

A UTILIZAÇÃO DE JOGOS EDUCATIVOS NO DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES PSICOMOTORAS NA PROMOÇÃO DE BEM ESTAR EM IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Data de aceite: 02/10/2023

Ana Beatriz Lobo Mendes de Queiroz¹

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Ávilla Ingrid dos Santos Avelino²

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Bruna Kely Clemente Almeida

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Édson Marques da Costa Filho

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Késia Rodrigues Costa

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Lara Maria Campelo

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Levy Almeida Alencar

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Raquel Medeiros Lima

Discente do curso de Medicina. Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

Francisco Regis da Silva

Mestre em Saúde coletiva (UECE). Docente do curso de Medicina. Centro de ciências da Saúde (CCS). Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Quixadá, Brasil

RESUMO: Este capítulo trata-se de um relato de experiência, realizado por acadêmicos de medicina do terceiro semestre, do Centro Universitário Estácio do Ceará – *Campus* Quixadá, no dia 31 de março de 2023, na Instituição Filantrópica Remanso da Paz na cidade de Quixadá-Ce. A ação possuiu o objetivo de promoção em saúde, na ocasião foram expostos jogos socioeducativos para um grupo de idosos, afim de observar e estimular maior desenvolvimento cognitivo, físico, mental do público alvo quando apresentados a esses jogos e atividades. Portanto no presente estudo, busca-se relacionar a utilização de jogos educativos como ferramenta viável para prevenção de doenças, uma vez que promove o exercício de atividades mentais

necessárias para a realização de atividades diárias comuns e que com a velhice acabam sendo limitadas. Por último, quanto a vivência dos discentes em relação à atividade proposta e os resultados dessa ação, considera-se o impacto positivo da atividade proposta junto aos idosos com a utilização desses instrumentos. No entanto, destaca-se a importância e necessidade da continuidade do uso das ferramentas e da intervenção de um mediador que interaja com os idosos apresentado os jogos devidamente, estimulando e buscando desenvolver as habilidades competentes.

PALAVRAS-CHAVES: Saúde Coletiva; Jogos Educativos; Estímulo; Habilidades; Idosos;

ABSTRACT: This chapter is an experience report, carried out by medical students of the third semester, from Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Quixadá, on March 31, 2023, at the Philanthropic Institution Remanso da Paz in the city of Quixadá-Ce. The action had the objective of promoting health, on the occasion socio-educational games were exposed to a group of elderly people, in order to observe and stimulate greater cognitive, physical and mental development of the target audience when presented to these games and activities. Therefore, in the present study, we seek to relate the use of educational games as a viable tool for disease prevention, since it promotes the exercise of mental activities necessary for carrying out common daily activities and which with old age end up being limited. Finally, regarding the students' experience in relation to the proposed activity and the results of this action, the positive impact of the proposed activity on the elderly with the use of these instruments is considered. However, the importance and need for continued use of the tools and the intervention of a mediator who interacts with the elderly properly presented the games, stimulating and seeking to develop competent skills, are highlighted.

KEYWORDS: Collective Health; Educational games; Stimulus; Skills; Elderly;

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”. O conceito de saúde leva a refletir sobre a importância da promoção do cuidado não somente como uma forma de tratar a doença já adquirida, mas como prevenção do seu acometimento ou ainda como forma de minimizar seus impactos de médio a longo prazo (CARDOSO et al., 2017).

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, apresenta dados que estabelecem que a população com 60 anos ou mais, aumentou quase 40% entre 2012 e 2021, estimando 14,7% em 2021 (IBGE, 2022). Associado isso, verifica-se o aparecimento de doenças que surgem acompanhadas de limitações físicas e cognitivas, comprometendo a autonomia para o exercício de atividades diárias da população idosa (CARDOSO et al., 2017).

A capacidade funcional, tanto cognitiva quanto motora, é um dos importantes marcadores de qualidade de vida de idosos e o seu comprometimento acarreta em limitações que leva à fragilidade, dependência, a marginalização e riscos elevados associados a mobilidade, como quedas, gerando a necessidade de um cuidado longitudinal

e um alto custo para os serviços de saúde. Com isso, a estimulação cognitiva aliada à jogos e brincadeiras lúdicas se torna uma estratégia nova e fundamental na luta contra a falta de estímulo mental e a prevenção de doenças psíquicas ou cognitivas que muitos idosos estão suscetíveis. A estimulação visual como pintura leva o idoso a exercitar o raciocínio lógico e a concentração, por exemplo (CARVALHO, 2009).

