

8916

# Funções Cognitivas no Idoso

Benilde Sofia Fernandes



## Atividade

Cadeia de Nomes



## Dinâmica de Grupo

Desatar o nó



## Integração das Atividades

Cadeia de Nomes

Desatar o Nó

## O que é que vamos aprender aqui?



## Objetivos



- ▶ Identificar os diferentes aspetos cognitivos no idoso
- ▶ Explicar as principais modificações dos diferentes aspetos cognitivos no idoso
- ▶ Analisar as informações provenientes das escalas de avaliação das funções cognitivas no idoso
- ▶ Reconhecer a importância dos aspetos avaliativos, para a preparação de atividades básicas de estimulação com idosos
- ▶ Executar atividades básicas de estimulação das funções cognitivas, de acordo com as orientações da equipa técnica

## Conteúdos Programáticos



- ▶ Tipos de memória
- ▶ Fatores que influenciam a capacidade de memorização
- ▶ Características das modificações na memória
- ▶ Atenção
- ▶ Aprendizagem

## Conteúdos Programáticos



- ▶ Inteligência
- ▶ Resolução de problemas
- ▶ Criatividade
- ▶ Análise de escalas de avaliação das funções cognitivas
- ▶ Estimulação e treino cognitivo

## Avaliação



- ▶ Teste de avaliação
- ▶ Domínio dos assuntos
- ▶ Generalização de saberes
- ▶ Participação
- ▶ Responsabilidade
- ▶ Comportamento Relacional

## A problemática do envelhecimento

- ▶ Alterações demográficas:
  - ▶ Aumento da esperança média de vida
  - ▶ Diminuição do número de nascimentos
- ▶ Mortalidade infantil elevada
- ▶ Epidemias
- ▶ Esperança média de vida era diminuta
- ▶ Senilidade não era um problema social



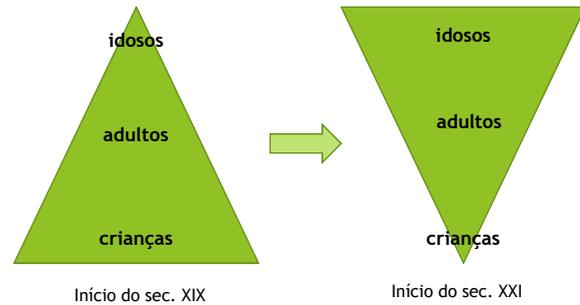
## A problemática do envelhecimento

- ▶ Números gritantes da demência em Portugal
- ▶ Galopante envelhecimento ativo da população portuguesa
- ▶ Carência de respostas de saúde e sociais



**Investimento**

## Envelhecimento demográfico



## Envelhecimento demográfico em Portugal

- ▶ Censos 2011: 10 562 178 habitantes
  - ▶ Crescimento de 2% (face aos 5% registados na década de 90)

- ▶ INE, 2012:

	2001	2011
Jovens	16%	15%
Idosos	16%	19%

- ▶ Manifestação de progresso e melhoria da condição humana
- ▶ O aumento da esperança média de vida só é um progresso se não for acompanhado da diminuição da qualidade de vida dos idosos

## Memória

Processo cognitivo que inclui, consolida e recupera, toda a informação que aprendemos

*É um sistema de armazenamento que permite reter a informação aprendida e permite evocar essa mesma informação, isto é, permite lembrar de informação retida anteriormente, mas a sua representação na memória não é uma reprodução fiel*

Sem memória é impossível aprender

## Memória

- ▶ Dá-nos continuidade do presente
- ▶ Mas... lembramo-nos de tudo o que acontece?
  - ▶ Sensação da camisola no corpo quando a vestiu?
  - ▶ Deceção quando entornou a chávena do leite?
  - ▶ Toque do beijo que recebeu do filho?
  - ▶ Cheiro da torrada queimada?
  - ▶ Música que ouviu no rádio durante o caminho?
  - ▶ Sabor amargo do café?

