

# OFICINA DE MEMÓRIA DA UNIAT\UniEVANGÉLICA

Divina Batista de Souza<sup>1</sup>  
Sandra Elaine Aires de Abreu<sup>2</sup>

## RESUMO

Objetivo analisar como a oficina de memória da UNIAT\Uni EVANGÉLICA estimula a memória na terceira idade. E os problemas específicos são: Quais são os objetivos, metodologias e atividades estabelecidas pela oficina de memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA? Qual a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas na terceira idade? Quais as habilidades que a oficina da memória da UNIAT\Uni EVANGÉLICA desenvolvem nos idosos? Explicar os objetivos, metodologias e atividades estabelecidas pela oficina da memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA. Explicar a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas na terceira idade. Explicar as habilidades que a oficina da memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA desenvolve nos idosos.

## INTRODUÇÃO

Com o aumento da longevidade entre os brasileiros cresceu a preocupação e o interesse pela qualidade de vida dos idosos. (TOSCHI, 2017) assim há o interesse em aprender a condição do idoso, seu lugar e seu papel na sociedade capitalista. Neste contexto, várias áreas do conhecimento procuram estudar a memória devido a sua alta integração com o cotidiano das pessoas (YASSUDA, 2002 apud GOMES 2007).

A memória pessoal é também uma memória social, familiar e grupal. Trabalhar com o construto “memória”, ligando-o a qualidade de vida, favorece vários outros aspectos ligados direta e indiretamente, à saúde, tais como: motivação e o contato social. O crescimento da população de idosos na sociedade de brasileiros tem sido um desafio para as autoridades do país. Levando-os a estabelecer uma política nacional para os idosos (ALBURQUERQUE, 2015).

Entre as diversas ações inclusivas estabelecidas por essa política nacional destacamos a aprovação do estatuto do idoso (Lei nº 10. 741, de 1º de outubro de 2013) e o financiamento da política pública nacional de saúde do idoso que busca

---

<sup>1</sup> Acadêmica graduanda do curso de Pedagogia da UniEVANGÉLICA;

<sup>2</sup> Doutora em Educação. Professora do ISE/UniEVANGÉLICA, Orientadora da Pesquisa

garantir a promoção da saúde, da autonomia e qualidade de vida dessa faixa etária, bem como programas de convivência de idosos por instituição da sociedade civil, e diversos programas de pesquisa e extensão em universidades públicas e privadas. Essas ações têm proporcionado uma efetiva inclusão do idoso no contexto social (LOBATO apud TOSCHI, 2017).

No contexto dessas ações destacamos os programas de pesquisa e extensão das universidades que tem desenvolvidos os programas de “universidade da terceira idade”.

A educação surge como oportunidade de ação, tanto para a sociedade conhecer a aprender a respeitar o idoso, como para o idoso ter novas condições de abrir-se para o mundo, conhecendo seus direitos e vivenciando novas experiências. Observa-se que as pessoas idosas estão começando a ser percebidas como seres pensantes, que têm muito para ensinar, porém ainda tem muito a aprender, demonstrando o quanto necessitam estar sempre em contato com novos conhecimentos e novas experiências (CASTRO, 2001 p.68 apud SCORTEGAGNA, 2010).Conforme aponta Moragas (1991 apud SCORTEGAGNA, 2010) para que os idosos tenham uma aprendizagem efetiva, são necessárias motivações adequadas, além de um meio que permita o tempo de assimilação e que assegure um papel social significativo a estas pessoas.

Por essa razão a educação assume cada vez mais seu papel de transformação da sociedade, é preciso e urgente auxiliar as pessoas nesta transformação, porque apenas desta maneira será possível reverter muitos problemas sociais, em especial a inclusão e estereótipos negativos atribuídos ao idoso na sociedade brasileira, então percebe-se a necessidade de uma ação educacional voltada para a terceira idade, num caráter de educação permanente. Nota-se que quando a educação torna-se permanente na vida dos idosos é possível encontrar um novo sentido em viver (LOBATO, 2004 apud TOSCHI, 2017).

