

## PSICOPEDAGOGIA PARA IDOSOS: ESTIMULAÇÃO COGNITIVA COMO ESTRATÉGIA PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

### PSYCHOPEDAGOGY FOR ELDERLY: COGNITIVE STIMULATION AS A STRATEGY FOR HEALTHY AGING

*Celma Cristina Pinto Borges Guimarães<sup>1</sup>;  
Karina Miranda Machado Borges Cunha<sup>2</sup>;  
Kênya Coutinho Gonçalves<sup>3</sup>;  
Neusirene Célia Cunha Ferreira<sup>4</sup>*

#### RESUMO

O presente artigo tem como objetivo principal reconhecer a estimulação cognitiva como fator positivo para o envelhecimento saudável. Outros objetivos que propomos são compreender sobre a neurogênese e a neuroplasticidade no processo de envelhecimento e demonstrar como podem ser desenvolvidas as funções psíquicas superiores na terceira idade. Como problema, perguntamos o que é envelhecer e o que pode ser feito para alcançar o envelhecimento saudável. Buscamos apresentar as principais teorias sobre o tema estimulação cognitiva para idosos, em especial, a Neurociência. Ressaltamos que nosso estudo é voltado para a prevenção de prejuízos cognitivos e não para sua reabilitação. Optamos pelo artigo de revisão no intuito de buscarmos o que outros pesquisadores já estudaram sobre o assunto.

Palavras-chave: Psicopedagogia. Idosos. Neurociência. Estimulação.

#### ABSTRACT

The main objective of this article is to recognize cognitive stimulation as a positive factor for healthy aging. Other objectives we propose are to understand about neurogenesis and neuroplasticity in the aging process and demonstrate how higher psychic functions can be developed in old age. As a problem, we ask what is aging and what can be done to achieve healthy aging. We seek to present the main theories on the topic of cognitive stimulation for the elderly, especially Neuroscience. We emphasize that our study is aimed at preventing cognitive impairments and not for their rehabilitation. We opted for the review article in order to seek out what other researchers have already studied on the subject.

Keywords: Psychopedagogy. Elderly. Neuroscience. Stimulation.

<sup>1</sup>Especialista em Motricidade Orofacial. Fonoaudióloga. Pós-graduanda em Psicopedagogia na Faculdade Delta.

<sup>2</sup>Mestre em Letras e Linguística. Especialista em Língua Portuguesa. Graduada em Letras (Português e Inglês) e em Fonoaudiologia. Pós-graduanda em Psicopedagogia na Faculdade Delta. Correspondência Email: karina@faculdadedelta.edu.br

<sup>3</sup>Especialista em Gestão de Recursos Humanos. Pós-Graduada em Gestão de Ensino e Docência da Educação Superior, Vivência e Prática na Educação Infantil. Bacharel em Administração de Empresas. Pós-graduanda em Psicopedagogia na Faculdade Delta.

<sup>4</sup>Especialista em Gestão Escolar e em Docência Universitária. Pedagoga. Pós-graduanda em Psicopedagogia na Faculdade Delta.

## 1 INTRODUÇÃO

A notícia de que a sociedade está envelhecendo está se concretizando, por isso precisamos contribuir da melhor maneira possível para que esse processo se dê de forma saudável. Observamos a necessidade de se conscientizar as pessoas a respeito da situação do idoso na sociedade atual, bem como sobre suas necessidades cognitivas.

A proposta de se estudar a estimulação cognitiva nessa idade é fruto de estudos, leituras e participações em palestras que abordam justamente essa temática. Estudos mostram que o idoso pode ter um declínio das habilidades referentes as suas funções psíquicas superiores e suas funções executivas. Nesse sentido, o conhecimento sobre a neurociência aplicada à saúde e à educação, especialmente no trabalho do psicopedagogo, contribui significativamente para o envelhecer saudável.

