



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PSICOPEDAGOGIA

O PAPEL DO PSICOPEDAGOGO NA ESTIMULAÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS:
UMA REVISÃO DE LITERATURA

ANDRIELLY DAYSE SILVA DE OLIVEIRA

JOÃO PESSOA

2026

ANDRIELLY DAYSE SILVA DE OLIVEIRA

**O PAPEL DO PSICOPEDAGOGO NA ESTIMULAÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Bacharelado de Psicopedagogia do
Centro de Educação da Universidade Federal da
Paraíba, como requisito parcial para a obtenção
do grau de Bacharel em Psicopedagogia.

Orientador(a): Prof^a. Ms. Márcia Paiva de
Oliveira

João Pessoa

2026

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

O48p Oliveira, Andrielly Dayse Silva de.

O papel do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos: uma revisão de literatura / Andrielly Dayse Silva de Oliveira. - João Pessoa, 2026.

28 f. : il.

Orientação: Márcia Paiva de Oliveira.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicopedagogia) - UFPB/CE.

1. Envelhecimento. 2. Cognição. 3. Estimulação cognitiva. 4. Psicopedagogia. 5. Idosos. I. Oliveira, Márcia Paiva de. II. Título.

UFPB/CE

CDU 612.67(043.2)

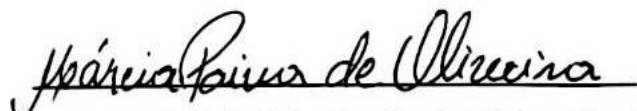
ANDRIELLY DAYSE SILVA DE OLIVEIRA

**O PAPEL DO PSICOPEDAGOGO NA ESTIMULAÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

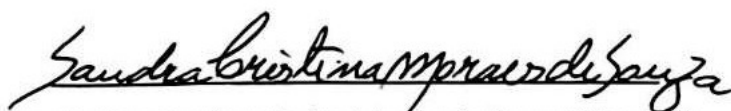
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Bacharelado de Psicopedagogia do
Centro de Educação da Universidade Federal da
Paraíba, como requisito parcial para a obtenção
do grau de Bacharel em Psicopedagogia.

Data de Aprovação 06 / 04 /2026

BANCA EXAMINADORA


Prof^a. Ms. Márcia Paiva de Oliveira (Orientadora)

Universidade Federal da Paraíba


Prof^a. Dra. Sandra Cristina Moraes de Souza (Membro)

Universidade Federal da Paraíba

RESUMO

O envelhecimento populacional tem intensificado as discussões acerca da manutenção das funções cognitivas e da promoção da qualidade de vida na velhice. As mudanças cognitivas associadas ao envelhecimento, embora naturais, não ocorrem de forma homogênea e podem ser influenciadas por fatores educacionais, psicossociais e ambientais. Nesse contexto, a estimulação cognitiva emerge como uma estratégia relevante para a preservação das capacidades mentais, destacando-se a atuação do psicopedagogo como profissional capaz de intervir de forma preventiva e promotora de saúde. Este estudo teve como objetivo analisar o papel do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos, a partir da literatura científica recente. Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, desenvolvida por meio de revisão de literatura, com abordagem exploratória e descritiva. A coleta de dados foi realizada em bases científicas digitais, como Google Acadêmico, SciELO e Portal CAPES, contemplando publicações entre 2020 e 2026 que abordassem envelhecimento, cognição, estimulação cognitiva e atuação psicopedagógica com idosos. A análise dos estudos evidenciou que intervenções psicopedagógicas baseadas em jogos cognitivos, atividades lúdicas, exercícios de memória, inclusão digital e estratégias multimodais contribuem para a manutenção ou melhora das funções cognitivas, além de favorecer aspectos emocionais e sociais, como autoestima, autonomia e participação social. Conclui-se que a atuação do psicopedagogo desempenha papel significativo na promoção do envelhecimento ativo e saudável, ao integrar dimensões cognitivas, educativas e afetivas, reforçando a importância da ampliação de práticas e pesquisas voltadas à psicopedagogia no envelhecimento.

Palavras-chave: Envelhecimento; Cognição; Estimulação cognitiva; Psicopedagogia; Idosos.

ABSTRACT

Population aging has intensified discussions about maintaining cognitive functions and promoting quality of life in old age. Cognitive changes associated with aging, although natural, do not occur uniformly and can be influenced by educational, psychosocial, and environmental factors. In this context, cognitive stimulation emerges as a relevant strategy for preserving mental abilities, highlighting the role of the educational psychologist as a professional capable of intervening in a preventive and health-promoting manner. This study aimed to analyze the role of the educational psychologist in the cognitive stimulation of older adults, based on recent scientific literature. This is a qualitative research study, developed through a literature review, with an exploratory and descriptive approach. Data collection was carried out in digital scientific databases, such as Google Scholar, SciELO, and CAPES Portal, covering publications between 2020 and 2026 that addressed aging, cognition, cognitive stimulation, and psychopedagogical practice with the elderly. The analysis of the studies showed that psychopedagogical interventions based on cognitive games, recreational activities, memory exercises, digital inclusion, and multimodal strategies contribute to the maintenance or improvement of cognitive functions, in addition to favoring emotional and social aspects, such as self-esteem, autonomy, and social participation. It is concluded that the work of the psychopedagogue plays a significant role in promoting active and healthy aging by integrating cognitive, educational, and affective dimensions, reinforcing the importance of expanding practices and research focused on psychopedagogy in the elderly.

Keywords: Aging; Cognition; Cognitive stimulation; Psychopedagogy; Elderly.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional configura-se como um dos fenômenos demográficos mais relevantes do século XXI, resultando em profundas transformações sociais, educacionais e de saúde. O aumento da expectativa de vida, embora represente uma conquista significativa, também impõe novos desafios relacionados à manutenção da autonomia, da qualidade de vida e do funcionamento cognitivo da população idosa. Nesse contexto, o envelhecimento deixa de ser compreendido apenas como um processo biológico inevitável e passa a ser analisado de forma ampliada, considerando dimensões cognitivas, emocionais, sociais e culturais que influenciam diretamente o bem-estar na velhice (Cochar-Soares; Delinocente; Dati, 2021; Cho; Gutchess, 2025).

As mudanças cognitivas associadas ao envelhecimento saudável envolvem alterações graduais em funções como memória, atenção, velocidade de processamento e funções executivas. No entanto, tais mudanças não ocorrem de forma homogênea entre os indivíduos, sendo fortemente moduladas por fatores como escolaridade, estilo de vida, engajamento social e participação em atividades cognitivamente estimulantes ao longo da vida (Hanushek *et al.*, 2025; Kornadt *et al.*, 2020). Estudos recentes apontam que a estimulação cognitiva, entendida como um conjunto de atividades planejadas para exercitar funções mentais, constitui uma estratégia eficaz na promoção da saúde cerebral, podendo retardar o declínio cognitivo e favorecer a manutenção da funcionalidade e da autonomia do idoso (Bolzan *et al.*, 2025; Campos; Krebs, 2025).

Nesse cenário, destaca-se a atuação do psicopedagogo, profissional geralmente associado ao contexto escolar, mas que vem ampliando seu campo de intervenção para outras fases do ciclo vital, incluindo a velhice. A psicopedagogia, ao compreender a aprendizagem como um processo contínuo e influenciado pela história de vida, pelas experiências socioculturais e pelas condições emocionais do sujeito, apresenta contribuições relevantes para o atendimento ao idoso. Sua atuação envolve avaliação cognitiva, planejamento de intervenções educativas, uso de estratégias lúdicas, estímulo à memória, à atenção e à linguagem, além da promoção de interação social e fortalecimento da autoestima (Garcia; Kratzer, 2023; Gonçalves, 2020; Santos; Silva, 2021).

