

Pró-Reitoria Acadêmica

Escola de Educação, Tecnologia e Comunicação

Lato Sensu em Psicopedagogia com Ênfase em Neurociências

A Psicopedagogia e a Aprendizagem na Terceira Idade

Autor: Thatiane de Araújo Macedo Novais

Orientador: Prof. MSC. Bernadete M. P. Cordeiro

Brasília - DF

2020

A Psicopedagogia e a Aprendizagem na Terceira Idade

Thatiane Novais¹

RESUMO: O envelhecimento traz consigo uma carga repleta de modificações biológicas, fisiológicas, psicológicas e sociais, fazendo com que o indivíduo necessite de atenção diferenciada para lidar satisfatoriamente com todas essas mudanças. Inserida neste contexto, a aprendizagem na terceira idade destaca-se como um dos campos de relevante interesse para Psicopedagogia, uma vez que o processo de aprender acontece de forma contínua ao longo da vida e que, notadamente, os idosos necessitam de estímulos cognitivos constantes e dedicados visando a preservação da qualidade de vida. Com isso, o objetivo desse estudo é entender como a Psicopedagogia pode ajudar no processo de aprendizagem do idoso através da estimulação cognitiva. A pesquisa foi realizada de forma descritiva-exploratória, por meio de análises bibliográficas através das quais constatou-se a influência da interação social na aprendizagem dos idosos levando em consideração ainda os aspectos familiares e culturais. Adicionalmente, explorou-se a possível contribuição do processo de aprendizagem e, consecutivamente, do psicopedagogo na prevenção de enfermidades em conjunto com eventuais estratégias de intervenção que podem ser adotadas para que o idoso venha a viver de forma mais plena.

Palavras-chave: Aprendizagem; Envelhecimento; Psicopedagogia.

ABSTRACT: *Aging comes with a series of biological, physiological, psychological and social transformations, demanding special attention to satisfactorily deal with all these changes. In this context, learning in the third age stands out as one of the most relevant fields of interest in Psychopedagogy, since the learning process is continuous throughout our lives and that, notably, the elderly need constant and dedicated cognitive stimuli in order to preserve their quality of life. In this sense, this study's objective is to understand how Psychopedagogy can help in the elderly learning process through cognitive stimulation. The research was conducted*

¹ Pós-Graduanda em Psicopedagogia com Ênfase em Neurociência na Universidade Católica de Brasília. E-mail: thatimacedo@hotmail.com

in a descriptive-exploratory way, through bibliographic analyzes which identified the influence of social interaction in the elderly learning, considering also familiar and cultural aspects. Additionally, the possible contribution of the learning process and, consecutively, of the psychopedagogue professional in the illness prevention was explored, in conjunction with intervention strategies that can be adopted aiming to provide the elderly with a fulfilling live.

Key words: Learning; Aging; Psicopegagogy.

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural ao ser humano que aparenta se acentuar após a fase adulta, já que o organismo sofre consideráveis mudanças físicas, afetivas e cognitivas podendo afetar o aprendizado, conferindo assim uma aceção negativa à velhice.

Aqui no Brasil, o Art. 25 da Lei nº10.74 de 1 de outubro de 2003, que é comumente conhecida como Estatuto do Idoso, garante aos idosos a oferta de educação superior ao longo da vida, cursos e programas de extensão, presenciais ou a distância, constituídos por atividades formais e não formais. O artigo mencionado incentiva ainda a publicação de livros e periódicos, de conteúdo e padrão editorial adequados ao idoso, que facilitem a leitura, considerada a natural redução da capacidade visual.

Observando o cenário descrito nos parágrafos anteriores e levando em consideração a aprendizagem na terceira idade, nota-se que os desafios e as mudanças acontecem a todo tempo e se intensificam quando o indivíduo atinge a maturidade, podendo apresentar dificuldades em algumas fases do processo. Para Gonçalves (2020), as exigências sobre a atenção nesse período requerem uma energia mental mais consistente e sustentada para processar as informações percebidas do ambiente e desenvolver trabalhos relacionados ao desenvolvimento cognitivo.

No entanto, sabe-se que o cérebro preserva a plasticidade, sendo possível desacelerar sua taxa de declínio a partir de programas de estimulação. Dessa forma, a estimulação cognitiva traz melhorias significativas na vida dos idosos com dificuldades na aprendizagem podendo apresentar também, melhoras na qualidade de vida e no convívio social.