Inicialmente, é preciso responder às seguintes questões: “O que é envelhecer? O que pode ser feito para alcançar o envelhecimento saudável?” Entende-se que o idoso pode se beneficiar com o acompanhamento psicopedagógico, uma vez que a estimulação cognitiva é alvo de estudos em neurogênese e em neuroplasticidade na busca pela qualidade de vida do idoso.

Diante desse contexto, o presente artigo tem como objetivo reconhecer a estimulação cognitiva como fator positivo para o envelhecimento saudável. Para isso, busca-se compreender sobre a neurogênese e a neuroplasticidade no processo de envelhecimento; verificar como podem ser desenvolvidas as funções psíquicas superiores na terceira idade; e, identificar a importância da estimulação cognitiva no processo de envelhecimento.

O trabalho do psicopedagogo é bem abrangente. Para tanto, propomos uma revisão de artigos já publicados sobre a temática em questão, a fim de delinear-mos o que já foi estudado sobre a psicopedagogia e a estimulação cognitiva do idoso. Utilizamos artigos publicados em revistas científicas nos bancos de dados do Google Acadêmico e Livros. Optamos por essa temática por nos preocuparmos com o envelhecimento da população e a necessidade de buscarmos uma sociedade com maior qualidade de vida no futuro.

## 2 ENVELHECIMENTO E NEUROCIÊNCIA

### 2.1 O processo de envelhecimento

A ciência desenvolveu recursos que possibilitaram o aumento da longevidade, o que levou ao aumento do número de idosos na população mundial. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até o ano de 2050, o número de pessoas com 60 anos ou mais chegará a 2 bilhões, será um da população do planeta (OLIVEIRA et. al., 2017). Preocupados com essa realidade, profissionais de diferentes áreas, inclusive da Psicopedagogia, vêm direcionando um olhar especial para essa população em crescimento.

Envelhecer, para Torres e Carrião (2017, p. 55), “é mais uma etapa da vida que deve ser encarada com naturalidade e preparada durante toda a vida”, por isso é recomendável que idosos participem de atividades variadas, no sentido de preservar suas funções psíquicas superiores em benefício de sua qualidade de vida. Uma função psíquica que deve receber atenção é a memória, a qual está ligada à fala, às habilidades básicas, à convivência social e ao planejam-

to de ações futuras. Para isso, é importante ressaltar que todas as experiências e conceitos recebidos durante a vida estão armazenados nas redes neuronais. (WHITAKER, 2007).

O fato de ter as informações e experiências armazenadas no cérebro não quer dizer que possamos recuperar essas memórias quando necessário. Não raro, idosos costumam apresentar falhas nessa função, levando-os à dificuldade de relacionamento com a família e com a sociedade em geral. As pessoas começam a perder a paciência com esses lapsos de memória e a não vê-los como pessoas capazes.

Além disso, no processo de envelhecimento, os idosos podem sofrer uma redução cognitiva, interferindo nas atividades do dia-a-dia, tais como concentração, raciocínio, atenção, rapidez e outros. Essa perda pode ser acentuada de acordo com o estilo de vida do indivíduo, demência e outras doenças, como no caso de Alzheimer. Com o avanço da ciência, é possível fazer um trabalho de prevenção ou intervenção nos casos mais avançados para que o idoso possa ter maior qualidade de vida.

## 2.2 Noções sobre neurociência

A busca pela qualidade de vida é uma constante no cotidiano das pessoas. Para tanto, estudos em Neurociência vêm contribuindo bastante para o conhecimento do cérebro e seu funcionamento com vistas ao desenvolvimento e manutenção das funções executivas. É notório que a capacidade de aprender está diretamente ligada ao funcionamento do sistema nervoso. Por isso torna-se necessário entender sobre o assunto em questão.

