



FERRAMENTAS PARA O DESENVOLVIMENTO COGNITIVO DE IDOSOS COM TRANSTORNO COGNITIVO LEVE (TCL)

Vera Lucia Martins de Mello^{*1}

GT6 - Educação, Inclusão, Gênero e Diversidade.

RESUMO:

Estima-se que a população idosa irá triplicar até 2050, no entanto, o envelhecimento pode desencadear em prejuízos de ordem ocupacional e social. Diante deste fato a presente pesquisa visa verificar a autopercepção dos processos cognitivos por idosos com transtorno cognitivo leve antes e após um período de estimulação cognitiva. A metodologia utilizada é de cunho qualitativo e experimental à ser realizada na franquia de estimulação cerebral, na cidade de Aracaju-SE, durante um período de três meses, envolvendo em princípio dez idosas com idade média de 62 anos. Ainda que se entenda que a falha na memória seja um processo natural e fisiológico decorrente do avançar da idade, pode-se verificar que o idoso procura estratégias que os estimulem a fortalecer habilidades cognitivas apresentando com estas atitudes resistências a segregação sociocognitiva.

PALAVRAS-CHAVE: Educação. Estimulação cognitiva. Idosos.

ABSTRACT:

It is estimated that the elderly population will triple by 2050, however, aging can trigger in occupational and social impairments. Faced with this fact the present research aims to verify the self-perception of cognitive processes by elderly people with mild cognitive impairment before and after a period of cognitive stimulation. The methodology used is qualitative and experimental to be performed in the brain stimulation franchise, in the city of Aracaju-SE, during a period of three months, involving in principle ten elderly women with a mean age of 62 years. Although it is understood that memory failure is a natural and physiological process due to the advancement of age, it can be verified that the elderly seek strategies that stimulate them to strengthen cognitive abilities, presenting with these attitudes resistances to sociocognitive segregation.

KEYWORDS: Education. Cognitive stimulation. The elderly.

^{*1} Pós-graduada em Didática do Ensino Superior pela Faculdade Pio X (2013), Graduada em Matemática pela Universidade Paulista – UNIP (1995), Graduanda em Pedagogia pela Universidade Federal de Sergipe (UFS). E-mail: vera_mmello@hotmail.com



INTRODUÇÃO

Os estudos sobre o desenvolvimento humano durante muito tempo manteve seu olhar para a compreensão da infância e adolescência deixando o adulto e idoso às margens do foco de interesse das pesquisas. Somente a partir do século XX os estudos sobre as chamadas idades mais avançadas sofreram algumas mudanças em suas tendências e começaram a surgir pesquisas sobre as transformações decorrentes da velhice.

Desde então, o envelhecimento humano tem sido assunto de interesse principalmente no início do século XXI. Muito embora, no Brasil, não se encontre uma produção volumosa sobre a velhice recentemente o IBGE (2008), apontou que a população idosa, em um período de tempo de 40 anos, irá triplicar no país. De acordo com as projeções feitas a população de idosos no país passará de 19,6 milhões em 2010, para 66,5 milhões em 2050, representando um salto de 10% da população brasileira para 29,3%. Ou seja, em 2050, provavelmente haverá mais idosos que crianças menores de 15 anos. Estes dados refletem o mais baixo crescimento populacional aliado a menores taxas de natalidade e fecundidade.

De acordo com Piletti (2014, p. 220), somente pelos números expressivos apresentados, já se justificaria uma preocupação científica, política, de qualidade de vida em relação a esse contingente populacional. Mas, além de reconhecer os números faz-se necessário conhecer também as transformações, as necessidades e as condições vivenciadas pela velhice.

Sendo assim, esta pesquisa de cunho qualitativo realizada em um curso de estimulação cerebral, na cidade de Aracaju-SE, tem como objetivo verificar a autopercepção, sentimentos e atitudes de idosos alfabetizados com Transtorno Cognitivo Leve (TCL), em relação as mudanças nos seus processos cognitivos em decorrência da velhice; e também compreender como se dá a percepção dos idosos em relação a funcionalidade da memória, socialização e integração antes e após a execução de ferramentas de estimulação cognitiva. Para tanto foram conduzidas entrevistas semiestructuras antes e após a utilização das ferramentas para o desenvolvimento cognitivo de idosos com transtorno cognitivo leve (TCL), registros no diário de campo, recolhimento de depoimentos espontâneos, fotografias e vídeos durante a realização das atividades.

