



Londrina PR, de 02 a 05 de Julho de 2019.

**III CONGRESSO INTERNACIONAL DE POLÍTICA SOCIAL E SERVIÇO SOCIAL:  
DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS  
IV SEMINÁRIO NACIONAL DE TERRITÓRIO E GESTÃO DE POLÍTICAS SOCIAIS  
III CONGRESSO DE DIREITO À CIDADE E JUSTIÇA AMBIENTAL**

**EIXO: GESTÃO DE POLÍTICAS SOCIAIS**

**Otimização Cognitiva e Sensorial no Adulto Idoso: A Experiência no  
Programa Universidade Aberta à Terceira Idade da  
Unioeste/Campus de Toledo-PR**

Roseli Odorizzi<sup>1</sup>  
Marcia Aparecida Lopes<sup>2</sup>

**RESUMO:** O artigo tem como objetivos trazer os resultados alcançados em relação as dificuldades cognitivas sentidas no cotidiano do adulto e idoso que participa no projeto "Memória e Terceira Idade" do Programa UNATI, no período 2011-2015. A metodologia utilizada se fundamenta no método Estudo de Caso na abordagem qualitativa de pesquisa combinada com a técnica da entrevista e observação participante. Os resultados apontam que a otimização cognitiva e sensorial, numa perspectiva multifatorial, contribui na prevenção e adiamento do declínio neuronal apontando que as condições de saúde e o estilo de vida possuem um papel fundamental no cotidiano do adulto e idoso.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adulto Idoso; Estimulação Sensorial e Cognitiva; Prevenção; Qualidade de Vida.

**ABSTRACT:** The article aims to bring the results achieved in relation to the cognitive difficulties experienced in the daily life of the adult and elderly people participating in the project "Memory and Third Age" of the UNATI Program, in the period 2011-2015. The methodology used is based on the Case Study method in the qualitative research approach combined with the interview technique and participant observation. The results indicate that cognitive and sensorial optimization, in a multifactorial perspective, contributes to the prevention and postponement of neuronal decline, pointing out that health and lifestyle conditions play a fundamental role in the daily life of adults and the elderly.

---

<sup>1</sup> Mestre em Serviço Social e Política Social, Docente do Centro de Ciências Sociais Aplicadas – CCSA/Curso de Serviço Social da Unioeste/Campus de Toledo-PR, Coordenadora e Autora do Programa da Universidade Aberta à Terceira Idade na Instituição, autora do Projeto Terceira Idade, Inclusão Digital e Educação Permanente. Email: [odorizzi2@yahoo.com](mailto:odorizzi2@yahoo.com); [unati@unioeste.br](mailto:unati@unioeste.br)

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Serviço Social da Unioeste/Campus de Toledo. Colaboradora no Projeto Terceira Idade, Inclusão Digital e Educação Permanente. Email: [marcialopes@gmail.com](mailto:marcialopes@gmail.com)



**KEYWORDS:** Adult Elderly; Sensory and Cognitive Stimulation; Prevention; Quality of life.

**1 INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um período de maior vulnerabilidade física e maior risco de comprometimento da autonomia e do bem-estar físico e mental. As mudanças biológicas associadas ao envelhecimento tornam o indivíduo mais frágil e, assim, propenso a desenvolver doenças que podem atuar direta ou indiretamente, comprometendo suas capacidades cognitivas. O declínio cognitivo, de fato, ocorre com o processo de envelhecimento, interferindo negativamente até nas atividades mais simples do cotidiano do adulto idoso, mas hoje sabemos pelas pesquisas recentes de neurologistas que não é inevitável.

Sabemos, igualmente, que o desenvolvimento da inteligência humana e a possibilidade do estabelecimento de novas conexões e sinapses cerebrais ocorrem ao longo de todo o curso da vida e que medidas e práticas interventivas/preventivas podem e devem ser adotadas em prol desse segmento populacional que envelhecem a olhos vistos e permanecem cada vez mais presentes em nossos lares e na comunidade.

No envelhecimento saudável, apesar de existirem mudanças como a diminuição na velocidade de processamento de informações, o esperado e o que temos observado através da experiência é que a mente permanece apta a aprendizagem, mantendo-se capaz de se adaptar aos estímulos, criando inclusive novas conexões. Um número cada vez maior de idosos no mundo expressa vitalidade cognitiva apresentando um alto padrão de desempenho.

