

CURSO DE LICENCIATURA EM TERAPIA OCUPACIONAL

UC ANÁLISE E ADAPTAÇÃO DE ATIVIDADES III

Programa de Estimulação Cognitiva e Sensorial
Caderno nº I

Texto de Apoio à Unidade Curricular

Índice

1. Introdução	3
2. Fundamentação teórica	3
3. Conclusão.....	6
Bibliografia	6
Programa	8

1. Introdução

A Unidade Curricular (UC) de “Análise e Adaptação de Atividades III” relaciona-a com o raciocínio clínico e o processo de Terapia Ocupacional nas diferentes áreas e competências de desempenho, no contexto da função motora, cognitiva, psicossocial e ao longo da vida, em diferentes contextos de prática direcionando-o para a população idosa.

O aluno é conduzido a selecionar/planear atividades com a finalidade de promover as habilidades cognitivas, sensório/motoras e/ou psicossociais, analisar os aspetos da vida quotidiana e a complexidade das atividades e suas especificidades permitindo o desenvolvimento de competências.

Apresenta-se um exemplo de programa de intervenção no âmbito da estimulação sensorial e cognitiva para idosos, com o objetivo de aplicar os conteúdos teórico-práticos integrados em contexto de sala. No entanto, caso o aluno pretender utilizar este Caderno nº 1, deverá realizar as adaptações pertinentes, conforme avaliação prévia efetuada aos clientes ou potenciais utilizadores.

Assim sendo, o objetivo fundamental deste primeiro caderno para a UC de Análise e Adaptação de Atividades III, é permitir que o aluno consiga analisar as tarefas e ocupações relacionadas com as diferentes áreas de desempenho ocupacional, tendo em conta as competências de desempenho e os fatores inerentes ao cliente, de forma a identificar e selecionar as atividades e ocupações adaptadas e graduadas, relevantes e significativas, que suportam os objetivos da intervenção.

2. Fundamentação teórica

As demências consistem numa perturbação neurocognitiva major, que afeta cerca de 0,5% da população mundial e 5, 91% da população acima de 60 anos, e que se manifesta pela presença de um declínio significativo do funcionamento cognitivo que não constitui parte do envelhecimento normal e que interfere com o desempenho das atividades de vida diária do indivíduo^{1,2,3}. Além do anteriormente referido é ainda importante salientar que, indivíduos com demência apresentam deterioração a nível social, sendo que podem

ainda apresentar alguns sintomas psicológicos e comportamentais tais como ansiedade, alucinações, delírios, agitação e agressividade^{4,5}.

As alterações cognitivas presentes nas demências passam por alterações ao nível da memória, pensamento abstrato, orientação, compreensão, cálculo, linguagem e ainda a capacidade de tomada de decisão e de julgamento, o que explica os défices acima supracitados^{1,6,7}.

É ainda importante referir que existem diferentes tipos de demências, nomeadamente a doença de Alzheimer, a demência vascular, a demência por corpos de Lewis e ainda a demência frontotemporal, também denominada como demência de Pick^{6,8}, sendo estas as mais prevalentes.

Concluindo, estas problemáticas apresentam um elevado impacto na vida do cliente provocando uma grande desorientação e dependência para realização de atividades básicas da vida diária^{2,9}.

No que diz respeito a estes clientes, nomeadamente aqueles que se encontram em contexto institucional geriátrico e psiquiátrico, é importante salientar a presença, na maior parte das situações, de alterações a nível comportamental e psiquiátrico⁵, uma vez que além do processo demencial existente na maioria deles, outras problemáticas de carácter psiquiátrico associadas o que acentua este tipo de sintomatologia, bem como a suas consequências, entre as quais se destacam os problemas sociais e as dificuldades ao nível da orientação.

No que concerne à intervenção neste tipo de problemáticas por parte da Terapia Ocupacional, esta consiste, fundamentalmente, na intervenção ao nível da estimulação cognitiva, a estimulação sensorial e ainda terapia de orientação para a realidade¹⁰.

