

### **INCLUSÃO DE OFICINAS DE MEMÓRIA CULINÁRIA NA ROTINA DE IDOSOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA EM DOURADOS-MS**

**Virtude Lifante Carvalho Dos Santos** (virtude.lcsantos@gmail.com);

**Poline Antoniassi** (polineantoniassi@hotmail.com);

**Mikelly Cristina Do Amaral Alves** (amaral\_mikelly@gmail.com);

**Camila Carla Souza Do Prado** (camila\_souzaprado@hotmail.com);

**Caroline Camila Moreira** (carolinemoreira@ufgd.edu.br);

**Ariany Carvalho Dos Santos** (arianysantos@ufgd.edu.br)

A longevidade implica em desafios e questões específicas como cuidados, bem-estar, autoestima e socialização dos idosos. Diante deste cenário, as práticas psicogerontológicas nos cuidados de idosos estão se desenvolvendo em diversos trabalhos, compartilhando e defendendo a atitude gerontológica de envelhecimento ativo e prazeroso, acompanhado pelo acolhimento digno aos familiares e funcionários das instituições de longa permanência. Por isso, o objetivo deste projeto foi inserir oficinas estimuladoras de memória culinária como ferramenta para auxiliar na adaptação ao processo de internação, incentivar a autoestima, bem-estar e estimular a memória cognitiva dos idosos de uma instituição de longa permanência no município de Dourados-MS. Para tanto, desde março de 2017 são realizados encontros quinzenais na instituição com a participação de vinte a trinta idosos institucionalizados e doze acadêmicos dos cursos de medicina e nutrição da UFGD. Os idosos foram selecionados previamente pelo psicólogo da instituição, sendo pessoas com perfil cognitivo compatível para a oficina ou com leve déficit cognitivo. A cada encontro, os acadêmicos incentivam os participantes a descreverem suas receitas favoritas, buscando os seguintes aspectos: receitas favoritas na infância; como são preparadas; receitas preparadas por outras pessoas da família; ingredientes utilizados. Os idosos são estimulados a descrever a sensação e o sentimento que o fazem lembrar desses alimentos. Até o momento, diversas receitas foram compiladas, como: arroz carreteiro, arroz com jiló, lasanha, carne com mandioca, peixe ao molho, galinhada, cozido de canjiquinha com carne, arroz doce, sobremesa de bolacha maisena e banana, dentre outras. Ao final do projeto, após reunir as diversas receitas, os acadêmicos irão elaborar um livreto intitulado “Sabor de viver: histórias e receitas compartilhadas por idosos de uma instituição de longa permanência”. Este material será impresso e distribuído para os idosos participantes da oficina. Cópias do livreto ficarão disponíveis na instituição para doação aos familiares dos idosos e visitantes. Também serão preparadas duas a três receitas selecionadas pela equipe do projeto durante a confecção do livreto. Nesta ocasião, os idosos poderão participar ativamente do preparo culinário, experimentar o prato final e avaliar a receita. A execução das receitas será na cozinha da própria instituição de longa permanência, sob a supervisão da nutricionista da equipe do projeto, colaboradores e acadêmicos. Apesar do projeto estar em fase inicial de desenvolvimento, já foi observado pelo psicólogo, funcionários da instituição e acadêmicos uma maior sociabilidade dos idosos, que se mostram mais receptivos, comunicativos, desinibidos e carinhosos com o grupo. Ao estimular a memória culinária dos idosos, muitas outras memórias afetivas são aguçadas, relembrando momentos felizes da infância e da vida adulta.

**Palavras-chave:** terceira idade, oficina estimuladora, sociabilidade, bem-estar.