No entanto, os cientistas são unânimes em afirmar que com o prolongamento da vida humana há maior preocupação com a maior probabilidade da instauração de demências na idade adulta. As demências que acometem esse público interferem na vida e nas atividades cotidianas impedindo uma melhor qualidade de vida e saúde na terceira idade. A compreensão dos transtornos cognitivos que afetam os idosos é considerada hoje uma prioridade nas pesquisas envolvendo diversas áreas do conhecimento científico. Estudos têm demonstrado que indivíduos portadores de prejuízo cognitivo leve - MCI – “mild cognitive impairment” – (Petersen, 2001) apresentam maior risco de evoluir para demência. Além disso, há ainda, as doenças psicossomáticas fruto de sua interação com o meio social e familiar em que vive, causada em sua maioria por preconceitos e depreciações.

Como bem aponta Guerreiro (1999), apesar de não ser a única demência na terceira idade o “mal de Alzheimer” merece destaque pelo grau de comprometimento cerebral. Em relação a



Londrina PR, de 02 a 05 de Julho de 2019.

isso o neurologista Paulo Bertolucci da Escola Superior de Medicina de São Paulo – UNIFESP aponta que "Em todo o mundo, há um aumento de 4,6 milhões casos de Alzheimer por ano, sendo que menos de 50% dos pacientes com a doença têm o diagnóstico. Dessa parcela, novamente apenas metade recebe o tratamento, que frequentemente é insuficiente. Essa também é a realidade do Brasil". Para esse especialista o tratamento do Alzheimer consiste tanto no uso de medicamentos como na estimulação física, intelectual e social dos pacientes. O que é ratificado por outros especialistas da área e, neste sentido, combater alguns fatores de risco e o baixo nível de atividade intelectual é um dos mais importantes, depois da idade, como aponta Bertolucci (1999).

Desse modo, há grande interesse no desenvolvimento de práticas interventivas de caráter preventivo e inclusivo envolvendo diversos setores da sociedade e, mesmo que ainda insuficientes, alguns até com resultados positivos que contribuem para uma longevidade mais saudável física e mentalmente. Observa-se que as práticas neste sentido envolvem diversas áreas do conhecimento.

De fato, se observa na realidade que há maior avanço na área da medicina e condições sanitárias e sociais favoráveis e conseqüentemente maior longevidade humana foram acrescentados a existência humana. No entanto, quanto maior idade cronológica e menor nível de escolarização maior também a possibilidade do acometimento de doenças e comprometimento cerebral desse segmento populacional, como bem aponta estudiosos no assunto.

A prática tem mostrado e confirmado o que bem aponta Guerreiro (1999) que a Otimização Cognitiva, do ponto de vista da abordagem multifatorial, tem se mostrado como uma ferramenta na prevenção e adiamento do declínio em atividades críticas do cotidiano, contribuindo para a manutenção da autonomia e conquista de melhor qualidade de vida para um envelhecimento saudável.

Muitos estudos comprovam que idosos que mantêm atividades intelectuais diversas e frequentes, apresentam menor incidência de Alzheimer do que aqueles que não fazem exercícios mentais como explica Bertolucci. "Podemos melhorar o funcionamento do cérebro ao acumular simplesmente mais conhecimento, o que constrói mais redes de ligações" (...) "A sabedoria que adquirimos pode compensar o declínio que pode estar a ocorrer gradualmente" (MCGAUGH, 1999).

## **2 A OFICINA DA MEMÓRIA NO PROGRAMA UNATI**



Londrina PR, de 02 a 05 de Julho de 2019.

A UNATI é um Programa de Extensão Universitária vinculado à Pró-reitoria de Extensão da UNIOESTE, de caráter multidisciplinar e permanente e, se constitui numa proposta de extensão das docentes Roseli Odorizzi e Marize Rauber Engelbrecht do Centro de Ciências Sociais Aplicadas - CCSA/Curso de Serviço Social da Unioeste/Campus de Toledo Iniciada no ano de 2000 e estendida aos demais Campus da Instituição no ano de 2010.

O objetivo geral do Programa UNATI é o de “criar espaços na Universidade de inserção da população adulta e/ou idosa para formação política, social, econômica e cultural para o desenvolvimento de suas potencialidades para que, tendo consciência de si e de sua cidadania, atue e interaja no contexto familiar e comunitário promovendo a conquista de uma maior participação social e política na melhoria da sua condição de vida” (ODORIZZI, ENGELBRECHT; 2000).

