

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA PARA IDOSOS DE 80 ANOS OU MAIS: avaliação da manutenção da capacidade cognitiva

Elisa Monteiro Magalhães¹, Rosimere Ferreira Santana², Thayná Victorino Costa Cavalcanti³, Thaís de Medeiros Oliveira⁴, Stephanie Colino Scarabelli⁵

Introdução: Segundo o Ministério da Saúde (2006), dentro do grupo de idosos, os idosos com idade igual ou maior que 80 anos também denominados mais idosos, muito idosos ou idosos em velhice avançada, vêm aumentando proporcionalmente e de forma muito mais acelerada. Esses constituem o segmento populacional que mais cresce nos últimos tempos, sendo 12,8% da população idosa e 1,1% da população total. Para manutenção e até melhora do déficit cognitivo causado pelo envelhecimento, pode ser utilizado como método as oficinas de estimulação cognitiva, ou oficinas terapêuticas, que tem como proposta, estimular o idoso à realização de atividades voltadas para a memória e para o exercício das funções cognitivas, para assim ter uma manutenção ou melhora da memória cognitiva. Trabalhando funções/capacidades, tais como: a expressão verbal, os raciocínios lógico e abstrato, a orientação visual-espacial, a consciência corporal, a capacidade de estruturação, a expressão não-verbal, a atenção, a concentração, a percepção, a visualização, a memória, a flexibilidade estratégica, a criatividade, entre outras. As oficinas de estimulação cognitiva são de suma importância, pois também auxiliam no cuidado ao idoso na manutenção de sua funcionalidade, autonomia, individualidade, comunicação e na realização de tarefas cotidianas. Além disso, por ser um trabalho em grupo, estimula o processo de socialização, permitindo a manutenção de atividades interpessoais e socioculturais, inerentes à valorização de sua autoestima e à manutenção da independência. Segundo o Ministério da Saúde (2006) o maior desafio na atenção à pessoa idosa é conseguir contribuir para que, apesar das progressivas limitações que possam ocorrer, elas possam redescobrir possibilidades de viver sua própria vida com a máxima qualidade possível. **Objetivo:** Analisar a adesão de idosos de 80 anos ou mais nas oficinas de estimulação cognitiva. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo antes e depois. Os idosos inseridos no estudo fazem parte de um projeto de extensão “Espaço Avançado”, um grupo multiprofissional que oferece diversas atividades e atendimento para idosos independentes. Nas atividades de estimulação cognitiva são oferecidos 4 tipos de oficinas: idosos com queixa de humor, baixa escolaridade, com 80 anos ou mais e o grupo controle, os idosos considerados saudáveis. Eles são divididos nessas oficinas a partir dos testes de rastreios que são feitos no início e no final de cada período, já que o projeto se encontra numa faculdade este acompanha o calendário da

¹ Pós Graduada em Enfermagem Gerontológica. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense. E-mail: elisamonteiorom@gmail.com;

² Enfermeira. PhD, RN. Professora Associada, EEAAC/UFF, Niterói-RJ, Brasil. Vice-coordenadora da Especialização em Enfermagem Gerontológica UFF. Líder do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Enfermagem Gerontológica NEPEG_UFF. Líder do Grupo de Estudos em Sistematização da Assistência de Enfermagem GESAE UFF. E-mail: rosifesa@gmail.com;

³ Graduada de Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense. E-mail: thaynavictorio@gmail.com;

⁴ Acadêmica do Curso de Graduação e Licenciatura em Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa. Universidade Federal Fluminense. EEAAC / UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: thaismeoli@gmail.com;

⁵ Acadêmica do Curso de Graduação e Licenciatura em Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa. Universidade Federal Fluminense. EEAAC / UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: stephaniescarabelli@id.uff.br;

