



Atividades para estímulo cognitivo de idosos participantes de um projeto de extensão

Activities for cognitive stimulus of a group of elderly people participating in an extension project

Actividades de estímulo cognitivo de un grupo de personas mayores que participan en un proyecto de extensión

Elizane Alves Arraes Araújo¹, Lais Julia de Oliveira Albuquerque¹, Susany dos Santos Tenório¹, Yasmin Rodrigues de Oliveira¹, Danielen Furtado Lobo¹, Priscila Martins Gonçalves¹, Barbara Letícia Corrêa Gomes¹, Dianne Costa Araújo dos Santos², Cristal Ribeiro Mesquista¹, Viviane Ferraz Ferreira de Aguiar¹.

RESUMO

Objetivo: Descrever uma experiência vivenciada por acadêmicos e docentes de enfermagem sobre a aplicação de atividades de estímulo cognitivo para um grupo de 30 idosos participantes de um projeto de extensão. **Relato de experiência:** Estudo qualitativo, descritivo, do tipo relato de experiência, realizado em uma Unidade Municipal de Saúde, localizado no município de Belém-Pará, desenvolvido com idosos com DM. A experiência envolve as vivências das acadêmicas durante a criação e aplicação de atividades de estimulação cognitiva para os idosos. Até o ano de 2024 tivemos aproximadamente 120 atividades entregues para os idosos como “Dever de casa” para que fossem entregues sempre nos encontros subsequentes. A metodologia escolhida envolveu jogos de caça-palavras, exercícios de matemática e de memória, como estratégias de estimulação cognitiva e intelectual. Os exercícios de matemática e de memória foram pensados e elaborados pelas próprias monitoras. **Considerações finais:** O projeto possibilita o entendimento da importância do contato entre acadêmicos de enfermagem e o grupo de idosos por permitir a visualização da responsabilidade e da relevância do cuidado e da promoção do autocuidado com cada indivíduo assistido no grupo.

Palavras-chave: Diabetes mellitus, Pessoa idosa, Estímulo cognitivo.

ABSTRACT

Objective: To describe an experience lived by nursing students and teachers regarding the application of cognitive stimulation activities to a group of 30 elderly people participating in an extension project. **Experience report:** Qualitative, descriptive study, of the experience report type, carried out in a Municipal Health Unit, located in the city of Belém-Pará, developed with elderly people with DM. The experience involves the experiences of academics during the creation and application of cognitive stimulation activities for the elderly. By the year 2024, we had approximately 120 activities delivered to the elderly as “Homework” so that they would always be delivered in subsequent meetings. The chosen methodology involved word search games, mathematics and memory exercises, as cognitive and intellectual stimulation strategies. The math and memory exercises were designed and created by the monitors themselves. **Final considerations:** The project makes it possible to understand the importance of contact between nursing students and the group of elderly by allowing the visualization of the responsibility and relevance of care and the promotion of self-care with each individual assisted in the group.

Keywords: Diabetes mellitus, Elderly person, Cognitive stimulation.

¹ Universidade Federal do Pará, Belém - PA.

² Secretaria Municipal de Saúde, Belém - PA.

RESUMEN

Objetivo: Describir una experiencia vivida por estudiantes y docentes de enfermería respecto de la aplicación de actividades de estimulación cognitiva a un grupo de 30 ancianos participantes de un proyecto de extensión.

Informe de experiencia: Estudio cualitativo, descriptivo, del tipo informe de experiencia, realizado en una Unidad Municipal de Salud, ubicada en la ciudad de Belém-Pará, desarrollado con personas mayores con DM. La experiencia involucra las vivencias de académicos durante la creación y aplicación de actividades de estimulación cognitiva para personas mayores. Para el año 2024, teníamos aproximadamente 120 actividades entregadas a las personas mayores como "Tareas" para que siempre pudieran entregarlas en reuniones posteriores. La metodología elegida involucró juegos de sopa de letras, ejercicios de matemáticas y memoria, como estrategias de estimulación cognitiva e intelectual. Los ejercicios de matemáticas y memoria fueron diseñados y creados por los propios monitores. **Consideraciones finales:** El proyecto permite comprender la importancia del contacto entre los estudiantes de enfermería y el grupo de personas mayores al permitir visualizar la responsabilidad y relevancia del cuidado y la promoción del autocuidado con cada individuo asistido en el grupo.

