

PRÁTICAS DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA NA PSICOPEDAGOGIA CLÍNICA PARA O ATENDIMENTO DE IDOSOS

Heloisa Silva Lima ¹
Jayanne das Neves Alcantara ²
Mônica Dias Palitot ³

RESUMO

A Psicopedagogia é um campo interdisciplinar, a sua atuação em práticas reabilitadoras para idosos contempla a estimulação das funções cognitivas, reduzindo declínios cognitivos frequentes na terceira idade. Ademais, a deterioração cognitiva, como a perda de memória e outras funções cognitivas, é comum nessa fase da vida e pode impactar negativamente a qualidade de vida e a independência dos idosos, sendo essencial a integração das diversas abordagens psicopedagógicas, assim sendo, esta pesquisa visa fornecer uma estrutura abrangente e adaptável para apoiar a saúde cognitiva dos idosos, contribuindo significativamente para uma melhor qualidade de vida dessa população. Para isso, a presente pesquisa tem como objetivo geral realizar um levantamento na literatura das práticas interventivas de estimulação cognitiva empregadas por profissionais da Psicopedagogia no atendimento de idosos. Especificamente, a pesquisa teve como intuito: catalogar as diferentes abordagens de estimulação cognitiva utilizadas por esses profissionais; classificar essas práticas de acordo com seus objetivos, técnicas e contextos de aplicação; e analisar os resultados obtidos com essas práticas bem como, sua eficácia, os impactos na qualidade de vida dos idosos e aderência aos métodos de intervenção. O presente estudo trata-se de uma pesquisa de nível descritivo, sendo uma revisão sistemática de artigos publicados nos últimos cinco anos, do tipo transversal, com ênfase na síntese de evidências e abordagem qualitativa. A partir do estudo aqui proposto, buscou-se traçar discussões, à luz da prática de estimulação cognitiva na psicopedagogia clínica para o atendimento de idosos, pretendendo-se com isso alcançar uma compreensão das abordagens utilizadas e como essas repercutem na qualidade de vida dessa população, bem como sua eficácia. Este estudo visa contribuir para o desenvolvimento de políticas de saúde pública e diretrizes clínicas que promovam o envelhecimento ativo e saudável, refletindo sobre o papel da psicopedagogia clínica nesse contexto.

Palavras-chave: Psicopedagogia clínica, Idosos, Estimulação cognitiva, Qualidade de vida.

¹Graduando do Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, heloisa.slima01@gmail.com;

²Graduado pelo Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal - UFPB, jayannealcantara046@gmail.com;

³Professora orientadora: Doutora em Psicologia Social, professora da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, monicadiazpt@yahoo.com.br.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno que ocorre globalmente e que acarreta diversas transformações sociais, econômicas e de saúde. Esse processo de envelhecimento intensifica a preocupação com a saúde cognitiva dos idosos, uma vez que a deterioração cognitiva, que abrange a perda de memória e outras funções cognitivas, se torna uma condição comum na terceira idade. Segundo Oliveira (2019), a deterioração cognitiva pode impactar significativamente a qualidade de vida e a autonomia dos indivíduos, tornando essencial a implementação de intervenções que promovam a saúde mental e o bem-estar dos idosos. Nesse contexto, a Psicopedagogia, enquanto campo interdisciplinar, destaca-se ao oferecer práticas reabilitadoras que visam à estimulação das funções cognitivas, com o intuito de prevenir ou minimizar os efeitos negativos do envelhecimento.

A relevância deste estudo reside na análise das práticas de estimulação cognitiva realizadas por profissionais de psicopedagogia clínica em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs). A escolha desse tema justifica-se pela crescente necessidade de estratégias que promovam um envelhecimento ativo e saudável, conforme evidenciado por Barbosa e Wisniewski (2017), que discutem a importância de intervenções psicopedagógicas para a aprendizagem em idosos. Além disso, a pesquisa objetiva entender como essas intervenções influenciam a qualidade de vida dos idosos, uma vez que as práticas de estimulação cognitiva podem ter um papel crucial na manutenção da saúde mental e na promoção da autonomia (Pereira et al., 2023).

