

**Atuando no Desempenho Mnésico de Adultos Idosos:
Uma Proposta de Otimização das Funções Cognitivas
Tania S.Guerreiro, Regina S. Rodrigues, Ricardo S. Martins
Oficina da Memória - UnATI / UERJ**

Este trabalho se propõe a ir ao encontro da nova perspectiva de pesquisas sobre o envelhecimento cognitivo, em que os estudos vêm se concentrando na concepção das potencialidades e dos limites, favorecendo o surgimento de modelos de envelhecimento bem-sucedido, baseados na *otimização da performance cognitiva e global do idoso*.

Um grande número de pesquisas nos últimos 20 anos retrata a existência de significativos déficits das funções cognitivas ao longo do envelhecimento. Todavia, o envelhecimento como fator biológico, inerente à vida, ocorre de forma muito particular, variando de indivíduo para indivíduo. A idade deixa suas marcas sob a influência de diversos fatores (genéticos e epigenéticos). Desse modo, o desempenho cognitivo é o resultado da interação entre os fatores que tornam o processo de envelhecimento singular e aqueles que podem estar presentes, influenciando esse desempenho, em qualquer fase da vida.

Diversos pesquisadores apontam para uma relação positiva entre a performance cognitiva no idoso e a estimulação continuada dessas capacidades. Nesse contexto, delineamos uma intervenção bem ampla, em que trabalhamos a cognição, em especial a memória, ressaltando as questões do afeto, da motivação e da criatividade, buscando considerar o indivíduo em sua totalidade. O trabalho se desenvolve ao longo de 3 meses e consiste em encontros semanais — em grupos de, no máximo, 20 pessoas, com duração de 3 horas — e exercícios para serem realizados diariamente em casa. As atividades são planejadas a fim de exercitar equilibradamente diversas funções mentais, evoluindo em graus de dificuldade progressivos. São realizadas avaliações, entrevistas psicológica e médica e testes neuropsicológicos (Dementia Rating Scale e Rey Auditory Verbal Learning

Test), ao início e ao término do trabalho visando a aprimorar as técnicas de intervenção e contribuir para o estudo das potencialidades cognitivas de adultos idosos.

*Tema Livre publicado nos Anais do XI Congresso Brasileiro de Geriatria e Gerontologia
– Rio de Janeiro – 1997.*