A estimulação cognitiva constitui uma abordagem não específica, onde são realizadas diversas atividades com o intuito de, como o seu nome indica, estimular cognitivamente os participantes, sendo que esta não persegue o desenvolvimento de uma competência cognitiva específica mas sim, a melhoria das competências cognitivas de um modo geral^{11,12}. Deste modo, a estimulação cognitiva pode recorrer a componentes de outras terapias, nomeadamente terapias de reminiscências, orientação para a realidade e ainda atividades sociais e sensoriomotoras^{2,11}. A utilização da estimulação cognitiva neste tipo de problemática tem como intuito a manutenção das competências existentes, uma vez

que na presença de défices cognitivos graves, característica da população alvo, a aquisição de competências cognitivas específicas é complicada^{12,13}.

Assim sendo, a estimulação cognitiva tem como efeitos a prevenção do declínio cognitivo², mas também a melhoria do bem-estar e qualidade de vida dos clientes e dos seus cuidadores, uma vez que a pressão colocada nestes é menor quando o cliente possui mais capacidades^{12,14,15}. Além do anteriormente referido é ainda importante salientar que este tipo de intervenção possui ainda benefícios a nível da comunicação e da interação social de indivíduos com demência^{15,16}.

Tanto no processo normal de envelhecimento, como em patologias demenciais, existem alterações a nível sensorial que provocam um aumento das dificuldades na perceção do espaço em que o cliente se encontra o que constitui um fator agravante para os défices ao nível da orientação, uma vez que estes não dependem somente de competências cognitivas, mas também de competências sensoriais¹⁷. Assim sendo, a componente sensorial constitui um elemento fulcral na orientação, uma vez que permite ao cliente compreender e percecionar de forma adequada o local onde se encontra, pois, mesmo não conseguindo identificar de que local se trata, este poderá recorrer a pistas ambientes de forma a orientar-se espacialmente^{18,19}.

Esta tipologia de intervenção possui ainda resultados favoráveis nas competências cognitivas e na interação social, apresentando os clientes maior desinibição para explorar o ambiente em que se encontram bem como partilhar preferências, interesses e experiências^{17,20}. Deste modo, destaca-se a importância/relevância de realização de atividades com uma componente sensorial, de forma a estimular e manter as competências sensoriais do cliente, entre as quais se destaca a utilização de música como recurso terapêutico e a aromaterapia^{4, 18, 21}.

Por fim, no que diz respeito às terapias de orientação para a realidade, estas consistem numa técnica importante de estimulação cognitiva, como referido anteriormente, a qual se baseia na reaprendizagem de informações de modo a permitir o melhor conhecimento do cliente bem como, do espaço e tempo em que este se encontra, desenvolvendo assim o cliente um sentido de controlo e autoestima. A realização deste tipo de sessões deve ir de encontro aos interesses dos clientes, valorizando a espontaneidade dos mesmos durante a sua participação e fornecendo pistas verbais e visuais sempre que necessário².

22.

3. Conclusão

A realização destas sessões irá possibilitar a estimulação da orientação alopsíquica dos clientes, bem como a sua estimulação cognitiva e sensorial, de forma a manter as competências que cada cliente possui, prevenindo/retardando o declínio das mesmas, sendo estas uma característica da condição clínica da população alvo do projeto elaborado.

Através da aplicação desde projeto pretende-se melhorar a capacidade de resposta do local a aplicar estas atividades, no que diz respeito às intervenções na população alvo referenciada, permitindo uma maior participação dos clientes em atividades que lhes são significativas durante um período o mais alargado possível, bem como estimular os clientes de forma a obter o melhor desempenho possível, tendo em conta as suas limitações, de acordo com os princípios de intervenção da Terapia ocupacional.

