

A PRÁTICA DA TERAPIA OCUPACIONAL NA ESTIMULAÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS QUE FREQUENTAM CENTRO DE CONVIVÊNCIA.

MEDEIROS¹, Halessandra; MORAES², Berla; PEDROSA³, Mayra; RIBEIRO⁴, Lys.

RESUMO

Este estudo teve como objetivo promover estimulação cognitiva de idosos que frequentam Centros de Convivência. Participaram dos grupos de terapia ocupacional 29 pessoas. Os grupos foram ofertados durante 11 semanas, com duração de 60 minutos. Foram utilizadas como técnicas de estimulação cognitiva a arteterapia, desempenho ocupacional e jogos. Como resultados, 27% dos participantes dos grupos tinham declínio cognitivo, nesse contexto a terapia ocupacional favorece tanto o rastreamento como a estimulação cognitiva e favorece a promoção da saúde, socialização e ressignificação na vida dos participantes.

PALAVRAS-CHAVE

Centro de Convivência da Pessoa Idosa; Terapia Ocupacional, Estimulação Cognitiva.

1. INTRODUÇÃO

O Centro de Convivência é um espaço de interação grupal cujo objetivo é proporcionar o envelhecimento ativo dos idosos na sociedade, a partir de atividades de lazer, cultura, educação e saúde, buscando a prevenção de possíveis adoecimentos, promoção da saúde, bem como possibilitando uma rede de convívio positiva e ativa para os mesmos.

Por ser uma proposta política que envolve tanto o campo da saúde quanto o campo social, nos Centros de Convivências da pessoa idosa estão inseridas diversas práticas profissionais, dentre elas a Terapia Ocupacional. Neste contexto o terapeuta ocupacional desenvolve atividades grupais de estimulação cognitiva com objetivo de promover maior autonomia nas atividades de rotina desses indivíduos, tendo em vista a melhoria da qualidade de vida e interação social.

Neste intuito, instigados pelo incentivo das esferas do governo ao envelhecimento ativo, pela necessidade de redução de problemas relacionados às disfunções cognitivas, principalmente da memória e pela importância da inserção de alunos de terapia ocupacional nos cenários de prática no campo da gerontologia, nos sentimos motivados para desenvolvermos o projeto de extensão: Cuidando da memória na terceira idade, no Departamento de Terapia Ocupacional da UFPB.

¹ UFPB, discente colaborador, halessandramedeiros@gmail.com.

² UFPB, professor orientador, berlamm@hotmail.com.

³ UFPB, discente colaborador, mayra.maia@hotmail.com.

⁴ UFPB, discente colaborador, lys.ribeiro@hotmail.com.

Acreditamos que o Terapeuta Ocupacional intervindo nos centros de convivência identifica o perfil cognitivo e ocupacional dos idosos e utiliza diversas técnicas para estimulação cognitiva como: reminiscência para evocação de lembranças a partir de um tema gerador; a arteterapia com o uso das artes e as atividades ocupacionais (atividades de vida diária, lazer, dentre outras) como forma de estimulação das memórias e manutenção de autonomia no cotidiano.

Diante dessa prática, para desenvolvimento do referido projeto foram realizadas reuniões de aprofundamento teórico semanalmente, onde debatemos temas sobre envelhecimento ativo e estimulação cognitiva com base em evidências científicas atuais, também realizamos reuniões de organização administrativa, sendo este um momento de encontro fundamental para elaboração do material de divulgação dos grupos de convivência, coleta de dados do projeto, catalogação e análise dos resultados; elaboração das atas dos encontros; organização dos grupos de convivência, resolução de problemas. Esta preparação contínua foi primordial para a participação efetiva da prática de estimulação cognitiva nos grupos de convivência.

Em revisão de literatura sobre esta temática, percebe-se que ainda há poucas evidências sobre a prática da terapia ocupacional na estimulação cognitiva de idosos em centros de convivência, o que torna imperativo o desenvolvimento deste projeto e a divulgação de seus resultados.

DESENVOLVIMENTO

Envelhecimento ativo é definido por WHO (2002) como o processo de otimizar oportunidades para saúde, participação e segurança de modo a realçar a qualidade de vida na medida em que as pessoas envelhecem.

O Centro de Convivência do Idoso tem como foco desenvolver atividades que possam contribuir no processo de envelhecimento ativo, no fortalecimento dos vínculos familiares e no convívio comunitário, como também na prevenção de risco social. O seu funcionamento dar-se através de incentivo governamental e por serviços prestados de profissionais multidisciplinares, como: educadores físicos, psicólogos, terapeutas ocupacionais, pedagogos e professores de teatro, canto e frivolidé, tendo também a participação de profissionais remunerados pelo governo.

