



A CONTRIBUIÇÃO DOS JOGOS PARA O ESTÍMULO COGNITIVO E SOCIAL EM IDOSOS

LARA, Daniel Dose de¹; GULARTT, Vinícius²; CHICON, Patricia Mariotto Mozzaquatro³; QUARESMA, Cindia Rosa Toniazzo⁴

RESUMO

Este estudo apresenta as ações e resultados referentes ao Projeto de extensão “Oficinas de estimulação cognitiva através de jogos” desenvolvido na Sociedade Beneficente Santo Antônio na cidade de Cruz Alta. O projeto atendeu ao público idoso e objetivou a aplicação de jogos visando a socialização, o estímulo para a troca de ideias, a elaboração de hipóteses e a tomada de decisões. Estimulando assim as funções cognitivas como a memória, a atenção, a concentração, o processamento de informações e o raciocínio através de jogos. A avaliação das ações realizadas aconteceu por meio da observação da participação, motivação e envolvimento durante as atividades e jogos aplicados. Como resultados aponta-se a contribuição de atividades lúdicas e jogos para a qualidade de vida de idosos institucionalizados.

Palavras-Chave: Jogos. Envelhecimento Humano. Socialização. Estímulo Cognitivo.

ABSTRACT

This study presents the actions and results related to the extension project “Cognitive stimulation workshops through games” developed in the Santo Antônio Beneficent Society in the city of Cruz Alta. The project was directed to the elderly public and objected the application of games aiming at socialization, the stimulus for the exchange of idea, the elaboration of hypotheses and the decision-making. Stimulating this way cognitive function as memory, attention, concentration, the information processing and the logical reasoning through games. The evaluation of the performed actions occurred by means of the observation of participation, motivation, and involvement during the application of activities and games. As results is proposed the contribution of playful activities and games for a better quality of life of institutionalized elderly.

Key words: Games. Human Aging. Socialization. Cognitive Stimulus.

INTRODUÇÃO

O aumento da estimativa de vida da população no Brasil repercute diretamente no maior índice de população idosa (SDH, 2012). Esse fato tem gerado transformações nos

¹ Acadêmico do Curso Pedagogia. Universidade de Cruz Alta. Email: daniel.dosedelara918@gmail.com

² Acadêmico do Curso de Ciência da Computação. Universidade de Cruz Alta. Email: gularti94@gmail.com

³ Professora do Curso de Ciência da Computação. Universidade de Cruz Alta. Email: pmozzaquatro@unicruz.edu.br

⁴ Professora do Curso de Ciência da Computação -Universidade de Cruz Alta. Email: cquaresma@unicruz.edu.br



contextos sociais e familiares, pois com o envelhecimento desenvolvem-se fatores limitadores das atividades diárias, o que leva muitos idosos a buscar locais como instituições e associações beneficentes e outras similares, a fim de residirem e receberem os cuidados necessários. Outros aspectos relevantes são as mudanças fisiológicas e redução das capacidades perceptivas, cognitivas e sensoriais.

As limitações motoras, como a coordenação motora fina, também são fatores limitadores para a independência dos idosos. De acordo com Piret, S. e Béziers (1992) a coordenação motora fina relaciona-se com a harmonia e precisão dos movimentos finos das mãos, pés e rosto, ou coordenação dos músculos pequenos para atividades finas, e a visomotora é a coordenação dos movimentos orientada pela visão, associada a outras habilidades (PASCHOAL et al., 2016). Todos esses aspectos relacionam-se à qualidade de vida e a manutenção das capacidades motoras, cognitivas e sociais no envelhecimento, tendo em vista o convívio e realização das tarefas diárias. Idosos institucionalizados tendem a perder sua autonomia e identidade pela redução das capacidades cognitivas e pela sua condição de passividade pelas rotinas e pouco estímulo oferecido pelas instituições que os acolhe. (GUEDES, 2007). Vários estudos têm demonstrado que doenças e transtornos mentais têm aumentado com a velhice. Desta forma a atenção com os estímulos cognitivos, afetivos e sociais são fundamentais. Uma das estratégias que tem sido utilizada, principalmente na terapia ocupacional, são as atividades de estimulação cognitiva com características de jogos e ludicidade, a fim de buscar a manutenção das habilidades dos idosos, sua saúde cognitiva e a socialização como elementos que garantem sua qualidade de vida.