*Qual é a percentagem de informação que entra no cérebro que é posta de parte?*

**99%**

## Memória

- ▶ Processamento de Informação



## Codificação

- ▶ Prepara as informações sensoriais para serem posteriormente armazenadas no cérebro
- ▶ É a tradução de dados num código
  - ▶ Acústico
  - ▶ Visual
  - ▶ ou semântico



## Codificação

- ▶ A codificação reporta-se à aprendizagem deliberada, ou seja, a aprendizagem que exige esforço e no qual o objetivo é memorizar a informação
- ▶ Temos de dedicar mais atenção às informações que desejamos memorizar o que leva a uma codificação mais profunda

## Armazenamento

- ▶ Registo de informação sobre algo
- ▶ Parece que tudo ~~está guardado~~ num lugar do cérebro, como que num DVD
- ▶ Quando nos lembramos de algo usamos várias áreas do cérebro



## Recuperação

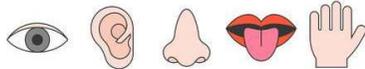
- ▶ Recupera-se uma informação, ou seja, lembramos, evocamos, recordamos uma informação
  - ▶ Recuperação automática (ex: quando nasceu)
  - ▶ Recuperação não automática (ex: lei da Física):
    - ▶ Reconhecimento (situar o ano, recordar o professor)
    - ▶ Evocação (recordação da lei)

## Tipos de Memória



## Memória Sensorial

- ▶ A memória sensorial é um tipo de memória que tem origem nos órgãos sensitivos



- ▶ As informações obtidas pelos sentidos são armazenadas por um curtíssimo espaço de tempo (0,1 a 2 segundos)
  - ▶ Se a informação armazenada não for processada perde-se
  - ▶ Se for armazenada passa para a memória a curto prazo

## Memória a Curto Prazo

- ▶ Este tipo de memória retém informação durante um período limitado de tempo, podendo ser esquecida ou passar para a memória de longo prazo
- ▶ Na memória a curto prazo pode-se distinguir duas memórias:

### Memória imediata

- Retenção por curto período (30 segundos)
- Número restrito de elementos (7 elementos)

### Memória de trabalho

- Atividade mental cujo objetivo não é memorizar, mas precisamos de o fazer para concluir uma tarefa

Condições específicas para uma tarefa

## Memória a Longo Prazo

- ▶ Onde ficam armazenadas as informações importantes
- ▶ Divide-se em dois tipos:

Memória declarativa

Memória não declarativa



- Memória Automática (não declarada)
- Usada em procedimentos e habilidades

## Memória a Longo Prazo

Memória declarativa

- ▶ implica a consciência do passado, levando a reportarmos a acontecimentos, fatos e pessoas que conhecemos/ aconteceram no passado
- ▶ Permite-nos declarar/evocar por meio de palavras o que está retido

## Memória a Longo Prazo

Memória declarativa

▶ **Memória Episódica:**

- ▶ Eventos datados
- ▶ Recordações
- ▶ Rostos de amigos
- ▶ Festas
- ▶ Músicas

▶ **Memória Semântica:**

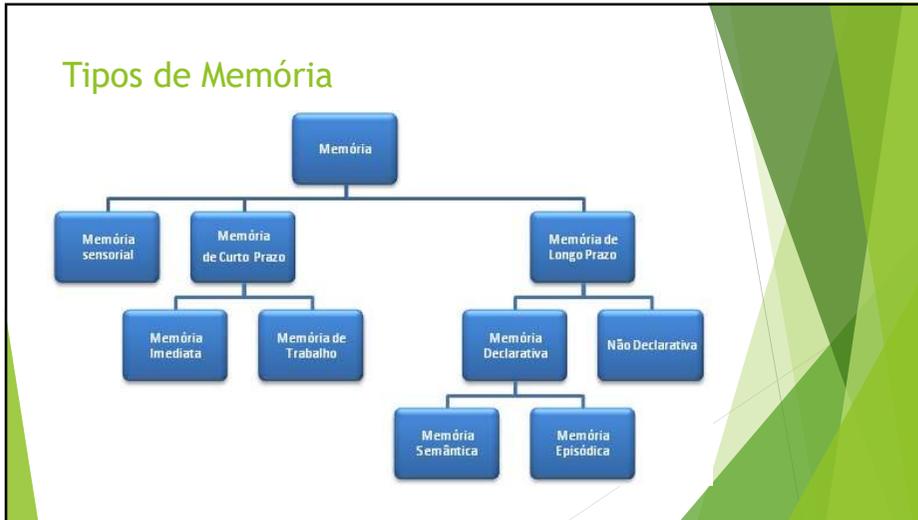
- ▶ Conhecimento geral do mundo
- ▶ Fórmulas matemáticas, leis físicas, factos históricos
- ▶ Não há localização no tempo

Relacionado com o tempo

Significado das palavras

**Quiz:**

11 de setembro  
 1.º dia de escola  
 1+1=2  
 Capital da Itália  
 1.º Animal de estimação  
 25 de abril  
 Vestido/Fato de Casamento



## Próximas Sessões

- ▶ Características das modificações na Memória
- ▶ Atenção
- ▶ Aprendizagem



*Envelhecer é pura  
poesia: até o sorriso  
fica entre aspas.*