

TREINO COGNITIVO PARA GRUPOS DE IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Flávia Souza¹□, Adriana Mendes¹, Rose Bennemann¹, Rute Milani¹

¹UNICESUMAR – Centro Universitário de Maringá, Maringá, Brasil, flaviadrummer@gmail.com, adrianamendes37@outlook.com, rose.bennemann@gmail.com, rutegrossi@uol.com.br

RESUMO: Estudos apontam que o processo de envelhecimento está frequentemente associado ao declínio cognitivo e que a estimulação cognitiva pode melhorar e manter o desempenho das habilidades cognitivas em idosos. Objetivo: esta revisão sistemática teve por objetivo identificar os delineamentos, procedimentos e resultados dos estudos que investigaram as estratégias de estimulação cognitiva em grupos de idosos. Método: foi realizada uma busca da literatura nas bases de dados SciELO, LILACS, PsycINFO e PsycARTICLES utilizando os descritores “estimulação cognitiva” OR “treino de memória” AND “idosos”, em inglês, português e espanhol. Resultados: foram analisados artigos publicados nos últimos dez anos. No que se refere à extensão e duração dos treinos, o número de encontros com os participantes variou de 4 a 24 sessões, sendo que 69,23% dos estudos optaram por sessões de uma hora e trinta minutos de duração ou mais. Da mesma forma, a maioria ($n=17$) utilizou o formato multimodal. No que se refere ao tamanho amostral, 10 estudos apresentaram amostras superiores a 50 participantes (38,46%). Uma limitação identificada foi a escassez de padronização dos resultados nos artigos selecionados, o que dificultou a análise e comparação entre as investigações. Conclusão: Além das funções cognitivas, as intervenções melhoram o humor e a socialização dos participantes, contribuindo para a autonomia e qualidade de vida dos idosos.

Palavras-chave: envelhecimento, intervenção, treino cognitivo

COGNITIVE TRAINING FOR ELDERLY GROUPS: A SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT: Studies indicate that the aging process is often associated with cognitive decline and that cognitive stimulation can improve and maintain the performance of cognitive abilities in the elderly. Objective: This systematic review aimed to identify the delineations, procedures and results of the studies that investigated the strategies of cognitive stimulation in the elderly. Method: a literature search was performed in the databases SciELO, LILACS, PsycINFO and PsycARTICLES using the descriptors "cognitive stimulation" OR "memory training" AND "elderly" in English, Portuguese and Spanish. Results: articles published in the last ten years were analyzed. Concerning

□ Rua São Cristóvão, n.481, 87.706-070, Paranavaí, Paraná, Brasil. +55 44 99995-2878. email: flaviadrummer@gmail.com

TREINO COGNITIVO PARA IDOSOS: REVISÃO SISTEMÁTICA

the length and duration of training, the number of meetings with participants ranged from 4 to 24 sessions, and 69.23% of the studies opted for sessions of one hour and thirty minutes or more. Likewise, most ($n = 17$) used the multimodal format. Regarding the sample size, 10 studies had samples greater than 50 participants (38.46%). One limitation identified was the scarcity of standardization of the results in the articles selected, which made it difficult to analyze and compare the investigations. Conclusion: In addition to cognitive functions, interventions improve mood and socialization of the participants, contributing to the autonomy and quality of life of the elderly.

Keywords: aging, intervention, cognitive training

Recebido em 23 de Maio de 2018/ Aceite em 30 de Maio de 2019

A incidência de declínio cognitivo aumenta com o crescimento da população idosa, ocasionando doenças de grande impacto para a saúde pública (Oliveira, 2014). Diante desta nova configuração da pirâmide etária brasileira e da rapidez com que estas mudanças têm ocorrido no Brasil, é essencial que o Estado crie serviços voltados para atendimento deste novo perfil epidemiológico composto por afecções degenerativas e doenças crônicas (Brucki, 2004). Neste sentido, a detecção precoce do declínio cognitivo e o desenvolvimento de técnicas terapêuticas voltadas para essa parcela da população são de grande importância para a manutenção da qualidade de vida dos indivíduos (Oliveira, 2014).

