

ESTÍMULO COGNITIVO EM IDOSOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: SISTEMATIZAÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Letícia Sepúlveda da Silva (PIC), Guilherme Malaquias Silva (UEM), Ana Paula Aparecida Aguiar (UEM), Rafaela Ferreira Machado (UEM), Vanessa Denardi Antoniassi Baldissera (Orientador). E-mail: ra133252@uem.br.

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências da Saúde, Maringá, PR

Área e subárea do conhecimento: Ciências da Saúde/ Enfermagem de Saúde Pública.

Palavras-chave: Idoso; Envelhecimento Cognitivo; Instituição de Longa Permanência para Idosos.

RESUMO

Objetivo: sistematizar as experiências de estimulação cognitiva realizadas com idosos residentes de uma Instituição de Longa Permanência (ILPI). **Metodologia:** Sistematização da experiência, que teve como foco as oficinas de estímulo cognitivo realizadas por acadêmicos de enfermagem de um projeto de extensão, com idosos residentes de uma ILPI no noroeste do Paraná. Seguiram-se as etapas: (1) decisão de realizar a SE; (2) definição das perguntas e temas; (3) reconstrução narrativa da prática; (4) reconstrução analítica da prática; (5) interpretação crítica dos achados; (6) síntese e elaboração de interpretações finais e (7) apresentação dos resultados. **Resultados e discussão:** a sistematização buscou responder quais atividades o projeto de extensão realiza, quais habilidades são desenvolvidas nos idosos e nos profissionais, e quais competências os profissionais adquirem. Foram avaliados 20 idosos e 65% apresentaram algum comprometimento cognitivo. Desse modo, foram realizadas duas oficinas semanais, com atividades diversas. A experiência demonstrou que as práticas de estimulação são eficazes na redução do declínio cognitivo, beneficiando tanto os idosos quanto os estudantes de enfermagem e a equipe da instituição. **Considerações finais:** A iniciativa de oferecer oficinas de estímulo cognitivo em uma ILPI foi motivada pela necessidade de manter a qualidade de vida dos idosos e, devido aos benefícios observados, a experiência foi sistematizada para avaliação e aprimoramento contínuo.

INTRODUÇÃO

Devido ao aumento da população idosa e ao declínio natural de funções fisiológicas, funcionais, motoras e cognitivas, bem como o aumento da prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), é imprescindível que sejam realizadas ações de promoção à qualidade de vida, corroborando os preceitos do envelhecimento ativo (Brandão et al., 2020).

A função cognitiva é um importante pilar da funcionalidade da pessoa idosa e do envelhecimento saudável, sendo o declínio capaz de levar à diminuição da autonomia e ao aumento da dependência. Portanto, nota-se a indispensabilidade de Cuidados de Longa Duração (CLD) que estimulem a pessoa idosa a aprimorar ou manter suas habilidades cognitivas e motoras. Esses cuidados são aplicáveis em Centros Dia, Hospitais Dia ou Domicílio e, também, nas Instituições de Longa Permanência (ILPI) (Mariano et al., 2020) sendo essas, em conjunto com a idade avançada, um fator de risco para o declínio funcional e cognitivo, em vista da redução da interação social e a perda de grande parte da independência (Arakawa-Belaunde et al., 2019).

Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo sistematizar as experiências de estimulação cognitiva realizadas com idosos que residem em uma ILPI.

MATERIAIS E MÉTODOS

Tratou-se de uma Sistematização da Experiência (SE), um estudo participativo que permite a elaboração de conhecimentos a partir da interpretação crítica de práticas. Essa metodologia se baseia nas etapas de observação, problematização, planejamento e ação, sempre permeadas pela reflexão (Holliday, 2006).

O foco da sistematização foram as oficinas de estímulo cognitivo realizadas com idosos residentes de uma ILPI no noroeste do Paraná, no ano de 2024, contando com a participação de acadêmicos do projeto de extensão intitulado: Assistência Domiciliar de Enfermagem às Famílias de Idosos Dependentes de Cuidados (ADEFI). O estudo seguiu as sete etapas da SE, a saber: (1) decisão de realizar a SE; (2) definição das perguntas e temas da SE; (3) reconstrução narrativa da prática; (4) reconstrução analítica da prática; (5) interpretação crítica dos achados; (6) síntese e elaboração de interpretações finais e (7) apresentação dos resultados (Torres-Carrillo, 2021).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A decisão de realizar a SE partiu da observação da necessidade e impacto dos estímulos cognitivos na população idosa institucionalizada, por meio de uma imersão teórico-prática inicial. Com a viabilidade da SE para produzir conhecimento a partir do projeto de extensão, definiram-se as perguntas: a) Em quais atividades do projeto de extensão ADEFI o estímulo cognitivo tem sido realizado? b) Quais atividades de estímulo cognitivo têm sido realizadas? c) Quais habilidades, competências e atitudes alunos, docentes e profissionais de saúde envolvidos com o projeto e com a ILPI têm desenvolvido em relação à prevenção e ao estímulo da cognição?