A Terapia Ocupacional inserida em um centro de convivência do idoso atua a partir de atividades de estimulação cognitiva, sendo este o principal mecanismo utilizado para nortear a intervenção. As ferramentas de estimulação cognitiva utilizadas serão as técnicas de reminiscências, associadas à arteterapia e ao desempenho ocupacional nas atividades cotidianas. A literatura indica que ambas produzem efeitos benéficos sobre idosos. “A terapia da reminiscência valoriza o paciente através do seu conhecimento a respeito do seu passado permitindo a conversação e orientação para o presente. A prática indica ênfase nos contrastes e nas similaridades entre o presente e o passado.” (CAMARA, V. et al 2009)

As técnicas serão utilizadas em grupo com pessoas idosas a partir de temas geradores sobre as áreas de ocupação que as pessoas idosas vivenciam, provocando a recordação de procedimentos de vida cotidiana e aproveitando-as para ativar o sistema de memória operacional, que registra memórias recentes e que é mais afetado com o envelhecimento. A possibilidade de vivenciar atividades de estimulação das memórias a

partir de técnicas de arteterapia e de atividades ocupacionais, poderá também favorecer a manutenção da autonomia em idosos.

METODOLOGIA

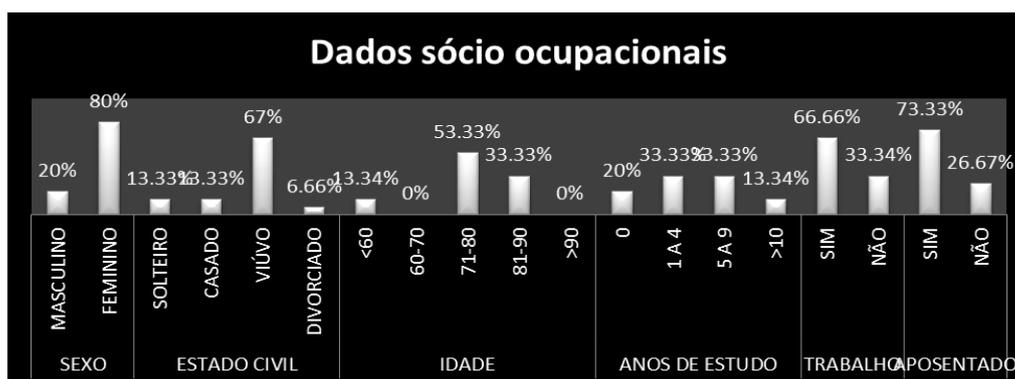
Este estudo utilizou metodologia quantitativa para analisar e interpretar as atividades de estimulação cognitiva ofertada aos idosos que frequentam centro de convivência durante sua participação nos grupos de terapia ocupacional. O grupo citado é chamado de “Cuidando da Memória na terceira idade” e se configura em um projeto de extensão do Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Este foi desenvolvido semanalmente durante 03 meses (julho a setembro de 2013) no Centro de Convivência da pessoa idosa, órgão do Estado da Paraíba, situado em João Pessoa, e acompanhou aproximadamente 29 idosos com idade entre 57 a 87 anos.

Durante 11 semanas, por 60 minutos, foram oferecidas atividades de estimulação cognitiva em grupo, envolvendo técnicas de arteterapia, desempenho ocupacional e jogos. Estas atividades eram planejadas semanalmente e seguiam a mesma estrutura, iniciando com a acolhida que envolvia cerca de 05 minutos, tendo como atividade principal a estimulação cognitiva, com um tempo de 50 minutos e o encerramento, desenvolvido em 05 minutos.

Na quarta semana, 15 idosos foram submetidos a uma entrevista semi-estruturada, cujas perguntas abordaram aspectos sócio-ocupacionais e uma avaliação cognitiva utilizando como instrumento o Mini-Exame do Estado Mental (MEEM). O MEEM é um dos testes mais utilizados no mundo para detectar declínio cognitivo, avalia de forma rápida e fácil o funcionamento cognitivo global, investigando a orientação para o tempo, espaço, atenção, linguagem, habilidades construtivas e memória imediata/tardia (BRUCKI et al. 2003; FOLSTEIN et al. 1975).

RESULTADOS

Os resultados dos dados sócio ocupacionais estão descritos no quadro 1, que contém informações sobre sexo, estado civil, idade, anos de estudo, trabalho e aposentadoria. Identifica-se uma maior predominância do sexo feminino (80%) na participação dos grupos, 67% são viúvos, com idade predominante de 71 a 80 anos. No que diz respeito à escolaridade, os participantes tinham em média de 1 a 9 anos de estudo. Referente a ter trabalhado, 66,66% responderam que sim, sendo que 73,33% estavam aposentados.