Concluindo, a intervenção delineada no contexto deste projeto, deverá ser aplicada por um profissional de Terapia Ocupacional, seguindo os modelos delineadores da prática da Terapia Ocupacional e recorrendo a técnicas e estratégias adequadas de forma a atingir os objetivos pretendidos, realizando atividades significativas para os clientes, auxiliando os mesmos no decorrer das atividades, e adaptando-as sempre que necessário, o que permitirá alcançar os objetivos propostos.

Bibliografia

1. Association A.P. Manual diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais:- DSM-5. Editora A, editor. 2014.
2. Carrion C, Aymerich M. Cognitive Psychosocial Intervention in Dementia : A Systematic Review. 2013;363–75.
3. Santana I, Farinha F, Freitas S, Rodrigues V, Carvalho Á. Estimativa da prevalência da demência e da doença de Alzheimer em Portugal. Acta Med Port. 2015;7:182–8.
4. Gonzales R, Bartlett J, Besser R, Cooper R, Hickner J, Hoffman J, et al. Sensory stimulation in dementia. 2002;325(December):1312–3.
5. Cohen-mansfield J. Nonpharmacologic Interventions for Psychotic Symptoms in Dementia. 2003;219–24.

6. Cunningham EL, McGuinness B, Herron B, Passmore AP. Dementia. *Ulster Med J* [Internet]. 2015;84(2):79–87. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26170481> <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC4488926>
7. Logiudice D, Watson R. Dementia in older people: An update. *Intern Med J*. 2014;44(11):1066–73.
8. Ferencz B, Gerritsen L. Genetics and Underlying Pathology of Dementia. *Neuropsychol Rev*. 2015;25(1):113–24.
9. Cotelli M, Manenti R, Zanetti O. Reminiscence therapy in dementia: A review. *Maturitas* [Internet]. 2012;72(3):203–5. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.maturitas.2012.04.008>
10. Yuill N, Hollis V. A systematic review of cognitive stimulation therapy for older adults with mild to moderate dementia: An occupational therapy perspective. *Occup Ther Int*. 2011;18(4):163–86.
11. Huntley JD, Gould RL, Liu K, Smith M, Howard RJ. Do cognitive interventions improve general cognition in dementia? A meta-analysis and meta-regression. 2015;(table 1):1–12.
12. Orrell M, Aguirre E, Spector A, Hoare Z, Woods RT, Streater A, et al. Maintenance cognitive stimulation therapy for dementia: single-blind , multicentre , pragmatic randomised controlled trial. 2014;454–61.
13. Woods B, Aguirre E, Ae S, Orrell M. Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia (Review). *Cochrane database Syst Rev*. 2012;(2).
14. Milders M, Bell S, Psychol C, Lorimer A, Psychol DC, Macewan T, et al. Cognitive stimulation by caregivers for people with dementia. *Geriatr Nurs (Minneap)* [Internet]. 2013;34(4):267–73. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.gerinurse.2013.03.003>.
15. Aguirre E, Woods RT, Spector A, Orrell M. Cognitive stimulation for dementia : A systematic review of the evidence of effectiveness from randomised controlled trials. *Ageing Res Rev* [Internet]. 2013;12(1):253–62. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.arr.2012.07.001>.
16. Folkerts A, Roheger M, Franklin J, Middelstädt J, Kalbe E. Cognitive interventions in patients with dementia living in long-term care facilities : Systematic review and meta-analysis. *Arch Gerontol Geriatr* [Internet].

