



CUIDADOS COGNITIVOS COM IDOSOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ¹

**Lara Maria Seifried dos Santos², Laura Fernanda Erbes³, Natália Carvalho de Souza⁴,
Adrieli Roberta Marostega⁵, Leonardo Dias Schreiber⁶, Daniele de Almeida da Silva⁷,
Brenda da Silva⁸.**

¹ Trabalho elaborado no Componente Curricular Disciplinar de Projeto Integrador: Atenção à Saúde nos cursos do Núcleo da Saúde da Universidade Regional do Noroeste do Rio Grande do Sul - Unijuí.

² Estudante do Curso de Fonoaudiologia da Unijuí, e-mail: lara.seifried@sou.unijui.edu.br.

³ Estudante do Curso de Fonoaudiologia da Unijuí, e-mail: laura.erbes@sou.unijui.edu.br.

⁴ Estudante do Curso de Fonoaudiologia da Unijuí, e-mail: natalia.csouza@unijui.edu.br.

⁵ Estudante do Curso de Fonoaudiologia da Unijuí, e-mail: adrieli.marostega@sou.unijui.edu.br.

⁶ Estudante do Curso de Fonoaudiologia da Unijuí, e-mail: leonardo.schreiber@unijui.edu.br.

⁷ Estudante do Curso de Fonoaudiologia da Unijuí, e-mail: danielle.almeida@sou.unijui.edu.br.

⁸ Biomédica. Doutora em Farmacologia pela Universidade Federal de Santa Maria. Docente do Núcleo dos Cursos da Saúde da Unijuí. E-mail: brenda.s@unijui.edu.br.

Introdução: O número de pessoas com mais de 65 anos superou 22 milhões, correspondendo a aproximadamente 11% da população brasileira, no ano de 2023. Um dos principais sistemas acometidos pelo envelhecimento é o sistema nervoso central, em que o declínio cognitivo pode ser um fator desencadeante para o surgimento de demências, a exemplo do Alzheimer. No Brasil, em 2022, aproximadamente 2 milhões de pessoas viviam com alguma forma de demência e espera-se que esses números tripliquem até o ano de 2050. Logo, sob essa ótica, a prática de exercícios mentais é de extrema importância para a redução da perda cognitiva nos idosos. **Objetivos:** Fornecer informações sobre os cuidados necessários para prevenir e manejar a demência, além de apresentar estratégias para a prevenção da doença, promovendo uma melhor qualidade de vida. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência a partir de ações do componente curricular disciplinar Projeto Integrador: Atenção à Saúde. A vivência aconteceu em uma instituição de longa permanência para idosos da Região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Tal pesquisa foi embasada na literatura científica e em dados do Ministério da Saúde para a criação de um produto destinado aos familiares e cuidadores do público alvo e a elaboração de atividades práticas junto aos idosos. Foi desenvolvida uma cartilha, contendo informações referentes ao processo de envelhecimento, desenvolvimento de demências, principais formas clínicas, sintomas, além de uma ampla gama de aspectos que englobam o tema. Ainda, na cartilha, foi disposto um rol de atividades diversificadas a serem realizadas com os idosos, tendo em vista os inúmeros benefícios do exercício mental com esses indivíduos. Também, foi elaborada uma atividade prática, em que foi proposto aos idosos, um jogo de bingo com o intuito de estimular a cognição, socialização e lazer junto aos cuidadores e profissionais de saúde que atendem na instituição. Para a realização do bingo, foram confeccionadas cartelas personalizadas, contendo nove números, em tamanho aumentado a fim de facilitar a visualização. Para esta atividade, os participantes foram organizados em torno de uma mesa, e cada um recebeu uma cartela de bingo numeradas



aleatoriamente com nove algarismos de 1 à 30, assim como grãos de feijão para realizarem a marcação. Tendo em vista que alguns idosos apresentavam disfunções cognitivas, como demências e Alzheimer, para auxiliá-los, os estudantes auxiliaram aqueles que tinham dificuldades. Com a utilização de um globo de bingo, foram sorteados os números e, ao completarem a cartela, o idoso realizava o anúncio e era contemplado com um brinde. Todavia, para que o jogo fosse um momento de descontração e entretenimento saudável, todos os participantes tiveram a oportunidade de receber, ao menos, um brinde, para que não houvessem exclusões e sentimentos de desvantagem. **Resultados:** No momento de encontro entre os profissionais da instituição e os estudantes, foi transmitido a todos os envolvidos, informações que englobam diversos aspectos relacionados ao processo do envelhecimento e às demências, sendo um momento de grande troca de conhecimentos e experiências. A cartilha, a qual foi entregue à instituição, tem como objetivo auxiliar a identificar e manejar as demências, servindo como um material informativo e de apoio para eventuais dúvidas. É importante destacar que cuidar de idosos demenciados está associado a elevados níveis de estresse, sobrecarga física e emocional, sendo a cartilha, um instrumento de extrema importância para o conhecimento de um maior número de questões que envolvem essa condição. Por outro lado, a atividade prática proposta ao grupo da terceira idade, teve como resultados, o exercício e o estímulo da mente e da cognição dos idosos em questão, além de promover socialização, diversão e lazer. Com o desenvolvimento do bingo, o qual é caracterizado por ser uma atividade perceptivo-motora e de metodologia recreativa, houve o estímulo das habilidades desse grupo de indivíduos, permitindo que os mesmos socializarem com diferentes pessoas, ao mesmo tempo que exercitem a cognição, sendo um fator de prevenção para as mais diversas demências, além de promoverem saúde e bem-estar. Por fim, considerando a era digital e o acesso à informação pelos veículos comunicativos que são utilizados diariamente, foram entregues ao demandante, cartazes com QR Code a serem espalhados pela instituição, os quais direcionam a uma pasta no Google Drive, contendo o material da cartilha de forma digital, sendo possível de acesso ao público externo. **Conclusões:** A educação e a conscientização sobre a demência são essenciais para desmistificar a doença e reduzir o estigma associado a ela, promovendo um ambiente de apoio e compreensão. O acesso a informações adequadas melhora a compreensão, reduz frustrações e aumenta a confiança nas interações, promovendo sua autonomia e dignidade. Além disso, resulta em cuidados mais personalizados, fortalece vínculos entre cuidadores e idosos, e proporciona suporte emocional. Em suma, uma comunicação eficaz contribui para um ambiente de cuidado mais harmonioso, digno e respeitoso. Neste trabalho, enfatizou-se a importância de aprimorar a comunicação entre os profissionais de saúde e os idosos, com o objetivo de facilitar a rotina de cuidados e proporcionar uma melhoria na qualidade do atendimento e na qualidade de vida dos residentes na instituição. **Palavras-chave:** Cognição; Envelhecimento; Instituição de Longa Permanência para Idosos; Demência.