O profissional que trabalha na área de atendimento psicopedagógico precisa considerar noções de neuroanatomia para a compreensão do funcionamento do cérebro no processo de aprendizagem. Nesse sentido, entender o que são neurônios e como eles funcionam pode facilitar ao profissional conhecer aspectos importantes sobre o desenvolvimento da pessoa atendida. Neurônios são:

Os elementos funcionais do cérebro e do sistema nervoso. Sua estrutura é composta por dendritos, corpo da célula (soma), axônio e botões terminais. As ramificações dos dendritos e do axônio se multiplicam e possibilitam a troca de sinais entre um neurônio e outro. Os sinais são recebidos pelos dendritos e transmitidos a outros neurônios através dos axônios. As trocas de sinais entre os neurônios são feitas pela sinapse, que é o contato entre as células nervosas, podendo ser aferente, quando recebe o sinal; ou eferente, quando o transmite. (CUNHA, 2013, p. 77)

Entende-se que para haver aprendizagem, os neurônios precisam estar em constante atividade. Essa atividade faz com que haja troca de informações entre um neurônio e outro, ampliando as conexões que levam à aprendizagem. Segundo Relvas (2011), mediante o recebimento de uma nova informação, há mudança nas conexões cerebrais, provocando a aprendizagem; enquanto há evocação da memória quando são recebidos estímulos já conhecidos pelo sistema nervoso. Por isso a importância de se entender sobre a plasticidade neuronal, a qual:

Possibilita a melhora das funções cognitivas e um atraso na deterioração própria do envelhecimento. [...] também favorece o desenvolvimento de reserva cognitiva, sempre que se tem presente

uma intensa atividade intelectual durante toda a vida que permita manter o cérebro ativo, enriquecendo as conexões entre os neurônios e ajudando a compensar a deterioração normal que se dá com o passar dos anos<sup>5</sup>. (BINOTTI et. al., 2009, p. 121 – Tradução nossa).

Estudos em psicologia cognitiva mostram a relação entre a velocidade da condução neural e a cognição (ibid). Essa velocidade de processamento neural é chamada de habilidade cognitiva. De acordo com Pulvermüller (2002 apud CUNHA, 2013, p. 79-80), “cada neurônio representa um processador de informações cujo output é a função do input de muitos outros neurônios com os quais está entrelaçado”. Assim, quanto mais conexões os neurônios estabelecem entre si, mais terão estímulos capazes de manter o funcionamento do cérebro.

A partir dos estudos de Knorski (1940 apud RELVAS, 2011), o termo plasticidade foi utilizado para nomear a reorganização neuronal, a qual permite ao cérebro ter maior flexibilidade em relação à aprendizagem e demais funções psíquicas superiores. Para isso, é preciso manter o cérebro em constantes desafios cognitivos, uma vez que a estimulação a partir de atividades cognitivas auxilia no bem-estar da pessoa idosa, permitindo que o cérebro mantenha seu funcionamento, a fim de retardar possíveis casos de demência. Kandel e Schwartz (2003 apud RELVAS, 2011) verificaram que a plasticidade cerebral depende de estímulos ambientais. Esse postulado confirma a influência das experiências vividas pelo sujeito no processo de aprendizagem. Além desses estímulos, o cérebro também é capaz de produzir novos neurônios (neurogênese – que será tema da próxima seção).

---

<sup>5</sup>No original: “posibilita la mejora de las funciones cognitivas y el retardo del deterioro propio del envejecimiento. La plasticidad neuronal también favorece el desarrollo de reserva cognitiva, siempre que se haga presente una intensa actividad intelectual durante toda la vida que permita mantener activo el cerebro, enriqueciendo las conexiones entre las neuronas y ayudando a compensar el deterioro normal que se da con el paso de los años.” (BINOTTI et. al., 2009, p. 121)

### 2.2.1 Neurogênese

Por muitos anos, acreditava-se que o cérebro do adulto não era capaz de produzir novos neurônios. Apesar de algumas pesquisas ao final do século XIX e início do século XX que apontavam para evidências do surgimento de novos neurônios no encéfalo de ratos adultos, não houve comprovação devido às técnicas utilizadas em pesquisas na época. Por esse motivo, o dogma de que os neurônios não podiam ser produzidos em idade adulta permaneceu até a metade do século XX, quando um grupo de cientistas conseguiu descrever detalhadamente a neurogênese em ratos jovens e adultos. (TEIXEIRA, 2013).