As universidades abertas a terceira idade tem se constituído, na prática, como um dos principais ambientes de concretização do direito fundamental a educação dos idosos. Esses ambientes fundamentam-se na concepção de educação permanente e auto realização do idoso. Estruturada numa abordagem multidisciplinar, priorizando o processo de valorização humana e social, analisando constantemente a problemática do idoso nos diversos aspectos, bio-psicológicos, filosóficos, políticos, espiritual,

religioso, econômico e sociocultural, e tem como principal fundamento a inserção do idoso nas atividades ensino, pesquisa e extensão por elas realizada (LOBATO, 2004, apud TOSCHI, 2017).

Nestes termos, estabelecemos como objeto de estudo a “oficina de memória” da UNIAT\UniEVANGÉLICA. Pela sua natureza acadêmica, sócio-cultural e de extensão universitária que oportuniza ao idoso a atualização cultural, convivência social e aquisição de conhecimentos, a socialização das experiências de vida e produção do saber, ou seja, a UNIAT\UniEVANGÉLICA implanta e implementa a democratização o acesso da população idosa em sua política acadêmica e de extensão(Uni EVANGÉLICA 2015.1).

Assim, estabelecemos como questão central dessa pesquisa, como a oficina de memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA estimula a memória na terceira idade? E como objetivo analisar como a oficina de memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA estimula a memória na terceira idade. E os problemas específicos são: Quais são os objetivos, metodologias e atividades estabelecidas pela oficina de memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA? Qual a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas na terceira idade? Quais as habilidades que a oficina da memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA desenvolvem nos idosos? Explicar os objetivos, metodologias e atividades estabelecidas pela oficina da memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA. Explicar a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas na terceira idade. Explicar as habilidades que a oficina da memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA desenvolve nos idosos.

A metodologia utilizada para o desenvolvimento do trabalho foi a pesquisa bibliográfica e a análise documental. Os documentos analisados foram: proposta do projeto da UNIAT-Universidade aberta a terceira idade, UniEVANGÉLICA, 2017\2, plano de aula da oficina de memória.

## **1. Oficina de memória da UNIAT/UniEVANGÉLICA: objetivos, metodologias e atividades.**

A universidade da terceira idade surge na Europa no final dos anos 1950, como forma de desenvolver projetos sociais e melhorar a qualidade de vida de sua população

que já se encontrava em processo fecundo de envelhecimento, no Brasil a preocupação da sociedade e do governo, com a população idosa começou em 1976 com a realização do I Seminário Nacional sobre o idoso, e seu desenvolvimento se deu de maneira mais solidificada a partir do final da década de 80 e seu fortalecimento na década de 90.( UniEVANGÉLICA, 2015.1).

E na perspectiva do crescimento demográfico dessa população, visto que se exige não só a preparação adequada do país para atender às demandas das pessoas na faixa etária de mais de 60 anos de idade, essa preparação envolve diferentes aspectos que dizem respeito desde adequação ambiental, arquitetônica, o provimento de recursos materiais e humanos capacitados, até a definição e a implementação de ações específicas nas áreas de saúde, educação, lazer e assistência jurídica. Bem como, a própria participação e interação significativa da pessoa idosa com a sociedade, de maneira a poder exercer sua autonomia enquanto membro partícipe da sociedade. Neste contexto, imbuída no desenvolvimento de seus princípios de promoção e inclusão social, desenvolve desde 2015 o projeto UNIAT-Universidade Aberta da terceira idade-uniEVANGÉLICA, que tem como principal fundamento a inserção do idoso nas atividades ensino, pesquisa e extensão por ela realizada. .( UniEVANGÉLICA, 2015.1)

Por isso a instituição adota e participa de projetos alinhados a esses objetivos, neste sentido a UniEVANGÉLICA, vem oferecer nestes projetos várias oficinas como: oficina de cidadania, saúde e meio ambiente, oficina de ideias, comportamento e bem estar, oficina de direito e deveres dos idosos e inglês nível II, oficina conhecendo o corpo humano, oficina o uso da tecnologia, oficina de primeiros socorros e inclusive a oficina de memória, ao abrir suas portas á população de idosos de Anápolis e região. (UniEVANGÉLICA, 2015.1).