Moraes (2012) define cognição como um conjunto de capacidades mentais que permitem ao indivíduo compreender e resolver os problemas do cotidiano. As aptidões que a formam são: memória, função executiva, linguagem, praxia, gnosis/percepção e função visuoespacial. Yassuda (2006) complementa que o declínio natural em alguns aspectos da memória, na ausência de doença, não compromete a autonomia dos adultos mais velhos, uma vez que a maioria dos idosos mantém habilidades cognitivas suficientes para permanecer independentes.

Um programa de estimulação cognitiva consiste num conjunto de estratégias e exercícios que visam potencializar determinadas áreas da cognição e procura cumprir objetivos específicos. Podem ser implementados individualmente ou em grupo e geralmente são realizados num determinado período de tempo (Souza & Sequeira, 2012).

Tendo em vista a relevância do treino cognitivo para manutenção da capacidade funcional de idosos, é evidenciada a necessidade de desenvolvimento de estudos científicos que explorem a temática, de modo a promover técnicas eficientes que promovam o envelhecimento bem-sucedido. Assim, o objetivo do presente estudo foi identificar os delineamentos, procedimentos e resultados dos estudos que investigaram as estratégias de estimulação cognitiva em grupos de idosos.

MÉTODO

A pesquisa seguiu os padrões de rigor metodológico propostos para a Revisão Sistemática de literatura científica nacional e internacional. Após validação do protocolo de pesquisa foram percorridas as quatro fases do fluxo de seleção de uma revisão sistemática: 1) identificação do tema e definição da questão de pesquisa; 2) seleção de critérios para inclusão e exclusão de estudos; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão sistemática.

Para isso observou-se todas as publicações disponíveis nos periódicos indexados nas bases de dados eletrônicas: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PsycINFO, PsycARTICLES. Foram selecionados artigos publicados entre janeiro de 2007 a agosto de 2017.

Esta pesquisa foi realizada conforme recomendações metodológicas da declaração PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para trabalhos de revisão sistemática. Segundo Moher et al. (2010), esta consiste na revisão de uma questão claramente formulada que usa métodos sistemáticos e explícitos para identificar, selecionar e avaliar criticamente pesquisas relevantes.

Para a localização, foram usados os seguintes descritores em português, inglês e espanhol: “estimulação cognitiva” OR “treino de memória” AND “idosos”. A revisão dos artigos ocorreu entre os meses de agosto e outubro de 2017. Como critérios de inclusão para seleção dos artigos, utilizou-se: 1) artigos escritos em português, inglês ou espanhol; 2) estudos de qualquer tipo de treino ou estimulação cognitiva para população de idosos (idade superior a 60 anos; 3) estudos na modalidade coletiva; 4) estudos que incluam, pelo menos, avaliações antes e após a intervenção. Para exclusão, foram empregados: 1) artigos indisponíveis na versão online 2) resumos, outras revisões, anais de congressos, teses e dissertações 3) estudos de reabilitação cognitiva na modalidade individual. Ter sido randomizado e ter (ou não) grupo controle não foram fatores de exclusão.

RESULTADOS

Na busca inicial foram identificados 186 artigos nas bases de dados eletrônicas, 57 no SciELO, 107 no LILACS, 20 no PsycINFO e 02 PsycARTICLES, os quais foram submetidos à leitura de seus títulos e resumos. Após esta análise, foram excluídos 84 artigos duplicados, além de outros 7 artigos de revisão, sendo três revisões bibliográficas e 4 revisões sistemáticas. Também foram excluídos estudos que não abordaram o tema e, ainda, a população da pesquisa.

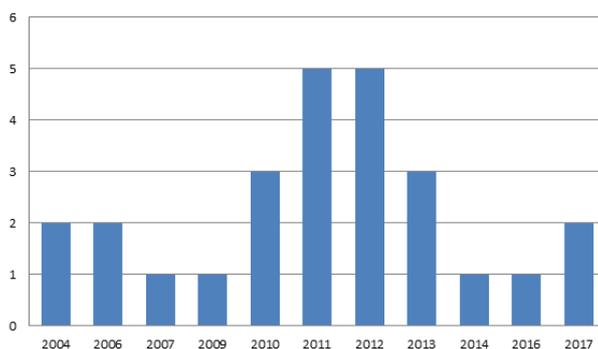


Figura 1.