Na atualidade, sabe-se que há a produção de novos neurônios em qualquer fase da vida em quase todos os seres, no entanto, a quantidade de neurônios formados é variável entre as espécies. Além desse fator, a neurogênese pode sofrer alterações por diversos motivos, tais como estimulação a partir de atividades físicas e cognitivas, bem como sua duração e envolvimento.

Em se tratando de pessoas idosas, Teixeira (2013) descreve que casos de doenças degenerativas e outras lesões podem reduzir bastante o número de neurônios no encéfalo. Em condições saudáveis, pode-se contribuir com a formação de novos neurônios a partir da estimulação cognitiva realizada por profissionais especializados, como o Psicopedagogo.

### 2.3 O psicopedagogo e a estimulação cognitiva do idoso

A estimulação cognitiva ou treino cognitivo, de acordo com Silva (2011), contribui com a manutenção da cognição do idoso e, por isso, é importante no sentido de promover sua independência e autonomia. Trata-se de um processo de mudança que visa estimular, assim como reabilitar as funções físicas, psico-

lógicas e sociais do indivíduo. Busca ajudar tanto pacientes quanto familiares a conviverem ou superarem déficits cognitivos, melhorando assim a qualidade de vida e a interação social.

Na hora de planejar o treino cognitivo, deve-se levar em consideração a pessoa em sua individualidade, ou seja, planejar um atendimento personalizado e para isso se faz necessário conhecer o perfil cognitivo do idoso; além do seu repertório intelectual e social antes dele ter sido acometido por uma doença ou pela própria condição da idade avançada. Todas essas informações são levantadas no momento da anamnese. “Como professores que atuam na educação de idosos, tornamo-nos interlocutores entre educação e velhice.” (TORRES; CARRIÃO, 2017, p. 66). É preciso trabalhar com atividades cognitivas as quais estimulam memória, linguagem, planejamento, ordenação e lógica, além de atividades visuonstrutivas com vistas à estimulação das principais funções executivas.

Binotti et. al. (2009) mostram que as funções executivas compõem as funções cognitivas mais complexas e auxiliam na aprendizagem, na vida autônoma, na tomada de decisões, planejamento, dentre outras tarefas necessárias no dia-a-dia. Também controlam e regulam capacidades mais básicas, como atenção, memória e habilidades motoras. Além disso, essas funções apresentam mudanças no decorrer do envelhecimento.

Em relação às funções psíquicas superiores as quais distinguem o comportamento consciente do homem - atenção voluntária, percepção, memória e pensamento, as quais “caracterizam-se pela mediação semiótica, isto é, pela presença de símbolos e signos, desta forma, são constituídas por meio das interações socioculturais dos indivíduos da mesma espécie, principalmente aqueles mais experientes e capazes de sua cultura” (VYGOTSKY apud TOSTA, 2012, p. 57).

A reabilitação psicopedagógica do idoso se fundamenta na teoria da plasticidade cerebral, uma vez que há a estimulação cognitiva com atividades que visem preservar e desenvolver suas habilidades neurológicas. Trabalhar com essa estimulação vem ao encontro dos pressupostos de Vygotsky que “não via o homem como um ser passivo, sofrendo apenas as consequências das relações sociais e sim, um ser que atua sobre o mundo, que age nas relações sociais, transformando e construindo o seu funcionamento em um plano interno” (BOCK, 2005 apud MAIOR; WANDERLEY, 2016, p. 1). Na medida em que ele alcança determinado aprendizado, está pronto para novos conhecimentos, podendo ainda modificar a realidade em que vive.

### 3 METODOLOGIA

A base teórica do presente artigo é construída mediante pesquisa de cunho bibliográfico, com levantamento das principais fontes a respeito do tema. Abordamos sobre as principais teorias relacionadas à temática de estimulação cognitiva para idosos, em especial, a Neurociência. Nosso estudo é voltado para a prevenção de prejuízos cognitivos e não sua reabilitação.