Nesse contexto, a psicopedagogia oferece grandes possibilidades de melhora para o processo de envelhecimento, podendo realizar trabalhos interventivos específicos para o idoso, de forma preventiva ou terapêutica, oportunizando-o assim, uma melhora na aprendizagem contínua.

Durante o estudo realizado e sumarizado neste artigo, observou-se a escassez de informações sobre o assunto. Tal condição reforça a importância de se estimular a produção de estudos acadêmicos sobre o tema, contribuindo para um melhor entendimento social a respeito do aprendizado na terceira idade e para que os idosos se sintam mais acolhidos pela sociedade.

Dessa forma, ao refletir sobre a atuação psicopedagógica, surgiu a problematização: como o psicopedagogo pode atuar para que a pessoa na terceira idade tenha um melhor aprendizado?

Por isso, se faz necessário o profissional da psicopedagogia procurar a melhor forma de promover o bem-estar e o acolhimento, possibilitando a dignidade e regatando a autonomia do indivíduo com foco na qualidade de vida e no envelhecimento ativo e saudável.

Assim, a pesquisa resumida neste artigo foi realizada de forma descritiva-exploratória com natureza bibliográfica, nesse sentido, o objetivo é analisar o desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor na perspectiva de idosos durante o atendimento clínico ou institucional.

Deste modo, conclui-se que a essência da aprendizagem na terceira idade está intrinsecamente relacionada a condições e aspectos sociais, biológicos e psicológicos se fazendo necessário, em alguns casos, a intervenção psicopedagógica para que o envelhecer aconteça de uma maneira menos sofrida, com a aceitação das limitações naturais e reforço da sensação de bem-estar na perspectiva dos idosos.

2. ENVELHECIMENTO COM SAÚDE

O ato de envelhecer acontece naturalmente e a população idosa necessita de cuidados específicos, pois o corpo e os órgãos já não funcionam com a mesma eficiência quanto comparados aos mais jovens. Tal ato é acompanhado por várias modificações biológicas, fisiológicas, químicas e psicológicas que com o tempo afetam a qualidade de vida do idoso. Gonçalves diz que “o envelhecimento é um processo em que o organismo humano sofre

consideráveis mutações de declínio em sua força, disposição e aparência, porém não comprometem o processo vital” (GONÇALVES, 2020, p. 61).

A fragilidade faz parte da vida de pessoas idosas, afetando a qualidade de vida e a aprendizagem do indivíduo. Estar de bem com a vida é fundamental para envelhecer com saúde, assim, a dança, a música, a arte, a atividade física e jogos de tabuleiro são alguns exemplos que podem ser usados para ajudar na melhora desse processo aumentando a qualidade e a expectativa de vida.

A longevidade traz consigo oportunidades e anos de vida adicionais favorecendo a busca de novos aprendizados, mesmo com algumas limitações. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a expectativa de vida do brasileiro no ano de 2019 passou a ser de 76,6 anos, que, ao ser comparada com estimativas de 2018, corresponde a três meses a mais do que havia sido estimado, ou seja, 76,3 anos. Em relação ao sexo da pessoa, a expectativa dos homens passou de 72,8 anos, em 2018 para 73,1 anos em 2019; e para as mulheres houve um aumento de 79,9 para 80,1 anos, considerando o mesmo período (IBGE, 2020).

Diante do exposto, é perceptível que a longevidade está relacionada com a ausência ou controle de enfermidades. Por sua vez, o processo de aprendizagem está relacionado com a prevenção de algumas doenças. Conforme a Ficha Catalográfica elaborada pelo Centro de Documentação da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2005), em alguns países as doenças crônicas são as principais causadoras de deficiência física e da piora na qualidade de vida, desenvolvendo nos indivíduos deficiências relacionadas aos desgastes decorrentes do processo de envelhecimento.

A Organização afirma ainda que:

A probabilidade de sofrer sérias deficiências cognitivas e físicas aumenta dramaticamente em pessoas de idade muito avançada. É importante ressaltar que os adultos com mais de 80 anos formam o grupo que cresce de forma mais rápida em todo o mundo. Entretanto, as doenças associadas ao processo de envelhecimento e o início de doenças crônicas podem ser prevenidos ou adiados (OPAS, 2005, p.35).

