



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

PERCEPÇÃO SOBRE ASPECTOS RELACIONADOS À MEMÓRIA E APRENDIZAGEM DA PESSOA IDOSA: UM EVENTO NA UNIVERSIDADE DA MATURIDADE

PERCEPTION ON ASPECTS RELATED TO MEMORY AND LEARNING OF ELDERLY PEOPLE: AN EVENT AT THE MATURITY UNIVERSITY

PERCEPCIÓN SOBRE ASPECTOS RELACIONADOS CON LA MEMORIA Y EL APRENDIZAJE DE LAS PERSONAS MAYORES: UN EVENTO EN LA UNIVERSIDAD DE MADUREZ

Guilherme Parreira Vaz¹
Anderson Barbosa Baptista²

RESUMO

O envelhecimento é um fenômeno que atinge a todos os seres humanos. Provoca diversas transformações, as quais afetam a aprendizagem e memória. O artigo tem como objetivo identificar e discutir seus principais impactos na aprendizagem e memória senil. Trata-se de um relato de experiência prática vivenciada por discentes do curso de Medicina da Universidade Federal do Tocantins (UFT), campus Palmas, na disciplina de Neuroanatomia. A metodologia empregada foi a observação, diálogo e registro de informações pelos alunos no decorrer da extensão universitária “Conhecendo o Sistema Nervoso”, realizada na Universidade da Maturidade vinculada à UFT. A ocorrência de esquecimentos e lapsos de memória foram queixas predominantes entre os mais de 40 idosos presentes. Por outro lado, a coordenação motora diminuída compromete atividades cotidianas, bem como o uso das tecnologias pelos mesmos. Todavia, a adequação de formas alternativas de aprendizagem, que na pessoa idosa é mais lenta, fez-se eficaz durante a execução do projeto, apontando a necessidade de aprimoramento do

¹Estudante de Medicina da Universidade Federal do Tocantins (UFT). Pesquisador Bolsista do Programa Pet-Saúde 2019-2021 Revista de Patologia do Tocantins.

²Docente da UFT, Coordenador do curso de Medicina. Possui Doutorado em Nutrição e Saúde pela Universidade Federal de Viçosa e Mestrado em Microbiologia pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho- UNESP.



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

cuidado em saúde neste público. Dessa maneira, o ato de se envelhecer impacta a qualidade de vida de quem o vivencia. Exige adaptações como exercitar a memória, a inserção do idoso nas tecnologias da modernidade e a preservação de sua autonomia.

PALAVRAS-CHAVE: Aprendizagem. Envelhecimento. Memória.

ABSTRACT

Aging is a phenomenon that affects all human beings. It causes several transformations, which affect learning and memory. The article aims to identify and discuss its main impacts on learning and senile memory. This is a report of practical experience lived by students of the Medical School of the Federal University of Tocantins (UFT), Palmas campus, in the discipline of Neuroanatomy. The methodology employed was the observation, dialogue and recording of information by students during the university extension "Knowing the Nervous System", held at the University of Maturity linked to UFT. The occurrence of forgetfulness and memory lapses were predominant complaints among the more than 40 elderly people present. On the other hand, decreased motor coordination compromises daily activities, as well as their use of technologies. However, the adaptation of alternative forms of learning, which is slower in the elderly, was effective during the execution of the project, pointing to the need to improve health care in this public. Thus, the act of aging impacts the quality of life of those who experience it. It requires adaptations such as exercising memory, the insertion of the elderly in modern technologies and the preservation of their autonomy.

KEYWORDS: Learning. Aging. Memory.

RESUMEN

El envejecimiento es un fenómeno que afecta a todos los seres humanos. Causa varias transformaciones, que afectan el aprendizaje y la memoria. El artículo tiene como objetivo identificar y discutir sus principales impactos en el aprendizaje y la memoria senil. Este es un informe de la experiencia práctica vivida por estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Federal de



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

Tocantins (UFT), campus de Palmas, en la disciplina de Neuroanatomía. La metodología empleada fue la observación, el diálogo y el registro de información por parte de los estudiantes durante la extensión universitaria "Conociendo el Sistema Nervioso", realizada en la Universidad de Madurez vinculada a la UFT. La ocurrencia de olvidos y lapsos de memoria fueron las quejas predominantes entre las más de 40 personas mayores presentes. Por otro lado, la disminución de la coordinación motora compromete las actividades diarias, así como su uso de tecnologías. Sin embargo, la adaptación de formas alternativas de aprendizaje, que es más lenta en los ancianos, fue efectiva durante la ejecución del proyecto, señalando la necesidad de mejorar la atención médica en este público. Por lo tanto, el acto del envejecimiento afecta la calidad de vida de quienes lo experimentan. Requiere adaptaciones como el ejercicio de la memoria, la inserción de los ancianos en las tecnologías modernas y la preservación de su autonomía.

