

PROGRAMA DE ESTIMULAÇÃO DA MEMÓRIA - NÍVEL 1

M. A. Maroto

GUIA DO UTILIZADOR



Exemplo

SESSION 5

DESCUBRA AS 10 DIFERENças

Descreva as 10 diferenças entre as duas figuras e anote-as, com um círculo, na figura de baixo.

TAREFAS

ACTIVIDADES

QUANTOS PRODUTOS HÁ DE CADA TIPO?

Copyright © 2009 by TIA Ediciones, S.A., Madrid, ESPAÑA.
Copyright © 2010 by TIA/TEA, S.A., Madrid, ESPAÑA.
Todos los derechos reservados. No se permite su explotación o copia en su totalidad.
Prohibida la reproducción total o parcial, así como cualquier forma de uso, comunicación pública o transformación de la licencia que otorga.

4

Nome da prova:	Programa de Estimulação da Memória - Nível 1.
Autor(es):	Miguel Ángel Maroto Serrano.
Versão:	Portuguesa.
Tipo de aplicação:	Individual ou Colectiva.
População:	<ul style="list-style-type: none"> Adultos, com mais de 60 anos (sem sintomas de deterioração cognitiva); <p>O Nível 1 destina-se a população de idade avançada e com um nível de escolaridade baixo. Também poderá ser utilizado com população com um certo grau de deterioração cognitiva.</p>
Tempo de aplicação:	Variável. O programa é constituído por 12 sessões de 90 minutos cada (aproximadamente). A duração e frequência das sessões podem variar em função das características do grupo.
Objectivos:	<p>A memória e a idade apresentam uma estreita relação que além de biológica é também de cariz ambiental, social, emocional e comportamental. Com o avançar da idade, as falhas de memória tendem a agravar-se e constituem uma das principais queixas da população idosa, causando grande insegurança e mal-estar.</p> <ul style="list-style-type: none"> O Programa de Estimulação da Memória foi pensado para desenvolver hábitos, técnicas e comportamentos que promovem a manutenção desta faculdade, para além da conservação de outras funções cognitivas, como é o caso da atenção, da fluéncia verbal, da orientação espacial, da orientação temporal e da criatividade. <p>É de grande utilidade para instituições ligadas à Terceira Idade, nomeadamente, lares, centros de dia, centros de actividades ocupacionais, IPSS, etc.</p>
Materiais Kit Completo:	<ul style="list-style-type: none"> Guia do utilizador (1); Caderno de actividades + caderno de tarefas (pacote de 15 ou 25); Material complementar (conjunto de 4 acetatos).



PROGRAMA DE ESTIMULAÇÃO DA MEMÓRIA

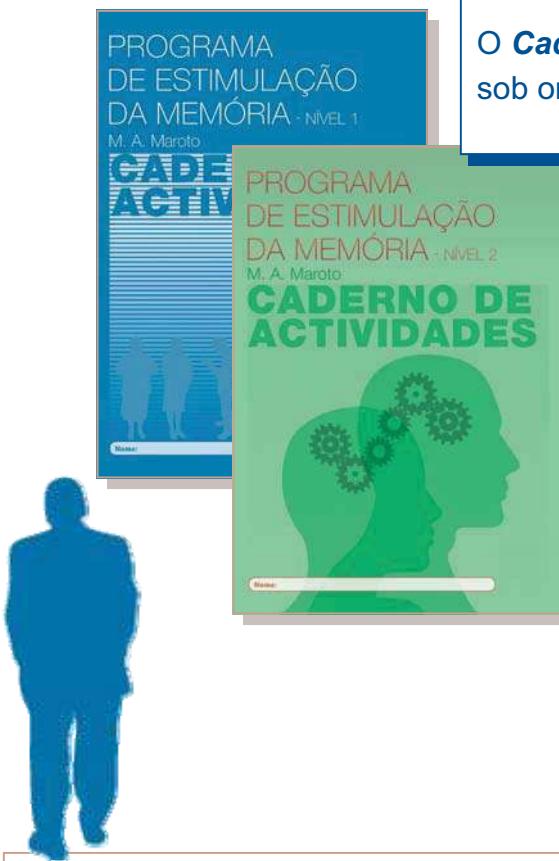
Estimulação e manutenção cognitiva em idosos

O Programa de Estimulação da Memória trabalha sobre diferentes áreas do funcionamento cognitivo responsáveis, no seu conjunto, pelo correcto processamento, armazenamento e recuperação da informação.