Palabras clave: Diabetes mellitus, Persona mayor, Estimulación cognitiva.

INTRODUÇÃO

A cognição consiste na habilidade de desenvolver pensamentos e conhecimentos, porém, quando atrelado ao processo do envelhecimento, apresenta diversas alterações nessas funções cognitivas devido às modificações estruturais e fisiológicas no organismo (SILVA JDA, et al., 2023). Diante disso, pessoas idosas apresentam maiores riscos de desenvolver doenças que afetam a saúde física, cognição, memória e saúde mental, que quando associados a outras comorbidades e/ou em conjunto com diferentes terapias medicamentosas, podem afetar negativamente a capacidade cognitiva e funcional do indivíduo, prejudicando as suas atividades de vida diária e autonomia (LOPES RMF, et al., 2023).

A Diabetes Mellitus (DM) tipo 2 é apontada como uma das principais doenças crônicas não transmissíveis capaz de contribuir na aceleração do comprometimento do estado cognitivo de pessoas idosas, especialmente nas funções executivas, na memória e atenção, aumentando, também, a deterioração física e mental do indivíduo, podendo, até mesmo, causar depressão e demência (SILVA JDA, et al., 2023). Ademais, a associação de patologias juntamente com limitações físicas e vulnerabilidades socioeconômicas, contribuem negativamente para o declínio funcional e cognitivo da pessoa idosa (BRITO GS, et al., 2023).

Dessa forma, constitui-se como importante que as pessoas idosas acometidas com DM sejam estimuladas e incentivadas a exercitar e desenvolver suas habilidades cognitivas por meio de atividades, especialmente quando aplicadas em sua própria residência, proporcionando a inclusão desses estímulos no cotidiano, para que o declínio funcional e cognitivo seja prevenido (SILVA JDA, et al., 2023). Sendo assim, estimular a população idosa por meio de jogos, dinâmicas em grupos e resolução de exercícios escolares simples, que envolvam tarefas de múltiplas funções cognitivas, são ferramentas essenciais para manter a qualidade de vida, desenvolver habilidades e promover a saúde física e mental desse público (BORDIN PELLAZZA B, et al., 2019).

O idoso em seu cotidiano vive uma série de limitações que se generalizam ocasionando consequências no seu estado físico, psíquico, social, cognitivo e motor, prejudicando sua saúde física e mental, bem como suas vivências perante a sociedade, em que, diante disso, tornam-se barreiras diante da realização de atividades (MARIANO PP, et al., 2020). Portanto, atividades lúdicas e alternativas podem ser realizadas em grupos de idosos promovendo a recreação em conjunto, assim como uma socialização entre essas pessoas e, também, podem ser plenamente desenvolvidas e executadas no cotidiano deste público-alvo, para que a sua autonomia e independência sejam exercitadas e preservadas (ARAKAWA-BELAUNDE AM, et al., 2019).

E, mesmo com a esperada restrição relacionada à capacidade dos idosos, é válido ressaltar que as limitações desta população não tornam esse público incapaz de alcançar os objetivos propostos com os exercícios aplicados, pois mostram-se, constantemente, e, em sua maioria, interessados a exercitar, desenvolver e participar de atividades que lhe são apresentadas, facilitando o trabalho do profissional que busca estimular a independência e autonomia do idoso.

Ainda, deve-se ressaltar que é essencial, não só desenvolver, como também, aplicar esses exercícios rotineiramente com o idoso, buscando a manutenção das funções saudáveis e até mesmo a reabilitação de quem já possui as habilidades cognitivas comprometidas, cabendo, em especial, a enfermagem essa responsabilidade, uma vez que é uma das categorias profissionais protagonistas frente ao cuidado com pessoas idosas (MARIANO PP, et al., 2020).