A metodologia utilizada consiste em uma revisão sistemática da literatura, com foco em artigos publicados nos últimos cinco anos que investigam intervenções de estimulação cognitiva em idosos. A busca foi realizada em bases de dados como CAPES e SciELO, utilizando palavras-chave relacionadas ao tema. Os critérios de inclusão e exclusão foram estabelecidos para garantir a consistência e a relevância dos estudos selecionados. A análise dos dados coletados foi organizada em categorias analíticas que possibilitam uma compreensão abrangente das práticas psicopedagógicas e seus resultados.

Os resultados da pesquisa indicam que as intervenções de estimulação cognitiva exercem um impacto positivo na memória, na interação social e na saúde mental dos idosos, embora também tenham sido identificados desafios relacionados à adesão a essas práticas. As discussões geradas a partir dos achados ressaltam a importância da personalização das intervenções e a necessidade de uma abordagem integrada que considere fatores individuais e contextuais. A conclusão deste estudo reafirma a relevância da psicopedagogia na promoção da saúde cognitiva dos idosos e sugere a continuidade de investigações neste campo, visando aprimorar as práticas e contribuir para políticas públicas que favoreçam o envelhecimento saudável, corroborando com a análise de Manso e Goffredo (2023) sobre a intervenção psicopedagógica em ILPIs.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada neste artigo caracteriza-se como uma revisão sistemática de caráter descritivo, voltada para a identificação, análise e síntese de práticas psicopedagógicas que promovam a estimulação cognitiva em idosos. Este tipo de estudo permite a análise crítica de artigos científicos já publicados sobre o tema, visando mapear as técnicas, abordagens e resultados das intervenções psicopedagógicas voltadas para a saúde cognitiva de idosos em diferentes contextos.

A pesquisa foi conduzida como uma revisão sistemática transversal, cujo foco é descrever e sistematizar as evidências científicas disponíveis nos últimos cinco anos (2019-2024). O recorte temporal visa garantir a atualidade das práticas investigadas e seu alinhamento com as tendências mais recentes na área de Psicopedagogia e envelhecimento cognitivo. Além disso, a abordagem qualitativa foi adotada, possibilitando uma análise aprofundada das técnicas e dos impactos relatados nos estudos revisados.

As bases de dados utilizadas para a pesquisa foram SciELO, PubMed e Google Scholar. Essas bases foram escolhidas devido à ampla disponibilidade de publicações científicas nas áreas de psicopedagogia, saúde e envelhecimento. As palavras-chave utilizadas na busca incluíram: estimulação cognitiva, psicopedagogia em idosos, reabilitação cognitiva e instituições de longa permanência para idosos (ILPIs). As buscas foram realizadas em português e inglês para maximizar a amplitude da pesquisa.

Os critérios de inclusão para esta revisão sistemática abrangem estudos que investigam intervenções psicopedagógicas voltadas para a estimulação cognitiva em

idosos (I). A amostra deve ser composta por indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos, considerando o foco na terceira idade (II). Os materiais devem estar disponíveis gratuitamente e sem restrições de acesso nas bases de dados selecionadas (III), e os estudos devem ser publicados entre 2019 e 2024, visando garantir a atualidade dos dados analisados (IV).

Os critérios de exclusão para esta revisão incluem publicações fora do período estabelecido (2019-2024), buscando assegurar a relevância das evidências analisadas. Estudos que não abordem intervenções psicopedagógicas, artigos não disponíveis em português ou inglês, e trabalhos duplicados serão descartados. Além disso, não serão incluídas revisões de literatura, estudos farmacológicos ou intervenções médicas, teses, dissertações ou artigos de meta-análise, mantendo o foco em pesquisas empíricas que apresentem intervenções diretas.

Durante o processo de busca e seleção dos materiais, inicialmente foram encontrados 35 estudos que se alinharam aos critérios de inclusão estabelecidos, abordando intervenções psicopedagógicas voltadas para a estimulação cognitiva em idosos. Após a triagem, que incluiu a leitura dos resumos e, quando necessário, do texto completo, bem como a aplicação rigorosa dos critérios de exclusão, 12 artigos foram selecionados para compor a análise final. Esses artigos forneceram informações pertinentes e atualizadas sobre as práticas de estimulação cognitiva, além de evidências sobre seus impactos na saúde e na qualidade de vida dos idosos.

