

O ENFRENTAMENTO DO PÚBLICO IDOSO NO PERÍODO PANDÊMICO (COVID19): CONSEQUÊNCIAS E METODOLOGIAS PSICOPEDAGÓGICAS DE APRENDIZAGEM PARA O FORTALECIMENTO DAS HABILIDADES COGNITIVAS E EMOCIONAIS.

CARNETTE, Jacqueline da Silveira¹
SILVA, Caroline Vaz da²

RESUMO

A COVID-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2. Devido a isso, medidas urgentes foram tomadas por conta de sua rápida expansão, ao alto grau de transmissão e ao número elevado de infectados pelo vírus. Desta forma, é de suma importância buscar soluções para os problemas enfrentados pelo idoso durante o período de isolamento e criar estratégias psicopedagógicas, a fim de amenizar as perdas cognitivas. Logo, o objetivo do presente estudo foi identificar os problemas de desenvolvimento enfrentados pela população idosa em decorrência do isolamento da pandemia do Coronavírus. Além de identificar abordagens e estratégias para reforço das estruturas de aprendizagem para uma maior qualidade de vida. O método de estudo foi a pesquisa descritiva e exploratória, por meio de uma revisão de literatura narrativa, com análise qualitativa dos achados. Para a coleta de dados, foram pesquisados e incluídos artigos científicos, acessados nas bibliotecas eletrônicas Scielo, WEB of Science e PubMed publicados entre os anos de 2019 a 2022. Ao final, a busca resultou em quatro artigos. Conclui-se que nesse período de isolamento podem ocorrer perdas cognitivas importantes relacionadas à problemas de atenção, raciocínio e memória para os idosos, além das que estão ligadas à falta de atividades físicas. Valorizar as particularidades de cada indivíduo é essencial para o bom rendimento no processo de aprendizagem, no qual o apoio psicopedagógico ajudará a entender sua dificuldade e manejá-la da melhor forma possível incluindo estratégias metacognitivas. Novas pesquisas precisam ser realizadas para preencher essas lacunas.

Palavras-chaves: Psicopedagogia. COVID19. Aprendizagem. Envelhecimento. Isolamento Social.

¹Graduanda no Curso de Bacharelado em Psicopedagogia pela UNINTER. E-mail: jacqueline_carnette@hotmail.com.

²Professora Orientadora do Centro Universitário Internacional UNINTER.

1. INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, detectado em Wuhan, na China em dezembro de 2019 e espalhou-se por diversos países com grande rapidez. (Ministério da Saúde, 2019). Diante disso, medidas urgentes foram tomadas devido a essa rápida expansão, ao alto grau de transmissão e ao número elevado de infectados.

O vírus pode ser transmitido durante um aperto de mão (seguido do toque nos olhos, nariz ou boca), por meio da tosse, espirro e gotículas respiratórias contendo o vírus. (Ministério da Saúde, 2019). Com isso, foram necessárias medidas extremas e as orientações foram pelo isolamento social para evitar contaminação e maior propagação do coronavírus.

A pandemia COVID-19 afluou o destaque aos idosos, principalmente devido ao potencial de risco dessa população, com direcionamento de ações e estratégias de distanciamento social especificamente para esse grupo (ZHANG, 2020). O risco de morrer de COVID-19 aumenta com a idade, já que a maioria das mortes ocorrem em idosos, especialmente aqueles com doenças crônicas. (ANVISA, 2020)

O idoso enfrentou e ainda tem enfrentado um período crítico no seu desenvolvimento, durante o isolamento social. A falta do contato social já é uma grande realidade para uma parte desse público, vindo a afetar um número ainda maior nesse período pandêmico. São vários fatores oriundos desse distanciamento social que necessitam ser revistos para oportunizar uma forma de resgate e aprendizagem a serem trabalhados de forma a amenizar esse processo.

Considerar como serão abordados esses fatores é de grande relevância no que diz respeito ao envelhecimento saudável, onde o psicopedagogo tem um papel fundamental como facilitador no processo de aprendizagem buscando alcançar resultados positivos que visem a integração, bem estar e a promoção da saúde. A psicopedagogia busca auxiliar no enfrentamento dessas perdas oferecendo propostas e desafios, com estratégias e possibilidades para estimulação cognitiva, visando favorecer a motivação e a autoconfiança no processo de aprendizagem.

Com base na identificação dos problemas pode-se verificar algumas das dificuldades cognitivas geradas durante o período de isolamento social provocado pela pandemia da COVID19, sendo assim feito a análise de possíveis estratégias e

metodologias para utilização no fortalecimento das habilidades cognitivas e emocionais. Desta forma, se destaca a importância de se estar atento para atender a população idosa a fim de proporcionar atividades que possam auxiliar no seu desenvolvimento e recuperação de habilidades que ficaram estacionadas ou que foram perdidas durante esse período de isolamento, mantendo o cérebro ativo, acolhendo e cuidando a fim de minimizar os impactos e sentimentos negativos causados com o isolamento social da COVID19.