Este estudo surge com o tema "Ferramentas para o desenvolvimento cognitivo em idosos", em virtude da função que desenvolvo, desde 2015, como educadora na franquia de



um curso de estimulação cerebral, na cidade de Aracaju, onde através de ferramentas como jogos, dinâmicas, exercícios variados e manipulação do soroban estimula-se o desenvolvimento cognitivo. Com sede em São José dos Campos a franquia existe a dez anos, mas em Aracaju, apenas cinco anos. No entanto, percebe-se um aumento na quantidade de idosos, ou mesmo das famílias que procuram uma alternativa para ao menos postergar os prejuízos que o declínio cognitivo e as suas variáveis podem trazer. Outro elemento que chama a atenção é a escassez na área da educação de publicações referente ao tema. Desta forma o tema foi escolhido mediante a importância de se formar profissionais da educação com um olhar voltado para o envelhecimento e da necessidade de tratar o idoso como membro de um grupo social que vem aumentando em termos quantitativos - não só no Brasil, mas mundialmente -, e que merece uma melhor qualidade de vida.

Neste sentido, pensando sobre o desenvolvimento cognitivo saudável do idoso este trabalho busca conhecer melhor essa etapa da vida no que se refere ao seu desenvolvimento, às suas potencialidades, seus interesses visando também contribuir para a formação de profissionais especializados que de alguma forma se sintam responsáveis pela educação de alguém, seja criança, adolescente, jovem, adulto ou idoso.

INTERESSE SOBRE O ENVELHECIMENTO

No decorrer da história sobre as relações e compreensões sobre a velhice, encontramos poucas informações sobre o tema, o que expressa a pouca atenção que muitas culturas estendem aos idosos. De acordo com Piletti (2014, p. 221), muitas culturas orientais e indígenas valorizam o idoso pelo seu conhecimento, experiência e sabedoria adquiridos ao longo da vida, dando ao velho um papel de importância na família e na comunidade. Já na sociedade ocidental há uma renúncia à velhice, embora a longevidade seja almejada, demonstrando assim um antagonismo social.

Uma das explicações para a ampliação de interesse sobre o processo de envelhecimento, de acordo com Piletti (2014, p. 227), se deu pelo aumento da população ocidental e dos Estados Unidos de idosos ativos abrindo campo para novas pesquisas e intervenções para esse segmento.

O processo de envelhecimento, vista pela medicina moderna tem uma conotação clínica, com características biológicas como a degeneração do corpo, declínio e adoecimento rumo a morte. Com isso, em 1910, nos Estados Unidos surge a Geriatria, que é a área médica que se especializa no estudo do corpo senil, apontando as suas características biológicas e



tratamentos indicados para quem passa por esse processo. Assim, através do saber médico diferenciava-se a velhice das outras etapas da vida, identificando-a com a doença.

Piletti (2014), enfatiza que desde então, a perspectiva de velhice na área médica expandiu-se por diversos segmentos da sociedade difundindo para o imaginário cultural, para outros campos de saber, para a formação de outras disciplinas como a gerontologia e, inclusive para os discursos do Estado na formulação de políticas públicas assistencialistas.

IDENTIDADE DO “VELHO”

Piletti (2014, p. 223), ressalta que “a cultura, nossas percepções, as regras sociais, se modificam ao longo da história e muitas vezes as assimilamos como se fossem naturais, ou seja, como se sempre existissem tais como se mostram”. No entanto, os próprios termos utilizados para se referir a pessoa idosa, tais como, velho, terceira idade, pessoa idosa ou simplesmente idoso foram se modificando ao longo da história de acordo com suas conotações.

Para Piletti (2014, p.223-224), o termo “velho” na cultura ocidental possui características negativas “como o declínio físico, a degeneração e a incapacidade produtiva” principalmente quando se trata de velhos pobres. Já o termo “terceira idade”, é uma expressão relativa às pessoas de mais idade, sem denotar uma idade cronológica específica e sem expressar um sentido pejorativo. O termo velhice carrega em si uma categoria cultural, na busca de uma homogeneização da sua representação e da universalização dos direitos, como o da aposentadoria correspondendo a uma inatividade remunerada. E o termo “idoso” possui um caráter “menos taxativo, estereotipado e capaz de incorporar as qualidades agregadas desse nosso grupo social, com os ideais de viver bem a vida”, onde os problemas dos “velhos” passam a ser tratados como necessidades dos idosos.

Embora, apresentado alguns termos em referência à velhice, Piletti (2014, p. 225) considera que pode ser complexo a definição do processo de velhice por existirem variáveis nas relações em que “o sujeito se vê, se sente, com o modo como é percebido pelos familiares, pela sociedade, pela cultura em que vive e também a maneira como estes interagem com o idoso.

