

## **A percepção dos acadêmicos sobre a importância da estimulação cognitiva durante o tratamento fisioterapêutico em idosos**

**The perception of academics on the importance of cognitive stimulation during physical therapy in elderly**

**La percepción de los académicos sobre la importancia de la estimulación cognitiva durante la fisioterapia en adultos mayores**

Recebido: 07/10/2022 | Revisado: 19/10/2022 | Aceitado: 21/10/2022 | Publicado: 26/10/2022

**Milena Campos Machado**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6815-4941>  
Instituto Educacional Santa Catarina, Brasil  
E-mail: milenacamposmachado@hotmail.com

**Karla Camila Correia da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1538-7028>  
Instituto Educacional Santa Catarina, Brasil  
E-mail: karlacamilac@yahoo.com.br

### **Resumo**

O presente artigo tem por finalidade demonstrar e compreender a estimulação cognitiva em idosos, tendo em vista que o envelhecimento do ser humano trata-se de um processo natural, gradativo e contínuo. Para tanto foi abordado e analisado o tema “estimulação cognitiva e sua percepção no meio acadêmico”, com a participação de acadêmicos do curso de fisioterapia. Diante da pesquisa realizada pode-se analisar que o tema “estimulação cognitiva em idoso” era de conhecimento da maioria dos entrevistados (acadêmicos), porém, os mesmos não tinham conhecimento da grande importância de se utilizar tal método durante o tratamento. Analisando e abordando artigos sobre o mesmo tema, de outros autores, conclui-se que a utilização da estimulação cognitiva em idosos traz autonomia, raciocínio e qualidade de vida ao idoso, vez que, tal método faz estimular as funções do cérebro, tais como, atenção, memória, percepção, raciocínio lógico, sensação e outros. Por fim, conclui-se que o objetivo da utilização da estimulação cognitiva em idosos é a manutenção das funções serem preservadas, melhorando assim a qualidade de vida do idoso.

**Palavras-chave:** Doença de Alzheimer; Estado mental; Fisioterapia.

### **Abstract**

This article aims to demonstrate and understand the cognitive stimulation in the elderly, considering that the aging of the human being is a natural, gradual and continuous process. In view of the research carried out, it was possible to analyze that the theme "cognitive stimulation in the elderly" was known by most of the interviewees; however, they were unaware of the great importance of using such a method during treatment. Analyzing and addressing articles on the same theme, by other authors, it was concluded that the use of cognitive stimulation in the elderly brings autonomy, reasoning, and quality of life to the elderly, since this method stimulates brain functions such as attention, memory, perception, logical reasoning, sensation, and others.

**Keywords:** Alzheimer's Disease; Mental exam; Physiotherapy.

### **Resumen**

Este artículo pretende demostrar y comprender la estimulación cognitiva en las personas mayores, teniendo en cuenta que el envejecimiento del ser humano es un proceso natural, gradual y continuo. A partir de la investigación realizada se puede analizar que el tema "estimulación cognitiva en los ancianos" era conocido por la mayoría de los entrevistados, sin embargo, no eran conscientes de la gran importancia de utilizar dicho método durante el tratamiento. Analizando y abordando artículos sobre el mismo tema de otros autores, se concluye que el uso de la estimulación cognitiva en los idodos, aporta autonomía, razonamiento y calidad de vida a los ancianos, ya que dicho método estimula las funciones del cerebro, como la atención, la memoria, la percepción, el razonamiento lógico, la sensación y otras. Finalmente, se concluye que la finalidad del uso de la estimulación cognitiva en los ancianos es el mantenimiento de las funciones a preservar, mejorando así la calidad de vida de los mismos.

**Palabras clave:** Enfermedad de Alzheimer; Examen mental; Fisioterapia.

## 1. Introdução

Envelhecer é um processo natural, gradativo e contínuo que todo ser humano está fadado a passar. O envelhecimento começa no nascimento e se prolonga por todas as fases da vida, e em cada uma delas, o ser humano experimentará mudanças tanto no seu corpo quanto na sua mente (envelhecimento tanto no físico quanto no psíquico) (Soccodato, 2015).

No envelhecimento seja saudável ou patológico, os indivíduos beneficiam sempre de uma estimulação neuropsicológica. A estimulação cognitiva permite o desenvolvimento das habilidades necessárias para controlar e regular os nossos pensamentos, em emoções e ações. As funções executivas envolvem estritamente as habilidades cognitivas como a capacidade de fazer cálculos (apenas com a mente). A regulação das emoções reflete a capacidade de controlar a raiva, os impulsos, os medos, e outros (Lara et al., 2017).

