

PRÁTICAS EDUCATIVAS PARA OS ALUNOS DA UNIVERSIDADE ABERTA A MELHOR IDADE DA UEMS (UNAMI-UEMS) SOBRE O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E DECLÍNIO DA COGNIÇÃO

OLIVEIRA, Karine Macedo¹ (macedo.karine@hotmail.com); **ALVARENGA, Marcia Regina Martins**² (mrmalvarenga@gmail.com);

¹ Discente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados; PIBEX/UEMS;

² Docente do curso de Enfermagem da UEMS – Dourados;

O processo de envelhecimento é um conjunto de transformações que ocorrem no organismo em consequência dos anos e está relacionado com os determinantes e condicionantes sociais, culturais, econômicos e políticos. O processo de envelhecimento predispõe o indivíduo à diminuição de suas capacidades funcionais, entre elas: a cognição, capacidade mental de resolver e compreender situações do cotidiano que podem diminuir a velocidade de processar informações que necessitam de atenção e memória. Objetivos: avaliar a capacidade cognitiva dos alunos da Universidade Aberta a Melhor Idade da Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul (UNAMI-UEMS); desenvolver ações educativas a partir do conhecimento destes alunos sobre cognição; e desenvolver práticas educativas para estimular a cognição. O método utilizado foi a aplicação de testes de rastreio cognitivo (Miniexame do Estado Mental, Teste do Relógio e Fluência Verbal) para avaliar a cognição. A partir dos resultados encontrados pelos testes foram realizadas três atividades educativas para estimular a cognição e memória; dinâmica de grupo “Fui a feira comprar [...]”; oficina de memória e mural de fotos. Resultados: Foram aplicados 29 testes, a média no Teste do Relógio foi 8,2 com desvio padrão 3,4. Na Fluência Verbal, categoria animal, a média atingida foi de 10, 2 palavras, com desvio de 2,7 (com variação entre 6 e 16 palavras escritas em um minuto). No Miniexame de Estado Mental a média foi de 25,4 (desvio padrão de 2,5). Com relação às práticas educativas observou-se que na primeira atividade, os participantes tinham que memorizar a maior quantidade de palavras, na ordem que foram ditas. A princípio os participantes estavam com receio, pois falaram que não conseguiria memorizar as informações. Na segunda atividade foi uma mescla de dinâmicas de grupo, com propósito de estimular a atenção, raciocínio e memória, com orientações e estratégias a serem utilizadas para manter a cognição; palavras-cruzadas, caça-palavras, jogos de raciocínio. A terceira atividade, se deu através de construção de um mural de fotografias, onde cada participante levou fotos pessoais, após organizar as imagens no mural, cada indivíduo podia escolher uma imagem e discorrer sobre, com objetivo de estimular a praxia construtiva, linguagem e memória. Com os resultados obtidos, conclui-se que os idosos participantes da UNAMI-UEMS não apresentaram diminuição da capacidade cognitiva, pois se mantiveram dentro da pontuação de corte dos testes de rastreamento cognitivo. As ações educativas serviram para estimular o interesse acerca da cognição, pois tinham finalidade de promover a atenção, evocação, fixação e memória, além de proporcionar momentos de descontração para os participantes desse projeto de extensão.

Palavras-chave: Idoso. Capacidade cognitiva. Memória.

Agradecimentos: Ao Programa Institucional de Bolsas de Extensão PIBEX, vinculado à Pró-reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Comunitários - PROEC/UEMS pela concessão de bolsa de extensão.