referida. Foram selecionados para a oficina de estimulação cognitiva para idosos com 80 anos ou mais, 11 idosos que estão dentro da faixa etária solicitada participantes do projeto em questão. Os testes de rastreio utilizados foram: Mini Exame do Estado Mental (MEEM), Avaliação Instrumental de Vida Diária (AVDI) e a Escala de Depressão Geriátrica de 15 itens (short form); Desenho do Relógio que é solicitado que o idoso desenhe um relógio e indique 11 horas e 10 minutos, e a avaliamos em seguida com 1 ponto em cada item caso realize: o desenho da circunferência, os números na ordem certa, o ponteiro menor e o maior e a hora certa, totalizando 4 pontos; o Teste de Fluência Verbal nesse teste é solicitado ao idoso que ele fale a maior quantidade de animais que lembrar dentro de 1 minuto. Esses testes são aplicados antes e depois das oficinas. Foram realizadas atividades de 1 hora semanal de agosto de 2015 a agosto de 2016. Atividades voltadas a trabalhar a memória recente, como jogos. A análise dos dados foi descritiva simples. A pesquisa contou com o parecer de aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) nº 250.132/13. **Resultados:** Dos 11 idosos participantes da oficina, 6(54,5%) moram sozinhos; 8(72,7%) são do sexo feminino; a idade variou de 80 a 96 anos. Da escolaridade 5(45,4%) possuem ensino fundamental incompleto, 3(27%) idosos estiveram presentes em 3(27%) ou menos oficinas; 4(36,4%) idosos estiveram presentes de 5 a 8 oficinas e 4(36,4%) idosos estiveram presentes em 10 ou mais oficinas. Desses idosos a avaliação inicial apontou em agosto MEEM de 24,25 e em dezembro de 25,9. Os maiores escores do segundo teste foram dos pacientes que fizeram maior número de oficinas. **Conclusão:** Nos idosos que participaram das atividades de estimulação cognitiva foram observados maiores escores na avaliação cognitiva. Pode-se inferir, portanto, que a participação nas oficinas favorece a manutenção e melhora do quadro dos idosos do estudo quando se tem uma participação contínua. Além de melhorar a memória, trabalha a socialização e independência desse idoso. **Contribuições\ implicações para a enfermagem:** Ocorre necessidade de acompanhamento especializado a essa parcela do grupo idoso, que requer atividades específicas, e orientação da enfermeira para atenção e memória recente, onde ocorre perdas mais observadas no grupo mais idosos. Ter um grupo para faixa citada é de suma importância já que esses muitas vezes precisam de mais atenção e tempo para realização de atividades. Além de ser mais trabalhado nesse grupo atividade que estimule mais a memória recente, pois é a memória mais prejudicada na faixa dos 80 anos ou mais.

Descritores: Enfermagem geriátrica; Terapia cognitiva; Saúde do idoso.

¹ Pós Graduada em Enfermagem Gerontológica. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense. E-mail: elisamonteiorom@gmail.com;

² Enfermeira. PhD, RN. Professora Associada, EEAAC/UFF, Niterói-RJ, Brasil. Vice-coordenadora da Especialização em Enfermagem Gerontológica UFF. Líder do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Enfermagem Gerontológica NEPEG_UFF. Líder do Grupo de Estudos em Sistematização da Assistência de Enfermagem GESAE UFF. E-mail: rosifesa@gmail.com;

³ Graduada de Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense. E-mail: thaynavictorio@gmail.com;

⁴ Acadêmica do Curso de Graduação e Licenciatura em Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa. Universidade Federal Fluminense. EEAAC / UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: thaismeoli@gmail.com;

⁵ Acadêmica do Curso de Graduação e Licenciatura em Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa. Universidade Federal Fluminense. EEAAC / UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: stephaniescarabelli@id.uff.br;

Eixo 3: Tecnologias sociais inovadoras: perspectivas para o cuidado à pessoa idosa;

Referências:

- 1 - BRASIL. Ministério da Saúde. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. (Cadernos de Atenção Básica, n. 19) (Série A. Normas e Manuais Técnicos).
- 2- SANTANA, R. F. et al. Effectiveness of interventions for cognitive stimulation workshops in elderly people: Before and after study. *Journal Nursing UFPE on line*, Recife, 8(12):4269-77, 2014
- 3- SANTOS, I. B. et al. Oficina de estimulação cognitiva adaptadas para idosos analfabetos com transtorno cognitivo leve. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, 65(6): 962-8, 2012.
- 4- SILVA, S. P. Z. et al Condições de vida e de saúde de idosos acima de 80 anos. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, nº36, p. 42-48, 2015.
- 5- ROSSET, I. et al.. Tendências dos estudos com idosos mais velhos na comunidade: uma revisão sistemática (inter)nacional*. *Revista da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (USP)*, v. 45, nº1, p. 246-271, 2010.

¹ Pós Graduada em Enfermagem Gerontológica. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense. E-mail: elisamonteiorom@gmail.com;

² Enfermeira. PhD, RN. Professora Associada, EEAAC/UFF, Niterói-RJ, Brasil. Vice-coordenadora da Especialização em Enfermagem Gerontológica UFF. Líder do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Enfermagem Gerontológica NEPEG_UFF. Líder do Grupo de Estudos em Sistematização da Assistência de Enfermagem GESAE UFF. E-mail: rosifesa@gmail.com;

³ Graduada de Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense. E-mail: thaynavictorio@gmail.com;

⁴ Acadêmica do Curso de Graduação e Licenciatura em Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa. Universidade Federal Fluminense. EEAAC / UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: thaismeoli@gmail.com;

⁵ Acadêmica do Curso de Graduação e Licenciatura em Enfermagem. Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa. Universidade Federal Fluminense. EEAAC / UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: stephaniescarabelli@id.uff.br;