No ano de 2002, por sua prática e grau de abrangência o projeto foi elevado à categoria de Programa dentro da estrutura institucional. O público atingido compreende pessoas adultas e idosas de Toledo e região circunvizinha. A cada dois anos são abertas inscrições para uma nova turma, sendo 55 (cinquenta e cinco) anos a idade mínima para os candidatos se inscreverem.

A oficina da memória é um curso permanente oferecido no programa desde o ano de 2002 e tem como objetivo propiciar, dentro de uma perspectiva preventiva, conhecimentos e atividades sensoriais e cognitivas que vão minimizar, retardar e atuar preventivamente no desenvolvimento de doenças e demências degenerativas do idoso.

A metodologia de ação se dá através de aulas semanais com conteúdo teórico-prático a partir de uma abordagem teórico-vivencial que prioriza a assimilação de conhecimentos meta cognitivos e relativos a cuidados de saúde, além da estimulação de funções mentais, tais como a cognição, o afeto, a criatividade e a motivação. Ou seja, busca-se a manutenção e ampliação de habilidades cognitivas através da estimulação sensorial dos cinco sentidos e otimização cognitiva para a maior qualidade de vida no cotidiano do idoso. Os resultados apontam que a manutenção da eficácia cognitiva no envelhecer se constitui numa condição diferencial de qualidade de vida e de preservação da autonomia do idoso e também um meio de interação no ambiente familiar e social. A otimização cognitiva, ao intervir a partir de uma abordagem multifatorial, vem se revelando como um caminho de prevenção e adiamento do declínio em atividades críticas do cotidiano, favorecendo a manutenção da



Londrina PR, de 02 a 05 de Julho de 2019.

autonomia e conquista de melhor qualidade de vida no envelhecimento. As condições de saúde e o estilo de vida interferem sobremaneira na evolução de seu desempenho.

**Figura 1: Fotos das atividades com os adultos e Idosos do Programa de Estimulação Física e Mental**



### 3 RESULTADOS

Os adultos e idosos que ingressam na oficina demonstram insegurança e temor em relação ao declínio cognitivo, sentido no esquecimento de atividades rotineiras no cotidiano, e o cometimento de doenças psicossomáticas e degenerativas, pois se deparam, cada vez mais, com algum parente ou conhecido que as possuem com o avançar a idade cronológica. A pesquisa foi realizada com 25 (vinte e cinco) dos participantes sendo que 26% estão na faixa etária entre 52 à 59 anos, mas já estão fora do mercado de trabalho e são incorporados pelo Programa; 73% deles são idosos sendo que 56% deles na faixa etária de 60 à 69 anos, 13% na faixa etária de 70 à 80 anos de idade e, 4% deles possuem idade igual ou superior a 80 anos de idade. Sua composição é basicamente de mulheres (99%).

O referencial teórico utilizado na pesquisa foi o teste adaptado do questionário de Memória do dia-dia do livro “Human Memory, theory and Praticce” de Alan Baddeley (1997), utilizado pelos médicos neurologistas do hospital Albert Einstein, em São Paulo onde mede a variação e constância da ocorrência de determinados fenômenos dos últimos seis meses.



Londrina PR, de 02 a 05 de Julho de 2019.

Dos pesquisados, 21% deles declararam que já esqueceram onde colocaram um determinado objeto; seguido de 17% deles que o fato ocorre mais de uma vez por semana, mas menos do que uma vez por dia e 13% disseram que o fato ocorre mais ou menos uma vez por dia; 8% relata a ocorrência de mais ou menos uma vez por semana e, por fim, 13% deles declararam a não ocorrência nos últimos seis meses. Em relação ao fato de não reconhecerem lugares que outras pessoas dizem que já estiveram 69% declararam a não ocorrência nos últimos 6(seis) meses, seguido de 17% de que o fato ocorreu e, somente 8% deles declararam isso ocorreu mais de uma vez nos últimos 6(seis) meses, mas menos de uma vez por mês. Ao serem questionados sobre o fato de se depararem com um programa de TV difícil de acompanhar 73% deles dizem não ter ocorrido nos últimos 6(seis) meses e 8% deles diz já ter ocorrido nos últimos 6(seis) meses. Já em relação ao fato de esquecer completamente de fazer coisas que faria ou que planejou 34% declaram não ter ocorrido nos últimos seis meses, 26% ter ocorrido pelo menos uma vez, 13% dizem ter ocorrido mais de uma vez e 8% declaram ter ocorrido mais ou menos uma vez/mês.