- 2017;73(January):204–21. Available from:
<http://dx.doi.org/10.1016/j.archger.2017.07.017>
17. Baker R, Holloway J, Holtkamp CCM, Larsson A, Hartman LC, Pearce R, et al. Effects of multi-sensory stimulation for people with dementia. 2003;43(5):465–77.
18. Behrman S, Chouliaras L, Ebmeier KP. Considering the senses in the diagnosis and management of dementia. *Maturitas* [Internet]. 2014;77(4):305–10. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.maturitas.2014.01.003>
19. Strøm BS, Ytrehus S, Grov E. Sensory stimulation for persons with dementia : a review of the literature. 2016;(0319):1805–34.
20. Ozdemir L, Akdemir N. Effects of multisensory stimulation on cognition , depression and anxiety levels of mildly-affected alzheimer ’ s patients. *J Neurol Sci* [Internet]. 2009;283(1–2):211–3. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jns.2009.02.367>
21. Ueda T, Suzukamo Y, Sato M, Izumi S. Effects of music therapy on behavioral and psychological symptoms of dementia : A systematic review and meta-analysis. *Ageing Res Rev* [Internet]. 2013;12(2):628–41. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.arr.2013.02.003>
22. Camargo CHF, Justus FF, Retzlaff G. The Effectiveness of Reality Orientation in the Treatment of Alzheimer’s Disease. *Am J Alzheimers Dis Other Demen*. 2015;30(5):527–536.

Programa

As atividades apresentadas, nas páginas a seguir, são um exemplo de intervenção que, como comenado previamente, deverão ser adaptadas conforme a necessidade dos participantes.

Caderno N° 1
Texto de Apoio à Unidade Curricular
“Programa de Estimulação Cognitivo/Sensorial”

PROFº FRANCISCO JAVIER VIDAL BARRANTES

Fevereiro 2023

O Calendário

Vamos ver o calendário deste mês e identificar quais os dias mais significativos

Exemplo: Ano Novo; algum aniversário, etc

Objetivos: Estimulação cognitiva e orientação temporal



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a orientação temporal, bem como a interação entre elementos do grupo.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, passando posteriormente à atividade principal.	
Atividade Principal	Nesta atividade deverá ser inicialmente questionado os utentes em que mês, ano e dia nos encontramos. Seguidamente será pedido aos utentes que refiram alguns eventos/ festividades características do mês em que se encontram, bem como o dia em que ocorre essa festividade recorrendo para isso à ajuda do calendário. Por fim, os utentes deverão decorar o espaço e volta do calendário tendo em conta as características das festividades associadas a esse mês.	<ul style="list-style-type: none">- Lápis de cor- Marcadores- Calendário- Mesas- Cadeiras- Imagens alusivas às festividades
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na sessão, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Seguidamente será questionado aos utentes se gostaram da sessão, terminando assim a mesma ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: modelagem, moldagem, feedback, reforço positivo, escuta ativa, pistas verbais e visuais e instruções simples e claras.

Aniversários

Os utentes deverão fazer um quadro, semelhante ao da figura, representando os seus aniversários, bem como os aniversários dos colegas da unidade, para posteriormente ser afixado na unidade

Objetivos: Estimulação cognitiva,
orientação temporal



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a orientação temporal, bem como a interação e conhecimento dos diferentes elementos do grupo.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal.	<ul style="list-style-type: none">- Quadro referente aos aniversários com diferentes meses do ano.- Fotografias dos utentes- Fio- Número do dia em que cada utente faz anos de forma a colocar na fotografia correspondente.
Atividade Principal	Nesta atividade deverá ser pedido aos utentes que refiram o dia do seu aniversário, bem como o dos colegas. Estes devem com a ajuda do terapeuta colocar as fotografias de cada um dos utentes no mês correspondente, colando num dos cantos da fotografia o dia do mês do seu aniversário. Deste modo será construído um quadro com os aniversários de todos os utentes que deverá ser afixado na unidade de forma a poder ser visualizado por todos os utentes. É importante referir que alguns dos utentes podem não se recordar de qual o dia do seu aniversário, devendo ser realizada uma recolha dessa informação previamente à sessão de forma a ajudar os utentes.	
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na sessão. Seguidamente será questionado aos utentes se gostaram da sessão, terminando assim a mesma ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: modelagem, moldagem, feedback, escuta ativa, pistas verbais e visuais e instruções simples e claras.