O desafio dos jogos auxilia a manter a mente ativa e contribui para a socialização entre o grupo. Ressalta-se a relevância dos aspectos perceptivos presentes em propostas que envolvem os jogos e atividades lúdicas. Neste contexto este estudo apresentada algumas considerações acerca das relações entre envelhecimento humano e os aspectos cognitivos, afetivos e sociais, estímulo cognitivo e envelhecimento humano.

ENVELHECIMENTO HUMANO – ASPECTOS COGNITIVOS, AFETIVOS E SOCIAIS

Ao longo dos anos, o Brasil, que no passado já foi considerado um país com uma população jovem, conta com um “envelhecimento” populacional significativo. Conforme a pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2016) a população idosa



brasileira com mais de 60 anos, passou de e 9,8% em 2005, para 14,3% em 2015. Com esse crescimento da população idosa, o foco em estudos ligados ao envelhecimento humano vêm crescendo, para poder dar todo suporte que os mesmos necessitam. Os aspectos ligados ao envelhecimento trazem um declínio de funções motoras e psicológicas, sendo, assim, um processo progressivo (NETTO, 2004). Não é o tempo cronológico que determina a velhice, mas as condições humanas e biológicas do ser humano, ou seja, o envelhecimento é individual e vai de pessoa a pessoa. Órgãos vão perdendo suas funções, ossos se tornam mais frágeis, células perdem sua sensibilidade, o cérebro já não funciona como antes, e, para cada um desses problemas que o envelhecimento traz, a ciência vai buscando novas formas de diminuir essas disfunções. Aspectos cognitivos, afetivos e sociais do envelhecimento são uns dos maiores problemas da idade avançada, pelo fato de ser ligado a um dos órgãos mais importantes do nosso corpo: o cérebro. O raciocínio lógico, a memória, a comunicação, os sentidos vão se perdendo gradativamente, portanto a redução da estimulação física e mental, pode acarretar problemas irreversíveis (NETTO, 2004). Mesmo com o avanço da medicina em relação a medicamentos, tratamentos químicos e procedimentos cirúrgicos, a grande resposta para o envelhecimento saudável se dá pelo estímulo oportunizado aos idosos (CARVALHO, 2009). A questão afetiva também é influenciada, pelo fato das situações de dependência impostas pela idade, as quais podem limitar a realização de parte das tarefas do cotidiano, muitas vezes ações simples. Considerando tal contexto, conclui-se que o envelhecimento é um processo delicado, que necessita de cuidados especiais.

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM IDOSOS ATRAVÉS DE JOGOS

A estagnação é a pior maneira de se lidar com o envelhecimento. A zona de conforto, muitas vezes, não é o mais recomendável para quem deseja manter o cérebro e todo o resto do corpo ativo. Exercitar-se, pensar, raciocinar, estimular tanto a mente como o corpo através de atividades lúdicas e jogos é fundamental para manter o organismo saudável (CARVALHO, 2009). Jogos que mexem com a memória fotográfica são excelentes para aprimorar e exercitar as funções cognitivas, além de serem prazerosos como atividade grupal. A ludicidade aliada à estimulação cognitiva se torna uma arma fundamental na luta contra a falta de estímulo mental que muitos idosos sofrem. Trazer brincadeiras e jogos que eles já vivenciaram em situações anteriores faz com que sintam prazer em voltar a se sentirem crianças. Uma



estimulação visual como desenho e pintura leva o idoso a pensar e concentrar-se, tanto nos traços, como nas cores, além de instigá-lo a criar seu próprio desenho, fazendo dessa sua produção (CARVALHO, 2009).