Assim, é papel fundamental dos profissionais de saúde a busca de capacitações que atendam a demanda desse público de maneira adequada, buscando não somente a prevenção de complicações, como também a promoção da saúde, visando um envelhecimento saudável, promovendo a autonomia e bem-estar (SCHENKER M e DA COSTA DH, 2018). A aplicação de alternativas diferenciadas no contexto da educação em saúde, especialmente na Atenção Primária à Saúde, é essencial para promover um envelhecimento ativo, sendo de suma importância para manutenção da qualidade de vida da população com idade avançada, prevenindo declínios cognitivos (GONZAGA AR, et al., 2022). Portanto, o objetivo deste estudo foi descrever uma experiência vivenciada por acadêmicos e docentes de enfermagem sobre a aplicação de atividades de estímulo cognitivo para um grupo de idosos participantes de um projeto de extensão.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, do tipo relato de experiência, realizado em uma Unidade Municipal de Saúde (UMS), localizado no município de Belém-Pará, desenvolvido por acadêmicas e docentes do curso de enfermagem de uma Instituição Pública de Ensino. O estudo ocorreu por meio de ações educativas desenvolvidas no Projeto de extensão intitulado “Projeto AutoDia”, vinculado a Pró-reitoria de Pesquisa e Extensão (PROEX). O projeto é voltado para pessoas idosas com DM, buscando o desenvolvimento de práticas de autocuidado. É realizado desde o ano de 2021, uma vez ao mês, com um grupo de aproximadamente 30 idosos.

Cada encontro feito mensalmente abordou temáticas diferentes de educação em saúde relacionadas a DM como cuidados com a alimentação, envelhecimento saudável, os sete comportamentos do autocuidado, cuidados com a saúde bucal, cuidados com a terapia medicamentosa, complicações da diabetes mellitus, sentimentos e emoções, direitos e deveres do idoso com diabetes e Cuidados com a Covid longa. Desde o ano de 2022 a equipe do projeto entrega atividades de fixação, ao final do encontro, conhecido pelos idosos como “Dever de Casa”, para que cada um realize em casa e entregue sempre no encontro subsequente para correção e avaliação da necessidade de reiterar ou ratificar informações acerca das temáticas para o grupo.

Até o ano de 2024 tivemos aproximadamente 120 atividades entregues para os idosos. Dessa forma, a experiência relatada envolve as vivências das acadêmicas durante a criação e aplicação de atividades com estimulação cognitiva para os idosos participantes do projeto. A escolha de cada “Dever de Casa” se baseia em evidências científicas sobre cada assunto abordado nos encontros. A metodologia escolhida envolveu jogos de caça-palavras, exercícios de matemática e de memória, como estratégias de estimulação cognitiva e intelectual. Para isso, as atividades foram elaboradas com auxílio do site Geniol-Criador de Caça Palavras, com palavras pré-selecionadas pelos organizadores de acordo com cada temática. O número das palavras variou entre 10 a 15 palavras, distribuídas de forma vertical, horizontal e diagonal, considerando um nível médio de dificuldade. Os exercícios de matemática e de memória foram pensados e elaborados pelas próprias monitoras.

As atividades de caça palavras (**Figura 1**), exercícios de memória (**Figura 2**) e de matemática (**Figura 3**) provocaram motivação e entusiasmo nos idosos participantes do projeto, obtendo-se um feedback positivo e resultados significativos, visto que na correção das atividades há mais de 90% de acertos. Tal resultado, mostra que os idosos, além de compreender a importância e os benefícios de realizar as atividades a fim de manter uma boa cognição, utilizam a ferramenta disponibilizada para aplicar na prática a manutenção desse estímulo cognitivo. Além disso, a realização dessas atividades de forma dinâmica em grupo propiciou uma interação pessoal entre os participantes, o que possibilitou diálogo e um ambiente confortável para que todos pudesse expor suas dúvidas acerca de como suas atividades e hábitos podem influenciar tanto no controle glicêmico quanto para a manutenção da mente ativa.

Figura 1 – Atividade de caça palavras do Projeto.

PROJETO AUTODIA: mobilização de saberes e ações de autocuidado na manutenção da qualidade de vida do idoso com Diabetes Mellitus.

Os 7 Comportamentos do Autocuidado

Você já ouviu falar dos 7 Comportamentos do Autocuidado? É uma ferramenta baseada em evidências, definida pela Associação Americana de Educadores em Diabetes, que estabelece quais os pontos de atenção e habilidades, que quem tem o diabetes deve buscar desenvolver, visando não só o alcance de um bom controle glicêmico (controle do açúcar no sangue), mas também, uma melhor convivência com o Diabetes. O autocuidado é um conjunto de ações que cada indivíduo exerce para cuidar de si e assim, promover melhor qualidade de vida e bem estar para si próprio. No diabetes, o autocuidado é reconhecido como base central para um tratamento efetivo, onde a pessoa com diabetes é a protagonista do cuidado, ao lado de uma equipe de saúde que atue como facilitadora em todo o processo. Por isso, conhecer e entender os 7 comportamentos do autocuidado, faz toda a diferença. São eles:

- | | | |
|---------------------|--------------------|-------------------|
| Comer Saudavelmente | Tomar medicamento | Hábitos saudáveis |
| Atividade física | Resolver problemas | |
| Vigiar as taxas | Reduzir os riscos | |

Vamos encontrar esses comportamentos no caça-palavras abaixo?

