



# VII Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar V Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar IV Feira de Empreendedorismo da UNIFIMES

2023

08 A 10 DE MAIO

A Pesquisa e o Desenvolvimento Regional Aliados ao Empreendedorismo



## ATIVIDADES COGNITIVAS PARA IDOSOS

Jéssyca Cássia de Faria Barbosa Lima<sup>1</sup>

Ana Carolina Maia Duarte<sup>2</sup>

Sara Leite Lira Santos<sup>3</sup>

Pabline Delamano Franco<sup>4</sup>

João Matheus Rodrigues Coelho dos Santos<sup>5</sup>

Uliana Medeiros Dos Santos<sup>6</sup>

As atividades cognitivas para os idosos promovem a manutenção da autonomia individual e a capacidade de autocuidado, exercendo também influência sobre a vida independente de modo seguro e longo. Além disso, como um parâmetro para avaliar o envelhecimento, a capacidade psíquica individual está intimamente ligada à qualidade de vida e à saúde do idoso, tornando os efeitos dos exercícios mentais ainda mais importantes no quesito de promover uma melhora da aptidão psicológica. O trabalho tem por objetivo analisar a importância das atividades cognitivas na manutenção da qualidade de vida dos idosos. O estudo consistiu no levantamento bibliográfico nas bases de dados PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scielo, utilizados os seguintes descritores: “Atividades cognitivas” e “Idosos”. Foram selecionados artigos publicados em inglês e português nos anos de 2018 à 2022. Após o levantamento, de um total de 64 artigos foram utilizados 5 para fazer parte da amostragem desse trabalho. Assim, as atividades cognitivas possuem como principal propósito promover a melhora tanto física/biológica, associada a manutenção da lucidez psicológica dos mais velhos, de forma a garantir sua autonomia e preservação no convívio social. Dessa maneira, é perceptível o quanto as atividades cognitivas têm apresentado um fator positivo na vida desses indivíduos, visto que a leitura de textos, o hábito de olhar fotos e figuras, jogo de xadrez, dominós, quebra cabeça, palavras cruzadas e outros métodos são capazes de ajudar no desenvolvimento psíquico do idoso. Além disso, é notória a necessidade de introdução dessas

<sup>1</sup>Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Minas Gerais. E-mail: [jessyca.cassia.lima@academico.unifimes.edu.br](mailto:jessyca.cassia.lima@academico.unifimes.edu.br).

<sup>2</sup> Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Minas Gerais.

<sup>3</sup> Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Minas Gerais.

<sup>4</sup> Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Minas Gerais.

<sup>5</sup> Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Minas Gerais.

<sup>6</sup> Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Minas Gerais.



PESQUISA  
UNIFIMES

UNIFIMES  
Centro Universitário de Mineiros

# VII Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar V Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar IV Feira de Empreendedorismo da UNIFIMES

2023

08 A 10 DE MAIO

A Pesquisa e o Desenvolvimento Regional Aliados ao Empreendedorismo



atividades na vida do idoso, por meio de ações que possam envolver o público, visto que assim, o mesmo terá a oportunidade de se envolver mais socialmente e assim observar uma melhora tanto em seu fator físico como emocional, devido ao fato que muitos apresentam necessidades psicológicas, seja por causa patológica ou alguma alteração que teve no decorrer da vida. Dessa maneira, conclui-se que os familiares, os lares de longa permanência e as entidades filantrópicas que os recebem necessitam de adotar métodos de ações que desenvolvam as atividades a fim de aumentar a habilidade cognitiva do idoso e também proporcionar o aumento da qualidade de vida social, pois a maior parte dos idosos em algum momento da vida já passou por algum tipo de aflição que comprometeu sua cognição.

**Palavras-chave:** Atividades cognitivas. Idosos. Saúde psíquica. Convívio social.