É de suma importância buscar soluções para os problemas enfrentados pelo público idoso durante o período de isolamento e criar abordagens e estratégias psicopedagógicas, a fim de amenizar as perdas cognitivas, favorecendo a motivação e autoconfiança, reforçando as estruturas de aprendizagem para uma maior qualidade de vida.

O presente estudo teve como principal objetivo identificar os problemas de desenvolvimento enfrentados pela população idosa em decorrência do isolamento da pandemia do Coronavírus. Também foi objetivado identificar abordagens e estratégias para reforço das estruturas de aprendizagem para uma maior qualidade de vida. Realizou-se uma pesquisa descritiva e exploratória, por meio de uma revisão de literatura narrativa, com análise qualitativa, acerca do enfrentamento do público idoso no período pandêmico (COVID19). Para a coleta de dados, foram pesquisados e incluídos artigos científicos, acessados nas bibliotecas eletrônicas Scielo, WEB of Science e PubMed publicados entre os anos de 2019 a 2022.

2. METODOLOGIAS PSICOPEDAGÓGICAS DE APRENDIZAGEM A SEREM TRABALHADAS PARA FORTALECIMENTO DAS HABILIDADES COGNITIVAS E EMOCIONAIS DO IDOSO NO PERÍODO PANDÊMICO-COVID19

Com o decreto de estado de calamidade pública pelo Congresso Nacional, o Brasil deu início ao regime de quarentena, que já estava ocorrendo em outros países. Com o crescente em que o vírus se espalhou em todo território, outras medidas extremas foram tomadas, dentre elas o fechamento dos comércios, escolas, parques e shoppings. O público idoso foi caracterizado como sendo um dos grupos de maior risco frente a exposição deste novo vírus da COVID19. Com isso fez-se necessário que os idosos ficassem isolados em suas residências ou lares de repouso, criando-se uma grande lacuna no seu desenvolvimento físico e cognitivo.

Diante desse cenário ocorreram uma série de sentimentos, medos, incertezas e dúvidas que vieram a fortalecer a insegurança que esse público já tem desenvolvido frente as limitações que apresentam.

Nesse período de isolamento podem ocorrer perdas cognitivas importantes relacionadas à problemas de atenção, raciocínio e memória para os idosos, além das que estão ligadas à falta de atividades físicas, que podem levar a perda muscular, aumentar dores no corpo e quedas frequentes. Diante disso, faz-se necessário o apoio ao idoso a fim de proporcionar atividades para amenizar esse processo.

O trabalho do psicopedagogo visa estimular a aprendizagem no reforço dessas habilidades, possibilitando um envelhecimento saudável. Através do mapeamento destes problemas, elabora caminhos para auxiliar no seu processo de desenvolvimento buscando elementos que favoreçam nesse indivíduo essa modificação. Para Bossa (2000, p. 43): “[...] a aprendizagem e a construção do conhecimento são processos naturais e espontâneos na espécie humana”.

A Psicopedagogia está envolvida com as dificuldades do processo de aprendizagem. Através de um trabalho multidisciplinar, o psicopedagogo busca entender a maneira como o ser humano assimila e processa as informações para desenvolver ações de prevenção ou de correção dos problemas encontrados, oferecendo diagnósticos e o melhor tratamento. Essa avaliação conta com uma equipe multidisciplinar, pois, em alguns casos serão necessários encaminhamentos a outros profissionais como, psicólogos, fonoaudiólogos, neuropsicólogos, entre outros. O apoio psicopedagógico ajudará o idoso a entender sua dificuldade e manejá-la da melhor forma possível incluindo estratégias metacognitivas.

O processo de aprendizagem visa despertar e estimular no idoso a ter maior interesse pela vida, trazendo a ele uma melhor relação consigo mesmo. As mudanças no desenvolvimento são adaptativas, sistemáticas e organizadas, e refletem essas situações internas e externas ao indivíduo que tem que se adaptar a um mundo em que as mudanças são constantes (PAPALIA & OLDS, 2000).

Essa adaptação é um processo difícil que apresenta uma carga muito grande de novas situações a que esse público tem que se adaptar. O isolamento social acarreta no afastamento do idoso de suas atividades e dos entes queridos. Ficar sem receber a família, filhos, netos, amigos, sem poder estar com aqueles que amam, é uma situação desafiadora e dolorosa. O contato com outros idosos, sair à

rua, praticar exercícios, enfim, a rotina foi completamente alterada de uma hora para outra e todos tiveram que se adaptar de forma brusca a esse novo momento.

É preciso entender como as condições internas e externas ao indivíduo afetam e promovem essas mudanças (BIAGGIO, 1978). O envelhecimento faz parte de um processo de desenvolvimento de mudanças e adaptações. Desta forma, estas adaptações necessitam de um processo de aprendizagem com propostas de diferentes opções de atividades, respeitando a sua condição, proporcionando ao idoso que se sinta acolhido e confortável em todo esse processo. A Psicopedagogia está envolvida com as dificuldades do processo de aprendizagem e o trabalho voltado aos idosos tem como objetivo auxiliar a compreensão e aceitação das emoções e pensamentos gerados com as dificuldades existentes nos problemas encontrados nessa fase da vida.

