

ACCIONES PARA LA MEJORA Y EL MANTENIMIENTO DE LA COGNICIÓN Y MEMORIA DE PERSONAS MAYORES INSTITUCIONALIZADAS DE URUGUAIANA-RS-BRASIL

MACHADO, Ana Paula; OLIVEIRA, Andressa; MEDEIROS, Rachel; VIEIRA, Aline;
ALTERMANN, Caroline; MELLO-CARPES, Pâmela
Grupo de Pesquisa em Fisiologia Humana – GPFis-UNIPAMPA
Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana-RS-Brasil

El olvido y/o pérdida de la memoria es una de las características normalmente atribuidas a las personas mayores. De hecho, el olvidando acompaña el proceso fisiológico de envejecimiento de los sistemas orgánicos. Sin embargo, este aspecto requiere especial atención, debido a que el límite entre el olvido fisiológico y patológico es muy estrecho, y el olvido patológico puede ser un indicador importante de las enfermedades neurodegenerativas, como Alzheimer. La persistencia de la memoria eterna es un sueño inalcanzable, porque tenemos que olvidar, o no habría espacio para tantos recuerdos en nuestro cerebro. Sin embargo, las estrategias son válidas para frenar la pérdida fisiopatológica de la memoria. Este trabajo se propone evaluar la función cognitiva y la memoria en un grupo de personas mayores institucionalizadas de Uruguaiana-RS y llevar a cabo un programa de intervención que contiene ejercicios cognitivos, rodas de conversación y de convivencia, actividades recreativas, entre otros. Como estos son personas institucionalizadas únicamente la visita a la institución por un grupo de estudiantes de extensión ya es una actividad diferente que debe ser considerada. Participaran de las actividades las personas institucionalizadas mayores de 60 años, que así acurdarán e firmaran un formulario de consentimiento. Las personas mayores se sometieron a una evaluación cognitiva que incluyo protocolos de evaluación de la memoria, del estado de ansiedad, depresión, y humor. Las actividades propuestas incluyeran tareas que implican diferentes actividades cognitivas, tales como grupos de lectura, debates, juegos de inteligencia, sesiones de cine, hablar de la charla y actividades de juego en general, dos veces por semana. Al final de un período determinado (cuatro meses), las personas mayores se someterán a una nueva evaluación de las funciones cognitivas con el fin de verificar los efectos de las actividades propuestas. Se espera que el programa de actividades propuestas mejore o al menos mantenga la capacidad de memoria y cognición de las personas mayores que participan, mientras mejore el estado de ánimo, y disminuya los niveles de ansiedad y depresión.