As palavras deste caça palavras estão escondidas na horizontal, vertical e diagonal, sem palavras ao contrário.

```

D P T H R E S O L V E R P R O B L E M A S E
L L T E J M H E V R R O T F F H O Y G A A D
R H E U I E A T I V I D A D E F I S I C A A
R T A A O E N E G W N S I E L A L S W T H S
T R K R U L D M I T A O O H T N I H A H T M
I D G T E E L I A C N R E T H N A T H E S I
I E U I E E T L R W E E I S T I E W D T S A
E I U O O O G I A K U U I E E T N V O A C M
I E E G P O R Y S Y K R H M A R E R V R S H
I E H H H A B I T O S S A U D A V E I S U Y
O S C O M E R S A U D A V E L M E N T E E E
N M L E S D H T X E A D E K U N E I P W N W
S L O N F T O M A R M E D I C A M E N T O E
L N S I O N T G S I T A R I R I A T A R M V
V R E D U Z I R O S R I S C O S T N R T Y O
E T H E O D T L C H C E D H H A H I R T O P
    
```

Fonte: Araújo EAA, et al., 2025.

Figura 2 – Exercício de memória do Projeto.

PROJETO AUTODIA: mobilização de saberes e ações de autocuidado na manutenção da qualidade de vida do idoso com Diabetes Mellitus.

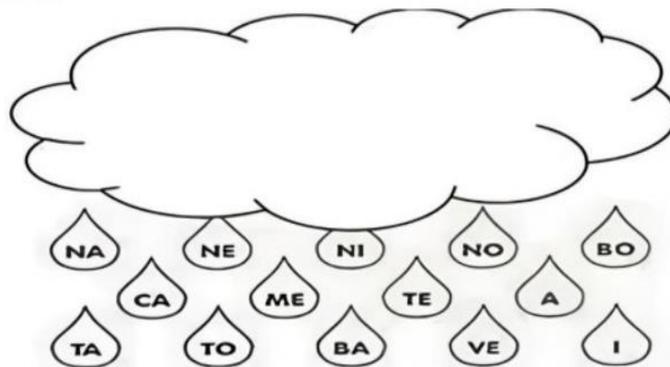
NOME: _____

1 Ordene os seguintes objetos a seguir por ordem e tamanho do MENOR para o MAIOR

BORRACHA-SAPATO-ANEL-SOL-LIVRO-BOLA-CADEIRA-GRAMPO-ESTOJO-CASA-TELEVISÃO-FÓSFORO-GELADEIRA-MESA-ESTÁDIO-ARMÁRIO-LENTILHA-GRAMPEADOR-CAMA-NAVIO

1	11
2	12
3	13
4	14
5	15
6	16
7	17
8	18
9	19
10	20

2 Escreva pelo menos 2 itens que utilizamos



Fonte: Araújo EAA, et al., 2025.

Figura 3 – Exercício de matemática do Projeto.



1) Resolva as seguintes questões matemáticas:

$7 + 3 =$	$14 + 6 =$	$19 - 6 =$
$5 - 5 =$	$10 - 6 =$	$5 + 6 =$
$2 + 17 =$	$7 - 4 =$	$9 - 3 =$
$4 + 6 =$	$19 - 2 =$	$14 - 4 =$
$16 - 4 =$	$18 - 8 =$	$7 + 3 =$
$1 + 8 =$	$6 + 4 =$	$10 - 3 =$
$9 + 6 =$	$10 - 4 =$	$9 + 8 =$
$3 + 7 =$	$18 - 8 =$	$8 + 9 =$
$10 - 8 =$	$18 - 9 =$	$16 - 3 =$
$14 - 4 =$	$16 + 4 =$	$9 + 6 =$
$12 - 6 =$	$10 - 5 =$	$14 - 3 =$
$18 - 3 =$	$13 - 3 =$	$8 - 8 =$
$9 + 3 =$	$16 + 3 =$	$10 - 6 =$
$8 + 2 =$	$9 - 3 =$	$3 + 9 =$
$17 - 6 =$	$3 + 9 =$	$17 + 3 =$

Fonte: Araújo EAA, et al., 2025.