Segundo Bossa (1994), o objeto central de estudo da Psicopedagogia está se estruturando em torno do processo de aprendizagem humana: seus padrões evolutivos normais e patológicos, bem como a influência do meio (família, escola, sociedade) no seu desenvolvimento. Não existe idade para aprender e a psicopedagogia visa contribuir nesse processo através de diferentes atividades interventivas para o processo de aprendizagem e reforço das habilidades motoras e cognitivas.

Para Papalia (2013, p. 570): “Hoje, os esforços para combater o idadismo – preconceito ou discriminação com base na idade – estão em amplo crescimento, graças à crescente visibilidade de idosos ativos e saudáveis”. Ainda se tem muito a melhorar frente a esse preconceito e discriminação compreendendo que idoso é um ser ativo e participativo que muito contribuiu e ainda tem a contribuir para a sociedade.

2.1 HABILIDADES COGNITIVAS: ESTÍMULOS PARA PREVENÇÃO DE DECLÍNIOS E DOENÇAS

Para Piaget (1983), a cognição humana é uma forma de adaptação biológica na qual o conhecimento é construído aos poucos a partir do desenvolvimento das estruturas cognitivas que se organizam de acordo com os estágios de desenvolvimento da inteligência. A cognição está relacionada aos processos do conhecimento, entendimento, aprendizado, percepção, lembrança, juízo e

pensamento. Desde o nascimento recebemos estímulos de diferentes formas e com isso novos conhecimentos, aumentando assim a bagagem que se recebe ao longo da vida. Compreende-se nesta etapa um condicionamento efetivo e estratégico das aptidões trabalhadas até então no raciocínio humano. (CALDAS, 2002).

O cérebro passa por constantes transformações, por isso necessita de estímulos para estar sempre ativo e pronto para novas situações. Isso acontece devido a diferentes ações que são realizadas durante todo seu percurso na aquisição de novas informações de toda uma vida. (LENT, 2010). Por estarmos em constante aprendizado necessita-se desses estímulos para proteger o cérebro de possíveis declínios e doenças, para otimizar a memória e poder aumentar o funcionamento do cérebro.

A cognição está relacionada a diferentes funções como a percepção, atenção, memória, linguagem e funções executivas. É a partir da relação entre todas estas funções que se entende a grande maioria dos comportamentos, desde os mais simples até as situações de maior complexidade, e que exigem atividades cerebrais mais elaboradas. Através de estímulos e exigências, a cognição se desenvolve ao longo de toda a vida.

A memória é uma das habilidades cognitivas que compõem a cognição que é parte essencial nesse processo. É a capacidade de armazenar informações de modo que essas possam ser recuperadas quando precisa-se recordá-las.

Kandel (2009), afirma que conforme a estimulação que se recebe, as sinapses são alteradas e quanto mais estímulos são fornecidos, mais conexões são realizadas e maior o aprendizado. Ao receber o conhecimento ao longo do desenvolvimento, uma reserva cognitiva está sendo adquirida, que se potencializa através das novas experiências e aprendizados que ocorrem por todos os nossos sentidos. Ela funciona como uma proteção do cérebro auxiliando no retardo do aparecimento de um declínio cognitivo. A reserva cognitiva é a capacidade que o cérebro tem de reagir frente a uma doença que o afeta. Desta forma, quanto mais ativo o cérebro, maior a chance de prevenção.

As funções executivas são as habilidades cognitivas necessárias para controlar os pensamentos, as emoções e as ações. De acordo com Conzena, (2011, p. 87), as funções executivas possibilitam nossa interação com o mundo frente as mais diversas situações que encontramos. São as habilidades cognitivas

que permitem controlar e regular sentimentos e ações diante dos conflitos ou das distrações.

A capacidade cognitiva é um dos determinantes da qualidade de vida na velhice, pois perdas nas funções cognitivas podem resultar em prejuízo no funcionamento físico, social e emocional de idosos (RIBEIRO & YASSUDA, 2007). Podem ocorrer déficits de memória, linguagem, atenção, raciocínio, julgamento, organização e planejamento e no nível comportamental, são comuns prejuízos na capacidade de cuidados domésticos, atividades de compras, administração dos recursos financeiros e autocuidado. Assim, a pessoa passa a precisar de maior auxílio de familiares, amigos e vizinhos ou até mesmo de supervisão para realizar suas atividades básicas.