Neste sentido, a prevenção de enfermidades se beneficia de um estilo de vida com hábitos saudáveis e de cuidados com a saúde, a alimentação, a prática de atividades físicas, o lazer e,

em especial, a estimulação cognitiva. Assim, idosos que se engajam em processos capacitadores contando com o apoio da família e seguindo as orientações médicas, reduzem o risco de algumas doenças ao mesmo tempo em que apresentam níveis mais elevados de autonomia. Assim, essa conjunção de fatores, mesmo que parcial, mostra-se altamente desejável para indivíduos da terceira idade, uma vez que leva a uma maior participação em todas as atividades da sociedade por períodos mais longos e sustentados.

3. PROCESSO DE APRENDIZAGEM DO IDOSO

A aprendizagem no decorrer da vida é uma estrutura para o envelhecimento ativo, ao aprender algo diferente, o idoso amplia e reformula a própria maneira de pensar, além de redimensionar e redirecionar fatos e ações, a educação é um dos caminhos para se manter atualizado e enfrentar as novidades das gerações atuais e adquirir novas oportunidades.

Segundo Gonçalves (2020, p. 88),

Entender quais são as preferências sensoriais na aprendizagem permite desenvolver e utilizar estratégias que trabalham os pontos fortes no aprendizado. O profissional que identifica a via preferencial de aprendizagem daqueles com os quais trabalha, potencializa o processo, pois utiliza uma força natural que facilita a aprendizagem.

A autora ressalta ainda que “a aprendizagem é vista pela psicopedagogia como um processo que se inscreve no nível do prazer e não do gozo e é necessária para a sobrevivência humana” (GONÇALVES, 2020, p.149).

O aprendizado é potencializado pelo desafio e inibido pela ameaça. A criatividade o torna mais divertido, leve e prazeroso, por isso é preciso aproveitar o gosto por aprender, realizar sonhos e projetos de vida adiados, a necessidade de se sentir vivo, ativo, atualizado e inserido na comunidade. Tudo isso faz com que as pessoas idosas procurem sempre aprender algo e escolher as atividades que melhor se adéquam aos seus objetivos, em busca do crescimento pessoal e coletivo.

Os novos conhecimentos precisam ter um valor prático e relevante para a vida do idoso e, na visão neurológica, a aprendizagem possui pontos comuns, com significados essenciais que

se aproximam do fato de que tudo aquilo que se sabe, o homem possui a necessidade de aprender.

4. FUNÇÕES COGNITIVAS

As funções cognitivas são as habilidades aprendidas e desenvolvidas através do convívio humano. O cérebro divide essas habilidades em grupos: memória, percepção, linguagem, funções executivas (raciocínio, planejamento, monitoramento), atenção e práxia (habilidade de realizar movimentos complexos). Juntas elas dão a estrutura aos pensamentos, sentimentos e ações, das mais simples às mais abstratas.

O sistema cognitivo é a relação entre estas funções, desde os comportamentos mais simples até os de maior complexidade, que exigem muito mais do cérebro. Este desenvolvimento depende dos estímulos recebidos no decorrer da vida.

Ramalho diz que:

o cérebro não é só o órgão da cognição, mas o órgão da civilização.
A cognição é uma fusão sistêmica de atividades cerebrais: atenção, codificação e planificação, com as quais aprendemos a nos adaptarmos.
A educação envolve aprender mais informações e resolver problemas (FONSECA, 2007, p.69 *apud* RAMALHO, 2019, p.33).

Por isso que a inteligência pode ser a mesma para todos, mas cognição varia de pessoa para pessoa por causa da estimulação diferenciada recebida.

Em relação aos idosos, o psicopedagogo oferece possibilidades de aperfeiçoamento e prevenção de problemas relacionados ao processo de envelhecimento, realizando um trabalho específico para este público que busca atendimento relacionado à manutenção e estimulação das condições cognitivas para se adequar ao meio social.

De acordo com Gonçalves (2020, p. 114),

a estimulação cognitiva é fundamental para o processo social porque, assim como existe a gênese de funções cognitivas superiores (antecipação e evocação), também existe a retrogênese, ou seja, seu envelhecimento, porque somos mortais, apesar de não o desejarmos. Esse conhecimento é que impulsionou o desenvolvimento de processos educativos desde a mais terna

infância e, hoje em dia, embasa a educação de jovens, adultos e idosos, estimulando a atuação psicopedagógica na sociedade.

O cérebro humano possui uma grande flexibilidade de regeneração formando novos neurônios, acontecendo assim, a plasticidade cerebral e com a estimulação correta é possível que a aprendizagem aconteça.