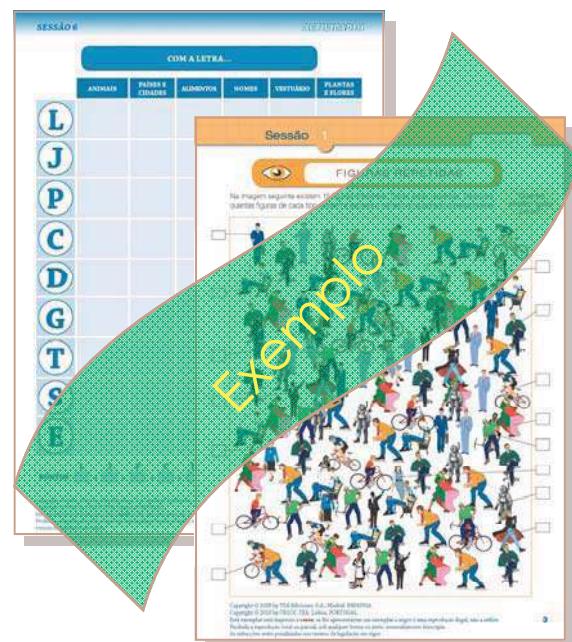
O programa incide sobre as queixas de memória mais frequentes na população idosa, nomeadamente:

- **Falhas de memória relacionadas com acções repetidas e quotidianas** (por ex. dificuldade em recordar onde foram colocados objectos de uso diário);
- **Dificuldade no armazenamento de nova informação** (por ex. dificuldade em recordar o nome de uma pessoa);
- **Dificuldades relacionadas com falta de fluência verbal** (por ex. não recordar uma palavra que se tem “debaixo da língua”);
 - **Distracção, falta de atenção e de concentração** (por ex. não recordar uma informação que acabou de ouvir ou ler; ir a um sitio e não saber o que ia fazer);
 - **Dificuldades relacionadas com a orientação temporal** (por ex. não recordar datas importantes, confusão relativamente à data actual).

O objectivo do programa é **estimular as funções cognitivas** do idoso através do reforço, recorrendo a exercícios práticos, divertidos e relacionados com actividades diárias. Pretende-se que o idoso crie **hábitos diários de manutenção e estimulação cognitiva**, incorporando no seu dia-a-dia as técnicas, exercícios e sugestões trabalhadas durante as sessões do programa.

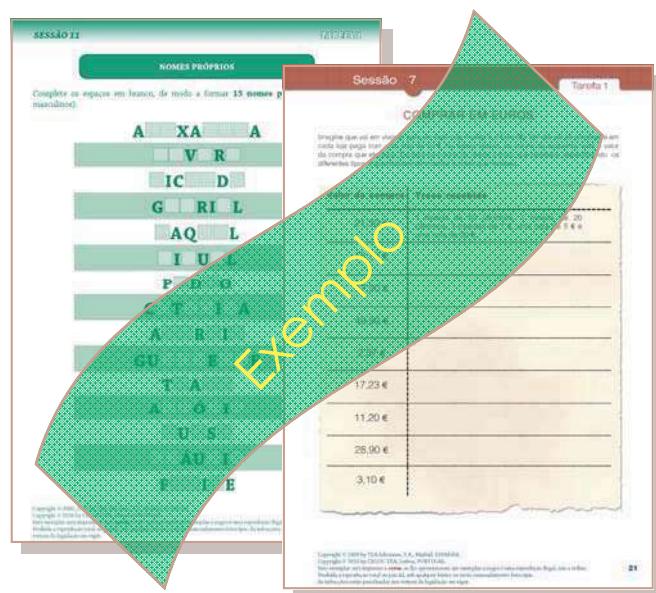


O **Caderno de Actividades** contém os exercícios para realizar, sob orientação do monitor, nas 12 sessões do programa.



O **Caderno de Tarefas** contém os exercícios que os participantes devem realizar em casa, entre as sessões do programa. Estas tarefas pretendem:

- Prolongar no tempo o efeito da estimulação obtida nas sessões;
- Aumentar a validade ecológica da intervenção, comprovando como os efeitos se vão generalizando pouco a pouco na vida diária;
- Criar rotinas de estimulação e manutenção cognitiva;
- Fidelizar o utilizador para que encare as sessões de forma positiva.



Kit Completo com 15 cadernos de atividades + 15 cadernos de tarefas