Diante disso, torna-se pertinente investigar como a literatura científica tem abordado o papel do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos, bem como as estratégias utilizadas e os resultados alcançados por meio dessas intervenções. Assim, este estudo

justifica-se pela necessidade de aprofundar a compreensão acerca da contribuição psicopedagógica no contexto do envelhecimento, evidenciando sua relevância na promoção do envelhecimento ativo, saudável e socialmente participativo. Assim, o presente trabalho baseou-se na seguinte pergunta norteadora para guiar a pesquisa: Quais são as contribuições da atuação do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos?

Para tanto, o objetivo geral do trabalho é analisar, por meio de uma revisão de literatura, o papel do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos, destacando suas contribuições para a manutenção das funções cognitivas e para a promoção da qualidade de vida na população idosa. Os objetivos específicos são: a) compreender as principais mudanças cognitivas associadas ao envelhecimento humano; b) identificar os impactos psicossociais relacionados à cognição nos idosos; c) descrever as principais estratégias de estimulação cognitiva utilizadas com idosos; d) analisar as formas de atuação do psicopedagogo no atendimento à população idosa.

2 ENVELHECIMENTO HUMANO E MUDANÇAS COGNITIVAS

O envelhecimento humano é uma etapa natural da vida e, ao contrário do que muitos imaginam, não deve ser encarado apenas como um momento de fragilidades, mas como uma fase marcada por transformações que abrangem aspectos biológicos, cognitivos, emocionais e sociais. Esse processo gradual começa muito antes da aposentadoria, estende-se por décadas e envolve mudanças sutis que alteram, entre outros sistemas, o funcionamento do cérebro e as capacidades cognitivas dos indivíduos (Cochar-Soares; Delinocente; Dati, 2021).

Para compreender essas transformações, é essencial distinguir o envelhecimento fisiológico (aquele que ocorre de forma geral em todos os organismos) do envelhecimento patológico, que resulta de doenças específicas, como a demência, por exemplo. O envelhecimento fisiológico é um processo progressivo e universal, associado à redução da plasticidade cerebral e à reorganização de redes neuronais, mas não é necessariamente sinônimo de perda severa das funções cognitivas (Cochar-Soares; Delinocente; Dati, 2021).

Ao longo da vida adulta, o cérebro sofre modificações estruturais e funcionais, em que acontece uma redução gradual do volume cerebral, particularmente em regiões como o hipocampo e o córtex pré-frontal, áreas diretamente envolvidas com a memória, a atenção e o raciocínio lógico. Essa redução se dá pela diminuição de conexões sinápticas e pela atrofia de neurônios antigos, fenômenos que compõem a neurobiologia do envelhecimento saudável (Erickson *et al.*, 2022).

As funções cognitivas mais sensíveis a essas alterações são a memória de curto prazo e episódica¹, a atenção sustentada, a velocidade de processamento das informações e as funções executivas, responsáveis por planejamento e solução de problemas. Embora a memória de lembranças mais antigas remota serem relativamente preservada em pessoas idosas sem patologias, atividades que dependem de processamento rápido de informações tendem a diminuir de forma gradual ao longo do tempo (Hanushek *et al.*, 2025).

Essa diminuição não é uniforme entre os indivíduos. De acordo com Hanushek *et al.* (2025) existem fatores como estilo de vida, educação, atividades cognitivas regulares e engajamento social influenciam de forma substancial as trajetórias cognitivas humanas. Indivíduos com maior escolaridade ou envolvimento em tarefas intelectualmente desafiadoras demonstram retardamento no declínio de habilidades cognitivas em comparação com aqueles com menor exposição a atividades cognitivas intensas ao longo da vida.

Dentro desse contexto, o conceito de reserva cognitiva torna-se central para a compreensão do envelhecimento cerebral, isso significa que experiências de vida que promovem aprendizado, como educação formal, leitura e resolução de problemas complexos, aumentam a resistência do cérebro diante das mudanças neuroanatômicas naturais. Essa reserva permite que algumas pessoas mantenham desempenho cognitivo elevado mesmo na presença de alterações estruturais cerebrais associadas à idade (Kornadt *et al.*, 2020).

Além das mudanças biológicas, fatores psicossociais também influenciam o envelhecimento cognitivo. O engajamento social, por exemplo, está associado à preservação do volume cerebral e ao suporte emocional, que por sua vez contribuem para o funcionamento cognitivo saudável em idosos, sabe-se que pessoas com ampla rede de contatos sociais apresentam menor risco de declínio cognitivo do que aquelas que vivem em isolamento ou solidão (Bahia; Mascarenhas, 2023).

Outro ponto relevante está na interação entre envelhecimento e cultura, dado que diferentes contextos culturais moldam experiências cognitivas ao longo da vida e, consequentemente, influenciam como os processos de envelhecimento se manifestam. Fatores culturais relacionados a práticas educacionais, estilos de vida, dietas e padrões de atividade intelectual parecem modular as trajetórias cognitivas, sugerindo que o envelhecimento não é um fenômeno puramente biológico, mas também profundamente social (Heiphetz; Oishi, 2022).

¹ A memória episódica refere-se à capacidade de formar, armazenar e recuperar memórias conscientes de eventos passados específicos, juntamente com detalhes contextuais associados a esses eventos. Ela desempenha um papel crucial em atividades diárias, como lembrar onde as coisas estão guardadas, e contribui para a memória autobiográfica e para a sensação de continuidade do eu ao longo do tempo.

Embora o declínio cognitivo seja um traço comum do envelhecimento, ele não deve ser considerado irreversível ou uniforme, visto que atividades como exercícios físicos, uma alimentação equilibrada e estímulos mentais estão associados a melhores desempenhos cognitivos em idosos (Silva *et al.*, 2021). Um estudo realizado por Lima *et al.* (2025) que analisou o impacto de exercícios aeróbicos e cognitivamente desafiadores encontrou melhorias significativas em funções de memória, atenção e velocidade de processamento, possivelmente devido ao aumento do fluxo sanguíneo cerebral e à promoção de fatores neurotróficos que estimulam a plasticidade neuronal.

Além disso, pesquisas como a que foi realizada por Benge e Scullin (2025) indicam que o uso de tecnologia digital também está relacionado a alterações no envelhecimento cognitivo, foi possível notar que o uso regular de dispositivos tecnológicos em contextos que estimulam o raciocínio e a interação social está associado a menor declínio de habilidades cognitivas em adultos mais velhos. Esses achados sugerem que ambientes que exigem adaptação e aprendizado podem fornecer desafios cognitivos que ajudam a manter funções intelectuais por mais tempo.

Importante destacar que o envelhecimento cognitivo não é homogêneo, existe uma ampla variabilidade entre indivíduos, e a maneira como o cérebro reage ao envelhecimento depende de uma combinação complexa de genética, estilo de vida, educação, condições de saúde e fatores ambientais. Essa variabilidade tem sido objeto de estudos que utilizam metodologias individualizadas para entender melhor como as redes neurais se reorganizam ao longo do tempo e como mecanismos compensatórios podem manter a funcionalidade cognitiva apesar das alterações estruturais cerebrais (Deery *et al.*, 2023).

A distinção entre envelhecimento saudável e patológico também é crucial. O envelhecimento saudável contrasta com condições como a demência, em que as perdas cognitivas são severas, progressivas e comprometem de forma significativa a autonomia e a qualidade de vida. Estudos recentes destacam a importância da detecção precoce de sinais de comprometimento cognitivo, pois intervenções em estágios iniciais têm maior chance de retardar progressões patológicas (Cochar-Soares; Delinocente; Dati, 2021).