Quadro 1. Dados sócioocupacionais dos participantes dos grupos de terapia ocupacional

Dos idosos avaliados, 27% apresentam escore no MEEM abaixo do considerado normal com valores entre 18 e os 20 pontos. O MEEM considera que existe declínio cognitivo na população com 1 a 11 anos de escolaridade se os valores forem inferiores ou iguais a 22 pontos. Verifica-se, então que 63% da população avaliada encontram-se sem aparente comprometimento cognitivo, conforme descreve o gráfico abaixo:

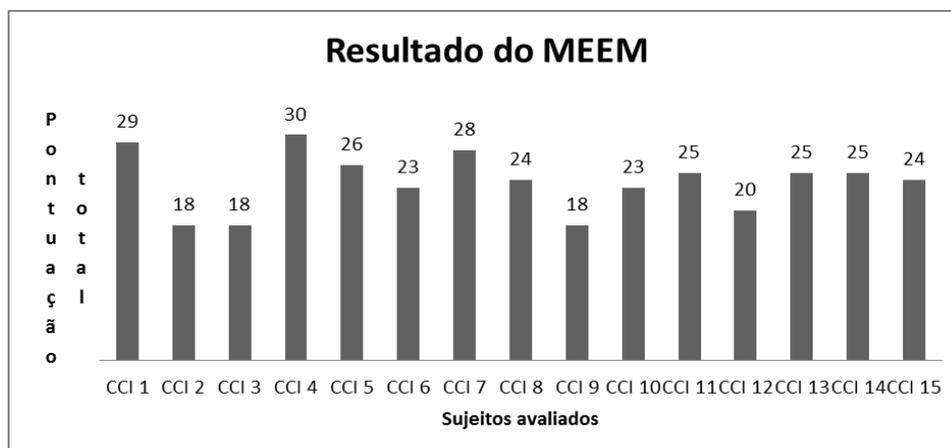


Gráfico 1. Pontuação no MEEM dos participantes dos grupos de terapia ocupacional

Importante destacar que o item no MEEM que houve menor pontuação foi: atenção e cálculo. Mesmo assim, as atividades planejadas para estimulação cognitiva envolveram diversas memórias, predominando as memórias de procedimentos (27.27%) e a memória semântica (27.27%), conforme demonstra o quadro abaixo:



Quadro 2. Tipos de memórias estimuladas nos grupos de terapia ocupacional

Referente à frequência, participaram dos grupos de terapia ocupacional 29 idosos (50% do total de frequentadores do CCI), sendo que 13.8% participaram de todas as atividades de estimulação cognitiva, ou seja, das 11 semanas de atendimento em grupo. A média de participação por dia foi de 18,18% de participantes, com a máxima de 22 e a mínima de 14 idosos por encontro. Podendo ser verificado nas tabelas a seguir:

Tabela 1. Frequência de idosos nos grupos de estimulação cognitiva:

N Encontros	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Frequência	2	1	2	3	2	3	1	3	5	3	4
Porcentagem	6.9	3.45	6.9	10.34	6.9	10.34	3.45	10.34	17.24	10.34	13.8

Tabela 2. Quantidade de idosos nos grupos de estimulação cognitiva por dia:

Data	10/07	17/07	24/07	31/07	7/08	21/08	28/08	04/09	11/09	18/09	25/09
Participantes	17	22	22	15	15	18	14	17	21	18	21

CONCLUSÃO

Os resultados do referido projeto de extensão mostraram que idosos que frequentam o CCI necessitam de estimulação cognitiva, visto que cerca de 27% dos participantes nos grupos de terapia ocupacional já estão com algum declínio cognitivo e sua maioria estão em grupo de risco para demências. O uso de uma avaliação de rastreio cognitivo é útil tanto para identificar o declínio cognitivo, como para planejamento das atividades de estimulação cognitiva. Dentro dessa perspectiva, os grupos de terapia ocupacional favorecem tanto o rastreio como a estimulação cognitiva dos participantes e favorece a promoção da saúde, socialização e ressignificação na vida destes idosos.

REFERÊNCIAS

CAMARA, V. et al. Reabilitação Cognitiva das Demências. Revista Brasileira de Neurologia, v. 45, n° 1, 2009.

COLEMAN, P.G. – Ageing and reminiscence processes: social and clinical implications. 1st ed. New York, John Wiley, 1986.

FOLSTEIN, M.F.; FOLSTEIN, S.E. & McHUGH, P.R. – "Mini-mental state". A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *J. Psychiatr. Res.* 12: 189-198, 1975.

WHO/NMH/NPH. Active ageing: a policy framework. Geneve: World Health Organization, 2002. 58 p.

ZIMERMAN, G.I. Velhice – aspectos biopsicossociais. ArtMed, Porto Alegre, 2000.