Optamos pelo artigo de revisão no intuito de buscarmos o que já foi estudado sobre o assunto no período de 5 anos, entre 2014 e 2019. Procedemos a uma revisão da literatura de artigos publicados e indexados no Google Acadêmico, utilizando os seguintes descritores: Estimulação cognitiva para idosos. Adotamos como critérios de inclusão para seleção dos artigos: originalidade; revisão de literatura; artigos com textos completos; publicados no idioma português. Como critérios para exclusão dos artigos, verificamos aqueles que tratavam de

assuntos como reabilitação de idosos com demência, depressão, Alzheimer ou deficiência intelectual. Também foram excluídos aqueles que tratavam da visão da Psicologia, Fisioterapia, Enfermagem, Neuropsicologia, Pedagogia e outros.

Encontramos um escopo de 54 artigos, dentre os quais selecionamos aqueles que tratavam somente da estimulação do idoso como fator de prevenção de prejuízos cognitivos realizada pelo profissional da Psicopedagogia. Procedemos a leitura minuciosa dos referidos artigos e destacamos aqueles que responderam ao objetivo proposto por este estudo. Enfim, foram selecionados 4 artigos, os quais atenderam aos requisitos que buscamos para comprovar o que abordamos no artigo, o papel da psicopedagogia na estimulação cognitiva da pessoa idosa.

#### 4 DISCUSSÃO E RESULTADOS

Após a leitura e análise dos artigos escolhidos, levantamos alguns pontos importantes a serem considerados. Primeiramente, apresentamos os dados obtidos e, posteriormente, discutimos os seus resultados comparando-os a nossa pesquisa.

O trabalho de Cardoso (2016), Declínio Da Capacidade Atencional No Idoso: Uma Investigação Psicopedagógica, contou com 15 participantes idosas ativas, entre 65 e 80 anos de idade, todas do gênero feminino e com nível de escolaridade baixo. Foi dado um questionário para avaliar a memória e atenção das participantes. O objetivo dessa pesquisa era contribuir para a compreensão sobre o processo de declínio da atenção em pessoas idosas, uma vez que no período de envelhecimento podem haver perdas cognitivas consideradas normais.

Foi relatado que no decorrer da aplicação do questionário, as idosas manifestavam a existência de dificuldade na memória. Foram questionadas a respeito dos seus hábitos, características e condições de vida, para que a pesquisadora pudesse verificar os fatores que estavam contribuindo para o ‘declínio atencional’. Cardoso (2016) notou que 40% das participantes demonstraram problemas com o sono e sentiam sonolência durante o dia. Quanto à condição visual, os dados coletados mostraram que 99% das participantes apresentaram dificuldades na visão, usavam óculos há mais de cinco anos, e em alguns casos ocorreram cirurgias. Além disso, 60% das participantes demonstraram rebaixamento do nível de audição, com presença de zumbidos.

A pesquisadora questionou a respeito dos hábitos alimentares das participantes. Verificou-se que 60% das participantes têm hábitos considerados inadequados, “caracterizados pelo pouco consumo de saladas verdes, peixes e carnes vermelhas” (CARDOSO, 2016, p. 10). Em relação às atividades cognitivas, 80% das participantes afirmaram que não tinham o costume de praticar nenhuma atividade nesse sentido. Cardoso (2016) concluiu que há uma falta de estimulação cognitiva.

No julgamento das participantes idosas da pesquisa, as atividades físicas realizadas no grupo são bem mais importantes do que atividades cognitivas, também são mais prazerosas. Elas não demonstram nenhum interesse por atividades que trabalham a cognição, levando a pesquisadora a se preocupar com o maior risco de um declínio da capacidade de atenção. A dificuldade de atenção nas atividades da vida diária são frequentes dentre a maioria das entrevistadas.