Esse projeto tem como objetivos proporcionar às pessoas idosas o acesso á universidade, com proposito maior de desenvolver as atividades extencionalista pela Uni EVANGÉLICA, relacionadas e de interesse do grupo, consideradas como perspectiva da educação continuada e a necessidade de estimular o resgate da cidadania, promover e estimular a interação de gerações na convivência e na troca de experiência de diferentes faixas etárias, oferecer cursos e atividades nas mais diversas

áreas, oportunizando aos idosos a aquisição de conhecimentos para a vida prática e técnicas que facilitem sua inclusão na sociedade atual(UniEVANGÉLICA, 2015.1).

A oficina de memória apresenta como objetivos gerais: Desenvolver aspectos cognitivos e de memória no idoso, buscar uma maior autonomia, desenvolver a autovalorização e a confiança da pessoa da “terceira idade” em seu cotidiano, oportunizar aos idosos um espaço para que esses possam discutir e relembrar histórias e estórias de suas vidas e temas básicos referentes ao envelhecimento, propiciar a integração com outras pessoas, desenvolver vivências com a utilização de jogos em grupo, exercitar a potencialidade no raciocínio lógico, valorizar sua história de vida, despertar interesses para planos de vida futura.( plano de aula, 2018.1).

A memória está presente em todas as atividades do ser humano, sendo necessária para todas as ocasiões, desde a realização de uma tarefa complicada, até atividades do cotidiano, como uma simples conversa (LASCA, 2003).

Na oficina busca desenvolverem-se várias atividades tais como: fazer uma leitura de algum texto por exemplo da Cora Coralina – O que é Viver Bem, escrever uma lista de compras, relatar um filme que tenha assistido ou um livro que tenha lido durante a semana, falar os dias da semana de trás pra frente, comentar as histórias e memórias da história de Goiás, viagem a Caldas Novas e Pirenópolis, passeios que foram feitos durante a oficina de memória e as atividades em grupos como: campeonato de quebra-cabeças, apresentação de habilidades “dotes” usando os cinco sentidos, nas dinâmicas são: passar músicas antigas para que falem quem são os cantores; jogo dos sete erros – procurar os sete erros na folha com dois desenhos, dinâmica de memorização, Jogos de memória , dominó, dança circular e desenhos, todas as atividades e dinâmica relacionadas vem para estimular a aprendizagem, desenvolver a atenção e o pensamento lógico, desenvolver a coordenação motora e da possibilidade de dominar o corpo, desenvolver a inteligência, recontar as histórias, favorecer o desenvolvimento da atuação da memória, desenvolver diferentes habilidades do pensamento como: observar, comparar, analisar e sintetizar(Guanabara Koogan, 2002, p.914-9. 7).

Os métodos utilizados na oficina de memória são relacionados com objetos, música, Lugares, questões culturais, resgate da história de vida do idoso,

potencialidades desenvolvimento e habilidades, narrativas orais, escritas e imagéticas, jogos cognitivos (plano de aula, 2018.1).

## **2. Memória e o desempenho das atividades cotidianas na idade**

A oficina da memória oferecida pela UNIAT\UNIEVANGÉLICA vem proporcionar à terceira idade uma experiência de auto ajuda e estímulo à memória em consideração a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas e que grande parte dos idosos refere queixas de memória, elaborou-se essa proposta de oficina para treinamento de memória para a promoção da saúde dos participantes.

