

AÇÕES DE ESTÍMULO COGNITIVO E INTEGRAÇÃO SOCIAL DE PESSOAS IDOSAS

Leandra Vieira¹, Vanessa Bugs Gonçalves^{1*}

*Orientador

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - Campus Ibirubá, RS, Brasil.

O projeto tem como finalidade proporcionar atividades voltadas para pessoas idosas, com o objetivo de estimular a memória e promover o bem-estar físico, mental e social dos participantes. Busca-se, também, promover um espaço acolhedor, proporcionando a pessoas idosas de Ibirubá-RS a manutenção da qualidade de vida, fortalecendo o bem estar emocional e mantendo o cérebro ativo, tendo em vista que a população idosa é marginalizada e enfrenta desafios como isolamento social e ausência de participação ativa na comunidade. Estudos (Gomes Ecc et al., 2020) mostram que a estimulação cognitiva em idosos pode melhorar o desempenho em diversas atividades cotidianas, bem como influenciar na qualidade de vida da pessoa idosa. Nesse sentido, idosos que possuem uma memória saudável e ativa tendem a ser pessoas mais confiantes, capazes de realizarem suas atividades do dia a dia e de manter a sua independência, melhorando o bem estar e a autoconfiança, promovendo um envelhecimento mais saudável. Metodologicamente, são feitos encontros mensais, a fim de promover o estímulo cognitivo por meio de jogos e atividades que promovem o uso de lógica, raciocínio, memória, concentração e atenção às participantes. Os encontros têm duração de aproximadamente 1 hora, durante seis meses. Cada encontro inicia com a apresentação do objetivo da atividade e, ao final, os participantes recebem uma cartilha com exercícios para serem praticados em casa até a próxima oficina, incentivando a criação de hábitos de estimulação cognitiva. Os resultados parciais indicam que as oficinas têm favorecido a socialização, promovendo estimulação cognitiva e incentivando a participação ativa das idosas nas atividades. Conclui-se que as ações desenvolvidas contribuem para a construção de um envelhecimento mais ativo e inclusivo, evidenciado pelo retorno positivo e engajamento das participantes.

Palavras-chave: Estímulo cognitivo; Pessoas idosas; Memória.

Trabalho executado com recursos do Edital nº 39/2024