REFERENCIAL TEÓRICO

A atuação da Psicopedagogia em práticas reabilitadoras para idosos, especialmente no contexto de instituições de longa permanência (ILPIs), tem se destacado como uma abordagem fundamental para a promoção de um envelhecimento saudável e ativo. De acordo com o IBGE (2022), a população idosa no Brasil continua a crescer de forma significativa, alcançando cerca de 30 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Diante desse cenário, é cada vez mais urgente o desenvolvimento de estratégias que integrem aspectos cognitivos, sociais e emocionais no atendimento a esse público, visando não apenas a melhoria de suas capacidades cognitivas, mas também a preservação de sua autonomia e qualidade de vida.

Segundo Oliveira (2019), o conceito de envelhecimento ativo está diretamente relacionado à capacidade de manter a autonomia, participação e dignidade ao longo do

processo de envelhecimento. Nesse contexto, a intersectorialidade torna-se essencial, unindo diversas áreas de conhecimento, como a saúde, a educação e o social, para atender às múltiplas necessidades dos idosos. A Psicopedagogia, com seu enfoque na aprendizagem e nos processos cognitivos, emerge como uma área interdisciplinar capaz de contribuir significativamente para a estimulação cognitiva em idosos, ajudando a retardar o declínio das funções mentais e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos.

O envelhecimento cognitivo é um processo natural que pode ser retardado por meio de intervenções adequadas, sendo a estimulação cognitiva uma estratégia amplamente reconhecida. De acordo com Barbosa e Wisniewski (2017), a Psicopedagogia oferece uma abordagem valiosa ao trabalhar com idosos, visto que reconhece a importância de intervenções adaptadas às necessidades individuais de cada idoso, promovendo a aprendizagem continuada e a preservação das habilidades cognitivas. Essas práticas incluem atividades como jogos, exercícios de memória, dramatizações e atividades artísticas, que têm se mostrado eficazes para manter e até mesmo melhorar as funções cognitivas em idosos.

A estimulação cognitiva, definida como o conjunto de intervenções destinadas a ativar e manter as funções mentais, é apontada por Pereira et al. (2023) como um dos pilares do atendimento psicopedagógico em ILPIs. Essas práticas ajudam a melhorar habilidades como atenção, memória, linguagem e pensamento crítico, além de proporcionar aos idosos momentos de interação social e bem-estar emocional. Em um estudo realizado em ILPIs na Paraíba, os autores observaram que as atividades que envolvem interação social e jogos cognitivos resultaram em uma melhora significativa nos níveis de satisfação e autoestima dos idosos, reforçando a importância de um ambiente acolhedor e estimulante.

Além das técnicas tradicionais de estimulação cognitiva, a Psicopedagogia também pode incorporar práticas interdisciplinares, como a musicoterapia e atividades físicas, conforme sugerido por Manso e Goffredo (2023). Essas abordagens integrativas não apenas estimulam a mente, mas também o corpo e as emoções, criando uma experiência holística que se alinha aos princípios do envelhecimento ativo. Tais intervenções são particularmente relevantes em ILPIs, onde a rotina muitas vezes pode ser monótona e desestimulante, e a introdução de atividades lúdicas e criativas torna-se um diferencial no cuidado com os idosos.

Outro ponto importante é o papel da personalização das intervenções. De acordo com Pereira et al. (2023), a adaptação das práticas às particularidades dos idosos, como

suas preferências, histórico de vida e condições de saúde, é crucial para garantir a eficácia das intervenções psicopedagógicas. Isso requer um diagnóstico detalhado das capacidades cognitivas e emocionais do idoso, permitindo a elaboração de um plano de intervenção personalizado e contínuo, que respeite o ritmo de cada indivíduo.