Dominó sensorial

Os utentes terão oportunidade de jogar dominó com diferentes texturas, tendo estes que associar as texturas.



Objetivos: Estimulação cognitiva e sensorial
(tátil e visual)

Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a estimulação cognitiva, bem como a estimulação sensorial tátil.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal.	
Atividade Principal	Nesta atividade deverá ser pedido aos utentes que realizem o jogo do dominó, no qual os utentes deverão retirar sete peças do baralho e em seguida, seguindo as regras do dominó, colocarem as diferentes peças tendo em consideração a textura das peças. Assim sendo, em vez de ter números, o dominó em questão terá tecidos com diferentes texturas e cores, devem os utentes estabelecer a correspondência entre as peças de forma a poderem jogar.	<ul style="list-style-type: none">- Cadeiras- Mesas- Dominó sensorial
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre a atividade realizando uma pequena discussão sobre as diferentes texturas do dominó, referindo qual a que os utentes mais gostaram, qual a mais suave, etc. Por fim, deverá ainda ser questionado aos utentes se gostaram da sessão, terminando assim a mesma ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: modelagem, moldagem, reforço positivo, feedback, escuta ativa, pistas verbais, pistas visuais e instruções simples e claras.

Dia da Liberdade



Com arame e papel crepe, os utentes deverão confeccionar cravos, alusivos ao dia 25 de Abril.

Objetivos: Estimulação sensorial (tátil e visual) e orientação temporal



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a estimulação sensorial tátil e visual e orientação temporal.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal.	<ul style="list-style-type: none">- Cadeiras- Mesas- Tesoura- Papel creme verde e vermelho- Cola- Arame
Atividade Principal	Nesta atividade deverá ser pedido aos utentes que utilizando arame e papel creme confecione cravos alusivos ao dia 25 de Abril. Inicialmente os utentes deverão recortar uma tira de papel creme vermelho fazendo num dos lados recortem curvas de forma a formar o efeito de pétalas. Em seguida, a tira de papel deverá ser encolada em volta de um arame colando inicialmente uma ponta e voltando a colar a outra ponta após encolar toda a tira e ter formado a flor. Finalmente deve ser colada uma pequena tira de papel crepe verde no pé da flor em volta do arame.	
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre a atividade realizando uma pequena discussão sobre a festividade que se aproxima, devendo juntamente com os utentes fazer uma reflexão sobre a história do dia da liberdade. Por fim, deverá ainda ser questionado aos utentes se gostaram da sessão, terminando assim a mesma ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: modelagem, moldagem, reforço positivo, feedback, escuta ativa, pistas verbais, pistas visuais e instruções simples e claras.

Santos Populares

Inicialmente é mostrado um manjerico feito com materiais reciclados e, posteriormente, é fornecido material a cada utente, para que cada um possa elaborar um manjerico em cartolina e enfeitá-lo ao seu gosto.

Ao longo da atividade é colocada música ambiente, referente aos Santos Populares.

**Objetivos: Estimulação cognitiva e sensorial
(tátil e visual) e orientação temporal**

A parte de cima do manjerico é feito com jornais, com o objetivo de formar uma bola grande; depois cortar em retângulos o papel crepe verde, fazer pequenas bolas com esse papel e depois feitas as pequenas bolas, colamos com cola branca no papel do jornal. A base do manjerico é feita com um copo descartável branco. Após explicado os passos para a realização do manjerico, é pedido que os participantes fiquem com diferentes tarefas como: cortar o papel crepe verde em tiras, cortar as tiras em retângulos pequenos, fazer bolas pequenas com os retângulos do papel crepe e fazer bolas grande com folhas de papel de jornal.