O declínio cognitivo pode ser gerado por diversos fatores, dentre eles, o próprio envelhecimento. Segundo Freitas (2011, p.1461) existe forte variabilidade interindividual e intraindividual em relação ao domínio da cognição que declina no envelhecimento. A cognição está relacionada a diferentes funções como a percepção, atenção, memória, linguagem e funções executivas. É a partir da relação entre todas estas funções que se entende a grande maioria dos comportamentos, desde o mais simples até as situações de maior complexidade, e que exigem atividades cerebrais mais elaboradas.

Os processos genético biológicos determinam declínios no funcionamento sensorial e diminuição na velocidade de processamento da informação, ambos associados a alterações neurológicas típicas do envelhecimento (FREITAS, 2011, p. 1461). Com o envelhecimento, algumas das habilidades cognitivas vão se modificando e alguns processos vão se lentificando.

Desta forma, a importância de manter o cérebro do sempre ativo, contribuindo para potencializar a sua reserva cognitiva e ainda adquirir novos conhecimentos. As experiências e conhecimentos acumulados ao longo da sua trajetória de vida contribuem para o enfrentamento desses desafios. Neri (2004) salienta a importância da integridade do funcionamento cognitivo e da continuidade dos mecanismos de autorregulação da personalidade, na determinação da longevidade e da boa qualidade de vida na velhice.

A estimulação é o melhor meio para minimizar os efeitos negativos do envelhecimento e levar as pessoas a viverem em melhores condições. (Zimerman, p.133, 2000). Através da estimulação cognitiva, que é uma intervenção que envolve

todas as habilidades cognitivas e tem por objetivo otimizar o desempenho ou desacelerar o declínio, são propostas atividades para todas as habilidades, melhorando a atenção, a velocidade de processamento e todas as habilidades que são interligadas com a memória. Esse processo auxilia na estimulação do cérebro, mantendo-o ativo e auxiliando na qualidade de vida do idoso. A estimulação tem por objetivo o fortalecimento dessas habilidades, otimizando a memória e outras habilidades cognitivas.

2.2 CONSEQUÊNCIAS EMOCIONAIS E COGNITIVAS DA COVID19 PARA O PÚBLICO IDOSO

Com o isolamento social enfrentado pelo período pandêmico da COVID19, o idoso passa por um período crítico no seu desenvolvimento. A falta de contato social já é uma grande realidade para uma parte desse público, vindo a afetar um número ainda maior nesse período pandêmico. Nesse período de isolamento podem ocorrer perdas cognitivas importantes relacionadas a problemas de atenção, raciocínio e memória, além das que estão ligadas a falta de atividades físicas, que podem levar a perda muscular, aumentar dores no corpo e quedas frequentes.

São vários fatores oriundos desse distanciamento social que necessitam ser revistos para oportunizar uma forma de resgate e aprendizagem a serem trabalhados de forma a amenizar esse processo.

Com as normas de distanciamento social, os idosos se viram isolados em seus lares, casas de repouso, sem poderem receber seus familiares e, com isso, precisaram se adequar a essa nova realidade de uma maneira muito rápida. Diante deste quadro, estima-se que um terço ou metade da população mundial apresente algum tipo de transtorno mental, manifestando-se conforme a força do evento e o estado de vulnerabilidade social, o tempo e a efetividade das ações governamentais no contexto social ao longo da pandemia de COVID-19 (Fiocruz, 2020).

Pensar na maneira como serão abordados esses fatores é de suma importância quando se fala do processo de um envelhecimento saudável, no qual o psicopedagogo tem um papel fundamental como facilitador no processo de aprendizagem buscando alcançar resultados positivos que visem a integração, bem-estar e a promoção da saúde, através de situações que proporcionarão momentos de prazer e aprendizagem, além do reforço de suas habilidades cognitivas.

Identificar os problemas enfrentados durante o período de isolamento criando abordagens e estratégias, a fim de amenizar as perdas cognitivas, reforçando as estruturas de aprendizagem para uma maior qualidade de vida, são algumas das competências a serem trabalhadas pelo psicopedagogo.

Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS/OMS, 2020), o desafio da pandemia é proporcionar uma abordagem diferenciada e intervenções adequadas às pessoas idosas, que considerem a diversidade de estados funcionais e características de saúde específicas dessa população, e não apenas a idade cronológica. Essa abordagem visa atender o idoso em sua necessidade, seja ela física ou emocional, para que possam ser proporcionadas atividades e cuidados para promover cada vez mais a sua qualidade de vida, independência e autoestima.

A psicopedagogia, através de recursos lúdicos visa promover a integração através de atividades proporcionando momentos de bem-estar, alegria e troca de conhecimento, favorecendo a motivação e autoconfiança no processo da aprendizagem, resgatando sua autonomia e possibilitando o enfrentamento dos problemas apresentados a fim de amenizar as perdas cognitivas, visando uma maior e melhor qualidade de vida.

Segundo Oliveira (2005), o processo de envelhecimento engloba muito mais do que mudanças físicas no corpo. Aspectos emocionais, cognitivos e sociais também contribuem para a configuração de uma velhice bem-sucedida. O envelhecimento faz parte do processo do ser humano e com isso a necessidade de um olhar mais humanizado para esse público a fim de que possam ser oferecidas propostas que visem a sua aprendizagem e fortalecimento de suas habilidades cognitivas.