A cognição é definida como um conjunto de habilidades mentais que possibilitam as pessoas a compreenderem e a solucionarem problemas emergentes na vida. Pesquisas apontam que programas de treino das funções cognitivas e da memória evidenciam a neuroplasticidade no envelhecimento (Firmino, 2021). Programas de estimulação cognitiva objetivam potencializar áreas da cognição por meio do uso de estratégias e atividades com objetivos previamente elencados e podem ocorrer de modo individual ou grupal (Souza & Sequeira, 2012). A performance cognitiva do idoso e a prática da estimulação, possibilitando avanços na agilidade e maior compreensão de conceitos abstratos, podendo então aplicar tais aprendizados no desempenho das Atividades de Vida Diária – AVD (Firmino, 2021).

O funcionamento cognitivo do idoso está relacionado com a sua saúde e com o seu bem-estar psicológico, sendo considerado um índice importante de envelhecimento ativo e de longevidade. A cognição, de um modo geral, pode ser caracterizada como um conjunto de capacidades mentais que permitem a aquisição, o acesso e a manutenção de conhecimentos (Irigaray et al., 2011).

A estimulação cognitiva tem efeito positivo na cognição, na sintomatologia depressiva e na autonomia dos idosos e, por conseguinte, da qualidade de vida das famílias, pelo que se aconselha a sua implementação como componente do cuidado à idosos em contexto comunitário. Todavia, de referir que para uma maior eficácia nos resultados, é importante uma comunicação eficiente entre o profissional/cuidador e o utente idoso no processo de cuidar (Borges, 2014). É fundamental incentivar a independência do idoso, ou seja, a capacidade de exercer suas funções de vida diária, sua habilidade de viver com independência na sociedade com uma ou nenhuma assistência de outros.

Com isso, a estimulação cognitiva proporciona para o idoso, uma gama de benefícios que manifestavam-se não somente ao nível das capacidades cognitivas como ao nível do humor, atenuando sintomatologia depressiva e promovendo um melhor autoconceito, autoestima, autonomia e, por conseguinte, uma maior satisfação com a vida (Borges, 2014).

Com base nestes aspectos, este estudo objetivou avaliar o conhecimento do acadêmico sobre a estimulação cognitiva durante o tratamento em idosos, caracterizar o que são estímulos cognitivos e analisar sua importância na visão do estudante em relação ao tema.

## 2. Metodologia

O estudo proposto é uma pesquisa de campo, transversal com análise quantitativa, seleção de amostra por meio dos alunos matriculados no curso de fisioterapia, entre os períodos 7º e 9º, realizando estágio supervisionado, com o objetivo de descrever a percepção dos acadêmicos sobre importância da estimulação cognitiva durante o tratamento fisioterapêutico em idosos.

A pesquisa foi realizada com acadêmicos do Instituto Educacional Santa Catarina – IESC – Faculdade Guaraí – FAG, em Guaraí - Tocantins, cerca de 188,6 km da cidade de Palmas capital do Estado, na qual, os participantes responderam de forma geral, por meio de um questionário sobre a importância da estimulação cognitiva durante o tratamento fisioterapêutico

em pacientes idosos e as suas derivadas percepções quanto a este trabalho que deve ser perfeitamente executado em nosso ramo de trabalho. Os dados foram obtidos entre os meses de março a abril de 2022.

Fizeram parte da pesquisa estudantes de ambos os sexos; com idade maior que 18 anos; que estão devidamente matriculados no curso de fisioterapia, entre os períodos 7º e 9º em estágio supervisionado, e aceitaram fazer parte do estudo assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta dos dados ocorreu através da aplicação de um questionário com 10 questões objetivas. Esse questionário foi elaborado através de pesquisas pelo google acadêmico. Foram respondidas através do uso do celular, via google forms, com a geração de um link e encaminhada aos participantes da pesquisa, via aplicativo de mensagens (Pereira et al, 2018).

Os resultados da pesquisa desse estudo, foram obtidos através da análise dos dados coletados, de forma transversal descritiva e apresentadas em tabelas, gráficos e percentuais. Também foram analisados quantitativamente a partir de discussão teórica com a literatura relacionada ao tema.

### 3. Resultados e Discussão

Para o desenvolvimento dessa pesquisa, foram abordados os alunos do 7º e 9º períodos do curso de fisioterapia do Instituto Educacional Santa Catarina – IESC/FAG, da cidade de Guaraí – TO. Os acadêmicos já apresentavam um bom conhecimento das disciplinas, posto que estão na fase de estágios e na fase final do curso. Responderam o questionário o total de 31 voluntários (conforme demonstrado no Gráfico 1), sendo 51,6% do 7º período e 48,4% do 9º período.