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são promover a motricidade manual e a coordenação uni e bilateral; aumentar a interação entre pares; promover a criatividade; promover a atenção e concentração; aumentar a orientação temporal, promover o sentido tátil e da visão.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	<ul style="list-style-type: none">- Jornal- Papel crepe- Cola branca- Copo de plástico descartável- Tesouras- Mesas- Cadeiras
Atividade Principal	Inicialmente deve ser abordado o tema dos santos populares, lembrando quais os santos e em que dia se celebra cada um deles. De seguida, é mostrado um manjerico feito com materiais reciclados e, posteriormente, é fornecido material aos utentes, para que cada um possa elaborar um manjerico em cartolina e enfeitá-lo ao seu gosto. Ao longo da atividade é colocada música ambiente, referente aos Santos Populares.	
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Os utentes devem ainda referir se gostaram da atividade. De seguida o terapeuta deve reforçar positivamente a presença e o desempenho do grupo, despedindo-se, e ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras. Prof^o Francisco Javier Vidal Barrantes

Sardinhas

Os utentes deverão pintar desenhos de sardinhas que lhes vão ser fornecidos, lembrando assim que é um alimento característico da época festiva em que se encontram.

Objetivos: Estimulação cognitiva e sensorial (visual) e orientação temporal



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são promover a motricidade manual e a coordenação unilateral; aumentar a interação entre pares; promover a criatividade; promover a atenção e concentração; aumentar a orientação temporal, promover o sentido da visão.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	- Folhas com desenhos de sardinhas - Lápis de cor - Mesas - Cadeiras
Atividade Principal	Inicialmente deve ser abordado o tema dos santos populares, lembrando quais os santos e em que dia se celebra cada um deles. De seguida deve ser abordado o tema da alimentação nesta época festiva, fazendo lembrar os utentes um alimento muito característico de tal – as sardinhas. Assim sendo, será proposto aos utentes que estes pintem, cada um a seu gosto, sardinhas, para posteriormente serem afixadas na unidade, como forma de enfeite da época.	
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Seguidamente será questionado aos utentes se gostaram da sessão, terminando assim a mesma ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras.

A que cheira?

Os utentes terão oportunidade de cheirar diferentes fragâncias, de forma a identificá-las.

Objetivos: Estimulação sensorial
(olfativa)



Data: ___/___/___ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a orientação temporal e espacial, bem como a melhoria do desempenho cognitivo, interação entre elementos do grupo e estimulação sensorial olfativa.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	- Cadeiras - Mesas - Aromas distintos
Atividade Principal	Nesta atividade é pretendido que um utente voluntário selecione uma das seis caixas que se encontram dispostas em cima da mesa e que, com a ajuda de uma das terapeutas estagiárias cheire o que se encontra dentro da respetiva caixa selecionada, identificando ao que corresponde o cheiro. Posteriormente, o utente deverá virar ao contrário o cartão que se encontrava por baixo da caixa selecionada e verificar se acertou.	
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Os utentes devem ainda referir se gostaram da atividade. De seguida o terapeuta deve reforçar positivamente a presença e o desempenho do grupo, despedindo-se, e ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras. Prof^o Francisco Javier Vidal Barrantes