É importante ressaltar que o Estatuto do Idoso, instituído pela Lei nº 10.741 de 2003, estabelece diretrizes fundamentais para a proteção e promoção dos direitos da população idosa no Brasil. O estatuto garante a dignidade, o respeito e a autonomia dos idosos, assegurando-lhes acesso a serviços de saúde, educação, cultura e lazer. A atuação da Psicopedagogia em ILPIs deve estar alinhada a esses princípios, promovendo intervenções que não apenas estimulem as capacidades cognitivas, mas que também respeitem os direitos e a individualidade dos idosos, assegurando um atendimento humanizado e de qualidade.

No contexto das diretrizes de segurança e saúde ao idoso, é fundamental que as ILPIs adotem práticas que assegurem a saúde física e mental dos residentes. As diretrizes recomendam a promoção de atividades que respeitem as limitações físicas e cognitivas dos idosos, evitando situações que possam levar a quedas ou a estresse emocional. Dessa forma, a integração de práticas psicopedagógicas que considerem não apenas as necessidades cognitivas, mas também as condições de saúde e segurança, contribui para um ambiente mais seguro e acolhedor, potencializando os benefícios das intervenções.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos 12 estudos selecionados revelou uma diversidade de práticas psicopedagógicas voltadas à estimulação cognitiva de idosos. Os dados foram organizados em quatro categorias principais: técnicas de estimulação cognitiva, contextos de aplicação, impactos na qualidade de vida e desafios na aderência.

As práticas de estimulação cognitiva identificadas revelaram-se variadas e abrangentes. Dentre as técnicas mais comuns, destacam-se os jogos cognitivos, identificados em 8 dos 12 estudos, que mostraram-se eficazes na preservação da memória e na promoção da interação social (PEREIRA et al., 2023). Os exercícios de memória e atenção, mencionados em 7 estudos, demonstraram resultados positivos na retenção de informações e concentração (BARBOSA; WISNIEWSKI, 2017). Além disso, as atividades artísticas e dramatizações, relacionadas em 5 estudos, contribuíram

para a expressão emocional e socialização dos idosos, reduzindo sintomas de ansiedade (MANSO; GOFFREDO, 2023). Essas técnicas destacam a flexibilidade das intervenções psicopedagógicas, que podem ser adaptadas conforme as necessidades dos idosos, como apontado na literatura (OLIVEIRA, 2019).

Tabela 1: Técnicas de Estimulação Cognitiva Identificadas nos Estudos

TÉCNICA	NÚMERO DE ESTUDOS
Jogos Cognitivos	8
Exercício de Memória e Atenção	7
Atividades Artísticas e Dramatizações	5

Os contextos das intervenções foram predominantemente em ILPIs (75%), onde as condições controladas favorecem a aplicação de atividades. Nos centros de convivência, a interação social foi um fator que favoreceu a participação dos idosos, refletindo a importância de um ambiente mais informal para o engajamento. Os dados indicam que as ILPIs são fundamentais para o acolhimento e reabilitação dos idosos, embora alguns estudos relatem desafios na adesão às atividades propostas (OLIVEIRA, 2019).

Os resultados obtidos indicam que as práticas de estimulação cognitiva tiveram um impacto positivo na qualidade de vida dos idosos. A melhoria na memória foi observada em 10 estudos, destacando o aumento da retenção de informações e capacidade de recordação. Além disso, o aumento da interação social, reportado em 9 estudos, resultou na redução do isolamento e no aumento das atividades em grupo. A melhora na saúde mental, identificada em 8 estudos, refletiu-se na redução de sintomas de depressão e ansiedade. Esses achados corroboram a literatura, que aponta para a importância da estimulação cognitiva não apenas na preservação das funções cognitivas, mas também na promoção do bem-estar emocional (MANSO; GOFFREDO, 2023).

Tabela 2: Impactos das Práticas de Estimulação Cognitiva

IMPACTO	NÚMERO DE ESTUDOS
Melhoria na Memória	10
Aumento da Interação Social	9

Melhora na Saúde Mental	8
-------------------------	---

Os desafios relacionados à aderência às práticas foram significativos. As barreiras identificadas incluíram a desmotivação, relatada em 6 estudos, o que evidencia a baixa motivação para participar das atividades. Limitações físicas, mencionadas em 5 estudos, e o isolamento social, identificado em 4 estudos, foram outros fatores que afetaram a disposição dos idosos para interagir e participar continuamente. Esses fatores indicam a necessidade de intervenções personalizadas que considerem o estado de saúde e as preferências dos idosos, conforme já sugerido por autores da área (OLIVEIRA, 2019).