Cardoso (2016) propõe a intervenção psicopedagógica no sentido de minimizar o declínio atencional, comum no período de envelhecimento. Atividades cognitivas elaboradas por esse profissional podem oferecer qualidade de vida

ao idoso. Apesar de alguns idosos não manifestarem interesse por esse tipo de atividade, eles precisam entender que a estimulação na área cognitiva pode lhes fazer falta e, principalmente, compreender sobre os prejuízos que essa privação pode lhes causar com o passar do tempo. É fundamental que os idosos se mantenham ativos tanto física quanto cognitivamente.

A pesquisa de Oliveira et. al. (2017), *Práxis Psicopedagógica com idosos institucionalizados: desenvolvimento de aptidões cognitivas*, contou com 7 participantes idosos, com idade entre 60 e 101 anos, de ambos os sexos. Foram planejadas atividades de estimulação cognitiva para que pudessem refletir sobre suas capacidades. Também foram aplicadas atividades que visavam interação entre os idosos, melhoria na autoestima, desenvolvimento da memória, linguagem, percepção, funções executivas, inteligências. Enfim, os pesquisadores proporcionaram momentos lúdicos aos idosos participantes da pesquisa.

Oliveira et. al. (2017) concluíram que na terceira idade, a pessoa ainda está em desenvolvimento. Experiências provenientes de estimulação cognitiva, bem como o vínculo com outras pessoas são fatores positivos para evitar ou minimizar sintomas de declínios atencionais nessa fase. Os autores apontam que é necessário ter um olhar para o idoso a partir das habilidades que ele ainda tem, uma vez que “o ser humano está em constante aprendizado e seria injusto reduzir a pessoa idosa aos seus declínios” (ibid, p. 9).

Verifica-se que a interação entre o grupo de pesquisadores e o grupo de idosos se deu de forma prazerosa, instigando os participantes da pesquisa a sugerirem outras intervenções como aquelas realizadas no decorrer da pesquisa. Novamente, os autores concluem com a importância da Psicopedagogia, bem como de uma equipe multidisciplinar, levar propostas de intervenção e de prevenção a espaços públicos de atendimento e acolhimento ao idoso. Dessa forma, poderiam buscar minimizar possíveis problemas cognitivos, psicomotores e adaptativos dessas pessoas.

O terceiro artigo que analisamos, *Benefícios da estimulação cognitiva aplicada ao envelhecimento*, de Oliveira, Silva e Confort (2017), traz também uma comprovação do que vem sendo discutido nesse artigo. As autoras mostram que a psicopedagogia tem um papel relevante em relação à prevenção de possíveis problemas na vida do idoso. Com isso, pode contribuir para sua qualidade de vida. Elas apresentam a importância da multidisciplinaridade, envolvendo profissionais da saúde e da educação, na contribuição para o envelhecimento saudável e atuação em seu desenvolvimento holístico.

O papel do psicopedagogo está relacionado à prevenção e à intervenção no processo cognitivo do idoso. Esse profissional age na estimulação das funções cognitivas do idoso, buscando a produção de novos neurônios e a manutenção saudável daqueles que já estão presentes.

Oliveira, Silva e Confort (2017, p. 27) explicitam que os profissionais capacitados precisam “ofertar atividades cognitivas e lúdicas que estimulem a criatividade, inteligência e memória, mas não podemos deixar de salientar que a psicomotricidade é de fundamental importância para o desenvolvimento cognitivo”. Portanto, a atuação do psicopedagogo nessa fase de desenvolvimento do ser humano torna-se fundamental para que haja qualidade de vida, autoestima e bem-estar do idoso.

Tendo em vista que o sistema nervoso é responsável por controlar todas as atividades do organismo, além de interpretar e reagir sobre os estímulos, o profissional da Psicopedagogia pode auxiliar em sua estimulação. Além disso, a

psicomotricidade, a qual abrange o desenvolvimento motor e perceptivo, tais como: a coordenação motora, memória visual, esquema corporal e estruturação espacial, pode ser trabalhada ao mesmo tempo em que as atividades cognitivas.

