

## **O ENVELHECIMENTO ATIVO SOB O OLHAR TERAPÊUTICO OCUPACIONAL NUM PROJETO DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA NA CIDADE DE PELOTAS.**

**RITA DE CÁSSIA MOSCARELLI CORRÊA<sup>1</sup>; ALICE DIAS CRUZ<sup>2</sup>; BEATRIZ  
SOARES PEPE<sup>3</sup>; FERNANDO COELHO<sup>4</sup>; CARLA SERPA COSTA<sup>5</sup>; ZAYANNA  
CHRISTINE LOPES LINDÔSO<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – [ritamoscarelli@gmail.com](mailto:ritamoscarelli@gmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – [alicediascruz@gmail.com](mailto:alicediascruz@gmail.com);

<sup>3</sup>[beatriz.s.pepe@gmail.com](mailto:beatriz.s.pepe@gmail.com); <sup>4</sup>[fc.dias95@yahoo.com](mailto:fc.dias95@yahoo.com); <sup>5</sup>[carlinhaserpac@hotmail.com](mailto:carlinhaserpac@hotmail.com)

<sup>6</sup>Professora Adjunta do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pelotas –  
[zayanna@gmail.com](mailto:zayanna@gmail.com)

### **1. INTRODUÇÃO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) adotou o termo “envelhecimento ativo” com o objetivo de expressar a atitude de um indivíduo, como a de um grupo em procurar melhor qualidade de vida, participação social, autonomia e independência (OMS, 1994).

Existe a necessidade de promover maior autonomia dos idosos através de trabalhos preventivos se quisermos assegurar que tenham um melhor status na sociedade e comunidades em que vivem (KILLORAN e cols. 1997).

O Brasil vem apresentando uma população crescente de idosos, estima-se que entre 2000 a 2050 que a população idosa passará de 5,1% para 14,2% e que no ano de 2025 a população chegará a 34 milhões de pessoas acima de 60 anos. A preocupação com esta população não está no envelhecer mantendo todas as capacidades funcionais, mas sim quando surge um declínio funcional (CAVALCANTI e GALVÃO, 2007).

Um declínio linear de perda de memória com o envelhecimento é normal e ocorre normalmente em torno dos 70 anos de idade (KATZMAN e TERRY, 1992).

Rose (2002) acrescenta que a perda da memória pode ser considerada a mais assustadora das deficiências, por roubar a individualidade, as memórias pessoais e as habilidades de desempenhos.

O terapeuta ocupacional é um profissional que pode compor a equipe multiprofissional nos programas de reabilitação do idoso, com o propósito de evitar incapacidades funcionais e cognitivas que geram perda de independência e autonomia. Este profissional faz uso de diversos instrumentos para avaliar o estado cognitivo como, por exemplo, o Mini Exame do Estado Mental. Essa avaliação é necessária para identificar as habilidades e déficits do paciente e determinar o impacto desses déficits em sua vida diária para logo após realizar intervenções de estimulação cognitiva.

Pensando nisso, presente trabalho pretendeu verificar a percepção dos idosos sobre Envelhecimento Ativo. Os idosos são participantes de um Projeto de Extensão intitulado Programa de Terapia Ocupacional em Gerontologia (PRO-GERONTO) cujo objetivo é a manutenção da capacidade cognitiva do idoso. O referido projeto funciona numa UBS no bairro Fragata, na cidade de Pelotas, é supervisionado por uma docente do curso de Terapia Ocupacional e conta com a

participação de quatro alunos voluntários e uma bolsista do Curso de Terapia Ocupacional da UFPel.

## 2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, quantitativo e descritivo com uma amostra de conveniência. Foi elaborado um questionário com oito perguntas objetivas, com base na Cartilha do Ministério da Saúde intitulada “Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde”. O questionário foi aplicado junto a dez idosos do PRO-GERONTO no mês de julho de 2015. As perguntas incluíram aspectos como: contribuições do projeto na melhora da qualidade de vida, importância da autonomia e independência para o idoso, participação social, estado mental e físico, participação em atividades físicas e a relação entre ações preventivas e aumento da participação dos idosos em atividades da sociedade. Os idosos responderam sim ou não para cada questão. Os resultados foram organizados de forma descritiva com apresentação da frequência absoluta.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A descrição dos resultados se encontra na Tabela 1. Os principais resultados demonstraram que a maioria dos idosos acha importante o encontro para realização das atividades, pelo fato de estarem interagindo socialmente e estimulando sua memória.