DISCUSSÃO

A mobilização de saberes para a promoção do autocuidado em pessoas idosas acometidas por DM no âmbito do projeto de extensão, tem o intuito de promover cuidado integral, proporcionando ao grupo assistido o acesso às evidências científicas com linguagem simples e acessível, a partir de diálogos realizados nos encontros mensais. Além disso, o momento de escuta do grupo de idosos acerca das temáticas levantadas em torno do autocuidado e fatores associados às complicações por DM, foi primordial para que fosse possível identificar lacunas e mitos do conhecimento científico e, a partir disso, planejar atividades orientadas para as principais necessidades de conhecimento do grupo para melhoria da sua qualidade de vida e aplicá-las em exercícios e dinâmicas para corroborar a informação.

Diante disso, a mobilização de saberes priorizada nesse relato está intimamente ligada ao estímulo do autocuidado com foco na subjetividade dos idosos, tendo em vista que o foco é a qualidade de vida (MUNIZ VO, et al., 2024). A proposta do estímulo ao autocuidado pelo grupo aqui relatado, apresenta uma dinâmica de promoção à saúde por meio de atos educativos, em que grupos a partir de exercício coletivo da problematização e discussão intensificam a aprendizagem, contribuindo para a redução dos riscos de complicações (MENEZES, KK.P.D e AVELINO, PR, 2016 ;MOREIRA JB et al., 2020).

Apesar da DM ser uma patologia que interfere diretamente na capacidade cognitiva do idoso, os encontros têm facilitado o diálogo sobre a temática e tem sido um estímulo para que os idosos continuem desenvolvendo as atividades de fixação. Essas atividades podem ser classificadas como treinos cognitivos, em que há o exercício da memória e de outros aspectos que envolvem a plasticidade cerebral, sendo essenciais para a promoção da qualidade de vida, redução de sintomas depressivos e melhora da capacidade cognitiva (CRUZ GP, et al., 2022). A efetividade do estímulo cognitivo é positiva para o exercício da memória e a melhora do seu desempenho, mesmo em idosos com certo nível de comprometimento cognitivo (LOUSA FCFE, et al., 2016).

Nessa perspectiva, quanto antes os idosos com DM forem estimulados, melhor será o desenvolvimento de suas habilidades mentais e, conseqüentemente, mais efetivo o seu autocuidado. A participação em atividades produtivas, também, está associada às conseqüências benéficas no bem-estar geral e saúde da pessoa idosa, reduzindo os impactos ocasionados pelo declínio cognitivo (FARIAS NO, et al., 2021). Além disso, a construção de vínculos que surge com a periodicidade dos encontros e os debates, permitem o surgimento de um vínculo entre as pessoas com DM e os profissionais e estudantes da saúde, facilitando a adesão às atividades de estímulo cognitivos, efetivando mais intensamente a capacitação do grupo assistido, reforçando o estímulo à autonomia e a independência (MILANI LRN, et al., 2022).

Sabe-se que o declínio cognitivo e demência são mais frequentes em indivíduos diabéticos e pré-diabéticos, porém não é uma sentença de que será afetado por quadro de declínio cognitivo ou de demência, uma vez que existem múltiplas causas para esse tipo de alteração. Contudo, vale destacar que a idade de início da doença e as múltiplas crises de hipo e hiperglicemia, bem como a retinopatia estão intimamente associadas ao declínio cognitivo nesses pacientes (MACEDO LBC, 2023). Uma das complicações do declínio cognitivo é o quadro de delirium que é uma desordem mental de origem multifatorial, que afeta diretamente a autonomia do paciente, o que interfere na qualidade de vida dos idosos. Portanto, identificar riscos e traçar planos terapêuticos preventivos reduzem complicações (LENDART HM, et al., 2022).