Nesse sentido, a estimulação cognitiva emerge como uma estratégia preventiva relevante. Segundo Campos e Krebs (2025) programas estruturados de atividades cognitivas, que incluem exercícios de memória, jogos desafiadores e atividades socialmente envolventes, podem não apenas retardar a perda de funções cognitivas, mas também promover ganhos em áreas como atenção seletiva, flexibilidade mental e memória operacional

O envelhecimento humano, portanto, deve ser compreendido como um processo dinâmico, influenciado por múltiplos fatores que vão além da simples ato de realmente envelhecer, enquanto algumas mudanças cognitivas são inevitáveis, muitas podem ser mitigadas ou compensadas por meio de ações que promovam a saúde cerebral ao longo da vida. Essa compreensão amplia o olhar sobre a velhice, ressaltando a capacidade de adaptação, a importância de ambientes enriquecidos cognitivamente e o potencial de manutenção da autonomia e qualidade de vida mesmo em idade avançada (Cho; Gutches, 2025).

2.1 COGNIÇÃO NA POPULAÇÃO IDOSA E IMPACTOS PSICOSSOCIAIS

A cognição² sofre modificações naturais com o envelhecimento, essas mudanças não são apenas fisiológicas, mas também fortemente influenciadas por fatores psicossociais, que incluem aspectos como suporte social, educação, estados emocionais e estilo de vida. Compreender essa interação entre mente e contexto social é essencial para identificar tanto os desafios quanto as oportunidades de promoção de saúde cognitiva nessa fase da vida (Anjos *et al.*, 2025).

À medida que envelhecemos, certas habilidades cognitivas tendem a declinar gradualmente. Por exemplo, a rapidez com que as informações são processadas e a capacidade de recuperar memórias recentes pode diminuir quando comparadas com níveis de desempenho na vida adulta jovem. No entanto, essa redução não ocorre de forma isolada nem é inevitavelmente severa para todos os idosos, muitos indivíduos conseguem manter funções cognitivas preservadas por longos períodos, especialmente quando expostos a ambientes que promovem estimulação mental e apoio social ao longo da vida (Oliveira *et al.*, 2024).

Entre os aspectos psicossociais que mais influenciam a cognição na velhice está o nível educacional e o propósito de vida. Segundo Oliveira *et al.* (2024) existem fortes associações positivas entre maior escolaridade e melhores desempenhos em testes cognitivos entre idosos comunitários. Da mesma forma, indivíduos que percebem um propósito claro em sua vida mostram resultados cognitivos mais favoráveis, isso sugere que experiências enriquecedoras ao longo da vida podem criar uma espécie de “reserva cognitiva” que ajuda a mitigar o impacto do envelhecimento cerebral.

² Conjunto de processos mentais que envolve atenção, memória, raciocínio e resolução de problemas.

Outro fator psicossocial significativo é o apoio social e a resiliência emocional, visto que pessoas idosas que mantêm relações sociais fortes com familiares, amigos e comunidades, tendem a apresentar menor risco de declínio cognitivo (Eulálio; Silva, 2022). Um estudo recente realizado por Xia *et al.* (2025) investigou adultos com comprometimento cognitivo leve mostrando que níveis mais altos de suporte social estavam associados a melhor funcionamento cognitivo, e que a resiliência emocional mediava essa relação.

A isolamento social, por outro lado, tem se mostrado um dos determinantes psicossociais mais prejudiciais à cognição em idosos, segundo Souza *et al.* (2023) níveis mais altos de isolamento estão associados a declínios cognitivos mais rápidos ao longo do tempo. O isolamento não apenas reduz as oportunidades de estimulação mental, mas também está fortemente ligado ao aumento de sintomas depressivos, que por sua vez agravam dificuldades de memória, atenção e raciocínio. O ciclo entre isolamento social, depressão e declínio cognitivo destaca a interdependência entre as condições interpessoais e o funcionamento cerebral em adultos mais velhos.

A saúde mental é um componente central dessa relação psicossocial, a depressão é comum entre pessoas idosas e pode tanto resultar de quanto contribuir para déficits cognitivos. Sintomas depressivos reduzem o interesse em atividades cognitivamente estimulantes, limitam a participação social e impõem um peso emocional que compromete a atenção e a memória (Morando, 2022). Estudos analisando idosos comunitários apontaram que, além da depressão, traços de personalidade como neuroticismo podem estar associados a desempenhos cognitivos mais baixos, reforçando a influência dos estados emocionais e psicossociais no funcionamento mental nessa fase da vida (Oliveira *et al.*, 2024).

Além disso, experiências de vida estressantes ou traumáticas, incluindo transtornos crônicos de ansiedade ou história de eventos traumáticos, podem impactar a cognição através de mecanismos psicossociais complexos. Por exemplo, no trabalho desenvolvido por Lima *et al.* (2025) foi apontado que condições como PTSD (transtorno de estresse pós-traumático) em idosos estão ligadas a declínios em áreas como atenção, memória e funções executivas, com efeitos que frequentemente ultrapassam o envelhecimento normal esperado.

2.2 ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM IDOSOS

A estimulação cognitiva tem sido amplamente discutida na literatura científica contemporânea como uma das principais estratégias não farmacológicas voltadas à manutenção e ao fortalecimento das funções mentais na velhice. Em um contexto de

envelhecimento populacional acelerado, a preservação das habilidades cognitivas passou a ser compreendida não apenas como uma questão clínica, mas também social e educacional, envolvendo profissionais de diferentes áreas, entre eles o psicopedagogo (Santos; Silva, 2021).

De acordo com Bolzan *et al.* (2025) estudos recentes indicam que intervenções cognitivas planejadas podem contribuir significativamente para a manutenção da memória, atenção, linguagem e funções executivas, favorecendo a autonomia e a qualidade de vida dos idosos. De modo geral, a estimulação cognitiva refere-se ao conjunto de atividades estruturadas que visam exercitar funções mentais por meio de tarefas que envolvem raciocínio, resolução de problemas, evocação de memórias, linguagem e organização do pensamento. Essas intervenções podem ocorrer em ambientes clínicos, educacionais ou comunitários, sendo aplicadas individualmente ou em grupo, com objetivos preventivos ou terapêuticos (Bolzan et al., 2025; Santos; Silva, 2021).

Pesquisas recentes reforçam que intervenções cognitivas não devem ser compreendidas como atividades isoladas, mas como parte de um conjunto de práticas voltadas ao envelhecimento saudável (Oliveira; Pereira, 2024). A associação entre exercícios mentais, atividade física, interação social e hábitos saudáveis tem demonstrado efeitos positivos tanto na prevenção de *déficits* cognitivos quanto na melhora do desempenho funcional em idosos com comprometimento leve. Nessa perspectiva, evidências apontam que atividades físicas regulares, quando combinadas com estimulação mental, potencializam benefícios cognitivos, incluindo melhora da memória e da capacidade de atenção, além de contribuir para a redução de fatores neurodegenerativos associados à demência (Zhang *et al.*, 2022).

Nesse sentido, estudos mostram que estratégias como jogos cognitivos, leitura orientada, resolução de desafios lógicos, atividades de escrita e práticas de memória autobiográfica têm sido amplamente utilizadas em programas de estimulação cognitiva (Bolzan *et al.*, 2025). Um estudo recente concluiu que o uso de jogos estruturados pode favorecer a manutenção da memória de curto prazo e estimular processos atencionais em idosos, evidenciando que a ludicidade constitui um recurso eficaz para a intervenção cognitiva nessa população (Thome *et al.*, 2024).