Considerando que o déficit cognitivo está diretamente associado à outras limitações, como limitação da mobilidade e em danos emocionais e psíquicos, é de suma importância a utilização desses jogos como ferramenta para estimular o desenvolvimento de habilidades, minimizando os danos e pensando na qualidade de vida para esses idosos. Já que, a diminuição de tecido nervoso, de neurotransmissores em conjunto com a diminuição da sensibilidade visual e auditiva influência de modo direto nos impulsos nervosos, motores e emocionais. Visto isso, subentende-se que todo o funcionamento mental como, capacidade de percepção, concentração, coordenação motora, atenção, capacidade de resolução de problemas, memorização e o contexto emocional, ao serem trabalhados para melhorar em conjunto, são capazes de combater e minimizar a potencialização de doenças, como Alzheimer, promovendo saúde e bem-estar físico e mental em idosos (MARIANO et al., 2020).

Com isso, é importante ressaltar também a influência do contexto social em que esse público está inserido, explicitando o olhar humano e o cuidado necessário para quebrar o preconceito inserido na sociedade que o idoso é um fardo. Entendendo que o envelhecimento é algo inerente ao ser humano e as modificações físicas e mentais são natural, para que assim seja possível trabalhar para melhorar a qualidade de vida desse processo de forma que o bem estar psíquico, físico e cognitivo proporcionem autonomia e qualidade de vida (SANT'ANA, 2017).

Desta forma, no curso Medicina, por meio da disciplina de Seminários Integrados III no Centro Universitário Estácio do Ceará-campus Quixadá, no dia 31 de março de 2023, realizou-se uma ação com um grupo de idosos da instituição Filantrópica Remanso da Paz, a atividade estimulou o desenvolvimento de atenção, percepção, raciocínio, concentração e interação fundamental com o foco em promoção da saúde. Objetivando, por tanto, demonstrar os benefícios que o estímulo de habilidades cognitivas e motoras por meio de jogos educativos podem proporcionar aos idosos.

METODOLOGIA

A natureza do estudo é descritivo, do tipo relato de experiência. O mesmo relata a realização de uma ação dos estudantes de medicina do Centro Universitário Estácio do Ceará- campus Quixadá, no dia 31 de março de 2023 com um grupo de idosos da instituição filantrópica Remanso da Paz. Utilizou-se bingo, jogo da memória, dominó e quebra cabeça como ferramentas de apoio para a estimulação cognitiva através de jogos

socioeducativos em idosos, utilizando como instrumento, dados retirados de artigos das plataformas SCIELO e PUBMED acerca dos mesmos. Desse modo, foram expostos ao público alvo, jogos e conversas de maneira lúdica, com o intuito do melhor entendimento a respeito do assunto abordado. Notou-se, por meio de inferência e percepções interesse dos idosos ao interagirem de maneira positiva as atividades propostas pelos discentes.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Considerando que a saúde está associada ao completo bem-estar, analisando o indivíduo como um todo e não somente como a mera ausência de doenças foi proposta uma ação de intervenção em saúde a um grupo de idosos que frequentam a Instituição Filatropica Remanso da Paz do Município de Quixadá.

Tal ação se justifica diante do crescimento da população idosa e junto a isso o aumento do número de limitações que acometem os mesmos, decorrente de doenças e naturalmente do envelhecimento, afetando sua autonomia e o exercício de atividades diárias. Assim sendo, é importante traçar estratégias de prevenção aos impactos da idade avançada, antes que as doenças ou as limitações se instalem, visto que a população idosa vem crescendo exponencialmente nos últimos anos (IBGE, 2022; DUARTE et al., 2006).

Uma pesquisa feita pelos cientistas do Instituto do Alzheimer de Wisconsin, nos Estados Unidos, analisou 329 pessoas com idade base de 60 anos, saudáveis e com tendência genética para desenvolvimento de Alzheimer. Nessa pesquisa, foram mapeados os cérebros e foi notado que aqueles que faziam atividade de estímulo como palavras cruzadas, quebra cabeça, damas ou cartas, tinham maior funcionalidade nas áreas que o Alzheimer afeta, e conseqüentemente, seus estímulos cognitivos para realizar atividades cotidianas estavam normais, sem limitações. Com base nisso, observa-se a importância dos jogos, na prevenção ao Alzheimer e na melhora do desenvolvimento motor e cognitivo, uma vez que são afetados ao decorrer dos anos (BAMIDIS et al., 2015; MANERA et al., 2015).