Além disso, é válido ressaltar que a DM comumente está associada à outras patologias, como a Hipertensão Arterial Sistêmica e dislipidemia, favorecendo o uso de diferentes medicamentos, o que pode contribuir para a piora da capacidade cognitiva e funcional do idoso, sendo a utilização de terapias alternativas e complementares, de preferência não medicamentosas, essenciais para promoção do bem-estar físico e mental dessa população (MARAGNO LB, 2019). Desta maneira, as atividades lúdicas são capazes de promover o lazer e melhorar os aspectos cognitivos a longo prazo (AGUIAR AP e MACRI R, 2010; SILVA JG, et al., 2020), por isso reforçar em grupos de idosos práticas como essas, promovem desenvolvimentos psicomotores de uma forma prazerosa, quebrando uma rotina monótona de isolamento, reforçando ainda mais um envelhecer ativo e conseqüentemente uma vida mais saudável.

Os encontros mensais e a dinâmica da atividade de fixação mostraram a sua importância para manutenção do convívio social e construção de amizades, já que os próprios idosos se cobram, fazem lembretes para os colegas não esquecerem e brincam entre si quando esquecem da atividade. Além disso, o feedback positivo também tem sido percebido pela relação interpessoal construída entre a equipe do projeto e os idosos. Todos os meses as cobranças são recíprocas, a equipe incentiva a entrega das atividades e os idosos cobram o dever de casa. As atividades cognitivas estimulam a memória, concentração e atenção, bem como propiciam momentos de lazer e fortalecem relações de amizade e vínculo entre pacientes e destes com os profissionais.

Portanto, o planejamento do cuidado de pessoas idosas deve ser pautado em fortalecer essa estimulação, uma vez que fortalecendo a confiança deles o sucesso do estímulo ao autocuidado é mais efetivo (MARIANO PP, et al., 2020). Para o idoso, na manutenção da atividade cerebral e da convivência social com outros indivíduos promovem a manutenção da saúde e do bem-estar. Por sua vez, os jogos possibilitam um aumento na confiança em si, proporcionando a melhora na autoestima e favorecendo um envelhecimento ativo (LOUSA FCFE, et al., 2016). De modo que, o estímulo à manutenção de atividades entre o grupo, torna-se uma estratégia eficaz para evitar agravos psicológicos e promover a saúde mental.

Assim, os idosos se percebem como indivíduos ativos, devido a percepção da preservação dos seus conhecimentos e habilidades mentais, o que contribui para quebrar um isolamento social naturalizado a essa

população que por muito tempo foi considerada fragilizada em uma perspectiva capacitista, ou seja, além de promover um ativo envelhecimento, as dinâmicas de cognição, melhoram a qualidade de vida e reforçam as relações interpessoais, permitindo a esses idosos uma socialização efetiva. (MARIANO PP, et al., 2020; LOUSA FCFE, et al., 2016).

Um envelhecimento ativo e saudável depende de diversos fatores e, portanto, no planejamento do cuidado, todos os aspectos devem ser considerados, visando diminuir a degradação da cognição, por meio da estimulação desta para manutenção da saúde mental, bem como para a prevenção do declínio funcional precoce, prolongando a autonomia e independência da pessoa idosa (LIMA AVN, et al., 2017). O presente estudo evidencia, a partir da descrição da experiência, a importância da constante promoção de atividades de estímulo cognitivo em idosos, na perspectiva de tornar exequíveis as recomendações de saúde, que por vezes são negligenciadas devido à falta de percepção do paciente acerca da aplicabilidade do que é sugerido pelos profissionais.

O projeto possibilita o entendimento da importância do contato entre acadêmicos de enfermagem e o grupo de idosos assistidos na UMS por permitir a visualização da responsabilidade e da relevância do cuidado e da promoção do autocuidado com cada indivíduo assistido no grupo. Por fim, destaca-se a relevância da execução de atividades como do projeto de extensão pelo impacto positivo que as atividades do mesmo têm como retorno tanto para a formação profissional das comunidade acadêmica, em reforçar o olhar sensível e integral para o atendimento que deve ser prestado, quanto para a população assistida pelo grupo durante a promoção das atividades de estímulo cognitivo, em alcançar o propósito de promover melhoria e manutenção das ações de autocuidado que necessita a população de idosos acometida com DM.