PALABRAS CLAVE: Aprendizaje. Envejecimiento. Memoria

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um fenômeno que atinge a todos os seres humanos, no qual ocorre um declínio cognitivo que compreende desde pequenos déficits até demência (ZIMMER et al, 2017). É caracterizado como um processo dinâmico, progressivo e irreversível relacionado a fatores biológicos, psíquicos e sociais (VERAS e OLIVEIRA, 2018).

Durante o envelhecimento primário, o indivíduo está sujeito à influência de vários fatores determinantes para este fim, como exercícios, dieta, estilo de vida, educação e posição social. É geneticamente determinado, logo, universal (MARI et al, 2016). Por sua vez, o secundário é marcado por interações das influências externas e é variável entre a população dependendo do meio em que vivem (SEALE e KOPS, 2012). O estágio terciário de senescência implica em



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

profundas perdas tanto físicas quanto cognitivas ocasionadas, seja pelo acúmulo dos efeitos do avanço da idade, seja por patologias associadas (SEALE e KOPS, 2012).

Nos últimos tempos envelhecer, algo que era privilégio de poucos, hoje está se tornando norma mesmo em países mais pobres (SILVEIRA, 2011). Essa realidade se fez presente inicialmente nas nações desenvolvidas e, atualmente, chega aos territórios em desenvolvimento como o Brasil (SILVEIRA, 2011). Estima-se que no Brasil o número de idosos deverá alcançar 32 milhões em 2020 (ROLDÃO, 2009). Dessa maneira, os impactos decorrentes desse panorama pautado pelo aumento na expectativa de vida estendem-se desde a saúde pública até a previdência social (ROLDÃO, 2009).

Nesse sentido, a percepção das pessoas em relação a sua própria saúde representa aspecto fundamental que interfere significativamente sobre si mesma e seu processo de envelhecimento (BARBOSA, 2017). Sendo assim, a compreensão das diversas mudanças de ordem física, emocional e psicológica, as quais toda a espécie humana está sujeita ao longo de sua existência, evidencia uma ação de extrema complexidade e intrínseca a cada cidadão (MENEZES, 2009). Tal temática, ainda pouco explorada no âmbito de pesquisas, destaca-se em meio aos inúmeros efeitos proporcionados pelo ato de se envelhecer (MIRANDA, 2016).

Dentre as transformações vivenciadas pela pessoa idosa ao longo de sua vida rumo à terceira idade, e dentro dela, aponta-se a aprendizagem e a memória como áreas amplamente afetadas a partir do envelhecimento biológico (FERREIRA, 2012). Nesse contexto, encontram-se poucos estudos que relacionem a participação de idosos em atividades educacionais e físicas



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

regularmente com seu nível de bem-estar e funcionalidade como um todo (RONDINA, 2010).

O presente artigo tem como objetivo discutir a aprendizagem e memória de idosos, por meio de um relato de experiência prática vivenciada por discentes do curso de Medicina da Universidade Federal do Tocantins, campus Palmas, realizada na Universidade da Maturidade (UMA), como atividade de extensão.

2 METODOLOGIA

O tipo de estudo utilizado para a realização deste trabalho é descritivo, por meio de um relato das experiências vivenciadas por um grupo de estudantes na disciplina de Neuroanatomia do curso de Medicina da Universidade Federal do Tocantins (UFT). Todos os autores declararam não haver qualquer potencial conflito de interesses referente a este artigo.

A metodologia empregada para a escrita desse artigo foi pautada na observação, diálogo e registro de informações feitas pelos alunos no decorrer do evento, com aproximadamente 2 horas de duração no mês de novembro, no período vespertino, em 2018. A ação contou com atividades teóricas e práticas desempenhadas pelos graduandos.

Nesse sentido, durante o semestre de 2018.2, foi elaborado um evento intitulado “Conhecendo o Sistema Nervoso”, cujo enfoque era levar o conhecimento sobre o sistema nervoso à comunidade da terceira idade da UMA.

Utilizaram-se como ferramentas para a ação uma palestra expositiva, através do uso de peças anatômicas do laboratório de anatomia da UFT e slides. Além disso, foi feita uma roda de conversa sobre o exercício da memória, a qual



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

contou com uma atividade dinâmica e interativa entre os idosos, relacionada à temática em questão. Essa consistiu em jogos voltados para o estímulo à memória e raciocínio como quebra cabeças e xadrez.