Número e ano de publicação dos artigos, 2017.

Ao todo, foram incluídos vinte e seis artigos. Metade dos artigos estava disponível em português, nove (34,62%) estavam disponíveis em inglês, três (11,54%) em espanhol, e um (3,85%) em inglês e espanhol. A Figura 2 detalha o processo de seleção dos estudos.

TREINO COGNITIVO PARA IDOSOS: REVISÃO SISTEMÁTICA

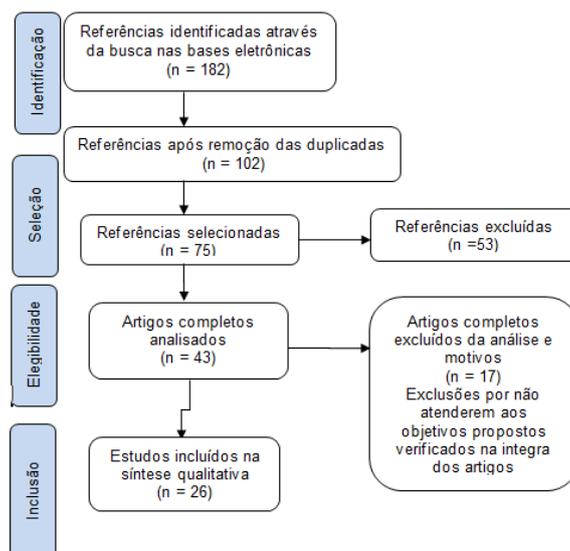


Figura 2.
Fluxo de seleção dos estudos.

Os treinos cognitivos diferem em extensão (número de sessões) e duração (número de horas), variando de quatro (Yassuda, Batistoni, Fortes, & Neri, 2006) até vinte e quatro sessões (Viola et al., 2011). Nesse último estudo, os pesquisadores desenvolveram um programa de estimulação multidisciplinar composto por treino em memória, estimulação cognitiva assistida por computador, atividades expressivas (pintura, expressão verbal, escrita), fisioterapia e treino físico para pacientes com Alzheimer leve. É possível observar uma tendência a desenhar intervenções com número de sessões inferior a doze: no total, dezessete estudos tiveram intervenções com até onze sessões (65,12%), e os demais estudos (34,62%) conduziram intervenções com número de sessões superior ou igual a doze. Também predominaram os estudos com sessões de uma hora e trinta minutos (42,31%), demonstrando ser comum o trabalho com doze sessões de duas horas para grupos, uma vez por semana, podendo aumentar o número de sessões de acordo com a necessidade.

A figura 3 apresenta um panorama geral dos estudos avaliados.

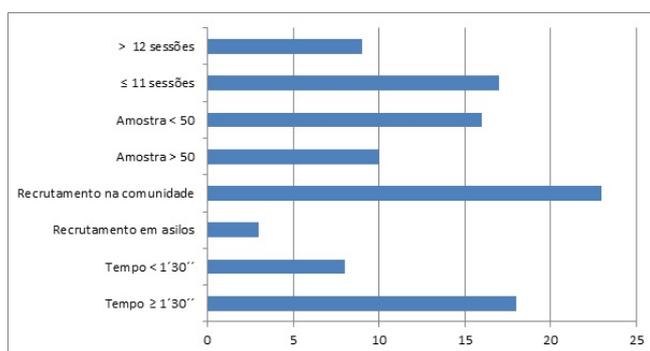


Figura 3.
Panorama geral dos estudos avaliados.

Em relação ao tamanho amostral, somente estudos na modalidade coletiva foram incluídos nesta revisão, assim as amostras variaram de 03 participantes (Abrisqueta-Gomez et al. (2004)) a 145 participantes (Lopes & Argimon, 2016), sendo que neste último estudo, os participantes foram

divididos em grupos de 10 pessoas. Assim, 10 estudos apresentaram amostras superiores a 50 participantes (38,46%).