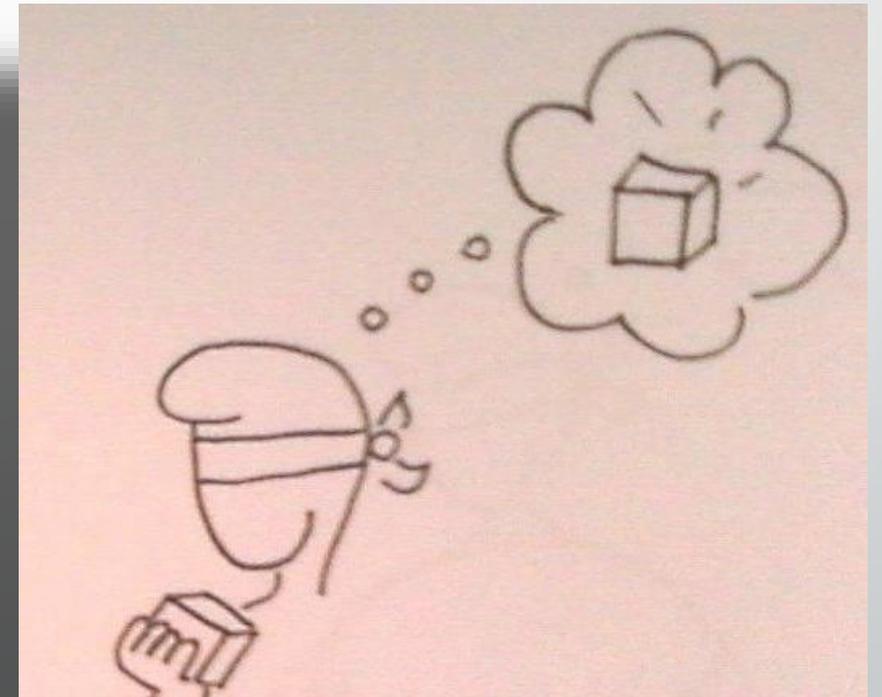
Estereognosia

Num saco deverão conter vários objetos dos dia a dia, sendo que cada utente, de olhos fechados, deve identificar o objeto que agarrou, descrevendo-o aos colegas.

OBJETOS:

- | | |
|-------------------|------------|
| ✓ Rolo de linha | ✓ Rebuçado |
| ✓ Chave de fenda | ✓ Mola |
| ✓ Parafuso | ✓ Cartão |
| ✓ Colher de café | ✓ Dado |
| ✓ Pincel da barba | ✓ Caneta |
| ✓ Cone | ✓ Agulha |
| ✓ Anel | |

Objetivos: Estimulação sensorial
(tátil)



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____

Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a melhoria do desempenho cognitivo e interação entre elementos do grupo, bem como a estimulação sensorial a nível tátil.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, relembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	- Saco - Rolo de linha - Chave de fenda - Parafuso
Atividade Principal	Nesta atividade pretendido que um utente voluntário selecione um dos objetos do saco, sem o ver e o identifique descrevendo-o no fim. Posteriormente, o utente deve retirar o objeto do saco, de forma a verificar se acertou.	- Colher de café - Pincel da barba - Cone - Anel - Rebuçado
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Os utentes devem ainda referir se gostaram da atividade. De seguida o terapeuta deve reforçar positivamente a presença e o desempenho do grupo, despedindo-se, e ajudando os utentes a regressar ao salão.	- Mola - Cartão - Dado - Caneta - Agulha

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras. Prof^o Francisco Javier Vidal Barrantes

Decorações de Natal

Os utentes deverão, juntamente com o terapeuta, auxiliar nas decorações de Natal da unidade.

Objetivos: Estimulação Cognitiva e sensorial (visual e tátil); Orientação temporal



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são promover a motricidade manual e a coordenação uni e bilateral; aumentar a interação entre pares; promover a criatividade; promover a atenção e concentração; aumentar a orientação temporal, promover o sentido tátil e da visão.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, relembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	<ul style="list-style-type: none">- Jornal- Rolhas de cortiça- Cola branca- Tintas- Tesouras- Mesas- Cadeiras- + material reciclado
Atividade Principal	Inicialmente deve ser abordado o tema Natal, relembrando em que data se celebra, e fazendo entender os utentes que estamos próximos da data. De seguida, são mostrados vários tipos de enfeites realizados com material reciclado, propondo aos utentes a sua ajuda para enfeitar a unidade na época festiva. Assim sendo, os utentes deverão realizar diversos enfeites para colocar na unidade.	
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Os utentes devem ainda referir se gostaram da atividade. De seguida o terapeuta deve reforçar positivamente a presença e o desempenho do grupo, despedindo-se, e ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras. Prof^o Francisco Javier Vidal Barrantes

Sessão musical

Juntamente com o terapeuta, os utentes terão de seguir o ritmo da música “malhão, malhão!”, recorrendo a garrafas de plástico contendo arroz ou massa, que servirão como substituto de maracas.