Pires (2012) em seu estudo sobre performance cognitiva em idosos institucionalizados aponta que os jogos lúdicos além de entreter e divertir, “despertam e desafiam a mente envelhecida” (PIRES, 2012, p. 76), constituem-se em recursos úteis e relevantes para o estímulo cognitivo de idosos. A autora também aponta os jogos de estratégia, por exemplo o Tangram, como estratégias que possibilitam: “desenvolver a agilidade mental e a percepção espacial; explorar processos criativos; otimizar os processos de atenção, concentração e memória; desenvolver e/ou recuperar funções cognitivas” (PIRES, 2012, p. 80)

Desta forma, é imprescindível destacar-se a contribuição de jogos para o estímulo e manutenção das habilidades cognitivas, afetivas e sociais de idosos, bem como a melhoria das atividades do cotidiano e da sua qualidade de vida de modo geral.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como descritivo de abordagem qualitativa em que se busca um aprofundamento da compreensão acerca de um grupo social, a fim de gerar informações acerca dos sujeitos e contexto de pesquisa, identificando e explicando os fatores que determinam um fenômeno ou situação.

A participação foi voluntária, partir da oferta de oficinas de jogos para os idosos institucionalizados na Associação Beneficente Santo Antônio na cidade de Cruz Alta. Todos os idosos foram convidados a participarem das atividades de forma espontânea, podendo iniciar e parar no momento que quisessem.

Foi realizado por meio de 9 (nove) oficinas desenvolvida entre 29 de agosto a 05 de dezembro, com a utilização de diversos jogos e estratégias de estimulação envolvendo as dimensões cognitivas, afetivas, motoras e sociais, conforme Quadro 1. A coleta de dados foi realizada por meio de fichas de registro de atividades, número de atendimentos e observações acerca da participação e envolvimento dos participantes, e também por meio de registro fotográfico dos jogos, sem a exibição de imagens dos sujeitos pelo fato de não ser autorizada a divulgação das imagens das pessoas. As análises foram realizadas a partir dos registros de fatos e interpretações dos pesquisadores.



RESULTADOS

As oficinas realizadas em um total de 9 (nove) encontros com 76 (setenta e seis) atendimentos, envolveram grupos de até 14 (catorze) idosos. Os jogos e atividades foram selecionados de acordo com as características do grupo de idosos após uma visita prévia em que foi realizada uma observação identificando-se suas principais necessidades e dificuldades. Também, foram considerados critérios referente ao potencial de estímulo de cada um dos recursos utilizados, desde os jogos de dominó, torre das cores, tangran, e desenhos para colorir. As atividades realizadas estão descritas no Quadro 1 e a Figura 1 ilustra o momento da interação com os jogos.

Quadro 1 - Atividades desenvolvidas durante as oficinas e número de atendimentos

Atividades Realizadas	Atendimentos
Conversa com o objetivo de descobrir quais atividades e jogos os idosos lembravam da infância e que poderiam estimular a sua cognição. Atividades: Jogo da Velha, Jogo da memória, Dominó, colorir desenhos e desenhar.	8
Jogos e atividades como: Dominó, Torre das cores, Jogo da memória, Desenho, entre outros.	10
As atividades realizadas: Jogo da Velha, Jogo da memória, Torre das cores, Tangram e Desenhos.	12
Foram realizados vários jogos e atividades como, por exemplo: Dominó, Jogo da Velha, Desenhos para colorir, Tangram, Quebra-cabeças, Jogo da memória, etc.	14
As atividades foram: Quebra-cabeças, Jogo da memória, Varetas, Desenhos para colorir, Tangram, Jogo da Velha, Dominó, entre outros.	9
As atividades com os idosos ocorreram com vários jogos em grupo, como: Jogo da memória, Jogo da velha, Quebra-cabeças, Varetas, Dominó e Desenhos para colorir.	10
As atividades realizadas nessa data foram: Jogo da memória, Desenhos para colorir, Jogo da Velha e Quebra-cabeças.	5
Nessa data, foram realizadas atividade, como: Jogo da memória, Desenhos para colorir, Jogo da Velha, Dominó, Tangram, Torre das Cores, Quebra-cabeças e etc.	8