AGRADECIMENTOS

Agradecimento ao Projeto Autodia, a Unidade Municipal de Saúde por permitir realizar o projeto e aos idosos que a cada encontro nos ensinam e nos mostram a importância da relação interpessoal e a busca de melhorar cada vez mais o projeto.

REFERÊNCIAS

1. AGUIAR AP e MACRI R. Promovendo a qualidade de vida dos idosos através da arteterapia. *Rev. Pesqui*, 2010; 2: 710-713.
2. ARAKAWA-BELAUNDE AM, et al. Estimulação da memória e comunicação de idosos: relato de experiência com base na promoção da saúde. *Revista Kairós-Gerontologia*, 2019; 22(2): 607 - 620.
3. BRITO GS, et al. Vulnerabilidade Clínico-Funcional de Idosos Usuários da Atenção Primária à Saúde: Estudo Transversal. *O Mundo da Saúde*, 2023; 47: 13582022.
4. CRUZ GP, et al. Treino Cognitivo para Idosos sem Déficit Cognitivo: uma intervenção da terapia ocupacional durante a pandemia da COVID-19. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 2022; 30: 3030.
5. FARIAS NO, et al. Aspectos Cognitivos da Pessoa Idosa na Aposentadoria: Uma Revisão Sistemática. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 13(2): 5957.
6. GONZAGA AR, et al. Proposta de um Guia Educativo sobre Envelhecimento Ativo e Estimulação Cognitiva para Idosos. *Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup*, 2022; 6(4): 1308-1327.
7. LENARDT MH, et al. "Fatores de risco associados ao delirium em idosos hospitalizados para tratamento clínico: Revisão integrativa. *Revista Mineira de Enfermagem*, 2022; 26.
8. LIMA AVN, et al. Estimulação em idosos institucionalizados: efeitos da prática de atividades cognitivas. *Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)*, 2017; 9(3): 753-759.
9. LOPES RMF, et al. A diabetes mellitus causa deterioro cognitivo em idosos? Um estudo de revisão. *Avances en Psicología Latinoamericana/Bogotá (Colombia)*, 2013; 31(1): 131-139.
10. LOUSA FCFE. Benefícios da estimulação cognitiva em idosos: Um estudo de caso. *Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica Ramo das Terapias Cognitivo Comportamentais) - Instituto Superior Miguel Torga. Coimbra, Portugal*, 2016.
11. MACEDO LBC, et al. Comprometimentos Cognitivos na Diabetes Mellitus Tipo 1: Revisão Integrativa. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 2023; 25(1): 1-14.
12. MARAGNO LB, et al. Polifarmácia e Cognição em Pacientes com Idade Avançada. *Rev Soc Bras Clin*

- Med, 2019; 17(4): 180 - 2.
13. MARIANO PP, et al. Desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor: perspectiva de idosos institucionalizados. *Esc Anna Nery*, 2020; 24(3): 1-11.
 14. MENEZES KKP D e AVELINO PR. Grupos operativos na Atenção Primária à Saúde como prática de discussão e educação: uma revisão. *Cadernos Saúde Coletiva*, 2016; 24: 124-130.
 15. MILANI LR N, et al. Educação permanente centrada na abordagem ao paciente com diabetes mellitus: importância da equipe multiprofissional. *Espaço para a Saúde*, 2022; 23: 898.
 16. MOREIRA JB, et al. "Efeito do grupo operativo no ensino do autocuidado com os pés de diabéticos: ensaio clínico randomizado. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2020; 54: 3624.
 17. MUNIZ VO, et al. Demandas Clínicas e Intervenções de Enfermagem em Consultas Gerontológicas: Revisão Integrativa: Revisão Integrativa. *Revista Enfermería Actual en Costa Rica*, 2024; 46: 8.
 18. PELAZZA BB, et al. Jogos recreativos para um grupo de idosos: impactos sobre a saúde mental e cardiovascular. *Rev Soc Cardiol Estado São Paulo*, 2019; 29(1): 78 - 81.
 19. SILVA JDA, et al. Função cognitiva em Idosos Saudáveis: análise secundária de um estudo randomizado controlado comparando exercícios domiciliares com supervisão virtual versus por mensagens. *O Mundo Saúde*, 2023; 47: 14672022.
 20. SILVA JG, et al. Envelhecimento Ativo, Qualidade de Vida e Cognição de Idosos: um estudo transversal em uma cidade de Minas Gerais. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; 12(1): 1796.