PERDAS, DECLÍNIO



De acordo com Santos (2012, p.963), o TCL é o estado clínico na qual a pessoa apresenta alterações cognitivas e dificuldade no processamento da memória para, como exemplo recordar nomes, número de telefones e objetos guardados, porém, não satisfazem os critérios para diagnósticos de possível ou provável doença de *Alzheimer*. A autora ressalta que a memória na velhice frequentemente passa a ser menos exigida o que resulta na sua piora pela falta de uso levando a crença e ao mito de que o idoso não mais aprende. No entanto, este mito não está relacionada apenas a falta de estimulação mental, mas também ao preconceito social em relação a esta faixa etária e à baixa autoestima do idoso.” (SANTOS, 2012, p.966)

A mesma autora ressalta ainda que o processo de envelhecimento pode provocar deterioração em diferentes áreas do cérebro gerando de início um declínio cognitivo e posteriormente progressões variáveis desencadeando em prejuízos de ordem ocupacional e social, como, “autoabandono, perda da autoestima, isolamento da sociedade e até do ambiente familiar.” “Este declínio pode-se relacionar aos fatores educacionais, de saúde, bem como ao nível intelectual global e às capacidades mentais específicas do indivíduo.” (SANTOS, 2012, p. 963)

Sendo assim, estas evidências direcionam para um cenário de segregação cognitiva e também social desta população podendo desencadear no abandono, baixa autoestima, isolamento da sociedade ou mesmo familiar por se conceber como um estorvo, além da crença de que com o avançar da idade não se aprende mais.

De acordo com essas abordagens e somando-se os indicadores do IBGE, os quais mostram que a população idosa triplicará até 2050, surgiram algumas questões referente a importância da estimulação cognitiva para idosos alfabetizados e com TCL: a) que potencial apresentam como alternativa de resistência à segregação sociocognitiva? b) Como e onde se aprende na velhice? c) Qual a percepção dos idosos alfabetizados, com TCL em relação a sua memória, atenção, raciocínio, socialização e integração antes e após a participação em oficinas compostas por jogos e/ou brincadeiras?

Lage (2012, p. 87) se refere a cognição como sendo “[...] uma ação efetiva, que permite a continuidade da existência do ser vivo em um determinado ambiente, à medida que ele constrói o mundo e é por ele construído.” Desta forma, a análise cognitiva dos idosos para o estudo do conhecimento como destacado pela autora “[...] a partir dos seus processos de construção, tradução e difusão, visando o entendimento de linguagens, estruturas e processos específicos [...]” amplia a compreensão “[...] para além da área de abrangência metodológica,



que normalmente se encontra na Psicologia, na Engenharia do Conhecimento, na Ciência / Tecnologia da Informação e na Ergonomia [...]” (p.93-94), mas também para a área da Educação.

Desta forma, conforme descrito por Sobral (2016, p.11) a Educação tem seu papel de interventor, assim como, o Serviço Social e a Medicina. Mas, também, tem constituído sua identidade com novos enfoques e tendências, além de realizar aproximações no diálogo de conhecimentos de outras áreas como “Psicologia, Sociologia, Antropologia, Ciências Políticas, História, dentre outras” tomando de empréstimo métodos e técnicas.

As autoras Natália Nunes Scoralick-Lempke e Altemir José Gonçalves Barbosa, da Universidade Federal de Juiz de Fora (2012) *apud* Piletti (2014), destacam a educação, dentre as estratégias disponíveis em favor da promoção do desenvolvimento, em função de seus indiscutíveis subsídios para os aspectos de funcionamento saudável na velhice – físico, social e intelectual.”

FERRAMENTAS UTILIZADAS

Para o desenvolvimento do tema proposto a pesquisa foi realizada tendo em vista um grupo de dez mulheres idosas caracterizado como Grupo Experimental (GE), no qual as envolvidas frequentam o curso de estimulação cognitiva.

Vale ressaltar que o curso entrega aos seus alunos material próprio elaborado por profissionais da educação e das neurociências especificamente para estimular a atenção, concentração, memória, raciocínio lógico, criatividade, agilidade de raciocínio.

As ferramentas utilizadas pela franquia consiste em:

- a) Jogos de tabuleiro;
- b) Soroban (ábaco japonês);
- c) Exercícios diversificados como: caça-palavras, diagrama de palavras, sudoku, sequências, enigmas, tangran, labirinto, dobradura entre outros;
- d) Dinâmicas;
- e) Vídeos motivacionais;
- f) Desafios para casa.