O teatro, por sua vez, foi outro recurso metodológico empregado durante a extensão, por meio do qual os discentes se caracterizaram de pessoas idosas no intuito de representar a realidade cotidiana. As fantasias foram fornecidas pelo curso de Teatro vinculado à UFT e reproduziam personagens cujas personalidades e ações retomavam situações comuns vivenciadas pelos discentes da UMA, como desequilíbrio motor, esquecimentos, dores articulares, doenças relacionadas a memória.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E RESULTADOS FINAIS

A observação criteriosa e atenta das atividades desenvolvidas pelos idosos, bem como a percepção acerca da prática expositiva do teatro, feita pelos discentes, foram fundamentais para os resultados obtidos. Foi possível reconhecer diversos impactos proporcionados pelo processo de envelhecimento quanto à aprendizagem e memória.

A ocorrência de esquecimentos e lapsos de memória destacou-se como uma queixa predominante entre os mais de 40 idosos frequentes na UMA. Por outro lado, percebeu-se a coordenação motora como outra habilidade comprometida com o decorrer do tempo, seja por patologias associadas, seja pela dificuldade em realizar atividades periódicas que exercitem o corpo.

O ato de se envelhecer é permeado por transformações. Nesse sentido, a memória não é exceção, uma vez que na terceira idade essa se torna mais



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

lenta e vulnerável (DAMASCENO, 1999). Embora os idosos sejam mais sábios e experientes que os jovens, sua recordação e capacidade de memorização deterioram-se consideravelmente à medida que envelhecem, causando efeitos indesejados por muitos deles (GOMES, 2007).

Em relação à prática do aprender, é importante ressaltar que embora a idade avançada seja um fator relevante quanto ao aprendizado eficiente ou deficitário, o público demonstra-se bastante entusiasmado quanto à era da informatização (CARDOSO et al, 2016). Com isso, foi possível recomendar aos mesmos, com a orientação dos professores, sugestões de sites direcionados ao aprendizado de línguas estrangeiras como o inglês, espanhol e italiano.

Sendo assim, durante a ação de extensão universitária, um dos acadêmicos exemplificou aos ouvintes sobre algumas plataformas de estudo das línguas estrangeiras como o Duolingo (<https://pt.duolingo.com/>). O interesse dos idosos foi muito amplo, de modo que se precisou anotar em seus cadernos o nome de tal site e método de inscrição. Tal fato evidencia a necessidade em se desenvolver a ampliação do acesso à capacitação da terceira idade frente às novas tecnologias da modernidade.

Existem diversos motivos os quais justificam a importância do processo de aprendizagem de forma contínua ao longo da vida. No contexto específico da pessoa idosa, é fundamental que ela encontre espaços para a sua inserção na sociedade para seu próprio bem estar (ANDRADE, 2013). Além disso, descobertas científicas evidenciam a potencialidade da plasticidade cerebral humana, o que sugere a existência de um fluxo contínuo de aprendizado e adaptação do homem à sua realidade física e social (ANDRADE, 2013).



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

A palestra estimulou o público a realizar perguntas sobre várias doenças que acometem os idosos, como o Alzheimer, Osteoporose e Diabetes. Nesse sentido, o professor responsável pela disciplina auxiliou os acadêmicos à medida que estes apresentavam as partes do corpo humano, bem como suas funções, dando ênfase ao conhecimento do sistema nervoso e respondendo aos questionamentos da plateia.

Por sua vez, o teatro realizado pelos graduandos foi parte essencial da programação desenvolvida com os idosos. O momento lúdico proporcionado pela peça teatral contribuiu para demonstrar o processo de envelhecimento como parte integrante da vida, fazendo com que o idoso enxergue de forma positiva. Por outro lado, o estímulo à competição, através do exercício da memorização durante a dinâmica com jogos permitiu com que os estudantes da UMA entendessem a importância de práticas as quais potencializem suas atividades cerebrais. Foram utilizados o xadrez, quebra-cabeça e baralhos.

Evidências científicas demonstram que a prática habitual dessas atividades estimula o córtex encefálico, sobretudo pela memória (PACAGNAM, 2013). Além disso, também contribui para a manutenção do funcionamento eficaz do hipocampo, região cerebral que coordena a organização das informações recebidas do córtex, agrupando-as em memórias (PACAGNAM, 2013).

Com relação às práticas cotidianas incentivadas pelo projeto de extensão desenvolvido, foi possível observar que o hábito de se jogar de xadrez e quebra-cabeças, além de ações recreativas voltadas para os esportes saudáveis já são realizados. No entanto, verificou-se que muitos deles não apresentam regularidade no acesso e uso das ferramentas informacionais, tendo uma

dificuldade natural em manusear dispositivos eletroeletrônicos. Na figura 1 é possível observar um grupo de idosos participando da atividade proposta.

Figura 1: Atividade lúdica realizada com os idosos da UMA-UFT



Fonte: Foto registrada pelos autores durante o evento.