A intervenção psicopedagógica auxiliará nesse processo de aprendizagem amenizando as dificuldades, trabalhando suas potencialidades através de atividades focadas no problema apresentado.

O idoso necessita estar sempre ativo e, através do estímulo de suas habilidades contribui-se para garantir um processo de envelhecimento saudável, mantenha sua autonomia e melhor qualidade da sua saúde física e emocional.

Desta forma, destaca-se a importância de se estar atento para atender a população idosa a fim de proporcionar atividades que venham a auxiliar no seu desenvolvimento e recuperação de habilidades que ficaram estacionadas ou que foram perdidas durante esse período de isolamento, mantendo o cérebro ativo,

acolhendo e cuidando a fim de minimizar os impactos e sentimentos negativos causados com o isolamento social da COVID19.

2.3 ESTIMULAÇÃO COGNITIVA: TRABALHANDO COM ATIVIDADES PARA REFORÇO DAS HABILIDADES COGNITIVAS

O envelhecimento é um fenômeno biológico que traz ao organismo do idoso características particulares, podendo acarretar ainda consequências psicológicas nas quais certos comportamentos são considerados como características de idade avançada. Essa deterioração, que estaria associada à passagem do tempo, implicaria uma diminuição da capacidade do organismo para sobreviver (MASORO, 1999). Os idosos precisam ser compreendidos como pessoas inteligentes e devem ser consideradas as dificuldades de cada indivíduo, em seu processo de vida e a necessidade de diferentes abordagens que podem ser aplicadas junto ao idoso.

Considerando as dificuldades de cada indivíduo, em seu processo de vida e consequente envelhecimento, os trabalhos com atividades em grupos e com jogos lúdicos proporcionam momentos de prazer e aprendizagem, além do reforço de suas habilidades cognitivas. De acordo com Winnicott (1995), o lúdico é considerado prazeroso, devido a sua capacidade de absorver o indivíduo de forma intensa e total, criando um clima de entusiasmo. Através da interação com o outro, o indivíduo tem a possibilidade da troca de experiência e da vivência através de um trabalho de aprendizagem no qual as habilidades e conhecimentos são compartilhados, visando à integração, bem-estar e, acima de tudo, a promoção da saúde.

A Psicopedagogia está envolvida com as dificuldades do processo de aprendizagem, voltada prioritariamente para a compreensão e a intervenção dos processos de aprendizagens dos indivíduos e grupos, nos vários contextos em que a aprendizagem ocorre. De acordo com Lemos:

“A Psicopedagogia se ocupa do estudo do processo de aprendizagem humana, de forma preventiva e terapêutica. Entretanto, ainda que o enfoque da psicopedagogia seja os problemas de aprendizagem, é necessário que se ocupe do processo de aprendizagem como um todo, a fim de descobrir as barreiras que impedem ou atrapalham o aprendiz de se autorizar a saber.” (LEMOS, 2007, p. 73)

Neste sentido, o psicopedagogo vem a favorecer um acolhimento positivo, com afetividade e promoção de bem-estar, promovendo sua dignidade e aspecto de inserção social, resgatando sua humanidade, autonomia e autoestima. Através de um trabalho humanizado busca promover um resgate da autoestima, autonomia e melhora da saúde. O termo “humanizar” diz respeito a falar e fazer ouvir, a pensar e a realizar, a promover ações para contribuir na edificação de quem precisa. É olhar o idoso como um ser único, com respeito, valorizando-o e auxiliando-o a vencer suas limitações.

Para Pinheiro (2014), o recurso lúdico, dentro da estimulação do cognitivo, desenvolve o aperfeiçoamento na capacidade de raciocínio intelectual do paciente, melhora a socialização como indivíduo e eleva a autoestima. A mente necessita de uma variedade de atividades para se manter saudável. Através das atividades psicopedagógicas oportuniza-se o desenvolvimento de todas as funções, não só com exercícios para desenvolver o raciocínio, mas também atividades lúdicas e artísticas, que auxiliam nas habilidades cognitivas e motoras, proporcionando a interação social, o amenizando a ansiedade, os quadros depressivos e melhorando a autoestima.

Para Rau (2012, p. 28): “[...] a ludicidade é uma possibilidade pedagógica que, fortalecida pelos diferentes tipos de linguagem, como a música, a arte, o desenho, a dramatização, a dança, entre outros, torna significativos os conceitos a serem trabalhados”. O ato de jogar é um recurso que contribui de forma significativa no processo de aprendizagem, no respeito às regras, na consolidação de conhecimentos prévios, bem como no desenvolvimento de atividades motoras psíquicas. As atividades em grupos ou individualizadas, através de jogos, atividades manuais, entre outras, vem a favorecer a motivação e autoconfiança no processo da aprendizagem.