Sobre o recrutamento dos participantes, dois estudos (7,69%) atuaram em instituições asilares, os demais recrutaram idosos na comunidade. A grande maioria dos estudos (73,08%) dedicaram-se a trabalhar com idosos saudáveis, ou seja, sem indícios de demência e/ou depressão. Outros seis estudos (23,08%) atuaram junto a idosos com Comprometimento Cognitivo Leve (CCL) ou Alzheimer. Apenas um estudo espanhol dedicou-se a analisar o efeito imediato e a médio prazo de um treino de memória em idosos saudáveis e idosos com comprometimento cognitivo em testes de desempenho cognitivo geral (García & Navarro-González, 2006).

Em relação às habilidades-alvo, as intervenções podem ser classificadas em unimodal, delineadas para treinar uma habilidade específica (por exemplo, os treinos de memória episódica), ou multimodal, voltadas para o treino de várias habilidades cognitivas (Golino & Flores-Mendoza, 2016). Dezesete estudos foram classificados como multidomínio (65,38%), e nove estudos foram classificados como unimodais (34,62%), ou seja, treinaram uma habilidade cognitiva específica.

Os instrumentos mais utilizados nos artigos catalogados nesta revisão foram: o Mini Exame do Estado Mental - MEEM (80,77%) para rastreio das funções cognitivas, seguido pela Escala de Depressão Geriátrica - EDG (69,23%) para avaliação do humor.

DISCUSSÃO

Sobre o tamanho amostral, Oliveira e Lima-Silva (2014) explicam que o treino de idosos saudáveis, em grupos com até 12 participantes dispostos em círculos, permite que todos possam se enxergar e se ouvir, favorecendo o contato social.

A perda amostral é um limitador dos estudos na área da estimulação cognitiva, uma vez que pode comprometer a análise final dos dados, bem como a interpretação dos resultados. Lopes e Argimon (2016) destacam os desafios de trabalhar com os idosos. Eles geralmente têm muitas consultas médicas, são mais vulneráveis a doenças durante o inverno, têm mais dificuldades com o transporte público. Essas limitações induziram muitos idosos a abandonar as sessões de treino.

No que se refere ao recrutamento dos participantes, os resultados do presente estudo evidenciam a dificuldade em acessar e executar intervenções cognitivas com essa população, o que reflete em uma carência de pesquisas. Algumas habilidades cognitivas como atenção e memória, por exemplo, estão extremamente relacionadas a ponto de serem consideradas partes de um mesmo processo.

Independentemente da modalidade e diante da grande variedade de procedimentos e instrumentos utilizados, de modo geral, os estudos demonstram que os programas de treinos propostos podem produzir benefícios para os idosos em diversas áreas (Aramaki & Yassuda, 2011; Lima-Silva et al., 2010; Pivaral et al., 2011; Teixeira-Fabrizio et al., 2012). Chariglione e Janczura (2013) destacam os efeitos positivos das intervenções no que se refere ao humor e à memória. No caso da memória, para os autores, o treino é importante na medida em que a capacidade de reserva cognitiva pode ser mobilizada e até mesmo melhorada. Em relação ao humor, quando os idosos realizam as atividades proporcionadas pelo treino cognitivo, alteram as atividades diárias, ou, pela presença de novas pessoas no ambiente acompanhado, conversando, interagindo socialmente, experimentam modificações no humor.

Igualmente, Irigaray, Gomes Filho, e Schneider (2012) observaram uma diminuição dos sintomas de ansiedade e de depressão nos participantes do grupo experimental após a intervenção e sugerem que este benefício esteja relacionado às atividades grupais que favorecem a conquista de

TREINO COGNITIVO PARA IDOSOS: REVISÃO SISTEMÁTICA

novas amizades e a obtenção de suporte social, ajudando-os mutuamente tanto em condições normais e sob estresse.