Relvas (2015) destaca que o cérebro é capaz de produzir novos neurônios e responder a estímulos do meio ambiente e que o aprendizado está ligado a modificações na experiência, acontecendo assim, a plasticidade intencional. A relação entre experiência e estímulo busca proporcionar exemplos de plasticidade cerebral desde que sejam aproveitadas.

5. ESTÍMULO COGNITIVO

O estímulo cognitivo está relacionado à melhoria do desempenho de habilidades como memória, raciocínio, concentração e atenção. Na parte da estimulação motora, existem diferentes graus de dificuldade entre os idosos, relacionados à incapacidade funcional que acabam afetando as atividades básicas da vida. Exemplos: o acidente vascular cerebral (AVC), incontinência urinária, artrite, diabetes, entre outros, podem ser citados como doenças crônicas que elevam o risco de declínio funcional.

O estímulo realizado através das atividades que exercitam o raciocínio lógico, a memória e a prática de atividades físicas associadas à alimentação saudável, apesar de parecerem simples, ajudam significativamente no envelhecimento, pois os idosos devem permanecer mentalmente e fisicamente ativos para que todo o processo de envelhecimento aconteça de forma sadia, mantendo assim a qualidade de vida preservada.

Para Gonçalves (2020, p. 152),

Na intervenção psicopedagógica com adultos e idosos, é preciso que se conheçam técnicas e métodos de estimulação cognitiva indispensáveis para potencializar ou remediar aprendizagens. Não nos esqueçamos de que muitos adultos que procuram o tratamento psicopedagógico não chegam aos consultórios com queixas de dificuldades, mas possuem o desejo de melhorar o processo de aprendizagem.

Por meio da intervenção psicopedagógica é possível que seja realizado um trabalho individualizado, a partir das condições e possibilidades de cada pessoa. As propostas de intervenção podem ser realizadas com pequenos grupos trazendo como vantagem a troca de experiências e busca de novos desafios, além dos resultados positivos da socialização.

6. A ATUAÇÃO PSICOPEDAGÓGICA ESPECÍFICA PARA A TERCEIRA IDADE

A psicopedagogia é a ciência que tem como foco o auxílio e intervenção nas dificuldades e nos transtornos de aprendizagem, utilizando também conhecimentos de outras áreas, como a neuropsicologia, a linguística, a pedagogia e a psicologia, tecendo assim a chamada “rede de apoio”.

Segundo o Código de Ética do Psicopedagogo, art. 3º,

A atividade psicopedagógica tem como objetivos:

- Propor ações frente aos processos de aprendizagem e suas dificuldades;
- Contribuir para os processos de inclusão escolar e social;
- Realizar pesquisas científicas no campo da Psicopedagogia;
- Mediar as relações interpessoais nos processos de aprendizagem com vistas à prevenção de dificuldades e/ou à resolução de conflitos (ABPP, 2019, *online*).

É a área do conhecimento que tem a capacidade de conduzir a prevenção e minimizar os efeitos causados pelo declínio da capacidade cognitiva do idoso, aderindo a metodologias e disponibilizando ferramentas de prevenção e intervenção que possam estimular as competências físicas, cognitivas e afetivas do indivíduo.

Para que haja qualidade no atendimento psicopedagógico, Gonçalves (2020) afirma que é necessária a compreensão de que cada ser possui uma forma de aprendizagem, por isso se faz necessária a diferenciação dos recursos aplicados de acordo com as características e preferências individuais. A autora ainda compartilha da ideia de que para atuar com idosos o psicopedagogo necessita compreender que eles estão inseridos nesta dialética formal, como sujeito relacionado com outro sujeito, e que é necessário saber mais sobre o processo de envelhecimento humano e suas principais características.

A atuação psicopedagógica clínica se realiza de forma interventiva e é considerada um instrumento terapêutico, necessitando de fundamentos teóricos para exercer com qualidade os mistérios que cercam a natureza humana. Tal atuação tem como objetivo a autonomia do indivíduo em aprender e readquirir o prazer em aprender, com estímulos necessários direcionados na potencialização ou remediação do processo de aprendizagem (GONÇALVES, 2020).

A metodologia utilizada para idosos é diferenciada e não pode ser a mesma que se utiliza com crianças, necessitando conhecer os princípios da andragogia para que a intervenção seja adequada para esse público (GONÇALVES, 2020).