Considerando a variedade de ferramentas desenvolvidas com os idosos a quantidade estimada de dez participantes do grupo GE parece ter sido razoável considerando o volume de dados analisados e o período de tempo disposto para a pesquisa.



A idade média dos grupos observados foi de 62 anos. Para essa escolha levou-se em conta a idade cronológica determinada para se considerar um idoso, ou seja, a partir de 60 anos.

Segundo o IBGE, de 1940 a 2015, a expectativa de vida no Brasil para ambos os sexos passou de 45,5 anos para 75,5 anos representando um aumento de 30 anos. Outro dado considerado é a diferença da expectativa de vida entre homens e mulheres, em Sergipe, por exemplo, é de 8,4 ano, com maior intensidade na população feminina.

Foram realizados registros no diário de campo e entrevistas semiestruturadas com as idosas da instituição mencionada antes e após as intervenções, assim como, o recolhimento de depoimentos espontâneos, fotografias e vídeos durante a realização das atividades.

Durante a realização das atividades de desenvolvimento individual com o uso do soroban (ábaco) e das apostilas de exercícios variados algumas idosas demonstraram preferência pelo ábaco e resistência aos exercícios variados. No entanto, o contrário também ocorreu.

Nos casos de preferência até para pedir auxílio à mediadora nos momentos em que se apresentava a dificuldade elas demonstravam um certo acolhimento. Já nos casos de resistência elas colocavam o fator idade como empecilho para a execução das atividades. Porém, principalmente quando conseguiam resolver e superar os desafios apresentados, festejavam mais do que quando resolviam os exercícios preferenciais. Mas, quando o mesmo tipo de exercício não preferencial lhes era novamente apresentado demonstravam a aversão da primeira vez, no entanto, os executavam com menor esforço mental.

Nas dinâmicas e nos jogos de tabuleiro na maioria das vezes não demonstraram resistência, embora, houve a necessidade da explicação ocorrer mais de uma vez, ou de usar diferentes modos de explicar ou a interferência das colegas da turma em explicar para quem não havia entendido. Algumas vezes, somente quando o jogo/dinâmica iniciava é que havia o real entendimento de algumas idosas.

Os vídeos foram utilizados no intuito de levar as idosas a refletir sobre os temas das aulas, tais como, “Felicidade”, “Cooperação”, “Competição”, “Alimentação saudável” entre outros. Ou então para lhes fazer alguma homenagem como o “Dia do amigo”, “Dia dos avós”. Após a exibição dos vídeos houve a discussão, onde pode-se perceber o quanto elas gostam de se comunicar e tem para contribuir com as suas experiências de vida. Nas homenagens algumas choraram, levando a observar o quanto são emocionalmente sensíveis e como as atividades precisam ser muito bem elaboradas, assim como se deve fazer quando se prepara atividades escolares para as crianças.



Pode-se observar que durante as atividades as idosas perceberam que embora as habilidades cognitivas no seu cotidiano, principalmente fora da instituição, tais como, memória, agilidade de raciocínio e atenção apresentem falhas, com a estimulação cerebral elas podem diminuir a intensidade destes lapsos. Com isso a autoestima individual também é potencializada e conseguem perceber as situações que lhes cercam de uma maneira mais positiva.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ainda que se entenda que a falha na memória seja um processo natural e fisiológico decorrente do avançar da idade, pode-se verificar que o idoso procura estratégias, alternativas e meios que auxiliem nas situações em que não se lembrem de nomes, números de telefone, ou onde guardaram determinados objetos fazendo anotações em agendas, criando lembretes, ou mesmo participando de cursos livres que os estimulem a fortalecer habilidades cognitivas apresentando com estas atitudes resistências a segregação sociocognitiva. Todavia, como afirma Pinetti (2014), isso não pode ser pensado como um problema individual e que depende somente da vontade do idoso.

Mesmo apresentando um declínio cognitivo o qual influencia na quantidade, agilidade e qualidade do processamento das informações absorvidas, ainda assim, o idoso aprende em ambientes diversos, seja ele, institucionalizado ou não, no entanto, se houver a interferência de um mediador esse processo pode ser facilitado.

Pode-se afirmar uma resistência dos idosos diante da percepção do comprometimento dos processos cognitivos no envelhecimento, tanto daqueles que procuram um atendimento especializado de estimulação cerebral, como é o caso do curso supracitado, quanto daqueles que buscam apenas alternativas de amenizar os efeitos do declínio natural em diferentes áreas da cognição.