Além das estratégias tradicionais, o avanço tecnológico também tem ampliado as possibilidades de estimulação cognitiva, intervenções online, aplicativos de treino mental e plataformas digitais vêm sendo utilizadas como formas complementares no cuidado ao idoso (Gonçalves; Silva; Vaz, 2022). Conforme a pesquisa realizada por Firmino *et al.* (2025) foi avaliado os efeitos de um programa de estimulação cognitiva online, observando melhora no

desempenho cognitivo após sessões estruturadas de intervenção, o que reforça o potencial das tecnologias digitais como suporte para programas terapêuticos e educacionais destinados à população idosa.

Outro aspecto relevante discutido na literatura refere-se ao papel da estimulação cognitiva na prevenção e no manejo de transtornos neurocognitivos, como o comprometimento cognitivo leve e a doença de Alzheimer. Embora o envelhecimento não seja, por si só, sinônimo de doença, o aumento da idade constitui fator de risco para alterações neurodegenerativas. Nesse cenário, intervenções cognitivas regulares podem contribuir para retardar a progressão de sintomas iniciais, melhorar o funcionamento diário e promover maior independência. Estudos indicam que atividades de estimulação mental associadas a hábitos saudáveis podem influenciar positivamente mecanismos neurobiológicos relacionados à memória e ao aprendizado, reduzindo o impacto funcional dessas condições (Oliveira, 2025).

2.3 O PAPEL DO PSICOPEDAGOGO NO ATENDIMENTO AO IDOSO

O envelhecimento populacional tem provocado mudanças significativas nas demandas sociais e educacionais contemporâneas. Nesse contexto, cresce a necessidade de profissionais capazes de atuar junto à pessoa idosa de forma interdisciplinar, considerando não apenas aspectos clínicos ou assistenciais, mas também cognitivos, emocionais e sociais. É nesse cenário que a psicopedagogia se apresenta como campo relevante, ao compreender o processo de aprendizagem ao longo da vida e suas transformações na velhice (Silva, 2022).

A atuação psicopedagógica junto ao idoso envolve o reconhecimento de que aprender não é um fenômeno restrito à infância ou juventude, mas um processo contínuo, influenciado pela história de vida, pelas condições socioculturais e pelas mudanças neurocognitivas próprias do envelhecimento (Gonçalves, 2020). De acordo com Lima (2024) as intervenções educativas voltadas às pessoas idosas contribuem para manutenção da autonomia, fortalecimento da memória e ampliação da participação social. A psicopedagogia, nesse sentido, atua tanto na prevenção de dificuldades cognitivas quanto no apoio a idosos que já apresentam declínio funcional, promovendo estratégias que favoreçam a aprendizagem significativa e a adaptação às novas demandas do cotidiano.

A prática psicopedagógica no atendimento ao idoso fundamenta-se na avaliação do funcionamento cognitivo, emocional e social, buscando compreender como o sujeito aprende e quais fatores interferem nesse processo. Diferentemente da abordagem tradicional centrada na remediação de dificuldades escolares, no envelhecimento a psicopedagogia assume caráter

preventivo e de promoção da saúde (Lima, 2024). Isso significa que o psicopedagogo investiga aspectos como atenção, memória, linguagem, raciocínio e organização do pensamento, mas também considera fatores afetivos, motivacionais e relacionais, essa avaliação ampliada permite identificar potencialidades preservadas e orientar intervenções personalizadas, respeitando o ritmo e as experiências acumuladas pelo idoso (Oliveira, 2024).

Além da avaliação, o psicopedagogo desempenha papel essencial na elaboração de atividades que estimulem funções cognitivas e favoreçam a aprendizagem ativa como oficinas de leitura, jogos de raciocínio, atividades artísticas, narrativas autobiográficas e uso de tecnologias digitais. Tais estratégias não visam apenas estimular habilidades mentais, mas também promover interação social e sentimento de pertencimento, elementos fundamentais para o bem-estar na velhice. Além disso, é importante pontuar que atividades educativas mediadas por profissionais especializados contribuem para o envelhecimento ativo, ampliando o engajamento social e reduzindo sentimentos de isolamento (Garcia; Kratzer, 2023).

Outro aspecto importante da atuação psicopedagógica refere-se ao apoio ao idoso em contextos de mudanças e adaptações, uma vez que a aposentadoria, a perda de papéis sociais, alterações na dinâmica familiar podem gerar insegurança e impactar o processo de aprendizagem (Garcia; Kratzer, 2023). Nesse sentido, o psicopedagogo atua como mediador, auxiliando o idoso na construção de novas formas de aprender e se relacionar com o mundo. Para tanto, programas de inclusão para idosos, por exemplo, têm demonstrado resultados positivos ao favorecer autonomia e participação social, além de estimular memória e raciocínio, além disso, a aprendizagem de novas habilidades na velhice contribui para plasticidade cerebral e para manutenção da independência funcional (Gonçalves, 2020).

No âmbito institucional, o psicopedagogo pode atuar em centros de convivência, universidades abertas à população idosa, clínicas, instituições de longa permanência e programas comunitários. Em cada um desses espaços, sua atuação envolve diagnóstico das necessidades educacionais, planejamento de atividades e acompanhamento do desenvolvimento dos participantes (Oliveira *et al.*, 2025). Nas instituições de longa permanência, por exemplo, o trabalho psicopedagógico pode reduzir efeitos do isolamento social e da institucionalização, promovendo atividades que resgatem histórias de vida, estimulem comunicação e reforcem identidade pessoal. Estudos indicam que intervenções educativas nesse contexto contribuem para melhora do humor, da cognição e da interação social dos idosos (Fredrez, 2022).

A atuação do psicopedagogo também inclui orientação a familiares e cuidadores. Muitas vezes, dificuldades cognitivas são interpretadas como incapacidade total de aprendizagem, o que pode levar à superproteção e à redução das oportunidades de estimulação. O profissional psicopedagogo, ao orientar a família, contribui para construção de ambientes mais estimulantes, nos quais o idoso possa participar de decisões, desenvolver atividades e manter autonomia. Essa orientação inclui sugestões de estratégias simples, como incentivo à leitura, jogos, conversas sobre experiências passadas e participação em atividades culturais, fortalecendo vínculos afetivos e promovendo saúde mental (Fredrez, 2022).

2.4 ESTRATÉGIAS PSICOPEDAGÓGICAS PARA ESTIMULAÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS

O aumento da expectativa de vida tem provocado mudanças significativas no perfil populacional, exigindo maior atenção às condições que favorecem o envelhecimento saudável e ativo. Nesse cenário, a estimulação cognitiva surge como estratégia essencial para preservar habilidades mentais e promover qualidade de vida na velhice. A atuação psicopedagógica se destaca nesse processo por articular conhecimentos da educação, psicologia e neurociência, permitindo intervenções voltadas ao desenvolvimento e manutenção das funções cognitivas do idoso (Garcia; Kratzer, 2023).

A estimulação cognitiva envolve um conjunto de atividades planejadas para ativar processos mentais, considerando a plasticidade cerebral mesmo em idades avançadas. De acordo com Garcia e Kratzer (2023) o cérebro mantém capacidade de reorganização neural ao longo da vida, possibilitando a aprendizagem e a compensação de perdas cognitivas por meio de estímulos adequados. Assim, intervenções psicopedagógicas fundamentadas em exercícios sistemáticos e significativos podem retardar o declínio cognitivo e fortalecer habilidades já existentes.