“Com a estimulação cognitiva, o idoso irá desenvolver melhor suas funções executivas, que muitas vezes são afetadas devido ao envelhecimento, e isso contribuirá para a realização de tarefas básicas em seu cotidiano” (OLIVEIRA; SILVA; CONFORT, 2017, p. 29). Isso pode lhe proporcionar maior autonomia, pois terá mais confiança e motivação. Nesse sentido, as autoras concluem que o papel do psicopedagogo e da equipe multidisciplinar é contribuir com a aquisição e a manutenção de conhecimentos, e também para a reinserção do idoso na sociedade.

O último artigo analisado tem como título A dança como elemento da qualidade de vida do idoso: uma perspectiva psicopedagógica, de Leite (2018). A pesquisa foi realizada com 5 idosos, de idade entre 60 e 74 anos, os quais praticam dança de salão num período que varia entre 3 e 15 anos, de acordo com cada participante. Para a coleta de dados, foi realizada entrevista com roteiro semiestruturado elaborada pela pesquisadora, tendo como objetivo entender como a dança de salão promove a qualidade de vida dos idosos.

A pesquisadora relatou que, na primeira observação, encontrou apenas dois participantes que estavam praticando a dança de salão. Nesse dia, verificou nos idosos empenho, concentração, atenção, alegria, sorrisos, resiliência, socialização, flexibilidade. Leite (2018) conta que ao errar o passo da dança, o idoso tentava repetidamente até acertar. Isso mostra a força de vontade em aprender e em fazer direito. Além disso, exercitava os movimentos que trabalham todo o corpo e a área cognitiva, uma vez que é necessário memorizar os passos e ter atenção em sua coordenação.

Em outro momento de observação, três outros participantes compareceram. Leite (2018) fez as mesmas observações realizadas na primeira vez, sobre a disposição para o aprendizado e a dedicação para com os movimentos.

A autora concluiu com a entrevista e a análise das observações que a dança oferece bem-estar, bom condicionamento físico, assim como integração social. Ela verificou a evolução e melhoria de diversas capacidades cognitivas dos participantes idosos, além de avanço nas capacidades motoras, emocionais, psicológicas, físicas e sociais. Enfim, houve melhoria na qualidade de vida dos sujeitos a partir da dança.

O que pôde ser concluído pela pesquisadora é que o psicopedagogo, no espaço de ensino de dança, pode auxiliar na transformação, na estimulação e no diálogo com os professores. Pois, a partir do momento em que se ouve as pessoas mais velhas, é possível provocar mudanças em busca de novas perspectivas para o idoso.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Psicopedagogia tem como área de atuação um amplo espectro. A vertente estudada nesse artigo foi a estimulação cognitiva que o profissional dessa área utiliza para preservar as funções executivas do idoso. Foi discutido sobre as consequências que o idoso pode ter ao evitar a prática de atividades cognitivas, tendo em vista que a idade avançada pode levar à demência ou outra alteração de cunho neurológico com o passar do tempo.

O artigo explorou a leitura de quatro artigos que abordaram sobre a temática

em questão, corroborando com a teoria sobre a necessidade do idoso se manter em constante atividade, não só física como também cognitiva. Ainda foi abordado sobre as atividades lúdicas que podem ser trabalhadas com idosos, os quais passam a ter maior motivação e interação com seus pares.

Estudos sobre Neurociências trazem conhecimentos atualizados que, aplicados ao atendimento às pessoas idosas, podem prevenir doenças mentais ou rebaixamento cognitivo nesse público. Vimos, de modo sucinto nesse artigo, que o cérebro continua produzindo novos neurônios, mesmo em idade adulta. Com isso, fica comprovado que a estimulação realizada pelo psicopedagogo tem grandes chances de obter êxito.

O psicopedagogo que atua com o idoso precisa estudar e pesquisar bastante, para que possa oferecer um trabalho de qualidade a esse público. Ele precisa ter uma variedade de propostas para que o idoso se motive e possa se desenvolver a partir de sua intervenção. Lembrando que cada ser é único e possui suas próprias motivações e interesses.