Os jogos socioeducativos têm sido objeto de estudo e interesse em relação ao seu potencial benefício para idosos com Alzheimer e deficiências cognitivas. Esses jogos podem oferecer uma variedade de estímulos cognitivos, sociais e emocionais, que podem contribuir para a melhora da qualidade de vida e bem-estar dos idosos.

A utilização das ferramentas pode promover entretenimento e interação social, fundamental para a sensação de bem-estar que momentos como esses podem proporcionar. Quanto as habilidades desenvolvidas, destaca-se que jogos que estimulam a memória, atenção e habilidades de resolução de problemas podem ajudar a manter e melhorar as funções cognitivas. Eles podem contribuir para o treinamento da memória, da atenção e da habilidade de raciocínio (NETTO, 2004).

Vale salientar a importância do mediador para realização das atividades e da

adaptação dos jogos para cada indivíduo, visto que cada um possui dificuldades e habilidades particulares, para que os jogos promovam emoções positivas, estimulando suas habilidades e melhorando o emocional (PEREIRA, 2010)

Diante disso, considerando os estudos expostos e os benefícios do uso da ferramenta, foi realizada uma ação na Instituição Filantrópica Remanso da Paz, na cidade de Quixadá-ce, que visou auxiliar esses idosos na melhoria da qualidade de vida através da exposição de jogos educativos, apresentado seus benefícios e do exercício de uma atividade no momento da ação.

Durante a visita, os idosos participaram de atividades psicomotoras como bingo e dança, com a distribuição de um prêmio simbólico ao ganhador. O evento foi realizado na sala de convivência do local, para melhor conhecimento a respeito dos idosos ali presentes sucedeu-se uma atividade, em que os indivíduos falavam o nome e a idade de um amigo na sala, ocasionando uma maior intimidade entre os alunos e os idosos.

Após isto, os discentes apresentaram ao grupo de idosos as atividades que seriam propostas no decorrer do encontro. Em seguida, foram dadas as instruções do jogo que seria utilizado naquele momento, o bingo, distribuídas cartelas e canetas aos participantes da ação, enquanto alguns alunos sorteavam os números, outros auxiliavam os idosos na marcação da cartela. Como incentivo a participação, o ganhador do bingo receberia um prêmio simbólico.

No momento, houve a interação de todos por meio da brincadeira coletiva do bingo, a atividade estimulou o desenvolvimento de atenção, percepção, raciocínio, concentração e interação, fundamental para a promoção do bem-estar, respondendo aos estímulos realizados pelos estudantes, contribuindo assim, com o desenvolvimento da cognição, atenção, concentração e mobilidade física. Dessa forma, trazendo um momento de descontração e dispersão das atividades cotidianas da instituição.

Durante a atividade, observou-se o interesse e o esforço dos idosos em se concentrar e ouvir os números chamados pelos estudantes, bem como a dificuldade motora para marcar os números na cartela, devido a isso percebeu-se como fundamental, a participação de um mediador na condução e direcionamento do jogo, de forma a contribuir com a utilização da ferramenta, intervindo e estimulando as habilidades que se destina o jogo.

No encerramento foi também entregue a Instituição mais alguns jogos como dominó, jogo da memória, caça-palavras e quebra-cabeça para que pudessem ser utilizados pelos idosos posteriormente no intuito que tais atividades tenham continuidade, para que a longo prazo haja melhoria na qualidade de vida para os frequentadores dessa instituição.

Com o intuito de exercitar a capacidade motora dos idosos, foi incluído nas atividades a dança, mais precisamente o forró, atividade recebida de maneira positiva pelos idosos. Os discentes se disponibilizavam a dançar com os mesmos por um momento ao som do forró, ocasionando um momento de descontração, e ao final da atividade, foram

ofertadas saladas de frutas, promovendo um momento de trocas, interação e promoção da alimentação saudável.

A ação realizada no Instituto Filantrópico Remanso da Paz teve como intuito ações educativas em saúde através de jogos e dança. Exercitar-se, pensar, raciocinar, estimular tanto a mente como o corpo através de atividades lúdicas e jogos é fundamental para manter o organismo saudável (CARVALHO, 2009).

Portanto, ainda que o objetivo proposto seja a promoção e prevenção da saúde por meio da utilização de ferramentas como jogos educativos, que atuam no desenvolvimento físico e mental, bem como na minimização de potenciais efeitos acarretados por doenças. Não foi possível analisar individualmente a evolução e acompanhamento de cada um, bem como o reflexo do uso da ferramenta na promoção da saúde e redução de potenciais efeitos das doenças que acometem os idosos, pois a ação restringiu-se a único encontro, sendo necessário sua continuidade, bem como a intervenção de um mediador para alcançar e avaliar seus resultados (Figura 1).