Segundo Piaget (1978, p.29): “[...] os jogos de regra são: a atividade lúdica do ser socializado”. Através dos jogos o indivíduo utiliza suas inúmeras habilidades sejam elas motoras ou psíquicas tornando-o consciente das suas decisões, exercitando a criatividade, interagindo com as diferenças e trabalhando a parceria que irá contribuir com o estabelecimento de afinidades e trocas de experiência. Os jogos de mesa são um tipo de atividade lúdica e terapêutica que proporciona estímulos físicos, mentais e psíquicos, contribuindo para minimizar os declínios naturais do envelhecimento. Dar a oportunidade ao idoso de fazer uso de jogos e

atividades lúdicas no seu cotidiano favorece momentos de trocas que contribuem para a socialização de saberes, ao mesmo tempo em que, promove a construção de novos conceitos e a interação entre gerações.

Segundo Alonso (2015), as estratégias psicomotoras vão além do resgate motor ou manual das funções, buscando também melhorar a individualidade e convívio social do idoso, buscando nova saúde e um melhor desenvolvimento de suas habilidades. O idoso é capaz de construir ativamente novos saberes em relação ao mundo. A mente dele é mais madura e hábil ao raciocínio e controle emocional do que a de jovens, apesar da diminuição de algumas habilidades físicas. Dessa maneira, a arte é uma ferramenta mediadora para o estímulo e manutenção do desenvolvimento psicomotor, e as criações artísticas têm seu valor em si para a expressão de pensamentos e emoções, assim como ameniza e tira de foco as perdas motoras mais visíveis. Através de trabalhos com pintura e desenho estimula-se a comunicação, a criatividade, sensibilidade, aumenta a concentração e expressão, além de reduzir a ansiedade.

A música e a dança são ferramentas de aprendizagem que contribuem no trabalho da coordenação motora e a integração. A dança é uma ótima atividade para melhorar o condicionamento físico pois estimula a motricidade dos músculos e a mobilidade das articulações, proporcionando uma melhor coordenação motora. A dança para o idoso pode atuar ainda no campo mental e emocional, visto que permite ao indivíduo trabalhar a atenção, memória, cognição, linguagem, bem como se expressar, socializar e promover a qualidade de vida do idoso (PRADO, 2000).

A utilização da música é um agente importante na melhoria da interação social, no desenvolvimento de novas relações, no restabelecimento de capacidades funcionais de ordem física, social e psicológica e conseqüentemente na qualidade de vida de idosos. Isso acontece pelo fato de a música ter uma forte influência no despertar das potencialidades que foram perdidas durante a instalação progressiva do envelhecimento ao longo dos anos.

A memória pode ser definida como uma faculdade de representar o passado, o que nele foi aprendido, o que foi nele vivido e, principalmente, o que foi sentido e tudo o que se vincula a esses traços dos tempos passados. A estimulação cognitiva é trabalhada através de tarefas visando organização de ideias ou relatos de experiências, utilizando as vastas experiências que o idoso adquire ao longo da sua vida como forma de aprendizado.

A proposta de diferentes opções de atividades, conhecidas e desconhecidas por ele, respeitando a sua condição, necessidades e preferências individuais proporcionam ao idoso que se sinta acolhido e confortável em todo esse processo. Valorizar as particularidades de cada indivíduo é essencial para o bom rendimento no processo de aprendizagem. Todo esse processo ajuda o idoso a se reintegrar e a descobrir que possui maior autonomia em sua vida.

Através da estimulação cognitiva, o idoso irá desenvolver melhor as suas funções executivas, que proporcionará uma maior autonomia, mais confiança e, conseqüentemente, aumentará sua autoestima e, acima de tudo, motivará o idoso para seguir sua vida de uma forma saudável. As funções executivas muitas vezes são afetadas devido ao envelhecimento, e o estímulo contribuirá para a realização de tarefas básicas em seu cotidiano. Desta forma, salienta-se a necessidade da estimulação cognitiva, que pode ser definida como diversas atividades que desperte o desenvolvimento do cérebro e do corpo, a fim de manter ambos saudáveis e ativos, auxiliando assim no seu processo de envelhecimento, contribuindo para a prevenção de declínios cognitivos.

Destaca-se a importância de ser trabalhado o reforço das habilidades cognitivas para um envelhecimento saudável e uma melhor qualidade de vida para esse público. A psicopedagogia, através das atividades lúdicas proporciona aos idosos a oportunidade de restabelecer e desenvolver suas potencialidades perdidas com a chegada do envelhecimento, além do resgate de suas habilidades físicas e cognitivas. Com atividades visando à aprendizagem, o idoso poderá desfrutar de um envelhecimento saudável, com maior dignidade e melhor qualidade de vida.

