

Estimulação multissensorial nas AVD's em idosos

Daniela Carmo¹, Maria Beatriz Lameirinhas¹, Eugénia Anes² e Ana Galvão²

¹Curso de Licenciatura em Gerontologia, Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança.

²Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal IPB; LiveWell Research Center for Active Living and Wellbeing.

Resumo

Nos idosos que apresentam perda de capacidades funcionais, a estimulação sensorial é essencial. Esta estimulação pode ser efetuada através de programas de forma coordenada. Um programa de estimulação multissensorial consiste num combinado de ações que objetivam levar os idosos a experienciarem, sentirem, perceberem, interiorizarem e identificarem as sensações a partir do seu corpo.

Problema e questões de investigação | Objetivos

Esta pesquisa teve como objetivo perceber de que forma a estimulação multissensorial nas atividades de vida diária pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas.

Metodologia

Foi efetuada uma revisão narrativa. Foram utilizados como descritores a estimulação multissensorial, idosos e atividades de vida diária. A pesquisa foi efetuada no Google Académico, da qual 4 artigos obedeciam aos critérios estabelecidos, integrando o presente estudo.

Referências

Bento-Torres, N. V. O., Macedo, L. D., Soares, F. C., Oliveira, T. C. G. D., & Diniz, C. W. P. (2016). Estimulação multissensorial e cognitiva em idosos institucionalizados e não institucionalizados: estudo exploratório. Revista Pan-Amazônica de Saúde, 7(4), 53-60.
Degani, M., & Chariglione, I. P. F. S. (2019). Uma proposta da abordagem Snoezelen em estimulação multissensorial no contexto da Gerontologia – um ensaio reflexivo. Revista Kairós-Gerontologia, 22(2), 175–196.
Degani, M., Ribeiro, V. L., & Soares Chariglione, I. P. F. (2023). ESTIMULAÇÃO DA MEMÓRIA ATRAVÉS DE CIRCUITO MULTISSENSORIAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. Estudos Interdisciplinares Sobre O Envelhecimento, 28.
Gordon-Nesbit, R. (2015). Longitudinal Arts Engagement and Health. Manchester: Manchester Metropolitan University. Retrieved from <http://longitudinalhealthbenefits.wordpress.com>
Martins, A. (2011). Snoezelen com Idosos: Estimulação sensorial para melhor qualidade de vida. Retrieved from http://www.forbrain.pt/uploads/documentos/10_Snoezelen_com_Idosos.pdf
Santos, R. M., Sousa, J. G., & Luís, L. F. S. (2018). Efeitos de sessões individuais de estimulação multissensorial em idosos dependentes institucionalizados. Res Net Health, 4, 1-9.

Apresentação dos dados

Santos (2018) identificou melhorias a nível da orientação espaço-temporal, nas funções cognitivas e sensoriais (raciocínio, atenção e autonomia), uma diminuição dos comportamentos disruptivos, um aumento da socialização e capacidade de comunicação. A alteração de comportamentos contribuiu também para uma maior facilidade na prestação de cuidados e para a diminuição dos níveis de ansiedade de alguns participantes.

Nos estudos efetuados por Degani e colaboradores, em 2019 e 2023, foi relatado que com a estimulação multissensorial existe uma melhoria e manutenção das funções cognitivas, respostas favoráveis nos níveis de relaxamento, melhoras nas relações afetivas, melhores níveis de memória (figura 1), maior independência nas AVD's, redução de níveis de ansiedade e melhora a qualidade de vida dos idosos.

Bento-Torres (2016) concluiu que programas de intervenção aplicados a idosos saudáveis, desenhados de diferentes maneiras e aplicados por tempos variáveis, resultam em melhora sistemática do desempenho em testes de memória, velocidade de processamento, funções executivas, atenção e inteligência fluida após a intervenção.

Resultados e discussão

A investigação demonstrou que a estimulação multissensorial exibiu significativas melhorias a nível da orientação espaciotemporal e das funções cognitivas e sensoriais dos participantes, com resultados benéficos a nível da capacidade de memorização auditiva e visual. Foi demonstrado ainda uma diminuição dos comportamentos disruptivos, bem como um aumento da socialização, capacidade de comunicação e diminuição dos níveis de ansiedade.

A investigação mostra que a estimulação sensorial, permite promover o envelhecimento saudável e enfrentar determinados fatores característicos do envelhecimento (Gordon-Nesbit, 2015; Martins, 2011), promovendo melhoria nas atividades da vida e da qualidade de vida dos idosos.

Conclusão

Pode-se concluir efetivamente que a estimulação multissensorial tem um impacto positivo nas atividades de vida diária, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida do idoso. Tendo isto em conta, a prática de estimulação multissensorial deve de ser levada para as nossas práticas diárias, isto é, na prestação de cuidados pode-se estimular os diversos sentidos, como por exemplo por o champô na mão do idoso e dar-lhe a cheirar estimulando o tato e o olfato, ou o deixar o idoso pegar na comida á mão e saboreá-la.

Figura 1 – Vivências que ativaram lembranças



Fonte: Degani, M., Ribeiro, V. L., & Soares Chariglione, I. P. F. (2023). Estimulação da memória através de circuito multissensorial: um relato de experiência. Estudos Interdisciplinares Sobre O Envelhecimento, 28.