O treino cognitivo demonstrou melhorar o desempenho cognitivo de idosos saudáveis, não só para habilidades treinadas diretamente durante as sessões, mas também para outras funções, como a memória episódica (Almondes, Leonardo, & Moreira, 2017; García-Sevilla, Fernández, Fuentes, López, & Moreno, 2014; Ordonez, Borges, Kanashiro, Santos, Hora, & Lima-Silva, 2017). No estudo realizado por Netto et al. (2013), os efeitos benéficos do Treino de Memória de Trabalho (TMT) foram transferidos para outras funções cognitivas, de modo que o grupo experimental apresentou melhora significativa no desempenho em tarefas de atenção, memória de curto prazo, aprendizagem e memória episódica. A atenção e componentes da função executiva também foram aprimorados. Há que se considerar que, embora existam, não é regra que esses efeitos benéficos estejam sempre presentes (García-Sevilla et al., 2014), ou ainda, que a melhoria no desempenho cognitivo seja significativa (Lima-Silva et al., 2012).

Estudos qualitativos acerca desta temática são relativamente escassos. Apenas um estudo se propôs a verificar a autopercepção de indivíduos idosos analfabetos com Transtorno Cognitivo Leve (TCL), antes e após a realização de oficinas de jogos e brincadeiras de estimulação cognitiva, adaptadas para essa população. Nessa investigação, o grupo experimental destacou-se dos demais grupos em quatro categorias: melhora na cognição, socialização/integração, melhoria nas atividades de vida diária e unânime satisfação com as oficinas (Santos et al., 2012).

O MEEM é o instrumento de rastreio mais utilizado para identificar mudanças no estado cognitivo de idosos. Avalia orientação temporal, espacial, memória, atenção, computação, linguagem e capacidade visuoespacial. Foi desenvolvido por Folstein, Folstein, e McHugh (1975), e validado no Brasil por Bertolucci, Brucki, Campacci, e Juliano (1994). Apesar de amplamente utilizado, o MEEM apresenta algumas limitações, conforme apontam Yassuda, Batistoni, Fortes, e Neri, (2006), sobre a grande variabilidade observada entre os participantes quanto às habilidades cognitivas, o que pode ser decorrente da inclusão de indivíduos com declínio cognitivo além do esperado para a idade e não captado pelo MEEM, limitando os efeitos do treino.

Mais do que técnicas para estimulação cognitiva, diversos autores têm mostrado a preocupação em oferecer informações para promover a mudança de crenças negativas sobre o envelhecimento, a memória e a saúde (Chariglione & Janczura (2013); Irigaray, Gomes, & Schneider (2012); Ordonez et al. 2017). Lima-Silva et al. (2011) relatam que o treino baseado em tarefas ecológicas, usando embalagens de supermercado e tarefas de troco, gerou alta motivação, aderência ao programa e ganhos significativos no desempenho em testes cognitivos. Ao mesmo tempo, Lima-Silva e Yassuda (2012) desenvolveram um treino cujo objetivo era a melhoria da hipertensão e da cognição simultaneamente. O resultado mostraram que o treino aliado à psicoeducação pode contribuir para uma melhor adesão, visto que em seu estudo não houve evasão.

Os estudos revelaram resultados positivos após as intervenções, sugerindo que a estimulação cognitiva pode ser eficaz para manutenção e melhoria das funções cognitivas, além de estender os benefícios para o humor e a socialização dos participantes, contribuindo para a autonomia e qualidade de vida dos idosos. Uma limitação deste estudo foi a escassez de padronização dos resultados nos artigos catalogados, o que dificultou a análise comparativa entre eles.

Esta revisão trouxe esclarecimentos quanto à caracterização dos treinos de estimulação cognitiva, corroborando a ideia de que esta estratégia constitui uma ferramenta de notável relevância para profissionais na área da saúde que almejam contribuir para a manutenção das habilidades cognitivas e prevenção de seus declínios.

