

SANTOS; Yhasmyn Victória Silva dos¹, ARAÚJO; Maria Clara Santiago², SANTOS; Letícia Meira Netério dos³, SÁTOLLO; Kycila Maria sa Silva⁴, VARGAS; Diogo de Souza⁵

RESUMO

O envelhecimento é um processo natural, caracterizado por mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais. Com o avanço da idade, a capacidade de aprendizagem e a assimilação de novas informações tornam-se mais lentas, resultando em alterações no desempenho cognitivo, especialmente na memória, na atenção e no raciocínio. Durante essa fase, ocorrem transformações significativas no cérebro, como a redução do seu tamanho e de seu peso, devido à perda de neurônios, a morte celular de células da glia, ocasionando na redução da quantidade e da velocidade das sinapses. Alterações anatômicas e bioquímicas, associadas à baixa estimulação e a uma reserva cognitiva limitada, contribuem para o declínio das funções cognitivas, devendo ser de conhecimento para a atuação do Psicólogo. O presente trabalho objetiva relatar a experiência de uma atividade realizada na disciplina de neuroanatomia, terceiro período de Psicologia, que visa à compreensão da funcionalidade neurobiológica e a importância da utilização de jogos para a estimulação cognitiva em idosos. Neste contexto, inicialmente foi realizada uma revisão bibliográfica do tipo narrativa, analisando artigos publicados entre 2020 e 2025, selecionados segundo critérios de relevância e de rigor científico. Os estudos revisados seguiram de uma análise qualitativa, permitindo elucidar como o uso de jogos tem sido abordado no campo da Psicologia. A reserva cognitiva corresponde à capacidade do cérebro em compensar danos estruturais, podendo ser fortalecida ao longo da vida por meio de diversas atividades, inclusive por meio de jogos e de atividades de lazer. Essas práticas ajudam a reduzir o risco de doenças neurodegenerativas, como a Doença de Alzheimer, promovendo uma melhor qualidade de vida e maior interação social, além de minimizar sintomas depressivos e a solidão característica desta fase da vida. A experiência resultou na elaboração de um jogo, “*Memórias em Jogo*”, composto por 30 cartas de desafios e 30 cartas de perguntas, além de imagens associadas, que são embaralhadas. O objetivo do jogo é estimular diferentes tipos de memória, ao mesmo tempo em que fortalece os laços familiares e incentiva a interação entre os participantes, proporcionando momentos de interação social e de aprendizagem. As cartas de desafios foram criadas para estimular a memória de curto prazo, mais especificamente a memória de trabalho, que mantém e armazena temporariamente informações, auxiliando nos processos de pensamento. Já as cartas com perguntas sobre acontecimentos pessoais visam

¹ UniRedentor, yhasmysantos1@gmail.com

² UniRedentor, santiagoraujomariaclara@gmail.com

³ UniRedentor, LETICIANETERIO14@GMAIL.COM

⁴ UniRedentor, kycilasatollo@gmail.com

⁵ UniRedentor, diogo.vargas@uniredentor.edu.br

ativar a memória episódica, promovendo a recordação de eventos significativos e reforçando a identidade do idoso. Além disso, o jogo estimula a memória afetiva, que resgata lembranças carregadas de significado emocional, despertando sentimentos como amor, acolhimento e saudade. Dessa forma, o jogo não apenas beneficia a cognição, mas também fortalece o bem-estar emocional dos idosos. Para ampliar o acesso ao material, as informações sobre o jogo foram disponibilizadas em uma pasta pública no Google Drive, incentivando sua reprodução e aplicação. As regras do jogo, bem como a sua estruturação foram apresentados em aula pelo grupo, ressaltando as considerações neuroanatômicas envolvidas e o quanto estas podem beneficiar a atuação do Psicólogo frente a transtornos neurodegenerativos que acometem o idoso.

PALAVRAS-CHAVE: Reserva Cognitiva, Neurofisiologia, Psicologia Cognitiva