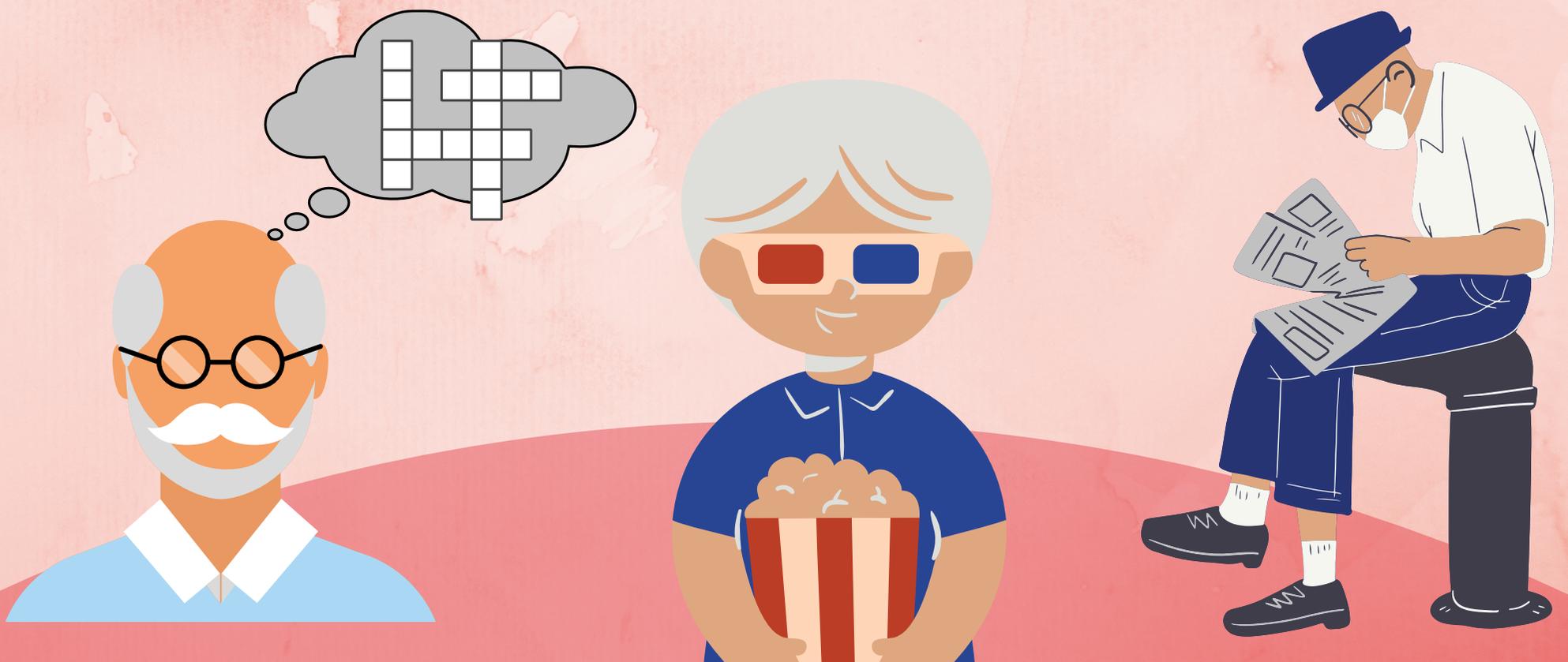




@cuidados.alzheimer

Atividades que estimulam a memória do idoso



Com o passar do tempo, as pessoas tendem a perder a memória. Entre os idosos é um evento normal, nem sempre indicando a presença do Alzheimer.

Sinais de perda de memória comum:

1-Ter uma memória vaga;



2-Confundir-se sobre o dia do mês mas lembrar logo em seguida;



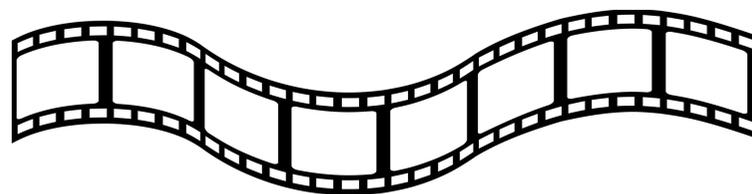
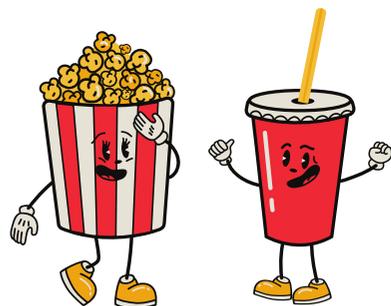
3-Perder um objeto mas achar depois de um raciocínio;

4-Conseguir vestir-se e alimentar-se sozinhos mesmo com limitações.



Atividades que auxiliam os idosos:

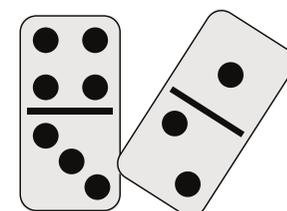
1- Ler um livro ou assistir um filme;



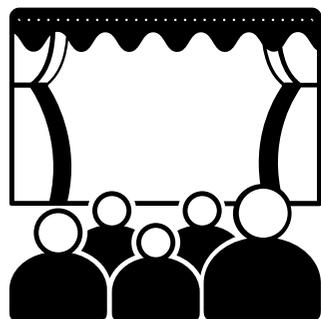
2-Fazer um curso na área que tenha interesse



3- Jogar dominó, caça palavras, sudoku e palavras cruzadas;



4- Fazer teatro, dança, e atividades que estimulem seu desenvolvimento;



5- Passar o seu conhecimento para outras pessoas;



É de suma importância que os familiares e cuidadores estimulem esses idosos a fim de contribuir na preservação da sua memória.



Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site**!

Os link se encontram na bio do nosso **instagram** e na **descrição da publicação**.

Lá você vai encontrar o material completo e muitas outras informações!

 <https://cicacamacho.blogspot.com/>

 <http://cuidadosalzheimer.uff.br/>

Gostou da publicação?



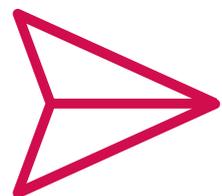
Salve



Curta



Comente



Compartilhe

Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho
Enfermeira. Prof.^a Associada da Escola
de Enfermagem Aurora de Afonso Costa



Juliana de Oliveira Nunes da Silva –
Acadêmica de Enfermagem do 6^o
Período



Suellen de Almeida Barroso
Acadêmica de Enfermagem do 6^o
Período



Victor Hugo Gomes Ferraz
Acadêmico de Enfermagem do 7^o
Período



Referências Bibliográficas:

STANNAH. 7 atividades que melhoram a memória e promovem o envelhecimento ativo. [S. l.]: Joseph Stannah, 23 jan. 2017. Disponível em: <https://blog.stannah.pt/vida-saudavel/jogos-que-melhoram-a-memoria/>. Acesso em: 30 nov. 2021.

REDAÇÃO DOUTÍSSIMA (org.). Conheça 8 exercícios para estimular a memória dos idosos: Exercícios para estimular a memória dos idosos. [S. l.]: Fortíssima, 9 out. 2014. Disponível em: Conheça 8 exercícios para estimular a memória dos idosos - Fortíssima (fortissima.com.br) Acesso em: 30 nov. 2021.