O treino da memória por meio de leituras e práticas de exercícios pode melhorar o funcionamento cognitivo dos idosos e colaborar para a manutenção da boa qualidade de vida e do bem-estar psicológico na velhice. Em estudo de desempenho da memória, (IRIGARAY, SCHNEIDER E GOMES, 2011), verificaram que, após o treino da memória, os idosos apresentaram melhores resultados nas funções de atenção, memória, linguagem, praxia, resolução de problemas e funções executivas, em relação aos idosos que não foram estimulados cognitivamente. Além disso, melhora a percepção de qualidade de vida geral e nos domínios físico e psicológico, com crescimento pessoal e auto aceitação.

O treinamento da memória estimula a leitura, o raciocínio lógico, a atenção, a concentração, o registro, o armazenamento e a manipulação de informações, o aprendizado de técnicas de memorização e, conseqüentemente, a autonomia e a independência. “Contribui para o aumento da densidade sináptica cerebral, cuja rede de transmissão é responsável pela dinâmica e plasticidade do cérebro” (SOUZA, 2005, p.15).

Mudanças em algumas capacidades fisiológicas que acompanham o envelhecimento podem afetar tanto negativa quanto positivamente, direta e indiretamente o desempenho de memória, assim como diversos outros fatores particulares a cada indivíduo, como seu estilo de vida, suas crenças, o uso ou não de estratégias para melhorar o desempenho na realização de atividades

### **3. As habilidades desenvolvidas pelos idosos na oficina de memória da UNIAT\UniEVANGÉLICA**

A memória exerce importante influência sobre a autonomia e a independência na vida cotidiana (ALMEIDA, BEBER,2017).

Com as oficinas de memória, grande parte dos alunos mudam seus hábitos de vida, com interesse por novos aprendizados, mais autonomia e melhor desempenho no tocante às atividades cotidianas, melhorando inclusive a relação familiar (GUERREIRO, CALDAS, 2001).

Além da metodologia usada na oficina de memória como: memórias sobre objetos, música, lugares, questões culturais, resgate da história de vida do idoso, potencialidades e desenvolvimento de habilidades, narrativas orais, escritas e imagéticas e jogos cognitivo, foram realizados passeios turísticos com os mesmos no intuito de proporcionar lazer, satisfação e exercício para a memória. (plano de ensino, 2018.1).

Neste contexto, ao se incluírem os passeios turísticos como estratégia de exercício da memória, partiu-se da hipótese de que tal proposta, realizada regularmente, interfere na memória dos indivíduos (MOLETTA, 1999).

Durante todo processo da oficina de memória foi realizada avaliações orais com os idosos, para que os mesmos pudessem relatar o quanto foi significativo e que habilidades foram desenvolvidas durante sua participação na oficina, na fala dos mesmos, os idosos puderam expressar de que forma houve benefícios em seu cotidiano, Em seus relatos os idosos puderam destacar quais habilidades houve significativa melhora, sendo no despertar da criatividade, no domínio de uma ação do dia a dia, na capacidade de recepção, no visual, no auditivo, no tátil, noções de organização espacial, localização, esses estados de atenção leva à motivação e, conseqüentemente, a uma ação inovadora, transformadora (THIERS ,1994).

Sendo assim, é perceptível que o atendimento aos idosos não deve valer-se apenas dos cuidados da medicina avançada, mas levar em consideração, principalmente, a busca por vivências diferenciadas que proporcionem realização pessoal, satisfação e prazer por meio de atividades artísticas, intelectuais, esportivas, manuais, turísticas e sociais

O processo de envelhecimento saudável significa não somente ausência de doença, mas autonomia e independência, adquiridas através de um processo cognitivo ativo e eficiente, por meio do treino de memória. (MORAES, 2008).

Treinar a memória implica não somente em receber estímulos e guardá-los, mas exercitar desde sua percepção pelo organismo, à seleção do que é relevante para o armazenamento das informações por um período de tempo (seja ele curto ou longo), e evocá-la tempos depois de acontecido (SQUIRE, KANDEL, 2003).

