PROJETO DE EXTENSÃO: REATIVANDO A MEMÓRIA DOS IDOSOS

Marcele Pereira Silvestre GOTARDELO (UnilesteMG); Bárbara Musse Ruela SILVA (UnilesteMG); Bruna Tamara Andrade SOARES (UnilesteMG); Nathália Zanandrez Quintão REIS (UnilesteMG); Hévilla Bethânia Gomes MARQUES (UnilesteMG); Maria Marta Marques de Castro BORGES (UnilesteMG)

Introdução: Junto aos desafios do envelhecimento buscam-se novas ações para obter uma melhor qualidade de vida e tratamento do idoso em sua totalidade, unindo a estrutura física e mental.

Diante disso, técnicas de reabilitação e intervenções como exercícios para ativar a memória, têm sido estudadas e realizadas com estes idosos, de forma que estas estratégias proporcionem melhor qualidade de vida a eles. Muitos destes idosos estão inseridos em uma instituição de longa permanência, onde a rotina e a monotonia os acompanham. A realização de oficinas faz com que eles se exercitem para obter uma boa saúde física e mental. Objetivo: Promover atividades para estimular a memória dos idosos, aumentando sua auto-estima, através do lúdico e vivências. Metodologia: Realizada semestralmente, como projeto de extensão, foi elaborada uma revisão bibliográfica sobre o tema e fundamentação teórica. Realizada no dia 22 de junho de 2011, no Lar dos Idosos Frederico Ozanan em Coronel Fabriciano, começamos com “passa a bola”, onde os idosos falavam seus nomes e idade e passava para o próximo, após, colocamos músicas antigas para que eles falassem quais eram os cantores e por último \\\"Caixinha Surpresa\\\", com um espelho dentro, explicamos que na caixa tinha uma foto de uma pessoa muito importante, e pedimos que ela falasse sobre a pessoa e o que ela fez de importante. Resultados: A expectativa foi contribuir para a estimulação da memória e assim também aumentar a auto-estima e valorização desses idosos.

O resultado da experiência permitiu concluir que, apesar dos idosos terem dificuldades para participar das dinâmicas, à medida que aconteciam eles começaram a se envolver e a participar das atividades.

Para os idosos, esta é uma possibilidade de resgate das próprias histórias que muitas vezes ficaram esquecidas por eles mesmos, além de poderem interagir com os outros companheiros, trazendo alegria e um ambiente agradável a todos.

Muitos relataram um pouco de suas infâncias, outros se lembraram de suas profissões e falaram do que gostavam de comer. Percebe-se à importância de se realizar um cuidado humanizado e acolhedor com estes idosos. Sabe-se que os idosos ativos têm mais chance de preservar sua memória. Então é imprescindível que o trabalho com estes idosos seja contínuo para que se obtenha um melhor resultado.

Conclusão: A promoção desta oficina serviu para estimulação da memória, encorajamento para usar capacidades e competências cognitivas de modo eficaz, ensinando estratégias compensatórias de modo a permitir que os idosos possam levar uma vida o mais independente possível. Suas histórias e lições de vida proporcionam crescimento para cada um enquanto pessoas.

Palavras-chave: Estimulação. Memória. Idoso.