

# Um Breve Relato do Programa de Ativação Neuronal - P.A.N: Um Projeto de Extensão da Fundação Técnico-Educacional Souza Marques

*Norma Moreira Salgado Franco<sup>1</sup>*

*Érika Fabíola Leandro Santos<sup>2</sup>*

*Thaís Nailidia Leite Vale<sup>2</sup>*

*Vanessa de Jesus Pachêco de Castro<sup>2</sup>*

**RESUMO:** O crescente aumento da população de idosos faz com que esforços sejam concentrados para a manutenção e melhora da qualidade de vida para tal segmento populacional. Algumas pesquisas têm mostrado que o processo de perda da memória provocado pelo avanço da idade, não ocorre de modo aleatório, mas trata-se, pelo menos em parte, de uma adaptação do cérebro à nova condição de vida iniciada na terceira idade. Apesar de causar transtornos, o esquecimento é normal em qualquer idade, ou seja, para que ocorra uma nova aprendizagem o cérebro tem que criar novas conexões. O PAN foi idealizado com a intenção de atender à população a partir dos 60 anos de idade. Possui um caráter interdisciplinar e preventivo, pois não se aplica a pessoas com senilidade.

**INTRODUÇÃO:** Sabe-se que com o envelhecimento ocorrem declínios relacionados à saúde, tanto física quanto mental e que a maior queixa do idoso está relacionada à perda da memória. O P.A.N é destinado a pessoas a partir dos 60 anos, que não apresentam comprometimentos psíquicos, sensoriais ou neurológicos sérios, pois sua finalidade é preventiva e sua proposta psicopedagógica.

**OBJETIVO:** Estimular de forma lúdica as funções cognitivas, principalmente a memória.

**METODOLOGIA:** Em 2008, foram selecionados 12 pessoas com idade entre 60 a 79 anos, em processo de alfabetização, que estavam

1. Professora; 2. Acadêmicas.

inscritos no projeto da 3ª. idade da Fundação Técnico-Educacional Souza Marques. Na época da seleção, foram aplicados o Mini-Exame do Estado Mental, o Teste de Fluência Verbal e um questionário com algumas situações do dia a dia, que eram pontuadas pelo paciente, de acordo com a frequência em que ocorriam. O grupo selecionado foi submetido a 12 sessões de 2 horas semanais, com vários exercícios de memória, percepção, linguagem, raciocínio e de coordenação motora, aplicados por profissionais e acadêmicos de medicina, enfermagem e psicologia.

**Resultados:** Todos relataram a melhora das funções cognitivas ao longo das sessões. Relataram progresso significativo, no processo de aprendizagem, no programa de alfabetização em que estavam inseridos. Apresentaram melhora de 70% nas situações do dia a dia mencionadas na entrevista inicial.

**Conclusão:** Programas como esse deveriam ser implantados em outras Instituições, principalmente acompanhando programas de alfabetização de adultos, pois melhoram, significativamente, a qualidade de vida do idoso, tanto física quanto mental e socialmente.

Neuropsicologia, oficinas de memória e extensão. ◆

## REFERÊNCIAS

Ferrari, E.A.M.; Toyoda, M.S.S. & Faleiros, L. Plasticidade Neural: Relações com o comportamento e abordagens experimentais. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 17 (2), 187-194, 2001.

Folstein MF, Folstein SE, McHugh PR. Mini-mental state: a practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *J Psychiatric Res.* 1975;12:189-98.

Kaplan, H.I.; Sadock, B.J.; Greb, J.A. *Compêndio de Psiquiatria. Ciências do comportamento e Psiquiatria clínica.* 7.ed. Porto Alegre: Artmed,1997. p. 553-57.

YASSUDA, M. Memória e envelhecimento saudável. In: FREITAS, P. Y. et al. (org.). *Tratado de geriatria e gerontologia.* Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, p.914-920.