



COMPROMETIMENTOS COGNITIVOS DA PESSOA IDOSA: RELATO DE CASO APÓS INTERVENÇÃO EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE NO OESTE DA BAHIA

TÁRCIA THYELE ARAÚJO MALHEIROS; DANILO VIANA; INGREDY DOURADO;
THAILINE ANDRADE E HUGO SANTOS

Introdução: Tendo em vista o envelhecer como processo natural do corpo humano e que ocasiona mudanças de diversos aspectos fisiológicos, físicos e cognitivos, esse estudo apresenta o relato de uma intervenção com um grupo de idosos em uma Estratégia de Saúde da Família localizada no oeste da Bahia. **Objetivos:** O presente estudo teve como objetivo reestruturar tais constructos, como: memória, raciocínio, flexibilidade cognitiva, coordenação motora e atenção; além da inserção social em grupos e mobilidade física dos idosos. **Metodologia:** A ação proposta, realizada em uma unidade de saúde, contou com a distribuição de jogos educativos, como: quebra-cabeças, jogo da memória e caça palavras a fim de estimular as funções que mais sofrem declínio com o passar dos anos; além da entrega de tabela para organização de rotina do público alvo com enfoque na prática de exercícios físicos e mentais. **Resultados:** Na prática, através de observação e escuta, foi percebido que muitos desse idosos não possuíam uma rotina ativa ou cuidados com a saúde mental, e que tanto o corpo quanto a mente ficavam em repouso por um longo período de tempo, dando espaço para comorbidades. **Conclusão:** Os estudos e reflexões acerca de vivências dos idosos denotam a necessidade de um olhar mais atento quando se trata do processo de envelhecimento. Levando em consideração os benefícios de atividade física em complemento com a realização de jogos educativos e psicoterapia, percebe-se que a associação de tais fatores influencia positivamente na qualidade de vida do público idoso, sendo de suma importância que estes adotem hábitos saudáveis para um bem-estar biopsicossocial.

Palavras-chave: Envelhecimento, Pessoa idosa, Intervenção, Grupo de idosos, Cognição.