brandão; GOMES, Mariana Lima. EFEITOS DAS ATIVIDADES LÚDICAS NO IDOSO COM ALTERAÇÃO DO COGNITIVO LEVE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, [s.l.], v. 4, n. 1, p.71-77, 6 jun. 2014. Escola Bahiana de Medicina e Saude Publica. <http://dx.doi.org/10.17267/2238-2704rpf.v4i1.369>.
- 3 GUERREIRO, Tânia; CALDAS, Célia Pereira. **Memória e demência: (re) conhecimento e cuidado**. Rio de Janeiro, UERJ; Unati, 2001. 212 p.
- 4 Cruz, Thiara Joanna Peçanha da. **Avaliação da estimulação cognitiva para o idoso com demência de Alzheimer realizada pelo cuidador no domicílio: uma tecnologia de cuidado em enfermagem**. 2011. 148 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Cuidado em Saúde)- Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Niterói, 2011