METODOLOGIA

O método de estudo foi a pesquisa descritiva e exploratória, por meio de uma revisão de literatura narrativa, com análise qualitativa dos achados. Foi escolhida a revisão narrativa como método no intuito de mapear a literatura indexada em bases científicas sobre o tema, propiciando, portanto, realizar uma revisão ampliada sobre o tema e identificar o “estado da arte” da literatura e suas lacunas (CORDEIRO *et al.*, 2007; SMITH, 2012).

Para a coleta de dados, foram pesquisados e incluídos artigos científicos, acessados nas bibliotecas eletrônicas *Scielo*, *WEB of Science* e *PubMed* publicados

entre os anos de 2019 a 2022, priorizando-se publicações específicas sobre o enfrentamento do público idoso no período pandêmico (COVID19).

Na etapa de tabulação e análise, foi obedecida uma ordem lógica das fontes pesquisadas, de modo que as publicações referenciadas contribuíram na resolução do problema de pesquisa proposto.

Sendo assim, realizou-se as buscas nas bibliotecas eletrônicas *Scielo*, *Web of Science* e *PubMed* no dia 17 de janeiro de 2022. Foram considerados para fins de busca os seguintes descritores presentes no Medical Subject Headings (MeSH) e os respectivos operadores booleanos: “Aged”; “Aging”; “Health Services for the Aged”; “Frail Elderly”; “COVID-19”; “SARS-CoV-2”; “Cognitive”. Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos “AND” e “OR”.

Os critérios de inclusão dos artigos foram: (a) estudos publicados em português, inglês ou espanhol; (b) artigos originais; (c) estudos disponíveis em formato completo; (d) definição de estudo de: o enfrentamento do público idoso no período pandêmico (covid19) e a relação com habilidades cognitivas e emocionais. Os estudos de revisão e/ou teóricos foram excluídos da busca.

Todo o processo de seleção dos artigos envolveu as seguintes etapas: 1) procura pelos descritores nas bases de dados citadas; 2) exclusão dos artigos de revisão de literatura e/ou teóricos; 3) exclusão dos artigos duplicados; 4) leitura dos resumos e análise da correspondência à temática proposta; 5) busca nas bases de dados pelo artigo completo; e 6) leitura e análise completa dos artigos selecionados para a amostra.

A busca inicial resultou em 55 artigos. Os resultados foram exportados para o software de gerenciamento bibliográfico EndNote Web. A bibliografia exportada para o software foi inicialmente selecionada pela leitura do título e resumo com o intuito de retirar os itens que não versavam sobre o tema vigente. Destes, 10 artigos foram selecionados. Sendo um deles excluído, pois não houve acesso ao texto completo. Após essa seleção, foram buscadas, via Periódicos Capes, o texto completo dos artigos selecionados. Ao final, quatro estudos foram eleitos para a amostra final seguindo os critérios de inclusão e exclusão dos trabalhos.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Destaca-se a importância de ser trabalhada a estimulação cognitiva para um envelhecimento saudável e uma melhor qualidade de vida para esse público. O idoso se sente, na maioria das vezes, inseguro por causa da idade e esse processo de aprendizagem visa despertar e estimular no idoso a ter maior interesse pela vida, trazendo a ele uma melhor relação consigo mesmo.

Conclui-se que nesse período de isolamento podem ocorrer perdas cognitivas importantes relacionadas à problemas de atenção, raciocínio e memória para os idosos, além das que estão ligadas à falta de atividades físicas, que podem levar a perda muscular, aumentar dores no corpo e quedas frequentes. Diante disso, faz-se necessário o apoio ao idoso a fim de proporcionar atividades para amenizar esse processo.

A proposta de diferentes opções de atividades, conhecidas e desconhecidas por ele, respeitando a sua condição, necessidades e preferências individuais proporcionam ao idoso que se sinta acolhido e confortável em todo esse processo. Valorizar as particularidades de cada indivíduo é essencial para o bom rendimento no processo de aprendizagem. Todo esse processo ajuda o idoso a se reintegrar e a descobrir que ainda pode ter maior autonomia em sua vida.

Através de um trabalho multidisciplinar, o psicopedagogo busca entender a maneira como o ser humano assimila e processa as informações para desenvolver ações de prevenção ou de correção dos problemas encontrados, oferecendo diagnósticos e o melhor tratamento. Essa avaliação conta com uma equipe multidisciplinar, pois, em alguns casos serão necessários encaminhamentos a outros profissionais como, psicólogos, fonoaudiólogos, neuropsicólogos, entre outros. O apoio psicopedagógico ajudará o idoso a entender sua dificuldade e manejá-la da melhor forma possível incluindo estratégias metacognitivas.

Por ser um tema muito recente, observou-se que existem ainda poucos estudos de abordagem sobre os efeitos do isolamento social em idosos durante a pandemia do Coronavírus e os efeitos crônicos do isolamento social na população idosa, mas também de metodologias e alternativas de aprendizagens para o reforço das habilidades cognitivas. Desta forma, novas pesquisas precisam ser realizadas para preencher essas lacunas.