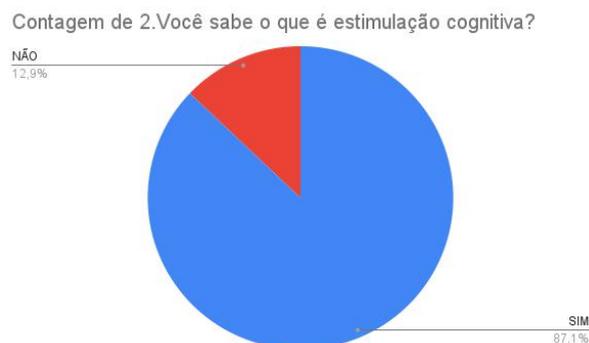
**Gráfico 1** - Período de vigência dos voluntários:



Fonte: Autores.

No questionamento: “Você sabe o que estimulação cognitiva?”, dos 31 voluntários da pesquisa, responderam que tem conhecimento o total de 87,1%, e que não apresentavam 12,9% (Gráfico 2). De acordo com Campos (2021), a estimulação cognitiva atua diretamente nos mecanismos ligados à plasticidade cerebral (processo adaptativo do cérebro).

**Gráfico 2 -** Conhecimento sobre estimulação cognitiva.



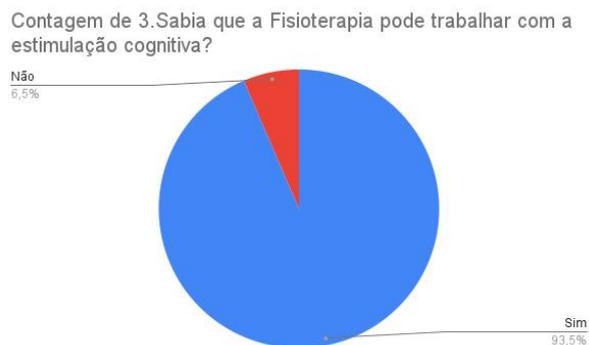
Fonte: Autores.

A estimulação cognitiva contribui com o desenvolvimento das habilidades essenciais para controlar e regular os nossos pensamentos, emoções e ações colaborando com a manutenção dos conhecimentos. Esta primeira habilidade envolve a capacidade de elaborar pensamentos, resolução de problemas e cálculos apenas mentalmente. Quanto a regulação das emoções, diz respeito a capacidade de controlar raiva, os medos, impulsos e entre outros. Se caracterizando como essenciais no cotidiano dos indivíduos (Alves; et al., 2020).

A Estimulação Cognitiva pode ser considerada como uma abordagem de tratamento complementar importante para a reabilitação dos déficits cognitivos que dificultam a recuperação e abstinência dos pacientes. Andrade (2021). A recuperação do estado cognitivo pode ser feita através da estimulação de sistemas utilizando meios simples e de fácil aplicação, como atividades física e oficinas de estimulação cognitiva, que auxiliam na reabilitação da capacidade cognitiva, permitindo ao idoso uma melhor qualidade de vida (Nóbrega, 2021).

Foi questionado aos entrevistados, se o mesmo apresentava conhecimento sobre o papel da fisioterapia na estimulação cognitiva (Gráfico 3). 93,5% responderam que sabiam dessa habilidade da fisioterapia, e 6,5% responderam que não.

**Gráfico 3 -** Conhecimento sobre fisioterapia e a estimulação cognitiva.



Fonte: Autores.

De acordo com as autoras Silva e Gil (2019), a fisioterapia pode incluir em seu tratamento a estimulação cognitiva, desenvolvendo estratégias cognitivas, contribuindo na coordenação motora conforme as dificuldades de cada indivíduo ou em grupo.

A Doença de Alzheimer (DA) é uma doença neurodegenerativa progressiva e irreversível, que afeta o funcionamento cognitivo e conduz a um declínio das habilidades funcionais e sociais. Inicialmente há o comprometimento da memória recente, porém conforme o quadro evolui, ocorrem distúrbios da memória semântica, raciocínio, funções executivas, linguagem e de movimento, que culminam com restrição ao leito, mutismo e estado vegetativo. Como não existe ainda um tratamento que possa curar a DA, a prática regular de exercício físico tem beneficiado estes pacientes (Zaions; et al., 2012).