Objetivos: Estimulação Cognitiva e sensorial
(auditiva)



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são a melhoria do desempenho cognitivo e interação entre elementos do grupo, bem como melhoria do humor. Também se pretende trabalhar o controlo de movimento e coordenação uni e bilateral.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, lembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	
Atividade Principal	Nesta atividade, serão ouvidas a música “Malhão”. Inicialmente são distribuídos os instrumentos musicais e é explicado o ritmo em que deverão tocar a música “Malhão” (1,2,3/1,2,3/1,2,3). Primeiramente, deverá ser efetuado um ensaio sem música, e de seguida alguns ensaios com a música por partes, de modo a facilitar a compreensão dos utentes. Posteriormente, com música realizam-se 2/3 ensaios completos da mesma, de forma a consolidar o que foi aprendido.	<ul style="list-style-type: none">- Mesas- Cadeiras- Instrumentos (garrafa com arroz ou massa dento; lata sendo tapada com um balão e um elástico – IMAGEM SLIDE 136)- Coluna para a música
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Os utentes devem ainda referir se gostaram da atividade. De seguida o terapeuta deve reforçar positivamente a presença e o desempenho do grupo, despedindo-se, e ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras. Prof^o Francisco Javier Vidal Barrantes

Feliz Ano Novo!

Deverá ser feita uma tela, com a frase “Feliz Ano Novo”, devendo, no centro ser colocada uma fotos dos utentes da unidade, e em redor, os utentes deverão molhar a sua mão em tinta, para marcar a tela.

Objetivos: Estimulação Cognitiva e sensorial (visual e tátil); Orientação temporal



Data: __/__/____ Duração: 1 hora Local: Unidade de Psicogerontologia

Participantes: _____

Terapeuta responsável: _____



Objetivos da sessão: Os principais objetivos desta sessão são promover a motricidade manual e a coordenação uni e bilateral; aumentar a interação entre pares; promover a criatividade; promover a atenção e concentração; aumentar a orientação temporal, promover o sentido tátil e da visão.

Temas:	Atividades/Exercícios	Recursos:
Introdução	A sessão será iniciada com a saudação dos elementos do grupo, passando seguidamente à apresentação dos utentes e do terapeuta, relembrando o nome dos colegas presentes na sala. Seguidamente deve ser questionado aos utentes como os mesmos se sentem, em que dia, mês e dia da semana nos encontramos passando posteriormente à atividade principal	
Atividade Principal	Inicialmente deve ser abordado o tema “Ano Novo”, relembrando a que a data se aproxima. De seguida, irá ser proposto aos utentes a elaboração de um quadro alusivo à festividade, onde, numa tela, os utentes deverão colocar uma foto dos utentes da unidade no centro, e em redor serão marcadas as mãos dos utentes, anteriormente molhadas em tinta. Na tela deverá ainda conter a frase “Feliz Ano Novo!”.	<ul style="list-style-type: none">- Mesas- Cadeiras- Tela- Tintas- Foto dos utentes- Pincéis
Conclusão	De forma a terminar a sessão, deve ser realizada uma reflexão sobre os conteúdos explorados na mesma, voltando a referir o dia, e o mês em que se encontram bem como o dia da semana. Os utentes devem ainda referir se gostaram da atividade. De seguida o terapeuta deve reforçar positivamente a presença e o desempenho do grupo, despedindo-se, e ajudando os utentes a regressar ao salão.	

Técnicas/Estratégias: Modelagem; moldagem; Feedback; Reforço positivo; Escuta ativa; Pistas verbais e visuais; Instruções simples e claras. Prof^o Francisco Javier Vidal Barrantes

Bom trabalho!