Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: OFICINA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA “ALIMENTAÇÃO E MEMÓRIA” PARA PESSOAS IDOSAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: Gisele Faustino Nogueira
Ana Júlia Andrade Araújo
Autores: Cynthia Roberta Dias Torres Silva
Guilherme Guarino de Moura Sá

Modalidade: Comunicação coordenada
Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem
Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: Cerca de 36,5% das pessoas idosas apresentam declínio cognitivo que comprometem atividades de vida diária. Intervenções de enfermagem para preservação de habilidades mentais são importantes. Oficinas de memória contribuem no cuidado à pessoa idosa e visam associar estímulos sensoriais com afetos construídos ao longo da vida. Objetivo: Descrever experiência da realização da oficina “Alimentação e Memória” como ferramenta para estimulação cognitiva da pessoa idosa. Método: Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado em maio/2023 em Centro de Convivência da Pessoa Idosa em Pesqueira-PE, como atividade de extensão do Grupo de Estudos e Pesquisas em Enfermagem Gerontológica do Instituto Federal de Pernambuco (IFPE). A oficina teve duração de 02 horas e foi conduzida por 04 discentes e docente do curso de Bacharelado em Enfermagem do IFPE. Resultados/Discussão: Participaram da oficina 21 pessoas idosas. A ação iniciou com apresentação de imagens com alimentos regionais, temperos e grãos in natura. Em subgrupos, os participantes escolheram imagens que memoravam momentos afetivos, que foram compartilhados. Após uma hora, houve um momento de reflexão sobre a substituição de temperos artificiais e o enriquecimento dos lanches já incluídos nas refeições, com a adição de grãos como aveia, granola, chia e quinoa. Durante esse período, os participantes puderam experimentar as amostras apresentadas pelos alunos, sentindo suas texturas e aromas. Os participantes relataram facilidade de associar alimentos com memórias de longo e curto prazo e a importância das escolhas assertivas de temperos e grãos para tornar a alimentação mais saudável. Os discentes conciliaram a teoria da estimulação cognitiva com aplicação prática, que envolveu planejamento, organização da atividade e contato direto com a pessoa idosa. Considerações finais: Oficina de estimulação cognitiva com uso de alimentos regionais possibilitou às pessoas idosas estímulo à memória afetiva, participação ativa nas recordações, atenção e aprendizagem sobre estilos de alimentação menos prejudiciais. Ademais, contribuiu no exercício prático do cuidado gerontológico na formação de enfermagem.