Figura 1. Atividade desenvolvida na visita. Bingo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os jogos educativos representam uma abordagem promissora e inovadora no tratamento de doenças neurodegenerativas. Eles oferecem uma maneira atraente e interativa de estimular as funções cognitivas e motoras dos pacientes, proporcionando

benefícios significativos para sua qualidade de vida. Ao longo deste capítulo, exploramos a importância dos jogos educativos nessas condições neurodegenerativas, discutimos os fundamentos de seu uso, os diferentes tipos de jogos disponíveis e as evidências científicas dos benefícios que eles podem proporcionar.

As doenças neurodegenerativas têm um impacto profundo na qualidade de vida dos pacientes, afetando sua capacidade de realizar atividades diárias, manter relacionamentos sociais e desfrutar de uma vida plena. O desenvolvimento de intervenções terapêuticas eficazes é fundamental para ajudar esses pacientes a enfrentar os desafios e preservar sua funcionalidade pelo maior tempo possível.

Os jogos educativos permitem que os pacientes participem ativamente de atividades que estimulam suas habilidades cognitivas e motoras. Eles oferecem desafios adaptados às necessidades individuais, permitindo que os pacientes trabalhem em suas áreas de dificuldade específicas.

Em conclusão, os jogos educativos têm o potencial de melhorar a qualidade de vida dos pacientes com doenças neurodegenerativas, estimulando suas habilidades cognitivas e motoras, promovendo o engajamento e a motivação, e proporcionando um ambiente de aprendizagem interativo e prazeroso. No tocante a atividade realizada com os idosos, é fundamental a sua continuidade para avaliar melhores resultados na promoção da saúde e bem-estar.

REFERÊNCIAS

BEARD JR, Bloom D. *Towards a comprehensive public health response to population ageing*. Lancet. 2015;385(9968):658-61. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4663973/>> Acesso em 18 de maio de 2023.

CARDOSO, Nicolas de Oliveira; LANDENBERGER, Thais e ARGIMON, Irani

Iracema de Lima. *Jogos Eletrônicos como Instrumentos de Intervenção no Declínio Cognitivo - Uma Revisão Sistemática*. Rev. Psicol. IMED [online]. 2017, vol.9, n.1, pp. 119-139. ISSN 2175-5027. Disponível em: <https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjtkP2H_Yb_AhVyLrkGHQhCskQFnoECAoQAQ&url=http%3A%2F%2Fpepsic.bvsalud.org%2Fscielo.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS2175-50272017000100009&usg=AOvVaw1gzGVNQ2wkz3Lo5Pvkuk1Y> Acesso em 19 de maio de 2023.

CARVALHO, Noeme Cristina. *Dinâmicas para idosos*. Petrópolis-RJ . Ed. Vozes. 2009.

FERP, UGB et al. *Benefícios da estimulação cognitiva aplicada ao envelhecimento*. Episteme Transversalis, [S.l.], v. 8, n. 2, abr. 2018. ISSN 2236-2649. Disponível em: <<http://revista.ugb.edu.br/ojs302/index.php/episteme/article/view/866>>. Acesso em: 19 maio 2023.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Agência notícias de notícias*. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/busca.html?searchword=faixa%20etária&start=3880>> Acesso em: 20 de março de 2023.

LARA et al. *A contribuição dos jogos para o estímulo Cognitivo e social em idosos*. UNICRUZ, 2017. P. 1-9. Disponível em:

< A CONTRIBUIÇÃO DOS JOGOS PARA O ESTÍMULO ...unicruz.edu.br<https://home.unicruz.edu.br/anais> > anais-2017 > Acesso em: 5 de maio de 2023.

MARIANO, P. P. e et al. *Desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor: perspectiva de idoso institucionalizados*. Scielo.br. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/ean/a/DqGRm7bS7fKJKbsfwZGYkhD/?lang=pt> > Acesso em: 20 de março de 2023.

NASCIMENTO, N. M. e et al. *Benefícios da estimulação cognitiva ao idoso com doença de alzheimer*. Editora Realize. Disponível em:< https://editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2019/TRABALHO_EV125_MD4_SA3_ID2955_07062019170555.pdf > Acesso em: 20 de março de 2023.

OLIVEIRA, A. S.e et al. *Benefícios da estimulação cognitiva aplicada ao envelhecimento*. Revista. urg.Edu.br. Disponível em: < <http://revista.ugb.edu.br/ojs302/index.php/episteme/article/view/866> > Acesso em: 20 de março de 2023.