Entre as estratégias psicopedagógicas mais utilizadas está o uso de jogos cognitivos e atividades lúdicas como jogos de memória, quebra-cabeças, palavras cruzadas, dominó, associação de imagens e desafios de lógica estimulam raciocínio, concentração e velocidade de processamento. Além de trabalharem funções cognitivas específicas, essas atividades favorecem motivação e engajamento, pois associam aprendizagem ao prazer. A ludicidade também reduz ansiedade e medo do erro, elementos comuns no processo de aprendizagem na velhice (Galvão; Souza, 2020).

Outra estratégia relevante refere-se às atividades de reminiscência e recordação autobiográfica, trabalhar memórias pessoais por meio de fotografias, músicas, objetos antigos ou narrativas de vida estimula memória episódica, linguagem e organização do pensamento. Além do ganho cognitivo, essa prática fortalece identidade e autoestima do idoso, promovendo valorização de sua trajetória (Cunha *et al.*, 2020).

Além das estratégias supracitadas, ganha destaque também atividades artísticas e expressivas, como pintura, música, leitura, escrita e artesanato, uma vez que essas práticas estimulam criatividade, coordenação motora, memória semântica e atenção sustentada. Além disso, funcionam como uma forma terapêutica, pois permitem expressão emocional e fortalecimento da autoestima (Ramos *et al.*, 2021).

A estimulação cognitiva associada a atividades motoras também tem ganhado destaque na literatura recente. Exercícios que integram movimento corporal e tarefas cognitivas como dançam, jogos com coordenação, atividades físicas com comandos mentais ou exercícios psicomotores favorecem integração cérebro-corpo e fortalecem funções executivas (Araujo; Silveira, 2024).

No contexto psicopedagógico, destaca-se ainda a importância da adaptação das estratégias às características individuais do idoso. O planejamento das intervenções deve considerar escolaridade, histórico de vida, interesses, condições de saúde, ritmo de aprendizagem e contexto sociocultural. Essa personalização torna as atividades mais significativas, favorecendo adesão e resultados mais efetivos. A literatura ressalta que a estimulação cognitiva deve ser contínua, gradual e contextualizada, evitando práticas padronizadas que desconsiderem a singularidade do sujeito idoso (Garcia; Kratzer, 2023).

3 MÉTODO

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, desenvolvida por meio de revisão de literatura, com abordagem exploratória e descritiva. A opção por esse delineamento justifica-se pela necessidade de reunir, analisar e discutir produções científicas já publicadas acerca da atuação do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos, permitindo compreender como a literatura tem tratado o tema, quais estratégias vêm sendo utilizadas e quais contribuições são atribuídas a esse profissional no contexto do envelhecimento.

A coleta dos dados foi realizada por meio de levantamento bibliográfico em bases de dados científicas digitais reconhecidas, entre elas Google Acadêmico, SciELO (Scientific

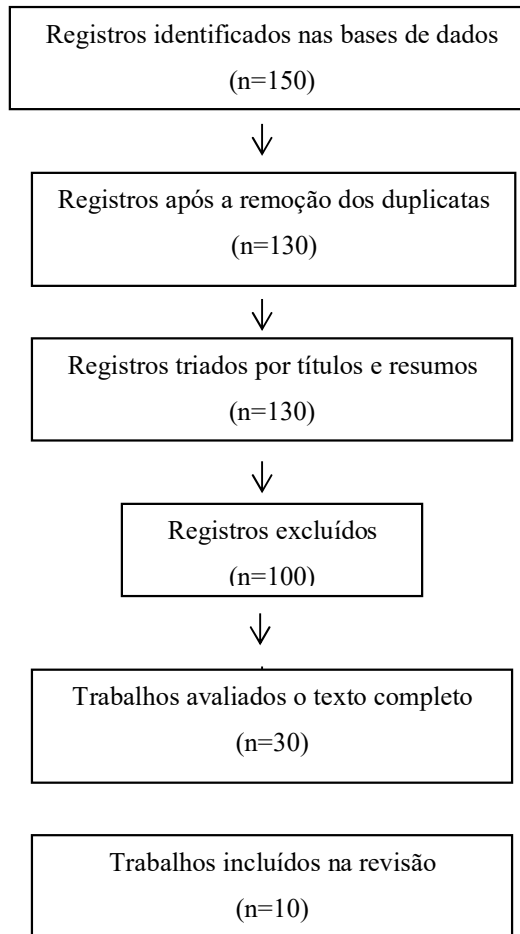
Electronic Library Online) e Periódicos disponíveis no portal CAPES. Foram utilizados descritores relacionados ao tema, combinados por operadores booleanos, tais como: “psicopedagogia” AND “idosos”, “estimulação cognitiva” AND “envelhecimento”, “intervenção psicopedagógica” AND “população idosa”, “reabilitação cognitiva” AND “idosos”.

A busca contemplou publicações no período de 2020 a 2026, visando priorizar estudos recentes e alinhados às discussões contemporâneas sobre envelhecimento, cognição e atuação psicopedagógica. Inicialmente, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dos trabalhos encontrados, com o objetivo de identificar aqueles que apresentavam relação direta com o tema da pesquisa. Em seguida, procedeu-se à leitura integral das produções selecionadas, permitindo uma análise mais aprofundada do conteúdo.

Para garantir maior rigor científico na seleção dos materiais, foram definidos critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídos no estudo: 1) artigos científicos revisados por pares; 2) dissertações, teses e capítulos de livros com relevância acadêmica; 3) publicações entre 2020 e 2026; 4) trabalhos disponíveis na íntegra; 5) estudos que abordassem diretamente estimulação cognitiva em idosos, envelhecimento e cognição, atuação do psicopedagogo com adultos e idosos, intervenções educacionais ou terapêuticas voltadas à pessoa idosa. Foram excluídos: 1) textos duplicados nas bases pesquisadas; 2) publicações fora do recorte temporal estabelecido; 3) materiais sem acesso ao texto completo; 4) estudos que tratassem apenas de infância ou adolescência; 5) produções sem relação direta com psicopedagogia, cognição ou envelhecimento.

Após a aplicação desses critérios, os trabalhos considerados pertinentes foram organizados para análise e utilizados como base para discussão. O processo de seleção dos estudos seguiu as etapas recomendadas pelo modelo PRISMA, incluindo identificação, triagem, elegibilidade e inclusão. Inicialmente foram encontrados 150 estudos nas bases pesquisadas. Após remoção de duplicatas e análise de títulos e resumos, 30 artigos foram selecionados para leitura na íntegra, dos quais 10 atenderam plenamente aos critérios estabelecidos e foram incluídos na revisão. O fluxo detalhado desse processo encontra-se apresentado na Figura 1.

Figura 1: Fluxograma com detalhamento dos trabalhos incluídos na discussão



Fonte: Autoria própria (2026).

4 RESULTADOS

Com o objetivo de compreender como a estimulação cognitiva tem sido aplicada na prática com a população idosa, foram analisados estudos experimentais e intervenções descritas na literatura científica recente. A seleção priorizou pesquisas publicadas entre 2020 e 2026, contemplando investigações que apresentassem aplicação real de programas, oficinas ou estratégias de estimulação cognitiva com idosos. Esses estudos permitem observar evidências empíricas sobre a eficácia das intervenções, seus impactos no desempenho cognitivo e suas contribuições para a autonomia e qualidade de vida na velhice. Na tabela 1 são apresentados os trabalhos que foram utilizados na discussão.