O projeto de extensão desenvolveu as atividades de estímulo cognitivo a partir da solicitação de serviços de saúde, seguindo um processo de avaliação multidimensional e formação de grupos com perfis semelhantes, para a aplicação de atividades que atendam às necessidades de manutenção de habilidades cognitivas.

A ILPI onde o projeto se realizou em 2024 contava, inicialmente, com um total de 51 pessoas idosas residentes, sendo que 31 foram excluídos devido a incapacidade de se comunicar, óbito e realocação. Desse modo, 20 pessoas idosa foram submetidas à Avaliação Multidimensional por instrumentos próprios. Dos avaliados, 65% apresentaram algum comprometimento cognitivo. Esse resultado reafirma que o declínio cognitivo é maior em pessoas idosas institucionalizadas em decorrência de um nível menor de escolaridade, ausência de atividades físicas e isolamento social (Martins *et al.*, 2024).

Após a avaliação, as oficinas de estímulo cognitivo foram organizadas em duas atividades por semana, atendendo a duas categorias de necessidades. Dentre as atividades desenvolvidas, destacam-se: "acerte a música", para estímulo de memória e associação (estímulo auditivo); colagem de cores na ordem correta, para estímulo visual; jogos com números e labirinto, para estímulo de raciocínio lógico e planejamento; "acerte o objeto pelo toque", para estímulo tátil, com foco em texturas; e boliche sentado, para estímulo da coordenação motora e preservação da função de equilíbrio.

O planejamento dessas atividades exigiu da equipe do projeto imersão e apropriação de conhecimentos a respeito da neuroplasticidade e exercícios de estimulação cognitiva, ampliando o rol de intervenções. Ainda, influenciou na formação dos estudantes da graduação de enfermagem, que puderam notar a indispensabilidade de um olhar integral para com as pessoas, que vai além de doenças ou de cuidados procedimentais incorporando a promoção da cognição como cuidado sistemático para a prevenção de agravos. A ação permitiu que se pudesse adaptar as atividades executadas, visto que cada pessoa idosa apresentava uma necessidade ou condição específica que exigia ajustes na atividade previamente planejada, assim como acontece no cotidiano da profissão a adaptação de ambientes e de cuidados.

A participação nessas atividades beneficiou as pessoas idosas, já que durante as atividades foram observados avanços na execução das tarefas, com destaque para as atividades motoras, de associação e de linguagem.

Em relação à equipe, oportunizou-se conhecer estratégias de estímulos cognitivos e intervenções individualizadas como cuidado de saúde que deve extrapolar aqueles que são básicos como alimentação, higiene e medicação.

CONCLUSÕES

A necessidade de realizar estímulos cognitivos como incremento à qualidade de vida motivou a realização de oficinas como ação do projeto de extensão.

Os benefícios inicialmente observados de forma empírica, tanto nas pessoas idosas quanto nos acadêmicos e profissionais da ILPI motivou a SE, que permitiu a

avaliação da ação e, a partir de uma prática reflexiva, agregar conhecimentos no tema.

REFERÊNCIAS

ARAKAWA-BELAUNDE, A. M. *et al.* Estimulação da memória e comunicação de idosos: relato de experiência com base na promoção da saúde. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 607–620, 2019. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/47974>. Acesso em: 2 ago. 2025.

BRANDÃO, B. M. L et al. Cognition and quality of life relationship among the elderly community: a cross-sectional study. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e20190030, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/zshHQQBWNfPvzmc6bmbH8R/?lang=en#ModalHowcite>. Acesso em: 29 de abril de 2025.

HOLLIDAY, O. J. **Para sistematizar experiências**. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2006.

MARIANO, P. P. et al. Desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor: perspectiva de idosos institucionalizados. **Escola Anna Nery**, v. 24, n. 3, p. e20190265, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/DqGRm7bS7fKJKbsfwZGYkhD/?lang=pt#ModalHowcite>. Acesso em: 29 de abril de 2025.

MARTINS, B. C. et al. Health multidimensional evaluation of institutionalized older adults according to cognitive performance. **Dementia & Neuropsychologia**, v. 19, p. e20240133, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/dn/a/QJRsg8JJXkmJXrQjCrvBtjD/?lang=en>. Acesso em: 29 jul. 2025.

TORRES-CARRILLO, A. Hacer lo que se sabe, pensar lo que se hace. La sistematización como modalidad investigativa. **Prospectiva**, Cali, n. 31, p. 27-47, 2021. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-12132021000100003%20&%20script=sci_arttext. Acesso em: 29 abr. 2025.