Com a atuação psicopedagógica dominando as adequações necessárias para terceira idade, o estímulo cognitivo e motor, traz várias ações, por exemplo:

- Jogos de mesa (dominó, cartas, dama, xadrez, quebra-cabeça);
- Jogos dos sentidos (estímulo do tato, olfato, audição e visão);
- Atividades manuais (argila de modelar, pintura e desenho com giz de cera, tinta guache e lápis de cor, dobradura, origami, bordados);
- Atividades de raciocínio (palavras-cruzadas, caça-palavra, jogo dos 7 erros, jogo de ligar as figuras/palavras, jogo da memória);
- Atividades motoras como alongamento, exercício físico com diversos materiais como bolas e bambolês, dança, hidroginástica, pilates;
- Atividades de agilidade e equilíbrio com bexigas e bolas;
- Técnicas literárias que trabalham gêneros textuais, quadrinhos com legendas, propagandas que possibilitem a elaboração escrita, entre outros.

Para Mariano *et al* (2020) ao realizar essas atividades, os idosos tem a possibilidade de desenvolver o raciocínio, estimular a memória, a concentração e a atenção, que são aspectos ligados diretamente à função mental.

Tais atuações servem para recuperar a propriedade da aprendizagem desejada, valorizando experiências vividas, inserindo e disponibilizando ao idoso a convivência em sociedade.

CONCLUSÃO

A intenção desse artigo foi de compartilhar algumas informações a respeito da atuação do psicopedagógica com idosos, onde o profissional deve procurar a melhor forma de promover o bem-estar e o acolhimento, promovendo a dignidade e resgatando a autonomia do indivíduo.

Diante das reflexões e estudos bibliográficos realizados para a elaboração deste artigo, verificou-se que os idosos vivenciam o processo de envelhecimento de forma variada de acordo com as percepções, experiências e dificuldades individuais.

Gonçalves (2020) destaca que quanto mais um indivíduo se cuidar ao longo da vida, menor a possibilidade de males o ataquem no processo patológico de envelhecimento. Assim, o trabalho que se realiza com esse público tem sido um grande desafio para o psicopedagogo, tendo em vista a escassez de informações para esse tipo de atendimento, por isso ressalta-se a importância da ampliação de discussão sobre esse tema.

Deste modo, conclui-se que a essência da aprendizagem na terceira idade está intrinsecamente relacionada a condições e aspectos sociais, biológicos e psicológicos se fazendo necessário, em alguns casos, a intervenção psicopedagógica para que o envelhecer aconteça de uma maneira menos sofrida, com a aceitação das limitações naturais e reforço da sensação de bem-estar na perspectiva dos idosos.

REFERÊNCIAS

- ABPP. **Código de Ética do Psicopedagogo**. Disponível em: https://www.abpp.com.br/documentos_referencias_codigo_etica.html. Acesso em: 30 out. 2020.
- BRASIL. **Lei 10.741/2003**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília-DF: Presidência da República. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm. Acesso em: 2 nov. 2020.
- PORTAL DA EDUCAÇÃO. **Neuropsicologia: funções cognitivas**. Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/medicina/neuropsicologia-funcoes-cognitivas/52407>. Acesso em: 24 nov. 2020.
- GONÇALVES, Julia Eugenia. **Psicopedagogia para adultos e idosos: diagnóstico e intervenção**. Rio de Janeiro: Wak, 2020.
- IBGE, **Em 2019, expectativa de vida era de 76,6 anos**. Agência IBGE Notícias. Brasília, 26 nov. 2020. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/29502-em-2019-expectativa-de-vida-era-de-76-6-anos>. Acesso em 02 nov. 2020.
- MARIANO, Pamela Patrícia et al. **Desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor: perspectiva de idosos institucionalizados**. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452020000300216. Acesso em: 30 out. 2020.
- OPAS, **Envelhecimento e saúde**. Organização Pan-Americana de Saúde. Brasília, 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5661:folha-informativa-envelhecimento-e-saude&Itemid=820. Acesso em: 2 nov. 2020.
- RELVAS, Marta Pires. **Neurociência e transtornos de aprendizagem: as múltiplas eficiências para uma educação inclusiva**. 6. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2015.
- RAMALHO, Danielle Manera. **Psicopedagogia e Neurociências: Neuropsicopedagogia e Neuropsicologia na prática clínica**. 2. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2019.