



## **MÚSICA, ATIVIDADES FÍSICAS E DE LAZER E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM IDOSOS PORTADORES DA DEMÊNCIA DE ALZHEIMER, SEUS CUIDADORES E FAMILIARES**

**BARBOSA, Luis Otavio<sup>1</sup>** (luis.o@hotmail.com); **DE SOUZA, José Carlos Rosa Pires<sup>2</sup>** (josecarlossouza@uol.com.br).

<sup>1</sup>Discente do curso de Medicina da UEMS – Campo Grande;

<sup>2</sup>Docente do curso de Medicina da UEMS – Campo Grande;

O projeto trabalhou com idosos portadores da Demência de Alzheimer, seus cuidadores e funcionários do Asilo São João Bosco, além de familiares, quando presentes. Idosos sem o diagnóstico também foram incluídos nas atividades em grupo e individuais. As atividades incluíram: música, atividades físicas, de lazer e estimulação cognitiva, buscando a estimulação desse público e torná-los mais ativos, que é de suma importância no curso da patologia e amenização de consequências, como alterações de humor. Participaram discentes e docentes do curso de Medicina da UEMS e colaboradores externos. O objetivo geral foi: "Disponibilizar aos idosos portadores da Demência de Alzheimer, seus cuidadores e familiares os benefícios de atividades envolvendo música, lazer, exercícios físicos e estimulação cognitiva". Os objetivos específicos se voltaram para cada uma dessas atividades, enfatizando a importância do acompanhamento de um educador físico nas atividades físicas realizadas, da estimulação cognitiva na preservação e/ou melhora, mesmo que temporária, destas funções nos idosos com a patologia, da distração com as atividades de lazer e, por fim, das atividades realizadas com a musicoterapia. A metodologia do projeto foi realizada com ações mensais, no Asilo São João Bosco, utilizando-se das quatro vertentes citadas anteriormente. O planejamento e avaliação das ações aconteceram em reuniões semanais que antecipavam cada ação, incluindo funcionários do asilo. A demanda do público-alvo era espontânea, com os idosos que manifestavam o interesse, sempre com estímulo dos acadêmicos, professores e funcionários participantes. Os resultados obtidos foram a melhoria da qualidade de vida dos idosos portadores da doença, dos cuidadores e funcionários do asilo, além de eventuais familiares que participaram e melhoria, mesmo que momentânea, dos sintomas da Demência de Alzheimer. Com isso, o projeto conseguiu mostrar que terapias e ações simples e não medicamentosas podem melhorar a qualidade de vida desses idosos portadores da Demência de Alzheimer, mesmo que de maneira momentânea.

**Palavras-chave:** Alzheimer, lúdico, bem-estar.

**Agradecimentos:** À Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS) pela concessão de bolsa de cultura, esporte e lazer ao primeiro autor.