**Tabela 1. Percepção dos idosos participantes do PRO-GERONTO sobre envelhecimento ativo e qualidade de vida.**

Perguntas	Sim (n=9)	Não (n=9)
1- O PRO-GERONTO está melhorando sua qualidade de vida?	10	0
2- Considera importante sua autonomia e independência?	10	0
3- Participa de atividades sociais?	8	2
4- Considera seu estado mental satisfatório?	5	5
5- E estado físico?	7	3
6- Participa de alguma atividade física?	8	2
7- Sente animação e procura melhor qualidade de vida?	10	0
8- Acha tarde demais para melhorar sua qualidade de vida?	1	9
9- Acha que ações preventivas recuperam a função e		

---

aumentam a participação dos idosos em todas as atividades da sociedade?	10	0
---	----	---

---

**Fonte:** Os autores, 2015.

Nota-se ao observar as respostas dos participantes da pesquisa, que as atividades realizadas no Projeto estão melhorando sua qualidade de vida. Todos consideram sua autonomia e independência importantes e ficam animados ao procurar melhor qualidade de vida. Também todos eles concordam que ações preventivas recuperam a função e aumentam a participação dos idosos em atividades da sociedade.

O estado mental demonstrou a necessidade de continuarem a participar das atividades de estimulação cognitiva, pois as respostas foram equilibradas. Os resultados demonstram apenas uma percepção inicial dos idosos e evidenciam a importância da continuidade do trabalho.

Cada vez mais as pessoas têm buscado viver melhor, nesse sentido, atenção primária à saúde do idoso deve ser priorizada. Não se tem conhecimento de outras UBS na cidade de Pelotas que ofereçam atividades semelhantes às do PRO-GERONTO e estas propostas vão de encontro às políticas de saúde direcionadas a esta população.

A Terapia Ocupacional contribui para o envelhecimento ativo, reabilitando idosos, através de avaliações e intervenções terapêuticas ocupacionais, com o objetivo de maximizar a independência e a autonomia deles pelo maior tempo possível, otimizando o suporte familiar, construindo ou aprimorando vínculos sociais e a reinserção no sistema produtivo, otimizando suas habilidades residuais e estimulando a cognição (CAVALCANTI e GALVÃO, 2007).

Avaliando o desempenho ocupacional de idosos, o TO reconhece se existe declínio cognitivo, administra o contexto de desempenho do paciente compensando os déficits do processamento de informações, garantindo uma melhor qualidade de vida (CAVALCANTI e GALVÃO, 2007).

#### 4. CONCLUSÕES

Conclui-se que os idosos participantes da pesquisa estão satisfeitos com o trabalho realizado pelos graduandos do Curso de Terapia Ocupacional – UFPel no PRO-GERONTO e o objetivo proposto está sendo contemplado.

O trabalho terá continuidade no próximo semestre, através de avaliações e intervenções terapêuticas com todos os idosos.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASÍLIA, (2005). Cartilha. A Secretaria de Vigilância em Saúde reproduziu o documento **“Envelhecimento Saudável - Uma Política de Saúde”** elaborado pela Unidade de Envelhecimento e Curso de Vida da Organização Mundial de Saúde (OMS) como contribuição para a Segunda Assembléia Mundial das Nações Sobre o Envelhecimento realizada em abril de 2002 em Madri, Espanha.

CAVALCANTI, A.A.S.; GALVÃO, C.R.C. (2007). **Terapia Ocupacional – Fundamentos & Prática**. Rio de Janeiro. Ed. Guanabara/Koogan.

KATZMAN R & TERRY R, (1992). Normal ageing of the nervous system. In: Katzman R & Rowe JW (eds). **Principles of Geriatric Neurology**. Philadelphia: FA Davis, pp. 18-58.

KILLORAN A, HOWSE K, DALLEY G, (1997). Promoting the Health of Older People: A Compendium. London: Health Education Authority.

OMS, Organização Mundial da Saúde (1994). **Declaração elaborada pelo Grupo de Trabalho da Qualidade de Vida da OMS**. Publicada no glossário de Promoção da Saúde da OMS de 1998. OMS/HPR/HEP/98.1. Genebra: Organização Mundial da Saúde.

ROSE SP (2002) **Smart drugs: do they work? Are they ethical? Will They be legal?** Nature Reviews/Neuroscience 3(12),975-979.