Durante a abordagem fisioterapêutica nesta, é de extrema importância considerar as alterações no aspecto cognitivo e o grau de comprometimento, pois são eles os responsáveis pelas dificuldades e incapacidades motoras do paciente. Embora seja uma doença de característica progressiva, o tratamento fisioterapêutico objetivo retardar seu processo, preservando as funções motoras o mais próximo do normal possível e juntamente com outros profissionais da saúde, orientar e esclarecer a família do paciente. Atividades como alongamento e fortalecimento muscular, locomoção e exercícios de atividades da vida diária, podem estar auxiliando no processo de tratamento (Zaions; et al., 2012).

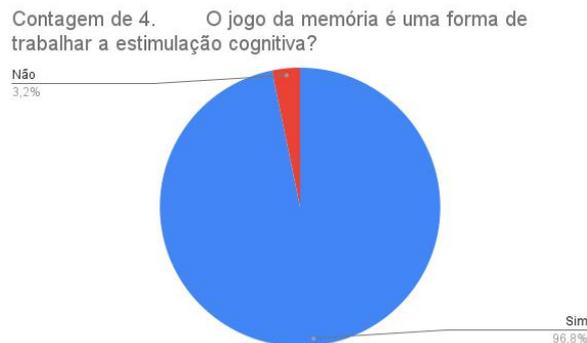
De acordo com a pesquisa de Ferretti et al., (2014), foi realizado a pesquisa sobre o Efeitos de um programa de exercícios na mobilidade, equilíbrio e cognição de idosos com doença de Alzheimer. Os resultados sugerem que idosos com DA praticantes de exercícios físicos após intervenção apresentaram um menor risco de quedas, de 30% para 12%, quando comparados à idosos com DA que não realizaram o programa de exercícios físicos. Acredita-se que os resultados de um protocolo de exercícios de força e equilíbrio contribuam para redução do risco de quedas e melhora na mobilidade, interferindo positivamente na independência funcional, pois durante as seis semanas de intervenção fisioterapêutica, houve melhora na mobilidade. Pode-se apontar a partir do estudo realizado que ocorreu uma tendência de melhora na mobilidade, equilíbrio e cognitivo de idosos com DA.

Por outro lado, as autoras Amodeo et al., (2010), foi realizado um estudo para verificar a influência de um programa de exercícios fisioterapêuticos na preservação da memória e na capacidade funcional de uma paciente com DA. No protocolo de treinamento continha exercícios ativos para ADM, alongamento, fortalecimento muscular, exercícios aeróbicos, treino de equilíbrio e atividades para a memória que envolvia desde a contagem das séries, até jogo da memória e palavras cruzadas. Depois da aplicação evidenciou-se uma melhora em todos os fatores aplicados e em especial, um aumento percentual (3,33%) no MEEM onde se avaliava a função cognitiva, o que sugere que a prática de exercícios pode promover uma manutenção ou até pequenos ganhos cognitivos.

Portanto, cada vez mais estudados demonstram a influência da fisioterapia na estimulação cogitava, mostrando a importância da terapia motora e em soma com a cognitiva promovendo funções do cérebro, e deste modo permanece o paciente na condição cognitiva mais eficiente.

Foi questionado aos pesquisados, se o jogo da memória seria uma forma de trabalhar a estimulação cognitiva, conforme ilustrado no Gráfico 4:

**Gráfico 4** - Jogo de memória é uma forma de trabalhar estimulação cognitiva.



Fonte: Autores.

Neste questionamento, 96,8% responderam que o jogo da memória pode ser sim utilizado, e 3,2%. O jogo da memória para os idosos torna-se fundamental para despertar e estimular o cérebro. Por isso, inserir essa atividade no tratamento fisioterapêutico é um excelente método de treinar a memória e permitir momentos de descontração. Essa atividade mantém o cérebro ativo, o que garante momento de qualidade de vida e bem-estar, além de prevenir o surgimento de doenças neurodegenerativas, como o Alzheimer (Olivetto, 2019). Jogar requer atenção, concentração, estratégia, memória e foco para conquistar os objetivos. Desta forma, estimulamos o cérebro de modo que produzimos novas conexões entre os neurônios. “Uma reserva cognitiva maior será muito útil sob o envelhecimento, pois, sob o estresse, circuitos que demandam maior gasto de energia dificilmente serão ativados e você estará confinado a poucas alternativas de resposta. No envelhecimento, as células neuronais tendem a morrer”.

Na pesquisa de 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. 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”, 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).

