



## INTERVENÇÕES GRUPAIS DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PREVENÇÃO DA SAÚDE MENTAL PARA PESSOAS IDOSAS

MÁRCIA LILIANE BARBOZA KURZ; SILVANA ALBA SCORTEGAGNA

**Introdução:** Diante do crescimento demográfico e das alterações nas habilidades cognitivas de pessoas idosas com 60 anos e mais, torna-se necessário ofertar intervenções para prevenir e manter as condições de saúde mental desta população.

**Objetivos:** relatar o desenvolvimento de intervenções em grupos para fomentar a Estimulação Cognitiva de indivíduos 60+, realizadas em um município de pequeno porte I no Estado do Rio Grande do Sul. **Relato de experiência:** Trata-se de um relato de experiência de intervenções em grupo de Estimulação Cognitiva e Memória para indivíduos 60+, realizado no Centro de Referência de Assistência Social - CRAS em um município de pequeno porte I. As atividades são desenvolvidas, semanalmente, através de encontros semanais, com duração de 1 hora e 30 minutos, com atividades diversas.

**Discussão:** Participam do grupo 14 indivíduos, sendo 12 mulheres e 2 homens, com idades entre 65 anos a 87 anos. As atividades são planejadas considerando uma habilidade cognitiva a ser trabalhada: memória de curto e longo prazo, atenção, funções executivas, linguagem, visuopercepção, visuoespacial, visando proporcionar aumento da destreza, conhecimento, contribuindo para as relações interpessoais, através de desafios cognitivos diversificados, com música, vídeos, dinâmicas, jogos, atividades impressas, com a utilização de materiais pedagógicos diversos. Conforme situações e dificuldades trazidas pelas participantes do grupo, realiza-se individualmente anamnese, questionários, escalas e a aplicação de testes de rastreio cognitivo como MEEM - Mini Exame do Estado Mental, FAS - Fluência Verbal, Teste do Desenho do Relógio, Escala de Depressão Geriátrica (GDS) - avaliação de humor e rastreio de sintomas de depressão para encaminhamentos ao neurologista, psiquiatra ou psicóloga, caso necessário.

**Conclusão:** As intervenções em grupo de Estimulação cognitiva demonstram benefícios para o desempenho cognitivo, promovem a socialização, potencializam sentimentos de identificação e pertencimento social, combatendo a solidão e o isolamento, fatores de risco para o surgimento de demências. Além disso, a modalidade de assistência grupal abrange um número maior de pessoas e traz benefícios para o engajamento social, um dos pilares para o envelhecimento bem-sucedido. Destaca-se a importância do desenvolvimento de intervenções para manutenção da capacidade cognitiva e preservação da saúde mental.

**Palavras-chave:** Estimulação cognitiva, Saúde mental, Prevenção, Memória, Intervenção grupal.