Figura 1 – Atividades e Jogos desenvolvidos



Fonte: Elaborado pelo autor

CONCLUSÃO

É notória a contribuição de atividades lúdicas e jogos para a qualidade de vida de idosos institucionalizados, pois constatou-se um envolvimento significativo dos mesmos durante todas as oficinas realizadas. A cada nova etapa de aplicação dos jogos evidenciava-se a expectativa dos idosos em relação aos momentos em que estariam em contato com os jogos, confirmando a importância das atividades.

Pode-se estabelecer a inter-relação entre os aspectos sociais, afetivos e cognitivos para o estímulo do raciocínio, concentração e atenção, bem como o fortalecimento da socialização. Elementos evidenciados através dos vínculos afetivos e sociais construídos entre



os participantes, evidenciados pelas trocas e auxílio mútuo constantes na realização dos jogos e atividades propostas.

Desta forma considera-se que os objetivos propostos foram alcançados, exceto o trabalho com jogos digitais, uma vez que o espaço e a estrutura do local não propiciaram sua realização. Vislumbra-se como proposta futura a realização das oficinas com jogos que envolvem manipulação de objetos em conjunto com atividades sensoriais e motoras. Os jogos digitais também podem ser inseridos, como também a inserção do computador como estímulo as atividades motoras, cognitiva e sociais.

Com esse estudo, observou-se que os idosos integrantes da pesquisa não tiveram resistência durante a interação com as atividades propostas, ambos aguardavam ansiosos os próximos encontros. O desenvolvimento do projeto foi de grande importância e aprendizagem, tanto para o público alvo quanto para os docentes e discentes envolvidos. Configura-se assim, uma relevante iniciativa e prática social desenvolvida por meio da Universidade.

REFERÊNCIAS

ABED – Associação Brasileira De Educação a Distancia – Relatório Analítico Da Aprendizagem A Distancia No Brasil – Censo 2012.

CARVALHO, Noeme Cristina. **Dinâmicas para Idosos**. Petrópolis-RJ . Ed. Vozes. 2009.

GERHARDT, Tatiana Engel. SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de Pesquisa**. 2009. Disponível em < <http://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>> Acesso em 22 mar. 2017.

GUEDES, Joana Madalena Tavares Martins. **O internamento em lar e a identidade dos idosos**. Dissertação de Mestrado. Universidade do Porto, 2007. Faculdade de Economia da Universidade do Porto

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Síntese de Indicadores Sociais**: uma análise das condições de vida da população brasileira. 2016.. Disponível em: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv98965.pdf>> Acesso em: 24 mar. 2017.

PIRET S. E BÉZIERES M. M. **A Coordenação Motora: aspect mecânico da coordenação motora do homem**. Ed. Summus. 1992.



NETTO, Francisco Luiz de Marchi. **Aspectos biológicos e fisiológicos do envelhecimento humano e suas implicações na saúde do idoso.** 2004. Disponível em <<https://www.revistas.ufg.br/feef/article/view/67/2956?journal=feef>> Acesso em: 24 mar. 2017.

PASCHOAL, Leo Natan et al. **Avaliação de um jogo sério digital destinado ao público idoso utilizando o método gameflow.** Disponível em <<http://seer.ufrgs.br/index.php/renote/article/viewFile/67363/38457>> Acesso em 20 mar. 2017.

PIRES, Maria Rosa Gonçalves. **Performance Cognitiva em Idosos Institucionalizados.** 2012. Disponível em <<https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/8091/1/Maria%20Rosa%20Gon%C3%A7alves%20Pires.pdf>> Acesso em 27 mar. 2017.

SECRETARIA DE DIREITOS HUMANOS (SDH). **Dados sobre o envelhecimento no Brasil.** 2012. Disponível em: <<http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoa-idosa/dados-estatisticos/DadossobreoenvelhecimentonoBrasil.pdf>> . Acesso em 24 mar. 2017.