É importante destacar que, ao acadêmico de fisioterapia, é de suma importância conhecer da estimulação cognitiva, bem como, considerar suas alterações no aspecto cognitivo e o grau de comprometimento, vez que, estes são responsáveis indiretamente pelas dificuldades e incapacidades motoras de cada paciente. Os questionamentos de acordo com o conhecimento de fisioterapia, estão descritos no Quadro 1:

**Quadro 1** - Tratamento fisioterapêutico sobre a estimulação cognitiva em idosos.

<b>Perguntas:</b>	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>
Tem conhecimento sobre a estimulação cognitiva em idoso?	64,5%	35,5%
Você sabe a importância de trabalhar a estimulação cognitiva no idoso?	90,3%	9,7%
Nós, fisioterapeutas, devemos trabalhar a estimulação cognitiva no idoso durante o tratamento?	96,8%	3,2%

Fonte: Autores.

Conforme a idade avança, o deterioramento cognitivo é maior e a velocidade com que este acontecimento se dá, depende de indivíduo para indivíduo. Contribuem ainda para a perda destas capacidades alguns fatores sócio econômicos, biológicos e culturais, todos eles responsáveis pelo que acontece no indivíduo. Entre os anos 2010 e 2030, as doenças degenerativas, nomeadamente as demências, irão aumentar de 35,6 para 65,7 milhões de casos mundialmente, verificando-se assim quase o dobro de casos. Nesse sentido, é de grande relevância a estimulação das competências cognitivas nas pessoas idosas, uma vez que apesar de não desaparecerem ao longo os anos, tendem a contribuir para um declínio mais tardio das capacidades cognitivas trabalhadas do que as capacidades que não são exercitadas ao longo do tempo. Assim sendo, as intervenções cognitivas têm sido complementos à farmacologia pelo que são utilizadas como estratégias de treino, estimulação e reabilitação (Rodrigues,2021).

A principal função da estimulação cognitiva é fazer com que o cérebro volte a trabalhar o mais capaz possível de condições consideradas normais ou aceitável. A reabilitação cognitiva é capaz de melhorar o bem-estar e aumentar a capacidade de comunicação com resultado. A família pode se privilegiar pela melhoria nos relacionamentos familiares (Campos, 2021). Nos estudos de Paschoalin e Perensim (2015) estimular é criar meios de manter a mente, as emoções, as comunicações e os relacionamentos em atividade. O estímulo do idoso é viver bem e intensamente no presente, ter satisfação com a vida que leva agora e mostrar que pode e deve viver bem, deixando um modelo de velho feliz para os que um dia também serão idosos. Seus estímulos são sua vida, a família, os amigos, manter as atividades, criar, ter lazer, querer ver mais e aprender mais.

Durante o tratamento é de extrema importância trabalhar a função cognitiva do idoso, pois o método terá objetivo de tentar prorrogar a evolução, conservando as funções motoras assim promovendo a independência do idoso e evitando deformidades e melhoras durante o tratamento, como amplitude de movimento, coordenação, marcha e equilíbrio.

Para Reis e Cardoso (2016), a elaboração do protocolo de tratamento fisioterapêutico insere-se exercícios ativos, alongamento, fortalecimento muscular, exercícios aeróbicos, treino de equilíbrio e atividades para a memória.

Em um estudo exposto por Medeiros et al (2018), os efeitos dos exercícios físicos, especialmente os aeróbicos permitem desenvolver melhora da função cerebral, favorecem a realização das tarefas cognitivas, permitem a redução de comportamentos inadequados, e promovem a reinserção da participação social e comunicação. Estes benefícios somente acontecem devido a mecanismos fisiológicos como melhora do fluxo sanguíneo cerebral, das demandas metabólicas, e das condições de amadurecimento do hipocampo, menor perda de tecidos cerebral no decorrer do envelhecimento. (Reis e Cardoso, 2016).

No Quadro 2, estão demonstrados os dados referentes sobre o tratamento utilizando a estimulação cognitiva e a independência funcional em idoso:

**Quadro 2** - Estimulação cognitiva e a independência funcional do idoso.

<b>Perguntas:</b>	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>
A estimulação cognitiva para idosos pode ajudar na manutenção e recuperação da indenpência funcional?	96,8%	3,2%
Ao trabalhar a estimulação cognitiva, nos preservamos autonomia do idoso?	96,8%	3,2%
Durante um atendimento fisioterapêutico, ao usar a estimulação cognitiva, você viu melhora no seu paciente.	87,1%	12,9%

Fonte: Autores.

A estimulação cerebral das redes neurais pode oferecer uma nova estratégia terapêutica tendo em conta a frequência que produzem os efeitos inibitórios ou excitatórios. Os treinos de estimulação cognitiva constituem-se como ferramentas de grande relevância para os profissionais da neuropsicologia no que tange a manutenção das habilidades cognitivas e prevenção dos seus declínios, uma vez que estudos comprovam sua eficácia na melhoria das funções cognitivas e ainda abrangem resultados positivos dos estados de humor, socialização, autonomia e qualidade de vida . Diferentes programas de estimulação estão a ser implementados com o objetivo de aumentar a autonomia e o autocuidado em idosos, promover a cidadania ativa na velhice e a promoção da qualidade de vida no envelhecimento bem sucedido (Souza, 2021).