Percebeu-se que durante as atividades propostas não só as habilidades cognitivas foram desenvolvidas, mas também o fortalecimento dos vínculos entre os membros das turmas observadas, da oportunidade de novas relações e do estabelecimento da autoestima.

No momento de execução das atividades nenhum dos integrantes parecia se lembrar que eram “velhos”, mas no momento em que foram solicitadas tarefas específicas, como memorizar a sequência de objetos, por exemplo, eles se apoiavam no “peso” da idade, mesmo apresentando um resultado satisfatório.



Vale ressaltar que o sujeito em questão necessita realizar atividades não apenas para ocupar o seu tempo livre, mas para encontrar novos sentidos, significados e projetos de vida afim de adquirir novas aprendizagens e motivações, fortalecer suas relações e vínculos de amizade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Expectativa de vida no Brasil sobe 75,5 anos em 2015**. 2016. Disponível em: <<http://www.brasil.gov.br/governo/2016/12/expectativa-de-vida-no-brasil-sobe-para-75-5-anos-em-2015>>. Acesso em: 01/01/2017.

BURNHAM, Teresinha Fróes. Espaços multirreferenciais de aprendizagem: lócus de resistência à segregação sociocognitiva. In: BURNHAM, Teresinha Fróes. **Análise cognitiva e espaços multirreferenciais de aprendizagem**: currículo, educação a distância e gestão / difusão do conhecimento. Salvador: EDUFBA, 2012. (p.77-98).

DUARTE, Rosália. **Pesquisa qualitativa**: reflexões sobre o trabalho de campo. Cadernos de Pesquisa, n. 115, março/2002. (p.139-154). Disponível em: <<http://www.scielo.br>>. Acesso em: 01/01/2016.

IBGE (2008). **Projeção da população do Brasil**. Encontrado em 01 dezembro, 2010, em em: <http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_impresao.php?id_noticia=1272>. Acesso em: 01/08/2017.

LAGE, Ana Lúcia; BURNHAM, Teresinha Fróes; MICHINEL, José Luis. Abordagens epistemológicas da cognição: a análise cognitiva na investigação da construção de conhecimento. In: BURNHAM, Teresinha Fróes. **Análise cognitiva e espaços multirreferenciais de aprendizagem**: currículo, educação a distância e gestão / difusão do conhecimento. Salvador: EDUFBA, 2012. (p.77-98).

LEAL, Luciana Nunes. População idosa vai triplicar entre 2010 e 2050, aponta publicação do IBGE. **O Estado de São Paulo**. 29 ago. 2016. Disponível em: <<http://brasil.estadao.com.br/noticias/geral,populacao-idosa-vai-triplicar-entre-2010-e-2050-aponta-publicacao-do-ibge,10000072724>>. Acesso em 01/10/2016.

OLIVEIRA, Yolanda Dantas de. A formulação do problema de pesquisa: considerações sobre uma experiência no âmbito da história da educação. In: BRETAS, Silvana Aparecida; SOBRAL, Maria Neide. (org.). **Pesquisa em educação**: Interfaces, experiências e orientações. Maceió: EDUFAL, 2016. (p.37-49).

PILETTI, Nelson; ROSSATO, Solange Marques; ROSSATO, Geovanio. **Psicologia do desenvolvimento**. São Paulo: Contexto, 2014. (p.214-240).

SANTOS, Izabel Borges dos; GOMES, Lucy; MATOS, Neuza Moreira de; VALE, Maria Sueli do; SANTOS; Fernando Borges dos; CARDENAS, Carmen Jansen; ALVES, Vicente Paulo. **Oficinas de estimulação cognitiva adaptadas para idosos analfabetos com**



enfope
12 fopie

ISSN: 2179-0663

REALIZAÇÃO

APOIO



11 ENCONTRO INTERNACIONAL DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES

12 FÓRUM PERMANENTE INTERNACIONAL DE INOVAÇÃO EDUCACIONAL

4º ENCONTRO ESTADUAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL PELA FORMAÇÃO DE PROFESSORES SEÇÃO SERGIPE

A FORMAÇÃO ÉTICA, ESTÉTICA E POLÍTICA DO PROFESSOR DA EDUCAÇÃO BÁSICA

transtorno cognitivo leve. Revista Brasileira de Enfermagem (Reben). Brasília, 2012. (p.962-968).

SOBRAL, Maria Neide. Interfaces da pesquisa em educação. In: BRETAS, Silvana Aparecida; SOBRAL, Maria Neide. (org.). **Pesquisa em educação:** Interfaces, experiências e orientações. Maceió: EDUFAL, 2016. (p.7-23).