Tabela 1: Trabalhos selecionados nas bases de dados para compor a discussão

TÍTULO	AUTORES	ANO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Estimulação cognitiva em idosos: uma proposta de intervenção online em tempos de pandemia.	Firmino <i>et al.</i>	2025.	Estudo com grupo controle e experimental mostrou melhora significativa na atenção, uso de estratégias cognitivas e redução leve de sintomas depressivos após sessões semanais online de estimulação cognitiva.
Psicoeducação com enfoque em estimulação cognitiva para cuidadores de idosos com Alzheimer.	Moreira.	2024.	Intervenções psicoeducativas associadas à estimulação cognitiva contribuíram para melhor desempenho cognitivo dos idosos e melhoria na organização das atividades diárias e no suporte familiar.
O acolhimento e a vinculação ao idoso no processo de estimulação cognitiva: uma intervenção psicopedagógica	Guimarães.	2025.	Relato de intervenção psicopedagógica demonstrou que vínculo afetivo, atividades lúdicas e acompanhamento sistemático favorecem participação, memória funcional e engajamento dos idosos nas tarefas cognitivas.
A pretest-posttest pilot study for augmented reality-based physical-cognitive training in community-dwelling older adults at risk of mild cognitive impairment.	Chaipunko <i>et al.</i>	2024.	Estudo experimental pré-teste/pós-teste identificou melhora significativa na flexibilidade cognitiva, inibição e tempo de reação após programa estruturado de treinamento cognitivo

			integrado ao movimento corporal.
LightSword: A Customized Virtual Reality Exergame for Long-Term Cognitive Inhibition Training in Older Adults.	Du <i>et al.</i>	2024.	Estudo longitudinal mostrou aumento da capacidade de inibição cognitiva e manutenção dos ganhos por até seis meses após intervenção com jogo de realidade virtual adaptado para idosos.
Effectiveness of a Cognitive Stimulation Program in Older Adults with Mild Neurocognitive Disorder.	Justo-Henriques <i>et al.</i>	2025.	Programa de 12 semanas melhorou cognição global, funções executivas e reduziu sintomas depressivos, com aumento da eficiência cortical.
Cognitive Stimulation and Strength Training in Older Adults with Mild Cognitive Impairment: A Randomized Controlled Trial.	Muñoz-Perete <i>et al.</i>	2025.	Intervenção combinada (estimulação cognitiva + treino físico) melhorou atenção, fluência verbal, processamento, equilíbrio e reduziu risco de quedas.
O trabalho do psicopedagogo na reabilitação cognitiva do idoso.	Santos e Silva.	2021.	Evidenciou que o psicopedagogo pode atuar em programas de reabilitação cognitiva, auxiliando na reconstrução de conhecimentos, autonomia e reinserção social do idoso com declínio cognitivo.
Atuação psicopedagógica na educação gerontológica para um envelhecimento saudável.	Garcia e Kratzer.	2023.	Mostrou que estratégias psicopedagógicas como jogos, atividades de memória, inclusão digital e exercícios lógico-cognitivos favorecem

			autonomia, autoestima, socialização e qualidade de vida do idoso.
Contribuições psicopedagógicas e a intervenção com idosos.	Fredrez.	2022.	Destacou que a intervenção psicopedagógica, especialmente com ludicidade e estimulação cognitiva, contribui para minimizar declínios cognitivos e promover desenvolvimento intelectual e social na velhice.

Fonte: Autoria própria (2026).

A análise dos estudos apresentados permite compreender que a atuação psicopedagógica com idosos tem sido reconhecida como um recurso relevante na promoção da saúde cognitiva e no enfrentamento das limitações associadas ao envelhecimento. Os trabalhos indicam que intervenções baseadas em jogos cognitivos, atividades de memória, inclusão digital e estratégias educativas favorecem não apenas o desempenho intelectual, mas também aspectos emocionais e sociais, como autoestima, autonomia e participação social.

5 DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados evidencia que a estimulação cognitiva em idosos tem sido investigada sob diferentes perspectivas metodológicas, abrangendo intervenções presenciais, digitais e multimodais. De modo geral, os resultados apontam convergência quanto à eficácia dessas estratégias na manutenção ou melhoria do desempenho cognitivo, além de impactos positivos em aspectos emocionais, sociais e funcionais dos idosos.

No estudo de Firmino *et al.* (2025) a aplicação de um programa de estimulação cognitiva online demonstrou melhora significativa na atenção e no uso de estratégias cognitivas, além de redução leve de sintomas depressivos. Esse achado reforça que intervenções mediadas por tecnologia podem ser eficazes mesmo em contextos de distanciamento social, ampliando o acesso dos idosos a programas de estimulação e

demonstrando que a aprendizagem e o treino cognitivo permanecem possíveis ao longo da vida.

Complementando essa perspectiva, Moreira (2024) destaca que intervenções psicoeducativas associadas à estimulação cognitiva não beneficiam apenas os idosos, mas também seus cuidadores, favorecendo a organização das atividades diárias e o suporte familiar. Esse resultado evidencia que a estimulação cognitiva não deve ser compreendida como uma prática isolada, mas integrada ao contexto social do idoso, tal abordagem amplia a compreensão da intervenção psicopedagógica, que passa a envolver não apenas o sujeito em envelhecimento, mas também sua rede de apoio, fortalecendo o processo de aprendizagem e adaptação às limitações cognitivas.

A importância da dimensão relacional no processo de estimulação é reforçada por Guimarães (2025) cujo estudo demonstra que o acolhimento, o vínculo afetivo e o acompanhamento sistemático favorecem a participação dos idosos nas atividades cognitivas e contribuem para melhorias na memória funcional e no engajamento nas tarefas, evidenciando que a eficácia da intervenção não depende somente do tipo de atividade aplicada, mas também da qualidade da mediação profissional e da relação estabelecida com o idoso. Nesse sentido, a atuação psicopedagógica mostra-se particularmente relevante, pois envolve escuta, compreensão das dificuldades individuais e planejamento de estratégias adaptadas ao ritmo e às necessidades de cada sujeito.

Entre os estudos experimentais com abordagem tecnológica e multimodal, Chaipunko *et al.* (2024) identificaram melhorias significativas na flexibilidade cognitiva, controle inibitório e tempo de reação após treinamento cognitivo integrado ao movimento corporal por meio de realidade aumentada, reforçando que intervenções que associam estímulos cognitivos e motores tendem a potencializar resultados, sugerindo que o funcionamento cognitivo está intimamente relacionado à atividade física e ao engajamento corporal. De forma semelhante, Du *et al.* (2024) ao desenvolverem um exergame³ em realidade virtual voltado ao treino de inibição cognitiva, demonstraram que ambientes imersivos podem favorecer o treinamento contínuo e motivador das funções executivas, contribuindo para maior adesão dos idosos às atividades propostas.

Resultados próximos são observados no estudo de Justo-Henriques *et al.* (2025) no qual um programa estruturado de estimulação cognitiva com duração de 12 semanas promoveu melhora da cognição global, das funções executivas e redução de sintomas

³ São videogames que exigem um esforço físico maior quando comparados com os videogames tradicionais.

depressivos. Esse estudo reforça a importância da sistematicidade das intervenções, indicando que programas contínuos e organizados tendem a produzir efeitos mais consistentes do que atividades pontuais. Na mesma perspectiva, Muñoz-Perete *et al.* (2025) verificaram que a combinação entre estimulação cognitiva e treinamento físico resultou em melhorias na atenção, fluência verbal, velocidade de processamento e equilíbrio, além da redução do risco de quedas.