A implementação de ações de EC com uma sequência de atividades coordenadas e agradáveis, nos domínios cognitivos da atenção, linguagem, raciocínio, aprendizagem, memória, processamento viso-espacial e funções executivas, pode contribuir para a recuperação e prevenção da evolução da deterioração cognitiva dos idosos, melhoria da socialização e da manutenção das atividades básicas de vida, assim como, de forma indireta, na prevenção da depressão geriátrica (Silva, 2021). Uma combinação de treino cognitivo com exercícios físicos pode melhorar a saúde global ou as funções cognitivas das pessoas idosas. O desempenho em tarefas cognitivas e a conjugação do domínio cognitivo com o físico, numa abordagem mista, pode considerar-se relevante pelos seguintes aspetos: fisiológicos, motivacionais e psicológicos. As duas intervenções podem estimular o cérebro, favorecer a plasticidade cerebral, aumentar a circulação sanguínea para essa região e, conseqüentemente, a oxigenação (Caetano, 2021).

As atividades psicomotoras têm como objetivo maior a manutenção das capacidades funcionais, melhorar e aprimorar o conhecimento de si e a eficácia das ações, sobretudo das atividades de vida diárias (AVDs). Nosso cérebro é semelhante aos nossos músculos que se fortalecem com sua utilização, ou seja, com exercícios físicos ginásticas cerebrais. Os exercícios mentais e físicos liberam endorfinas, que são neuromoduladores cerebrais responsáveis pela sensação de bem-estar pós atividade física. Práticas psicomotoras estimulam o cérebro; as atividades físicas estimulam, estabilizam e protegem o condicionamento intelectual. O cérebro vai se modificando com o tempo, a memória tem a capacidade de descartar dados considerados irrelevantes e resgatar dados praticamente perdidos quando eles se tornam cruciais (Soccodato, 2015).

A fisioterapia é uma ferramenta importante na melhora da qualidade de vida e no reestabelecimento funcional e motor dos portadores de DA, apesar de não existir um tratamento preventivo e nem curativo para a doença. Sabe-se ainda que o paciente necessita de uma abordagem multidisciplinar para a sua reabilitação global. O que se pode afirmar é que a fisioterapia é capaz de evitar ou diminuir complicações e deformidades, melhorar o equilíbrio, prevenir danos motores, melhorar a força muscular, treinar a realização das atividades de vida diária, assim, tentando prolongar a independência do portador de DA e melhorar sua qualidade de vida, reduzindo também sinais e sintomas da demência e melhorando as funções cognitivas (Caetano, 2021).

## 4. Conclusão

Conclui – se que ao aluno de fisioterapia, futuro fisioterapeuta, cabe a ele ter conhecimento do método de estimulação cognitiva, pois, tal método, preservará ou restaurará a funcionalidade, autonomia e independências da pessoa idosa, auxiliando-o no seu tratamento e trazendo grandes benefícios, tais como, melhora na qualidade de vida, da memória, bem como, despertando a motivação e estimulando a autonomia. Assim o aluno tem um conhecimento facilitador que o ajuda melhorar seu entendimento fisioterapêutico, promovendo e garantindo um atendimento qualificado pelos futuros profissionais da área de Fisioterapia, visando sua especialização pela qualidade de vida dos seus pacientes, pois, é visto que, muitos profissionais não utilizam tratamentos isolados atuando e buscando por um atendimento humanizado.