REFERÊNCIAS

- Abrisqueta-Gomez, J., Canali, F., Vieira, V. L. D., Aguiar, A. C. P., Ponce, C. S. C., Brucki, S. M. & Bueno, O. F. A. (2004). A longitudinal study of a neuropsychological rehabilitation program in Alzheimer's disease. *Arquivos de Neuro-psiquiatria*, 62(3), 778-783. doi: 10.1590/S0004-282X2004000500007
- Almondes, K. M., Leonardo, M. E. M., & Moreira, A. M. S. (2017). Effects of a cognitive training program and sleep hygiene for executive functions and sleep quality in healthy elderly. *Dementia & Neuropsychologia*, 11(1), 69-78. doi: 10.1590/1980-57642016dn11-010011
- Aramaki, F. O., & Yassuda, M. S. (2011). Cognitive training based on metamemory and mental images: Follow-up evaluation and booster training effects. *Dementia & Neuropsychologia*, 5(1), 48-53. doi: 10.1590/S1980-57642011DN05010009
- Bertolucci, P. H. F., Brucki, S. M. D., Campacci, S. R., & Juliano, Y. (1994). O mini-exame do estado mental em uma população geral: impacto da escolaridade. *Arquivos de Neuro-psiquiatria*, 52(1), 01-07. doi: 10.1590/S0004-282X1994000100001
- Brucki, S. M. D. (2004). Envelhecimento e Memória. In V. M. Andrade, F. H. Santos, O. F. Bueno, & O. F. Amodeo (Eds.), *Neuropsicologia Hoje* (pp. 389-402). São Paulo, SP: Artes Médicas.
- Calero, M. D. C., & Navarro-González, E. (2006). Eficacia de un programa de entrenamiento en memoria en el mantenimiento de ancianos con y sin deterioro cognitivo. *Clínica y Salud*, 17(2), 187-202
- Chariglione, I. P. F., & Janczura, G. A. (2013). Contribuições de um treino cognitivo para a memória de idosos institucionalizados. *Psico-USF*, 18(1), 13-22. doi: 10.1590/S1413-82712013000100003
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. H. (1975). "Mini-Mental State". A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research*, 12(3), 189-198. doi: 10.1016/0022-3956(75)90026-6
- García-Sevilla, J., Fernández, P. J., Fuentes, L. J., López, J. J., & Moreno, M. J. (2014). Estudio comparativo de dos programas de entrenamiento de la memoria en personas mayores con quejas subjetivas de memoria: un análisis preliminar. *Anales de Psicología*, 30(1), 337-345. doi: 10.6018/analesps.30.1.158021
- Golino, M. T. S., & Flores-Mendoza, C. E. (2016). Desenvolvimento de um programa de treino cognitivo para idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19(5), 769-785. doi: 10.1590/1809-98232016019.150144
- Irigaray, T. Q., Gomes Filho, I., & Schneider, R. H. (2012). Efeitos de um treino de atenção, memória e funções executivas na cognição de idosos saudáveis. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25(1), 182-187. doi: 10.1590/S0102-79722012000100023
- Lima-Silva, T. B., & Yassuda, M. S. (2012). Treino cognitivo e intervenção psicoeducativa para indivíduos hipertensos: efeitos na cognição. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25(1), 30-40. doi: 10.1590/S0102-79722012000100005
- Lima-Silva, T. B., Fabrício, A. T., Silva, L. S. V., Oliveira, G. M., Silva, W. T., Kissaki, P. T., . . . & Yassuda, M. S. (2012). Training of executive functions in healthy elderly: Results of a pilot study. *Dementia & Neuropsychologia*, 6(1), 35-41. doi: 10.1590/S1980-57642012DN06010006
- Lima-Silva, T. B., Oliveira, A. C. V., Paulo, D. L. V., Malagutti, M. P., Danzini, V. M. P., & Yassuda, M. S. (2011). Treino cognitivo para idosos baseado em estratégias de categorização e cálculos semelhantes a tarefas do cotidiano. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 14(1), 65-74. doi: 10.1590/S1809-98232011000100008