Essa realidade caracterizada pelas barreiras de acesso às tecnologias, decorrente do declínio funcional característico da velhice, exige um contexto de educação específico que atenda às condições de aprender sobre a máquina (BERLICK e BERLICK, 1 998). Isso favorece mecanismos de se explorar várias possibilidades de desenvolvimento do indivíduo, ampliando sua autonomia e reforçando seu papel ativo na sociedade (BERLICK e BERLICK, 1 998).



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

Considerando o envelhecimento como fenômeno mundial, que também é analisado sob a ótica de uma questão da saúde pública, enxergar meios de promover uma maior qualidade de vida para esse segmento social é uma questão coletiva de extrema complexidade (MIRANDA, 2016). Isso se justifica tendo em vista que abordagens essencialmente biológicas não são suficientes para atender a demanda real desse público (DAMASCENO 1999).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O envelhecimento interfere na qualidade de vida do idoso. Sendo assim, esquecimentos e lapsos de memória nesta faixa etária comprometem sua aprendizagem. A inserção de tecnologias educacionais na atenção a este público, atividades lúdicas, estímulo ao uso de tecnologias digitais, jogos e ações coletivas podem exercer funções facilitadoras ao aprendizado físico e a mental. Representando, dessa maneira, ferramentas essenciais para a melhoria na qualidade de vida e prevenção de patologias.

5 REFERÊNCIAS

ANDRADE, A.C. Estilos de Aprendizagem na velhice: uma investigação entre idosos participantes de uma Universidade Aberta à Terceira Idade. **Revista Temática Kairós Gerontologia**, 15(7), 155-179, 2013.

BARBOSA, K.T. Envelhecimento e vulnerabilidade individual: um panorama dos idosos vinculados à estratégia saúde da família. **Revista Texto Contexto Enfermagem**. Vol. 26(2), 2017.



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

BERLICK, A.B; BERLINCK, J.A. Terceira Idade e Tecnologia. **Revista Comunicação & Educação**. São Paulo. Vol. 11: 48 a 52, jan./abr. 1 998.

CARDOSO, J.S; RIBAS, A.K; GOUVÊA, N.A. Aprendizagem de idiomas na terceira idade: muito além de um passatempo. **Revista Linguagem, Teoria, Análise e Aplicações**. Vol. 8, 2016.

DAMASCENO, B.P. Envelhecimento cerebral: o problema dos limites entre o normal e o patológico. **Revista Arq. Neuropsiquiatria**. vol.57 n.1 São Paulo Mar. 1999.

FERREIRA, O.G. Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. **Revista Texto Contexto Enfermagem**. Florianópolis, Jul.-Set; 21(3): 513-8. 2012.

GOMES, J.O. A memória e sua repercussão no envelhecimento saudável. 2007. **Dissertação (Graduação em Psicologia)**. Departamento de Psicologia. Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de Fora, Minas Gerais.

MARI F; ALVES G.G; AERTS, D.R; CAMARA, S. O processo de envelhecimento e a saúde: o que pensam as pessoas de meia-idade sobre o tema. **Rev. Bras. Geriatria. Gerontol**. Rio de Janeiro. Vol.19(1): p.35-44, 2016.

MENEZES, T.M. A pessoa idosa e o corpo: uma transformação inevitável. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. Vol. 11(3). 2009.

MIRANDA, G.B. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**. Rio de Janeiro, 19(3): 507-519. 2016.

PACAGNAM, L. O jogo como estimulação para o desenvolvimento da criança na educação infantil. 2013. **Especialização (Pós-Graduação em Educação: Métodos e Técnicas de Ensino, Modalidade de Ensino a Distância)**. Diretoria de Pesquisa e Pós-Graduação. Especialização em Educação: Métodos e Técnicas de Ensino. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

ROLDÃO, F.D. Aprendizagem contínua de adultos-idosos e qualidade de vida: refletindo sobre possibilidades em atividades de extensão nas universidades. **RBCEH**, Passo Fundo. Vol. 6, n. 1, p. 61-73, jan./abr. 2009.

RONDINA, R.C. Memória, envelhecimento e qualidade de vida: a perspectiva da psicologia cognitiva. **Revista Científica Eletrônica de Psicologia**, ano VIII, n. 15, p. 1-12, 2010.

SEALE, A.S; KOPS, B. Relação entre aprendizagem dos idosos e envelhecimento bem sucedido. **Revista Fragmentos de Cultura**. Vol. 22, n. 1, p. 25-36, jan./mar. 2012.

SILVEIRA, M.M. Processo de aprendizagem e inclusão digital na terceira idade. **Revistas UTFPR**. Vol. 8, 2011.

VERAS, R.P; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. **Ciência & Saúde Coletiva**. Vol. 23(6): p.1929-1936, 2018.

ZIMMER, M; MARCHI, A. C. B; COLUSSI, E. L. Treino de memória em idosos: o tablet como ferramenta de intervenção. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 18, n. 2, p. 360-373, ago. 2017.