

OFICINA DE MEMÓRIA PARA IDOSOS: UMA INTERVENÇÃO PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE.

MARIA DAS GRAÇAS SIMÕES COSTA ¹

MARIA DAS GRAÇAS SIMÕES COSTA ²

MARIA DE FÁTIMA DE PAULA SILVA CAMPOS ³

RESUMO

OFICINA DE MEMÓRIA PARA IDOSOS PARA ESTIMULAR A MEMÓRIA: Uma forma de minimizar a falta de memória. Campos, M.F.P.S ; Costa, M.G.S²; Salomão, D.A.³ ; Lima, J.V.F⁴; Introdução – O envelhecimento populacional é uma realidade brasileira e, devido a esse aumento da longevidade, as pessoas vêm enfrentando novos desafios. Nesse estudo salientam-se as questões dos distúrbios da memória, que vem sendo apontadas pelos pacientes em atendimento nos consultórios do NAI - Núcleo de Atenção ao Idoso - UFPE. Esses esquecimentos podem ser provocados pelo estresse, ansiedade, depressão e atenuadas pelas demências. Portanto, é muito importante a investigação e elaboração de um diagnóstico preciso para oferecer ao paciente a orientação e tratamento adequado. Então, a partir dessas constantes queixas, elaborou-se um projeto para atender essa demanda visando estimular a memória, uma vez que, ela exerce importante influência sobre a autonomia e independência na vida cotidiana do indivíduo. Elaborou-se uma proposta de oficina para estimular/potencializar a memória. Objetivo - Estimular a percepção, atenção, memória (recente e antiga) e treinar técnicas para melhorar a memorização. Métodos - Os idosos foram previamente entrevistados e submetidos ao MEEM (Mini Exame do Estado Mental) e, a partir dos resultados, foram escolhidos os que apresentaram scores menores. Então, foram realizados encontros quinzenais, com duração de duas horas, durante o período de maio a dez/2011, no NAI/UFPE. E, neles foram trabalhadas a estimulação cognitiva desses idosos através de exposições dialogadas, textos, jogos entre outros. O grupo foi formado por 20 pessoas com idade a partir de 60 anos, a grande maioria do sexo feminino. Resultados – Observou-se que todos estavam bastante motivados e integrados participando ativamente e efetivamente de todas as atividades desenvolvidas e buscando construir novas

estratégias como forma de superar seus “lapsos” de memória. Conclusão – Essas intervenções mostram que podem contribuir positivamente, pois além de estimular a memória, socializam, integram e emancipam esses idosos tornando-os mais ativos, produtivos e com mais qualidade de vida. Descritores: Memória, Idoso, Envelhecimento e Qualidade de vida.

Palavras-chave: MEMÓRIA, IDOSO, ENVELHECIMENTO.

¹ CONGREGAÇÃO DE SANTA DOROTÉIA DO BRASIL FACULDADE FRASSINETTI DO RECIFE FAFIRE, scgracas@yahoo.com.br;

² CONGREGAÇÃO DE SANTA DOROTÉIA DO BRASIL FACULDADE FRASSINETTI DO RECIFE FAFIRE, scgracas@yahoo.com.br;

³ UFPE, fatimascampos@yahoo.com.;