## Referências

- Alves, V. K., Nolasco (2020). Importância da estimulação cognitiva para o idoso. *Anais do VII CIEH...* Campina Grande: Realize Editora, 2020. <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/73703>>.
- Amodeo, M. T., Netto, T. M., & Paz, R. F. (2010). Desenvolvimento de programas de estimulação cognitiva para adultos idosos: modalidades da Literatura e da Neuropsicologia. *Letras De Hoje*, 45(3). <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fale/article/view/8121>.
- Andrade, L. P. (2021). Relato de experiência: estimulação cognitiva de dependentes químicos com o xadrez. *Revista Mundial*. <http://dx.doi.org/10.21575/25254782rmetg2021vol6n11527>.
- Borges, A. (2014). Estimulação cognitivo-sensorial em idosos de uma IPSS. *Psicologia*. <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0450.pdf>
- Caetano, H. N. B. (2021). Dificuldades sentidas no rastreio e estimulação cognitiva em pessoas idosas analfabetas e com baixa escolaridade, *Escola Superior de Educação*. <http://hdl.handle.net/10400.26/36971>.
- Carvalho, F. C. R., Neri, A. L., & Yassuda, M. S. (2009). Treino de Memória Episódica com Ênfase em Categorização para Idosos sem Demência e Depressão. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(2), 317-323. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722010000200014>
- Campos K. F. (2021). Estimulação cognitiva, Holiste Excelência em Saúde Mental. <https://holiste.com.br/servicos/estimulacao-cognitiva/#:-:text=%E2%80%9CA%20estimula%C3%A7%C3%A3o%20cognitiva%20atua%20diretamente,fun%C3%A7%C3%B5es%20executivas%2C%20entre%20outros%E2%80%9D>.
- Firmino, R. G. (2021). Estimulação cognitiva em idosos: Uma proposta de intervenção online em tempos de pandemia. *Universidade Estadual da Paraíba*. Campina Grande. Disponível: <http://tede.bc.uepb.edu.br/jspui/handle/tede/4130>.
- Ferretti, F., Silva, M. R., Barbosa A. C., & Müller, A. (2014). Efeitos de um programa de exercícios na mobilidade, equilíbrio e cognição de idosos com doença de Alzheimer. *Fisioterapia Brasil – Volume 15 – Número 2*. <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/325/565>.
- Geridades. (2021). O que e reabilitação cognitiva e qual sua importância para o público idoso? Webside Geridades. <https://geridades.com.br/2021/04/26/o-que-e-reabilitacao-cognitiva-e-qual-sua-importancia-para-o-publico-idoso/>.
- Irigaray, T. Q., Trentini, C. M., Gomes, I., & Schneider, R. H. (2011). Funções cognitivas e bem-estar psicológico em idosos saudáveis. *Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento*. 16(2). <https://doi.org/10.22456/2316-2171.18613>
- Lara, D. D., Gulartt, V., Chicon, P. M. M., & Quaresma, C. R. T. (2017). A contribuição dos jogos para o estímulo cognitivo e social em idosos. XXII Seminário Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão. [https://home.unicruz.edu.br/seminario/anais/anais2017/XXII%20SEMIN%C3%81RIO%20INTERINSTITUCIONAL%202017%20%20ANAIS/GRADUA%C3%87%C3%83O%20%20TRABALHOS%20COMPLETOS\\_CI%C3%84NCIAS%20EXATAS,%20AGR%C3%81RIAS%20E%20ENGENHARIAS/A%20CONTRIBUI%C3%87%C3%83O%20DOS%20JOGOS%20PARA%20O%20EST%C3%84MULO%20COGNITIVO.pdf](https://home.unicruz.edu.br/seminario/anais/anais2017/XXII%20SEMIN%C3%81RIO%20INTERINSTITUCIONAL%202017%20%20ANAIS/GRADUA%C3%87%C3%83O%20%20TRABALHOS%20COMPLETOS_CI%C3%84NCIAS%20EXATAS,%20AGR%C3%81RIAS%20E%20ENGENHARIAS/A%20CONTRIBUI%C3%87%C3%83O%20DOS%20JOGOS%20PARA%20O%20EST%C3%84MULO%20COGNITIVO.pdf)
- Meneses, K. V. P. de, Santos, L. I. B. dos, Calixto, M. F., Silva, J. P. L. da, Peron, G. C., Garcia, P. A., Brasil, L. M., & Silva, R. de C. (2013). Avaliação do ProDC como recurso na reabilitação cognitiva: estudo piloto. *Revista De Terapia Ocupacional Da Universidade De São Paulo*, 24(1), 73-80. <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v24i1p73-80>.
- Muragaki, C. S., Okamoto, K. H., Furlan, L., & Toldrá, R. C. (2007) A utilização de jogos pela terapia ocupacional: contribuição para a reabilitação cognitiva. Universidade Católica de Campinas-SP. [https://www.inicepg.univap.br/cd/INIC\\_2006/epg/03/EPG00000538-ok.pdf](https://www.inicepg.univap.br/cd/INIC_2006/epg/03/EPG00000538-ok.pdf).
- Nóbrega, M. P. S. S., Freitas, C. M., Jesus, B. G. S., Santos, J. C., & Silva, M. S. G. O. (2021). Programas de estimulação cognitiva para idosos com ou sem síndromes demenciais supervisionados ou aplicados por enfermeiros: Revisão integrativa. *Revista Cogitare Enfermagem*. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/78943>.
- Olivetto, T. (2019). Jogos desenvolvem memória em idosos. <https://metodosupera.com.br/jogos-desenvolvem-memoria-e-garantem-bem-estar-em-idoso/>.
- Paschoallin, H. C., & Perensim, K. (2016). A importância da comunicação e do estímulo para a qualidade de vida do idoso. *Revista De Enfermagem Da UFJF*, 1(1). <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/3787>.
- Pereira A. S., et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [free e-book]. Santa Maria/RS. Ed. UAB/NTE/UFSM. 6.2) Estrela, C. (2018). Metodologia Científica: Ciência, Ensino, Pesquisa. Editora Artes Médicas.