## REFERÊNCIAS

- BINOTTI, P.; SPINA, D.; BARRERA, M. L.; DONOLO, D. Funciones ejecutivas y aprendizaje en el envejecimiento normal: Estimulación cognitiva desde una mirada psicopedagógica. **Rev. Chilena de Neuropsicología**, v. 4, n. 2, p. 119-126, 2009.
- CARDOSO, T. K. R. **Declínio da Capacidade Atencional no Idoso**: Uma Investigação Psicopedagógica. 24f, 2016. TCC (Bacharel em Psicopedagogia) - Universidade Federal da Paraíba. Centro de Educação, João Pessoa-PB, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1866>, acesso em: 28 dez 2020.
- CUNHA, K. M. M. B. O funcionamento da mente humana, linguagem e surdez. **Revista Temporis[ação]**, v. 13, n. 2, p. 76-88, jul/dez, 2013.
- LEITE, M. S. **A dança como elemento da qualidade de vida do idoso**: Uma perspectiva psicopedagógica. 26f, 2018. TCC (Bacharel em Psicopedagogia) - Universidade Federal da Paraíba. Centro de Educação, João Pessoa-PB, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/12075>, acesso em 28 dez 2020.
- MAIOR, C. D. S.; WANDERLEY, J.L. A teoria Vygotskyana das funções psíquicas superiores e sua influência no contexto escolar inclusivo. *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO INCLUSIVA, 2, 2016. Disponível em [https://editorarealize.com.br/revistas/cintedi/trabalhos/TRABALHO\\_EV060\\_MD1\\_SA12\\_ID2646\\_13102016173601.pdf](https://editorarealize.com.br/revistas/cintedi/trabalhos/TRABALHO_EV060_MD1_SA12_ID2646_13102016173601.pdf), acesso em 29 ago 2018.
- TEIXEIRA, L. C. M. **Exercício físico, neurogênese e memória**. 128f, 2013. Dissertação (Mestrado em Fisiologia Geral) - Instituto de Biociências, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013. doi:10.11606/D.41.2013.tde-31032014-095131. Acesso em: 2020-12-28.
- OLIVEIRA, A. S. A.; SILVA, V. C. L.; CONFORT, M. F. Benefícios da estimulação cognitiva aplicada ao envelhecimento. **Rev. Epísteme Transversalis**, Volta Redonda-RJ, v. 8, n.2, p. 16-31, jul./dez.2017.
- OLIVEIRA, T. M. P.; FERNANDES, L.V. S.; SILVA, H. G.; MATIAS, J. F.; PALITOT, M. D. Práxis Psicopedagógica com Idosos Institucionalizados: Desenvolvimento de Aptidões Cognitivas. *In*: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO - CONEDU, 4, 2017, João Pessoa – Paraíba.
- RELVAS, M. P. **Neurociência e transtornos de aprendizagem**: As múltiplas eficiências para

uma Educação Inclusiva. 5 ed. Rio de Janeiro: Wak, 2011.

SILVA, T. B. L.; OLIVEIRA, A. C. V.; PAULO, D. L. V.; MALAGUTTI, M. P.; DAN ZINI, V. M. P.; YASSUDA, M. S. Treino cognitivo para idosos baseado em estratégias de categorização e cálculos semelhantes a tarefas do cotidiano. **Rev. Bras. Geriatria e Gerontologia**, v.14, n. 1, p. 65-74. Rio de Janeiro, 2011.

TORRES, L. V.; CARRIÃO, L. H. **Universidade da terceira idade**: Lugar de idoso também é na escola. Coleção Gerontologia e Educação 1. Goiânia: PUC Goiás, 2017.

TOSTA, C. G. Vigotski e o desenvolvimento das funções psicológicas superiores. **Perspectivas em Psicologia**, v. 16, n. 1, jan./jun., p. 57-67, 2012.

WHITAKER, D. C. A. **Envelhecimento e poder**: A posição do idoso na contemporaneidade. Campinas: Alínea, 2007.