

COGNIÇÃO E MOTRICIDADE

Área Temática: Saúde

Introdução: O Projeto Cognição e Motricidade presta serviços de avaliação, intervenção motora e cognitiva, voltados a recuperação e manutenção da saúde física e mental, de indivíduos idosos, participantes do Centro de Atenção a Terceira Idade (CATI – São José/SC).

Objetivos: Intervir na prevenção do declínio motor e cognitivo, na promoção e/ou manutenção da capacidade funcional do idoso. Além de contribuir para qualidade de vida e perpetuação de hábitos de vida saudável dessa população. Proporcionar ao acadêmico a vivência de atividades práticas com idosos e propiciar a integração entre a comunidade e a universidade.

Atividades Desenvolvidas: Realizado um protocolo de avaliação inicial composto: A) Identificação pessoal; B) Nível de Atividade Física – IPAQ; C) Mini-Exame do Estado Mental - MEEM. As sessões de intervenção aconteciam duas vezes na semana, com duração de 1h cada, e foram compostas por exercícios de estimulação cognitiva (memória, atenção, percepção, gnose, praxia, funções executivas, cálculo, linguagem e solução de problemas) e motoras (motricidade fina e global, equilíbrio, esquema corporal/rapidez, organização espacial e temporal).



Atividade realizada no Projeto Cognição e Motricidade durante o ano de 2014



Atividade realizada no Projeto Cognição e Motricidade durante o ano de 2014

Resultados Alcançados: Dados estatísticos realizado com 125 idosos que participaram deste projeto anteriormente, apontaram média de idade de $70,3 \pm 6,7$ anos, 88% dos participantes foram mulheres, aposentados (79%), casados (36%), frequentaram a escola até o primário (atual 1º ao 5º ano) (41%) e estrato econômico C (47%). Apresentaram percepção de saúde positiva (boa/muito boa/excelente) (60%), não apresentavam indicativos de depressão (74%), apesar de relatarem problemas de saúde (90%). Em relação ao nível de atividade física 70% dos idosos foram classificados como suficientemente ativos (ativo/muito ativo). No TMT A (86%) e B (81%) e no teste do relógio (76%) verificou-se baixo desempenho, caracterizando déficit cognitivo. No MEEM 53,6% apresentaram comprometimento (leve/moderado/grave) e 46,4% sem comprometimento. Conclui-se que a maioria dos idosos apesar de apresentarem problemas de saúde tem percepção positiva da mesma e sem indicativos de depressão, sendo suficientemente ativos, com baixo desempenho cognitivo (déficit de atenção, desempenho motor, funções executivas) e comprometimento do estado mental.

Referências:

CUSTODIO. Elaine Bazilio ; MALAQUIAS JUNIO. Joel; VOOS. Mariana Callil Relação entre cognição (função executiva e percepção espacial) e equilíbrio de idosos de baixa escolaridade. **Fisioterapia e Pesquisa**, v.17, n.1, 2010.

LEITE, Marinês Tambara; WINCK, Marisa Teresinha; HILDEBRANDT, Leila Mariza; KIRCHNER, Rosane Maria; SILVA, Luiz Anildo Anacleto da. Qualidade de vida e nível cognitivo de pessoas idosas participantes de grupos de convivência. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.15, n.3, p.481-492, 2012.

MACHADO, Juliana Costa; RIBEIRO, Rita de Cássia Lanes; COTTA, Rosângela Minardi Mitre; LEAL, Paulo Fernando da Glória. Declínio cognitivo de idosos e sua associação com fatores epidemiológicos em Viçosa, Minas Gerais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.4, n.1, p.109-121, 2011.

Ação de extensão: Cognição e Motricidade
Bolsista: Vinicius Renato Leal
Coordenador: Dra. Silvia Rosane Parcias
Colaboradores: Gabrielly Zanini Gongora; Profª Joseani Simas; Alessandra Zappellini.
Contato: silvia.parcias@udesc.br – (48) 33218600

Financiador: UDESC

Parceiros:

