

HABILIDADES COGNITIVAS EM IDOSOS

Janaina Chnaider Miranda¹; Adriana Aparecida Ferreira de Souza²

1. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: jana_chnaider@hotmail.com
2. Professora da Universidade Mogi das Cruzes, e-mail: adriana.a.souza@gmail.com

Área de conhecimento: **Psicologia**

Palavras-chaves: Envelhecimento, cognição, velhice

INTRODUÇÃO

Dentre as alterações presentes no processo de envelhecimento o declínio cognitivo é uma das mudanças mais observadas nessa população. Ressalta-se que embora seja um constructo complexo, a cognição pode ser definida como a absorção de conteúdos e resposta a estímulos ambientais, responsável pelo raciocínio, memória, expressão de sentimentos, pensamentos e ideias (LIMA NETO *et al.*, 2017), e pode ser dividida entre processo e produto, mas geralmente, o declínio é mais proeminente no processo (NUNES, 2009). No que se refere as habilidades cognitivas, é consenso que o aumento e o impacto do declínio das habilidades cognitivas estão atrelados ao estilo de vida sedentário e a pouca estimulação (LIMA NETO *et al.*, 2017). Portanto, a preservação, ou bom funcionamento cognitivo pode ser considerado como um indicativo de qualidade de vida, garantindo ao idoso funcionalidade e autonomia (LIMA NETO *et al.*, 2017). A avaliação cognitiva justifica-se como ferramenta para identificação das demandas deste público favorecendo a criação de estratégias de intervenção no que se refere a promoção da qualidade de vida dessa população.

OBJETIVOS

Avaliar e comparar as habilidades cognitivas em idosos considerando idade e nível de escolaridade. Traçar o perfil sociodemográfico dos idosos; identificar as habilidades cognitivas dos participantes; verificar influência de idade e escolaridade no desempenho cognitivo.

MÉTODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo e transversal. Considerou-se como critério de inclusão idade igual ou superior a 60 anos e ser alfabetizado. Os critérios de exclusão foram: diagnóstico de doenças degenerativas e indícios de comprometimento cognitivo. Os aspectos éticos, foram garantidos através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Participaram deste estudo 13 idosos voluntários, usuários de Centro de Convivência do Idoso (CCI), na Região da Grande São Paulo, dos quais três foram desconsiderados para análise, por se enquadrarem nos critérios de exclusão. Foram analisados os resultados de 10 idosos com idade entre 61 e 89 anos. Como materiais e instrumentos, utilizou-se o questionário para traçar o perfil socio-demográfico dos participantes; o Mini-Exame do Estado Mental (MEEM), como instrumento de rastreio possibilitando identificar a presença de possível comprometimento cognitivo; e o Instrumento de Avaliação Neuropsicológica (Neupsilin) para a avaliação das habilidades cognitivas, composto por 32 subtestes que avaliam a Orientação Têmporo-Espacial, Atenção, Percepção Visual, Habilidades Aritméticas, Linguagem Oral e Escrita, Memória Verbal e Visual, Praxias e Funções Executivas. Para a análise dos resultados cada instrumento foi tabulado e posteriormente corrigido e interpretado de acordo com as suas respectivas regras.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observou-se que 50% dos participantes tinham idade entre 60 e 69 anos, 30% tinham idade de 70 a 79 anos e 20% da amostra idade entre 80 e 89 anos. As mulheres foram predominantes neste estudo (90%). Quanto a escolaridade 30% dos participantes tinham de um a quatro anos de estudo, assim como aqueles com nove anos ou mais de escolaridade, e, 40% estudaram de cinco e oito anos. A hipertensão foi relatada por 31% da amostra, 23% relataram diabetes. Hipertireoidismo, e artrose foram relatados por 15% dos idosos, já o colesterol, labirintite e hipotireoidismo, por 8% dos participantes. Na autoavaliação do estado de saúde 60% dos idosos avaliaram consideraram excelente ou bom, 20% regular, e, apenas 10% considerou ruim. A maior autonomia e independência de idosos mais jovens (HOTT e PIRES, 2011) pode ser responsável pelo predomínio de idosos com idade entre 60 e 69 anos, pois o CCI é um equipamento voltado a pessoas ativas, e o avanço da idade pode acarretar comorbidades que impedem a participação neste serviço. Quanto as habilidades cognitivas, a Orientação Espacial que se trata da capacidade de se localizar e deslocar a partir da elaboração de rotas considerando um espaço já conhecido e criar trajetos novos a partir da interação como meio ambiente (COSTA, 2017). Os dados encontrados quanto as faixas etárias mostraram-se contrários ao esperado e aos achados da literatura, pois os idosos com idade entre 60 e 69 anos atingiram resultado inferior ($X=7,4$; $\alpha=1,34$) aos idosos mais velhos ($X=8$; $\alpha=0$). Considerando a escolaridade, o pior desempenho foi entre aqueles com até quatro anos de estudo ($X=6,66$; $\alpha=1,52$). Este resultado pode ser associado ao nível escolar desta faixa etária, que possui predominantemente, até quatro anos de estudo, pois o desempenho temporal e espacial em idosos está diretamente relacionado com o nível escolar (ARGIMON *et al.*, 2006). A atenção se refere a reação aos estímulos ambientais e se relaciona com a Percepção e a Memória de trabalho, e mesmo avaliada individualmente, os resultados devem considerar o desempenho nas três habilidades. Considerando a faixa etária melhores resultados em Atenção foram os dos idosos com idade entre 80 e 89 anos ($X=19,5$; $\alpha=2,12$), quanto a escolaridade, destacaram-se os que estudaram nove anos ou mais ($X=23$; $\alpha=2$). De acordo com a literatura, quanto maior a escolaridade, melhor os níveis de atenção (ARGIMON, IRIGARAY E STEIN, 2014). A Percepção determina o tempo e a intensidade para a execução de ações, cria parâmetros para a estimulação motora, permitindo o reconhecimento e a discriminação de mudanças ambientais (BENVENUTO, 2010). Os maiores resultados foram obtidos pelos idosos com idade entre 80 e 89 anos ($X=11$; $\alpha=1,41$), e podem ser justificados pela relação direta entre Percepção e Atenção, enquanto o melhor resultado atingido pelos idosos com maior escolaridade ($X=11,66$; $\alpha=0,57$), ressaltam o fator protetivo da educação formal.

Tabela 1 - Média (X) e Desvio Padrão (α) da habilidade Memória quanto a idade e escolaridade

MEMÓRIA		N	X	α
Idade	60 – 69	5	38,4	3,28
	70 – 79	3	42,66	8,14
	80 - 89	2	37,5	6,36
Anos de estudo	1 - 4	3	32,66	6,5
	0 - 8	4	39	3,91
	9 +	3	47	5

De acordo com Mourão Júnior e Faria (2015, p.780) a Memória pode ser definida como “a capacidade (...) de adquirir, armazenar e evocar informações.”, e é um processo que ocorre de maneira linear e é interdependente de outros processos também denominados memória, como a Memória de Trabalho, Memória de Curto Prazo e de Longo Prazo, entre outras.

Mesmo diante de tal complexidade, é a habilidade cognitiva mais pesquisada na literatura específica (MOURÃO JÚNIOR e FARIA, 2015), além de ser a maior queixa entre os idosos, o que pode refletir o declínio de outras habilidades cognitivas, mas não necessariamente é sinônimo de um processo demencial, pois pode estar associado a existências de ansiedade e depressão (PAULO e YASSUDA, 2010). Conforme a Tabela 1, os piores desempenhos foram dos idosos com idade entre 80 e 89 anos e daqueles com até quatro anos de estudo. Destaca-se que os participantes com nove anos ou mais de ensino formal, apresentaram resultados superiores mesmo quando comparados com o grupo de idosos mais jovens, reiterando que a escolaridade prevalece sobre a idade cronológica (PAULO e YASSUDA, 2010), pois, a aprendizagem aumenta a vascularização e a realização de sinapses, assim, as habilidades cristalizadas se tornam mais resistentes a deterioração mnêmica. No que se refere as Habilidades Aritméticas, os idosos com mais anos de estudos atingiram os maiores resultados ($X=6,33$; $\alpha=1,52$), mas diferente do que se esperava, os idosos com idade entre 60 e 69 tiveram o pior resultado ($X=5,4$; $\alpha=3,28$) quando comparados as demais faixas etárias. Estes resultados podem ser justificados visto que o bom funcionamento das habilidades como a memória de trabalho, cognição espacial, e habilidades linguísticas, são necessárias para o bom desempenho aritmético que exige habilidade de contagem, sequenciamento, reconhecimento de números sem necessidade de contagem verbal, conhecimento de numerosidades e compreensão de que elementos numéricos podem ser abstratos (SEABRA, DIAS e MACEDO, 2010). Em se tratando da Linguagem destaca-se a pior pontuação dos idosos da faixa etária de 60 a 69 anos ($X=47,6$; $\alpha=4,5$) e aqueles com até quatro anos de escolaridade ($X=44,66$; $\alpha=3,51$). A linguagem está diretamente ligada a consciência fonológica e ao léxico mental (SILVA e CAPELLINI, 2011), assim o mal desempenho nesta habilidade deve ser investigado para além do declínio cognitivo, pois é comum distúrbios auditivos e fonológicos em idosos, e quando não identificados podem alterar resultados de avaliações cognitivas, em especial, habilidades linguísticas, que em geral, exigem repetição, evocação e leitura (BRANDÃO e PARENTE, 2001). A Praxias refere-se a habilidade do processamento motor, e envolve diversas estruturas anatômicas que vão desde o córtex cerebral ao músculo do órgão que realizará o movimento e pode envolver outras habilidades como a Orientação Espacial, possibilitando a capacidade de realização de movimentos aprendidos, de forma que a aprendizagem formal favorece a organização e análise de informações visuo-espaciais e fornece maior repertório, possibilitando a realização de gestos fora de contexto (CAVALCANTE, 2004). Na avaliação desta habilidade são inseridas atividades de imitação e de comando verbal que demandam habilidades linguísticas, mnemônicas, logo, os baixos desempenhos nestas habilidades podem impactar o resultado obtido na Praxias, justificando, o baixo desempenho dos idosos com menor escolaridade ($X=13$; $\alpha=1$) quando comparados aos com maior nível escolar ($X=20,66$; $\alpha=1,15$). Já, as Funções Executivas (FE) podem ser compreendidas como habilidades cognitivas superiores e definidas como “uma série de habilidades cognitivas e princípios de organização necessária para lidar com situações flutuantes e ambíguas do relacionamento social e para uma conduta apropriada, responsável e efetiva” (LEZAK, 1995 *apud* ARGIMON *et al.*, 2006, p.37). Assim como em outras habilidades, nas FE destaca-se o melhor desempenho dos idosos longevos ($X=8$; $\alpha=0$) e dos idosos com escolaridade igual ou superior a nove anos ($X=8$; $\alpha=1$), ressaltando o impacto da escolaridade no desempenho cognitivo ainda quando comparados a idosos mais jovens (PAULO e YASSUDA, 2010).

CONCLUSÃO

Conclui-se que, neste estudo, a faixa etária não pode ser considerada uma variável relevante no desempenho dos participantes, contrariando alguns achados na literatura. Ainda assim, os resultados obtidos corroboram dados existentes na literatura de que dentre os fatores sociodemográficos, a escolaridade possui maior impacto no desenvolvimento e manutenção das habilidades cognitivas. Por consequência, aos resultados observados se ajustam à hipótese de que quanto mais atividade cerebral ao longo da vida, maior flexibilidade e a resistência cerebral contra processos demenciais, e enfatiza as discussões sobre a escolaridade como fator protetivo de perdas e modificações naturais da longevidade. Salienta-se a limitação deste estudo quanto ao tamanho e a variabilidade da amostra, impossibilitando a generalização dos dados. Assim, recomenda-se a realização de novos estudos com a ampliação e maior heterogenia da amostra, além de considerar outras variáveis como a presença de psicopatologias.

REFERÊNCIAS

ARGIMON, I. L.; IRIGARAY, T. Q.; STEIN, L. M. Desenvolvimento cognitivo em diferentes faixas etárias no final da idade adulta. **Univ. Psychol.** Bogotá, v. 13, n. 1, pp. 253-264, março de 2014.

BENVENUTO, M. C. Uma avaliação acerca do perfil perceptivo motor de mulheres idosas submetidas a uma tarefa rítmica-sonora. **ACTA Brasileira do Movimento Humano.** v.1, n.1, 2010.

BRANDÃO, L.; PARENTE, M. A de M. P. Os estudos de linguagem do idoso neste último século. **Estud. interdiscip. envelhec.**, Porto Alegre, v.3, pp.37-53, 2001.

CAVALCANTE, K. R. **Avaliação do desempenho de idosos normais em um protocolo de produção e reconhecimento de gestos influência do sexo idade e escolaridade no perfil de normalidade.** Dissertação (Mestrado em Ciências) - Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. São Paulo, 2004.

COSTA, B. L. S. da. **Caracterização da orientação espacial em pacientes idosos com doenças neurodegenerativas em ambientes previamente conhecidos / Bruno Leonardo Simões da Costa.** Dissertação (Mestrado em Neurociências) - Universidade Federal do Pará, Belém, 2017.

LIMA NETO, A. V. *et al.* Estimulação em idosos institucionalizados: efeitos da prática de atividades cognitivas. **Rev Fund Care Online**, v.9, n.3, 2017.

NUNES, M. Envelhecimento cognitivo: principais mecanismos explicativos e suas limitações. **Cadernos de Saúde**, Lisboa, v. 2, n, 2, pp. 19-29, 2009.

HOTT, A. M.; PIRES, V. A. T. N. Perfil dos idosos inseridos em um centro de convivência. **Revista Enfermagem Integrada**, Minas Gerais, v. 4, n. 1, pp. 765-778, jul./ago. 2011.

MOURÃO JUNIOR, C. A.; FARIA, N. C. Memória **Psicol Reflexo. Crit.** Porto Alegre, v. 28, n. 4, pp. 780-788, dez. 2015.

PAULO, D. L. V.; YASSUDA, M. S. Queixas de memória de idosos e sua relação com escolaridade, desempenho cognitivo e sintomas de depressão e ansiedade. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v. 37, n. 1, pp. 23-26, Jan. 2010.

SEABRA, A. G.; DIAS, N. M.; MACEDO, E. C. de. Desenvolvimento das Habilidades Aritméticas e Composição Fatorial da Prova de Aritmética em Estudantes do Ensino Fundamental. **Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology**, v.44, n.3, pp. 481-488, 2010.

SILVA, C.; CAPELLINI, S. Ap. Desempenho cognitivo-linguístico de escolares com distúrbio de aprendizagem. **Psicol. estud.**, Maringá, v.16, n.1, pp. 131-137, Mar. 2011.