REFERÊNCIAS

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Nota técnica n. 05/2020 GVIMS/GGTES. **Orientações para a Prevenção e Controle de Infecções pelo novo coronavírus (SARS-Cov-2) em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI)**. Brasília, 24 de março de 2020. [Internet].Disponível em: <<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/servicosdesaude/notas-tecnicas/nota-tecnica-no-05-2020-gvims-ggtes-anvisa-orientacoes-para-a-prevencao-e-o-controle-de-infeccoes-pelo-novo-coronavirus-em-instituicoes-de-longa-permanencia-para-idosos-ilpi.pdf/view>>. Acesso em 21/01/2020.

ALONSO, A. S. S. G. **Psicomotricidade na vida da terceira idade**, Rio de Janeiro. 2015.

BIAGGIO, A. (1978). **Psicologia do Desenvolvimento**. Petrópolis: Vozes.

BOSSA, Nádia. **A psicopedagogia no Brasil: contribuições a partir da prática**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1994.

BOSSA, Nádia. **Dificuldades de Aprendizagem: o que são? Como tratá-las?** Porto Alegre: Artmed; 2000.

BRASIL. Ministério da Saúde, 2019. Gabinete do Ministro. **O que é a covid19?** Brasília, 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus/>>. Acesso em 08/11/2021.

CALDAS, A. C. **O Cérebro Analfabeto: A Influência do Conhecimento das Regras da Leitura e da Escrita na Função Cerebral**. Lisboa: Bial, 2002.

CORDEIRO, A. M. *et al.* Systematic review: a narrative review. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgias**, v. 34, n. 6, p. 428-431, dez. 2007.

COSENZA, Ramom M. **Neurociência e educação: como o cérebro aprende**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

FIOCRUZ, Fundação Oswaldo Cruz. (2020). **Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial** - Recomendações para Gestores. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/documento/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemiacovid-19-recomendacoes-para-gestores>> Acesso em 20/12/2021.

FREITAS, Elizabete Viana *et al.* **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

KANDEL, E. R. **Em busca da memória: o nascimento de uma nova ciência da mente**. Trad: Rejane Rubino. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

LEMONS, A.C.M. **Uma visão psicopedagógica do bullying escolar**. Revista Psicopedagógica, São Paulo, v. 24, n. 73, 2007

LENT, R. **Cem bilhões de neurônios?: conceitos fundamentais da neurociência**. 2. ed. São Paulo: Editora Atheneu, 2010.

MASORO, E.J. Challenges of biological aging. Nova York, **Springer Publishing Company**. 1999

NERI, A. L. (2004). **Contribuições da psicologia ao estudo e à intervenção no campo da velhice**. Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, 1 (1), 69-80.

OLIVEIRA, Beatriz Helena. **Sobre a saúde e qualidade de vida no Envelhecimento**. Textos envelhecimentos. Ed. Artmed. São Paulo, 2005.

OPAS/OMS – Organização Pan-Americana da Saúde. **Envelhecimento Saudável**. Brasília (DF); 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/envelhecimento-saudavel/covid-19-e-pessoas-idosas> . Acesso em 06/01/2022.

PAPALIA, D. & OLDS, S. (2000). **Desenvolvimento Humano**. (D. Bueno, trad.) Porto Alegre: Artmed.

PAPALIA, D. E. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PIAGET, Jean. **A epistemologia genética: sabedoria e ilusões da filosofia, problemas de psicologia genética**. 2. ed. São Paulo: Abril Cultural, 1983. (Os pensadores).

PIAGET, J. **A Formação do Símbolo na Criança: imitação, jogo e sonho**. Rio de Janeiro: Zannar, 1978

PRADO, T. P. *et al.* **A terceira idade da dança**. In: Produção dos acadêmicos do Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal de Santa Maria no ano de 2000. Universidade Federal de Santa Maria, 2000.

PINHEIRO, S. B.; GOMES, M. L. **Efeitos das atividades lúdicas no idoso com alteração do cognitivo leve**. Revista Pesquisa em Fisioterapia, Salvador, v. 4, n. 1, p. 71-77, 2014.

RAU, M. C. T. D. **A ludicidade na educação: uma atitude pedagógica**. Curitiba: InterSaberes, 2012.

RIBEIRO, P. C. C., & Yassuda, M. (2007). **Cognição, estilo de vida e qualidade de vida na velhice**. In A. L. Neri (Org.), *Qualidade de vida na velhice: enfoque multidisciplinar* (pp.189-204). Campinas: Atheneu.

SMITH, J. (2012). Reviews: from systematic to narrative LHL Guides at UAB Lister Hill **Library of the Health Sciences**. Birmingham, Alabama: Lister Hill Library.

WINNICOTT, D. W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1995.

ZHANG, W. **Manual de Prevenção e Controle da Covid-19 segundo o Doutor Wenhong Zhang**. São Paulo: PoloBooks; 2020.

ZIMERMAN, Guite I. **Velhice: Aspectos Biopsicossociais**. Porto Alegre: Artmed, 2000.