TREINO COGNITIVO PARA IDOSOS: REVISÃO SISTEMÁTICA

- Lima-Silva, T. B., Ordonez, T. N., Santos, G. D., Fabrício, A. T., Aramaki, F. O., Almeida, E. B., . . . Yassuda, M. S. (2010). Effects of cognitive training based on metamemory and mental images. *Dementia & Neuropsychologia*, 4(2), 114-119. doi: 10.1590/S1980-57642010DN40200007
- Lopes, R. M. F., & Argimon, I. I. L. (2016). Cognitive training in the elderly and its effect on the Executive functions. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(2), 159-176. doi: 10.14718/ACP.2016.19.2.8
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2010). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *International Journal Of Surgery*, 8(5), 336-341. doi: 10.1016/j.ijssu.2010.02.007
- Moraes, E. N. (2012). *Atenção à saúde do Idoso: Aspectos Conceituais*. Brasília, DF: Organização Pan-Americana da Saúde
- Netto, T. M., Greca, D. V., Zimmermann, N., Oliveira, C. R., Teixeira-Leite, H. M., Fonseca, R. P., & Landeira-Fernandez, J. (2013). Efeito de um programa de treino da memória de trabalho em adultos idosos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(1), 122-135. doi: 10.1590/S0102-79722013000100014
- Oliveira, E. M., Silva, T. B. L. (2013). Estimulação cognitiva em idosos com comprometimento cognitivo leve e doença de Alzheimer: uma abordagem individualizada e em grupo. In F. S. Santos, T. B. L. Silva, T. B. L. Almeida, & E. M. Oliveira. *Estimulação cognitiva para idosos: Ênfase em memória* (pp.135-148). São Paulo, SP: Atheneu
- Oliveira, R. S., Trezza, B. M., Busse, A. L., & Jacob Filho, W. (2014). Learning effect of computerized cognitive tests in older adults. *Einstein (São Paulo)*, 12(2), 149-153. doi: 10.1590/S1679-45082014AO2954
- Ordonez, T. N., Borges, F., Kanashiro, C. S., Santos, C. C. N., Hora, S. S., & Lima-Silva, T. B. (2017). Actively station: Effects on global cognition of mature adults and healthy elderly program using electronic games. *Dementia & Neuropsychologia*, 11(2), 186-197. doi: 10.1590/1980-57642016dn11-020011
- Pivaral, C. E. C. Sánchez, A. E. M., Merino, E. D. M., Pérez, G. J. G., López, M. G. V., Cordero, ... Cepeda, B. (2011). Efecto de una intervención educativa sobre la memoria operativa de trabajo del adulto mayor: estudio cuasi experimental con juegos populares. *Revista electrónica de investigación educativa*, 13(2), 55-67
- Santos, I. B., Gomes, L., Matos, N. M, Vale, M. S., Santos, F. B., Cardenas, C. J., & Alves, V. P. (2012). Oficinas de estimulação cognitiva adaptadas para idosos analfabetos com transtorno cognitivo leve. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 65(6), 962-968. doi: 10.1590/S0034-71672012000600012
- Souza, L., & Sequeira, C. (2012). Concepção de um Programa de Intervenção na Memória para Idosos com Défice Cognitivo Ligeiro. *Portuguese Journal Of Mental Health Nursing*, (8), 7-15
- Teixeira-Fabrício, A. T, Lima-Silva, T. B. Kissaki, P. T, Vieira, M. G., Ordonez, T. N., Oliveira, T. B., . . . Yassuda, M. S. (2010). Treino cognitivo em adultos maduros e idosos: impacto de estratégias segundo faixas de escolaridade. *Psico-USF*, 17(1), 85-95. doi: 10.1590/S1413-82712012000100010
- Viola, L. F., Nunes, P. V., Yassuda, M. S., Aprahamian, I., Santos, F. S., Santos, G. D., . . . Forlenza, O. V. (2011). Effects of a multidisciplinary cognitive rehabilitation program for patients with mild Alzheimer's disease. *Clinics*, 66(8), 1395-1400. doi: 10.1590/S1807-59322011000800015
- Yassuda, M. S. (2006). Memória e envelhecimento saudável. In E.V. Freitas. L. Py, & A. L. Néri. (Eds.), *Tratado de geriatria e gerontologia* (pp. 1245-1251). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan

Yassuda, M. S., Batistoni, S. S. T., Fortes, A. G., & Neri, A. L. (2006). Treino de memória no idoso saudável: benefícios e mecanismos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(3), 470-481. doi: 10.1590/S0102-79722006000300016