No campo especificamente psicopedagógico, Santos e Silva (2021) evidenciam que o psicopedagogo pode atuar diretamente na reabilitação cognitiva do idoso, auxiliando na reconstrução de conhecimentos, no fortalecimento da autonomia e na reinserção social. Esse resultado amplia a compreensão tradicional da Psicopedagogia, historicamente vinculada ao contexto escolar, demonstrando sua pertinência também no atendimento a adultos e idosos. A intervenção psicopedagógica, nesse sentido, passa a assumir caráter preventivo e terapêutico, contribuindo para a manutenção das capacidades cognitivas e para o fortalecimento da identidade do sujeito.

De forma complementar, Garcia e Kratzer (2023) mostram que estratégias psicopedagógicas como jogos, exercícios de memória, inclusão digital e atividades lógico-cognitivas favorecem não apenas o desempenho intelectual, mas também a autoestima, a socialização e a qualidade de vida, comprovando que a estimulação cognitiva ultrapassa a dimensão puramente neuropsicológica, envolvendo aspectos emocionais e sociais fundamentais para o envelhecimento ativo. A ludicidade, a interação e o significado das atividades emergem como elementos centrais para a adesão do idoso ao processo de estimulação.

Fredrez (2022) reforça essa perspectiva ao destacar que a intervenção psicopedagógica baseada em atividades lúdicas e estimulantes contribui para minimizar o declínio cognitivo e promover desenvolvimento intelectual e social. Esse estudo aponta que a aprendizagem permanece possível na velhice e que a mediação adequada pode favorecer a reorganização de estratégias cognitivas, demonstrando que o envelhecimento não implica necessariamente perda irreversível das capacidades mentais.

De modo geral, a análise conjunta dos estudos revela três aspectos centrais. Primeiro, há consenso de que a estimulação cognitiva produz benefícios mensuráveis no desempenho mental dos idosos, independentemente do formato utilizado. Segundo, intervenções que consideram fatores emocionais, sociais e relacionais tendem a apresentar melhores resultados, reforçando a importância do vínculo profissional e do contexto de vida do idoso. Terceiro, a

atuação psicopedagógica mostra-se especialmente pertinente por integrar dimensões cognitivas, educativas e afetivas, possibilitando intervenções personalizadas e significativas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo possibilitou uma compreensão acerca do papel do psicopedagogo na estimulação cognitiva de idosos, evidenciando que a aprendizagem e o desenvolvimento cognitivo não se restringem às fases iniciais da vida, mas permanecem possíveis e significativos ao longo do envelhecimento. A partir da análise da literatura científica, foi possível constatar que o envelhecimento humano, embora envolva mudanças naturais nas funções cognitivas, não deve ser compreendido como um processo homogêneo ou exclusivamente marcado por perdas irreversíveis. Ao contrário, fatores educacionais, psicossociais, emocionais e culturais exercem influência direta na forma como a cognição se manifesta na velhice.

Os estudos analisados demonstram que a estimulação cognitiva configura-se como uma estratégia eficaz na promoção da saúde mental, da autonomia funcional e da qualidade de vida dos idosos. Intervenções baseadas em jogos cognitivos, atividades lúdicas, exercícios de memória, inclusão digital, práticas de reminiscência e estratégias multimodais apresentaram resultados positivos na manutenção ou melhora de funções como atenção, memória, linguagem e funções executivas. Além disso, observou-se que tais intervenções também repercutem positivamente em aspectos emocionais e sociais, como autoestima, engajamento social e redução de sintomas depressivos, reforçando o caráter integral da estimulação cognitiva.

Diante do exposto, os achados desta revisão reforçam a importância da atuação do psicopedagogo, que mostra-se particularmente relevante ao integrar dimensões cognitivas, educativas e afetivas no atendimento à pessoa idosa. Diferentemente de abordagens centradas apenas na reabilitação de *déficits*, a psicopedagogia assume um papel preventivo e promotor de saúde, valorizando a história de vida, os interesses, o ritmo de aprendizagem e as potencialidades preservadas da pessoa idosa. O psicopedagogo atua como mediador do processo de aprendizagem, favorecendo a construção de estratégias cognitivas significativas e contribuindo para a manutenção da autonomia e da participação social na velhice.

REFERÊNCIAS

- ANJOS, Nathalia Mattos dos et al. Fisiologia do envelhecimento: desafios e estratégias para promover um envelhecimento saudável. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 7, p. e16301-e16301, 2025.
- ARAUJO, Júlia; SILVEIRA, Giselda. Relação entre a Neurociência e o Processo de Ensino-Aprendizagem na Terceira Idade: Estratégias de Estimulação Cognitiva (Psicologia). **Repositório Institucional**, v. 2, n. 2, 2024.
- BAHIA, Liege Mascarenhas; MASCARENHAS, Livia Corrêa da Trindade. A promoção do envelhecimento cognitivo saudável. **A complexidade do envelhecimento humano: Para além da dimensão biológica**, 2023.
- BENGE, Jared F.; SCULLIN, Michael K. A meta-analysis of technology use and cognitive aging. **Nature human behaviour**, p. 1-15, 2025.
- BOLZAN, Lara Gonçalves de Moraes et al. compreendendo os efeitos do envelhecimento na função cognitiva: explorando estratégias de intervenção contra o ALZHEIMER. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 2, p. 2620-2630, 2025.
- CAMPOS, Maria Concebida Ricardo de; KREBS, Luciana Zasso. A importância da estimulação cognitiva em idosos à luz da psicogerontologia. **Ciências Humanas**, Volume 29 – Edição 153/DEZ 2025. 2025.
- CHAIPUNKO, Sirinun et al. A pretest-posttest pilot study for augmented reality-based physical-cognitive training in community-dwelling older adults at risk of mild cognitive impairment. **arXiv preprint arXiv:2404.18970**, 2024.
- CHO, Isu; GUTCHESS, Angela. How age and culture influence cognition: A lifespan developmental perspective. **Developmental Review**, Volume 75, 2025.
- COCHAR-SOARES, Natália; DELINOCENTE, Maicon Luís Bicigo; DATI, Livia Mendonça Munhoz. Fisiologia do envelhecimento: da plasticidade às consequências cognitivas. **Revista neurociências**, v. 29, 2021.
- CUNHA, Karina Miranda Machado Borges et al. Psicopedagogia para idosos. **Revista Gestão & Tecnologia**, v. 2, n. 31, p. 3-12, 2020.
- DEERY, Hamish A. et al. The older adult brain is less modular, more integrated, and less efficient at rest: A systematic review of large-scale resting-state functional brain networks in aging. **Psychophysiology**, v. 60, n. 1, p. e14159, 2023.
- DU, Qiuxin et al. LightSword: a customized virtual reality exergame for long-term cognitive inhibition training in older adults. In: **Proceedings of the 2024 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems**. 2024. p. 1-17.
- ERICKSON, Kirk I. et al. Cognitive aging and the promise of physical activity. **Annual Review of Clinical Psychology**, v. 18, n. 1, p. 417-442, 2022.

FIRMINO, Rafael Gomes et al. Cognitive stimulation in older adults: an online intervention proposal during the pandemic. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 33, p. e3508, 2025.

FIRMINO, Rafael Gomes et al. Estimulação cognitiva em idosos: uma proposta de intervenção online em tempos de pandemia. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 33, p. e3508, 2025.

FREDREZ, Sabrina. Contribuições Psicopedagógicas e a Intervenção Com Idosos. **Revista Acadêmica Online**, v. 8, n. 38, p. e905-e905, 2022.

GALVÃO, Elaine Rodrigues; SOUSA, Léa Barbosa de. Contribuições Psicopedagógicas e a Intervenção Com Idosos/Psychopedagogy And its Contributions and Intervention with Elderly. ID on line. **Revista de psicologia**, v. 14, n. 51, p. 727-744, 2020.