Pires, M. R. G. (2012). Performance Cognitiva em idosos institucionalizados. *Instituto Politécnico de Bragança*. Escola Superior de Saúde. Disponível em: [https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/8091/1/Pires\\_Maria.pdf](https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/8091/1/Pires_Maria.pdf).

Reis, A. L., & Cardoso, F. M. (2021). A atuação da Fisioterapia nas alterações cognitivas e no desequilíbrio apresentado em idosos com Doença de Alzheimer, Centro Universitário Luterano de Palmas - CEULP/ULBRA. [https://ulbra-to.br/bibliotecadigital/publico/home/palavra\\_chave/doenca-de-alzheimer-alteracoes-cognitivas-equilibrio-fisioterapia](https://ulbra-to.br/bibliotecadigital/publico/home/palavra_chave/doenca-de-alzheimer-alteracoes-cognitivas-equilibrio-fisioterapia).

Rodrigues, P. A. N. (2021). A presença da estimulação cognitiva nas atividades dinamizadas nas estruturas residenciais para pessoas idosas (ERPI): um olhar sobre o trabalho dos técnicos que realizam as atividade. *Repositório Científico*. <http://hdl.handle.net/10400.21/14532>.

Silva, R. C. G., & Gil, M. F. (2019). Estimulação cognitiva em pessoas idosas. *Universidade Católica Portuguesa*. Tese apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de doutor em Enfermagem na especialidade de Enfermagem Avançada. [https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/31534/1/Estimulacao\\_Cognitiva\\_Individual\\_em\\_Pessoas\\_Idosas\\_RosaSilva\\_UCP.pdf](https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/31534/1/Estimulacao_Cognitiva_Individual_em_Pessoas_Idosas_RosaSilva_UCP.pdf).

Silva C. P. R., Martins, T., Simões A. D, Montes A. M., Marques, G., & Nobrega M. P. S. S. (2021). Impacto da Estimulação Cognitiva na Saúde Mental de idosos: Experiência Portuguesa no Envelhecimento Ativo e Saudável. *Rev Paul Enfermagem*. [https://repen.com.br/revista/wp-content/uploads/2021/09/REPEn\\_2021\\_v32\\_6\\_Impacto-da-Estimulacao-Cognitiva-na-Saude-Mental-de-idosos.pdf](https://repen.com.br/revista/wp-content/uploads/2021/09/REPEn_2021_v32_6_Impacto-da-Estimulacao-Cognitiva-na-Saude-Mental-de-idosos.pdf).

Socodato, J., (2015). As contribuições e os benefícios das atividades de estimulação cognitiva e motora em idosos. Universidade Cândido Mendes. Pós graduação Latu sensu. Faculdade Integrada. Rio de Janeiro. <https://www.passeidireto.com/arquivo/61059845/atividades-de-estimulacao-cognitiva-e-motora-em-idosos>.

Sousa, L., & Siqueira, C. (2012). Conceção de um Programa de Intervenção na Memória para Idosos com Déficit Cognitivo Ligeiro. [https://www.researchgate.net/publication/262700593\\_Concecao\\_de\\_um\\_Programa\\_de\\_Intervencao\\_na\\_Memoria\\_para\\_Idosos\\_com\\_Defice\\_Cognitivo\\_Ligeiro](https://www.researchgate.net/publication/262700593_Concecao_de_um_Programa_de_Intervencao_na_Memoria_para_Idosos_com_Defice_Cognitivo_Ligeiro).

Souza, L. S. G. (2021). A demência de alzheimer e os efeitos da estimulação cognitiva em seu estágio Inicial : uma revisão sistemática, *Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias Escola de Psicologia e Ciências da Vida* – Lisboa. <http://hdl.handle.net/10437/12090>.

Zaions, J. D. C., Pavan, F. J., & Wisniewski, M. S. W. (2012). A influência da fisioterapia na preservação da memória e capacidade funcional de idoso com Alzheimer: Relato de caso. *Perspectiva*, Erechim. 36(133), 151-162, março/