Na medida em que o idoso observa resultados no estímulo da memória, a confiança em si mesmo tende a ser fortalecida, aumenta a busca por novas soluções para os problemas propostos, desenvolve a flexibilidade de percepção e pensamento pautada nos conteúdos teóricos e nas vivências. (Guerreiro, Caldas, 2001).

Por tanto concluo a importância dos treinos de memória para a promoção da saúde em relação a memória dos idosos, por meio do estímulo à ressocialização, à integração, estímulos vem proporcionar mais autonomia e independência, o apoio da oficina direto ou indiretamente podem mostrar suas habilidades trabalhando diretamente com a memória dos idosos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A oficina da memória oferecida pela UNIAT vem proporcionar a terceira idade uma experiência de auto ajuda e estimular a memória com atividades trazendo lembranças buscando mais qualidade de vida em todos os âmbitos em consideração a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas e que grande parte dos idosos refere queixas de memória, elaborou-se essa proposta de oficina para treinamento de memória para a promoção da saúde dos participantes.

Além disso, houve melhora da percepção de qualidade de vida geral e nos domínios físico e psicológico, com crescimento pessoal e auto aceitação, trabalhar coletivamente a memória dessas pessoas pode contribuir para a promoção da saúde, integração não só com as pessoas, mas com novos ambientes que ainda não conheciam, estimulando novos hábitos no seu cotidiano que antes não tinham e isso só vem gerar mais qualidade de vida a eles.



## REFERÊNCIAS

ALBURQUERQUE, 2015.

ALMEIDA, M. H. M.; BEGER, M. L. M.; WATANABLE, H. A. W. **Oficina de memória para idosos: estratégia para promoção da saúde.** Interface – Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 11, n. 22, p. 271-280, 2007.

GUANABARA KOOGAN,2002, p914-9.7)

GUERREIRO, T., RODRIGUES, R, CALDAS (2001). MARTINS, R (1997). **Desempenho Mnésico em Adultos Idosos: Uma reflexão sobre suas potencialidades.** Cadernos do IPUB – Envelhecimento e Saúde Mental: Uma Aproximação.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; TRENTINI, Clarissa Marcelli; GOMES, Irenio; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. **Funções cognitivas e bem-estar psicológico em idosos saudáveis.** Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, Porto Alegre, v. 16, n. 2, p. 215-227, dez. 2011. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/18613>>. Acesso em: 5/11/2018.

MOLETTA, Vânia Florentino. **Turismo para a terceira idade.** Porto Alegre: Sebrae RS, 1999. p.60.

Projeto: UNIAT –Universidade aberta da terceira idade-Uni EVANGÉLICA 2015

SCORTEGAGNA, Paola Andressa, Oliveira, Rita de Cássia da Silva. Educação; **inserção e reconhecimento social para o idoso.** Revista Kairós Gerontologia São Paulo n.13,v.1 p.53-72 jun. /2010.

SQUIRE, KANDEL, (2003)

SOUZA, Heloísa Maria Rodrigues; SOUZA, Romeu Rodrigues de. Terceira Idade e Turismo. In: TRIGO, Luís Gonzaga Godói. Análises regionais e globais do turismo brasileiro. São Paulo: Roca, 2005. p. 301-311.

TOSCHI, Mylena Seabra. **A mediação pedagógica afetiva e a ressignificação da identidade do idoso: a experiência do LIM/LIFE – UEG, 2017.** 136 f. [Dissertação], Mestrado Interdisciplinar em Educação, Linguagem e Tecnologias, Universidade Estadual de Goiás. 2017.

THIERS, Solange (Org.). **Corpo e Afeto: reflexões em Romain Thiers.** Rio de Janeiro: Wak Editora, 2009. p. 165-168.

Uni EVANGÉLICA, **Oficina de memória da UNIAT/ Uni EVANGÉLICA**. 2015

YASSUDA, M. S. et al. **Treino de memória no Idoso Saudável: Benefícios e Mecanismos**. Psicologia: Reflexão e Crítica, Porto Alegre, v. 19, n. 3, p. 470-481, 2006.