GONÇALVES, Júlia Eugênia. Psicopedagogia para adultos e idosos: diagnóstico e intervenção. **Digitaliza Conteúdo**, 2020.

GUIMARÃES, Adrianna Flávia de Figueiredo Melo Pereira. O acolhimento e a vinculação ao idoso no processo de estimulação cognitiva: uma intervenção psicopedagógica. **Anais do XIII Congresso brasileiro de psicopedagogia e VII Simpósio internacional de psicopedagogia da ABP**. 2025.

HANUSHEK, Eric A. et al. Age and cognitive skills: Use it or lose it. **Science Advances**, v. 11, n. 10, p. eads1560, 2025.

HEIPHETZ, Larisa; OISHI, Shigehiro. Viewing development through the lens of culture: Integrating developmental and cultural psychology to better understand cognition and behavior. **Perspectives on Psychological Science**, v. 17, n. 1, p. 62-77, 2022.

JUSTO-HENRIQUES, Susana I. et al. Effectiveness of a cognitive stimulation program in older adults with mild neurocognitive disorder: Insights from fNIRS analysis in a randomized controlled trial. **Neurology International**, v. 17, n. 7, p. 108, 2025.

KORNADT, Anna E. et al. Views on ageing: A lifespan perspective. **European Journal of Ageing**, v. 17, n. 4, p. 387-401, 2020.

KRATZER, Monika; GARCIA, Rosamaria Rodrigues. Atuação psicopedagógica na educação gerontológica para um envelhecimento saudável. **Revista Psicopedagogia**, v. 40, n. 122, p. 245-256, 2023.

LIMA, Ana Yasmim Gomes de et al. Resiliência na terceira idade: Percepções de idosos que frequentam um grupo de convivência. **Ciência ET Praxis**, v. 21, n. 36, p. 195-210, 2025.

LIMA, Heloisa Silva. A atuação psicopedagógica em instituições de longa permanência para idosos. **Trabalho de Conclusão de Curso** apresentado para Universidade Federal da Paraíba, 28 f. João Pessoa, 2024.

LIMA, Janaina Ribeiro de Lima et al. O impacto da prática de atividade física na cognição durante o envelhecimento: uma revisão integrativa da literatura. **Ciências da Saúde**, Volume 29 – Edição 145/ABR 2025. 2025.

MORANDO, Eunice Maria Godinho. Temas sobre Envelhecimento. **Editora Appris**, 2022.

MOREIRA, Ana Paula Bagli. Psicoeducação com enfoque em estimulação cognitiva para cuidadores de idosos com diagnóstico de doença de Alzheimer. 2024. **Tese de Doutorado**. Universidade de São Paulo.

MUÑOZ-PERETE, Juan Miguel et al. Cognitive Stimulation and Strength Training in Older Adults with Mild Cognitive Impairment: A Randomized Controlled Trial. **Diagnostics**, v. 15, n. 12, p. 1477, 2025.

OLIVEIRA, Camilla Sobral Amaral de. O atendimento do psicopedagogo: adultos/idosos com perda cognitiva (ALZHEIMER). **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 3, p. 1408-1414, 2022.

OLIVEIRA, Gunaro Lucas dos Santos de. Terapêutica da doença de Alzheimer e comprometimento cognitivo leve baseada em intervenções combinadas ou personalizadas: revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados. **Dissertação** (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências Biológicas, Programa de Pós-Graduação em Neurociências, Florianópolis, 2025.

OLIVEIRA, Thais Melo Pereira de et al. Práxis psicopedagógica com idosos institucionalizados: desenvolvimento de aptidões cognitivas. **IV Congresso Nacional de Educação (Conedu)**. 2025.

OLIVEIRA, Wellington Lourenço et al. Higher purpose in life and education were associated with better cognition among older adults. **Arquivos de Neuro-psiquiatria**, v. 82, n. 03, p. 001-010, 2024.

PEREIRA, Fernanda Amaral; OLIVEIRA, Antônio José Figueiredo de. Atividades cognitivas e envelhecimento cognitivo saudável: perspectiva psicológica. **Revista Mythos**, v. 21, n. 2, p. 105-113, 2024.

RAMOS, Carla et al. Envelhecer na perspectiva psicológica e social: Promoção da saúde, qualidade de vida e estimulação cognitiva no idoso. Olhares sobre o envelhecimento. **Estudos interdisciplinares**, vol. I, p. 217-228, 2021.

SANTOS, Fabiana Ferreira Oliveira; SILVA, Alessandra Aparecida dos Santos. O trabalho do psicopedagogo na reabilitação cognitiva do idoso. **Revista Psicopedagogia**, v. 38, n. 116, p. 240-253, 2021.

SILVA, Edivan Gonçalves da; EULÁLIO, Maria do Carmo. Resiliência para uma velhice bem-sucedida: mecanismos sociais e recursos pessoais de proteção. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 42, p. e234261, 2022.

SILVA, Eduarda; GONÇALVES, Bruno; VAZ, Cátia. As tecnologias digitais na educação e formação de cuidadores formais de Alzheimer. **In: VIII Conferência Ibérica de Inovação na Educação com TIC: ieTIC**. 2022. p. 182-196.

SILVA, Genivalda Santos da et al. Impactos da prática de exercícios físicos na qualidade de vida da pessoa idosa: revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e5789-e5789, 2021.

SILVA, José Vitor da. Envelhecimento Humano: abordagens interdisciplinares e contemporâneas. **Editora Dialética**, 2022.

SOUZA, Jonas Gordilho et al. Social isolation, loneliness, and cognitive performance in older adults: evidence from the ELSI-Brazil study. **The American Journal of Geriatric Psychiatry**, v. 31, n. 8, p. 610-620, 2023.

SOUZA, Jonas Gordilho et al. Social isolation, loneliness, and cognitive performance in older adults: evidence from the ELSI-Brazil study. **The American Journal of Geriatric Psychiatry**, v. 31, n. 8, p. 610-620, 2023.

THOME, Anna Beatriz Nascimento et al. O uso de jogos para a estimulação cognitiva da memória curta na população idosa. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 5, p. e74021-e74021, 2024.

XIA, Ying et al. The Impact of Social Support and Resilience on Cognitive Function in Older Adults With Mild Cognitive Impairment: A Cross-Sectional Study. **Public Health Nursing**, 2025.

ZHANG, Shiyan et al. The effect of aerobic exercise on cognitive function in people with Alzheimer's disease: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. **International journal of environmental research and public health**, v. 19, n. 23, p. 15700, 2022.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, por ter me concedido força, sabedoria e perseverança para concluir esta etapa da minha vida. Em segundo lugar, à minha família, que esteve ao meu lado durante toda a jornada acadêmica, oferecendo apoio incondicional e encorajamento nos momentos de dificuldade. Em especial, à minha mãe, Débora; ao meu pai, Ariosvaldo; e às minhas irmãs, Adrielly e Arielly. Sem o amor, a compreensão e o incentivo de vocês, essa conquista não teria sido possível. Expresso também minha gratidão aos professores do Departamento de Psicopedagogia da UFPB, especialmente à minha orientadora, Profa. Ms. Márcia Paiva de Oliveira. Seu vasto conhecimento, sua paciência, sua generosidade e seu constante apoio foram fundamentais para a conclusão deste trabalho, proporcionando não apenas direcionamento técnico, mas também inspiração para seguir em frente. Por último, e não menos importante, agradeço também à Profa. Dra. Sandra Cristina Moraes de Souza, por sua disponibilidade e por ter aceitado compor a banca examinadora, sendo sua experiência e seu conhecimento de grande importância para este momento.