**OS BENEFÍCIOS DO ESTÍMULO COGNITIVO POR MEIO DE JOGOS E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA A SOCIABILIZAÇÃO DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS**

elaine.lima3107@hotmail.com

Adriane Leardini Picolo¹

Elaine dos Santos de Lima¹

Luan Berti¹

Faculdades Pequeno Príncipe

Psicologia

**Palavras-chave:** Envelhecimento cerebral. Estímulo cognitivo. Idosos.

Percebe-se que a perda cognitiva que ocorre com o processo de envelhecimento compromete a qualidade de vida do indivíduo, tornando o estímulo cognitivo uma ferramenta importante para que o idoso continue ativo e capaz de realizar determinadas tarefas. Entre os instrumentos que podem ser adequados para este fim estão os jogos de mesa, por serem simples, práticos e acessíveis. Os jogos também podem proporcionar a interação de um grupo de pessoas, uma vez que precisa-se de mais de uma pessoa para que o jogo ocorra.

A partir deste ponto, os acadêmicos realizaram uma intervenção em uma Instituição de Longa Permanência na cidade de Curitiba, com o intuito de proporcionar o estímulo cognitivo aos idosos moradores por meio de jogos e assim contribuir para a sociabilização entre eles.

O primeiro encontro teve o intuito de conhecer a instituição e analisar sua demanda, a fim de programar uma atividade. Foi observada então, a ausência de atividades para os moradores da instituição e considerando as alterações cognitivas decorrentes do processo de envelhecimento e suas implicações na qualidade de vida do idoso, foram escolhidos os jogos como meio de estimulação cognitiva e maneira de proporcionar relações sociais entre os moradores. Frente a isto, uma caixa de jogos foi elaborada.

No segundo encontro foi dado início às atividades e durante o jogo de dominó foram percebidas certas dificuldades, como identificação dos números e associação entre eles, na percepção das cores e na memória. Os idosos tiveram interesse em permanecer jogando, durante um longo tempo.

No terceiro encontro às partidas de dominós continuaram. Nessa atividade foi possível ver três estágios de conservação das atividades motoras e cognitivas dos idosos participantes. Sendo assim, além de proporcionar o estímulo cognitivo ao idoso, é importante trabalhar a psicomotricidade, pois a mesma proporciona ao indivíduo uma consciência acerca de sua sabedoria, bem como uma valorização de suas respectivas capacidades, como aponta Voll (2002), assim como o incentivo para enfrentar as limitações físicas e cognitivas ocasionadas com o processo de envelhecimento, estimulando o desenvolvimento de hábitos saudáveis.

O quarto, e último encontro, a caixa de jogos foi deixada para os idosos para darem continuidade às atividades, também foram instruídos sobre a importância do estímulo cognitivo, pois a estimulação cognitiva proporciona qualidade de vida, bem-estar, desenvolver capacidades cognitivas e aumentar a interação social dos idosos, como aponta Castro, 2011 *apud* Gonçalves (2012).

No geral, a estimulação cognitiva por meio de jogos se mostrou eficaz, tanto para as funções cognitivas quanto para a contribuição na interação social dos idosos da instituição. Os jogos permitem o estímulo das funções cognitivas, sobretudo no que se referem à memória, as funções executivas e a atenção, bem como a sociabilização, uma vez que reuniram-se para realizar as atividades com os jogos.

**REFERÊNCIAS**

GONÇALVES, C. **Programa de estimulação cognitiva em idosos institucionalizados.** Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/A0623.pdf>. Acesso em: 22.abr.2017.

VOLL, M.S.S.M. **A importância da psicomotricidade na 3° idade.** Disponível em: http://www.avm.edu.br/monopdf/7/MIRENA%20SILVIA%20DOS%20SANTOS%20MONTEIRO%20VOLL.pdf>. Acesso em: 11.jun.2017.