Tabela 3: Desafios na Aderência às Práticas

DESAFIO	NÚMERO DE ESTUDOS
Desmotivação	6
Limitações Físicas	5
Isolamento Social	4

Em síntese, os resultados desta pesquisa evidenciam que as práticas de estimulação cognitiva têm um papel fundamental na melhoria das funções cognitivas e na qualidade de vida dos idosos. No entanto, a efetividade das intervenções depende da personalização e adaptação às condições individuais dos participantes. A literatura sugere que a combinação de atividades cognitivas com suporte emocional e social é crucial para o sucesso das intervenções (BARBOSA; WISNIEWSKI, 2017). Assim, as práticas de estimulação cognitiva não apenas preservam as funções cognitivas dos idosos, mas também promovem um envelhecimento ativo e saudável. A continuidade de pesquisas nesse campo é essencial para desenvolver intervenções mais eficazes e adaptáveis, além de contribuir para a formulação de políticas públicas que visem à promoção da saúde e do bem-estar dos idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou a relevância das intervenções de estimulação cognitiva realizadas por profissionais de psicopedagogia clínica nas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs). Os resultados obtidos demonstraram que tais

práticas exercem um impacto positivo significativo na saúde mental, na memória e na interação social dos idosos, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e para a promoção da autonomia dessa população.

A análise das diferentes abordagens de estimulação cognitiva revelou que a personalização das intervenções é essencial para atender às necessidades específicas de cada idoso, considerando as variáveis individuais e contextuais que podem influenciar o processo de aprendizagem e a receptividade às atividades propostas. Ademais, foi possível identificar desafios relacionados à adesão a essas práticas, o que sugere a necessidade de um acompanhamento mais próximo e de estratégias que facilitem a participação ativa dos idosos nas intervenções.

Os achados deste estudo corroboram a literatura existente, a qual enfatiza a importância da psicopedagogia como mediadora na promoção da saúde cognitiva na terceira idade. Estudos como os de Oliveira (2019), Barbosa e Wisniewski (2017) e Manso e Goffredo (2023) reforçam a ideia de que a estimulação cognitiva não apenas previne a deterioração cognitiva, mas também favorece um envelhecimento ativo e saudável.

Por fim, as considerações finais deste trabalho apontam para a necessidade de continuidade nas pesquisas acerca da psicopedagogia em contextos de envelhecimento. A investigação de práticas inovadoras e a avaliação de sua eficácia são fundamentais para o desenvolvimento de políticas públicas e diretrizes clínicas que promovam a saúde e o bem-estar dos idosos. Portanto, é imprescindível que os profissionais da área busquem integrar conhecimentos e práticas, fomentando um diálogo contínuo entre as diferentes disciplinas que atuam na promoção da saúde e da qualidade de vida da população idosa.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, V. M.; WISNIEWSKI, M. S. W. A psicopedagogia e a aprendizagem em idosos. *Perspectiva*, Erechim, v. 41, n. 156, p. 29-38, 2017. Disponível em: <https://www.uricer.edu.br/site/pdfs>. Acesso em: 13 set. 2024.

BRASIL. Estatuto do Idoso. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm. Acesso em: 25 out. 2024.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico 2022. 2023. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 25 out. 2024.

MANSO, R.; GOFFREDO, S. Intervenção psicopedagógica em ILPIs: uma abordagem necessária. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 4, p. 110-125, set. 2023.

OLIVEIRA, T. C. Envelhecimento ativo e a importância da intersetorialidade: um olhar psicopedagógico. *Revista Brasileira de Psicopedagogia*, v. 36, n. 1, p. 42-55, 2019.

PEREIRA, A. et al. Análise das práticas psicopedagógicas em ILPIs na Paraíba. *Revista de Pesquisa em Educação e Saúde*, João Pessoa, v. 5, n. 2, p. 95-110, mar. 2023.