Dos entrevistados, 39% declaram a não ocorrência de não se lembrar de uma mudança de rotina diária, seguido de 17% que o fato já ocorreu nos últimos seis meses e 13% deles declararam que o fato já ocorreu mais de uma vez por mês. Em relação ao fato de ter que checarem se fez ou não algo que pretendia fazer 43% declaram já ter ocorrido nos últimos seis meses; 17% nunca ter ocorrido e 13% declaram a ocorrência de pelo menos uma vez no mês. Em relação a esquecer de algo que já aconteceu (ontem/semama passada) 34% deles declaram que o evento não ocorreu e 34% declaram que já ocorreu nos últimos seis meses e, ainda, 17% declaram ter ocorrido mais ou menos uma vez por semana e 8% mais de uma vez por mês. Já em relação ao fato de esquecer detalhes importantes sobre o que fez/aconteceu no dia anterior 56% deles declaram não ter ocorrido nos últimos seis meses, 13% dizem ter ocorrido e, 8% dizem ter ocorrido mais de uma vez, seguido de uma vez no mês e, ainda, 8% declaram ter ocorrido uma vez por semana.

Ao serem questionados sobre o fato de esquecerem de levar coisas ou deixar pra trás 30% deles responderam já ter ocorrido, 21% deles disseram que não e 13% deles declararam que ocorreu mais de uma vez por mês. Sobre o fato de esquecer do que lhe contaram ontem ou dias atrás e ter que ser lembrado disso 26% declaram já ter ocorrido pelo menos uma vez nos últimos seis meses, 17% que o fato não ocorreu seguido de 13% que o fato ocorreu mais de uma vez por mês e 13% deles declararam a ocorrência da frequência de mais ou menos uma vez por semana. Quanto ao fato de começar a ler algo (livro/revista) sem perceber que já fez isso 52% dos entrevistados declaram a não ocorrência nos últimos seis meses, 17% declaram já ter ocorrido, 8% que já ocorreu mais de uma vez e



Londrina PR, de 02 a 05 de Julho de 2019.

8%, ainda, declararam a ocorrência de mais de uma vez por mês, mas menos de uma vez na semana. Em relação ao fato de deixar divagar ao falar sobre coisas pouco importantes 39% deles declaram já ter ocorrido nos últimos seis meses, 21% declararam não ter ocorrido, 13% declararam ter ocorrido mais de uma vez e 8% relatam ter ocorrido mais ou menos uma vez por mês.

Do universo pesquisado, 86% deles declaram a não ocorrência de não reconhecer parentes ou amigos que encontra com frequência e 13% declaram já ter ocorrido. Quanto a ter dificuldade para aprender alguma habilidade nova 26% declaram já ter ocorrido nos últimos seis meses, 26% declaram não ter ocorrido, 21% ter ocorrido mais de uma vez e 8% declaram ter ocorrido mais ou menos uma vez por semana. Já em relação ao fato de acharem ter a palavra na 'ponta da língua' mas não consegue dizer, 34% declaram que já ocorreu nos últimos seis meses, 21% declaram ter ocorrido mais ou menos uma vez por mês 13% declaram ter ocorrido mais de uma vez e, ainda 13% declaram ter ocorrido mais ou menos uma vez por semana. Quanto a esquecer completamente de fazer coisas que faria ou que planejou 34% declaram já ter ocorrido nos últimos seis meses, 26% que ocorreu mais de vez, 13% de pelo menos uma vez no mês e 8% declara a ocorrência de pelo menos uma vez por semana.

Dos pesquisados, 34% declaram já ter ocorrido de ler uma revista ou jornal e não conseguir acompanhar, perder a linha do assunto, 26% dizem não ter ocorrido nos últimos seis meses, 13% dizem ter ocorrido mais ou menos uma vez por mês, 8% declara ter ocorrido mais de uma nos últimos seis meses, mas menos de uma vez por mês, 8% declaram ocorrer mais ou menos uma vez por semana e, ainda, 8% disseram ocorrer mais do que uma vez por mês, mas menos do que uma vez por semana. Já o fato de que em conversa, esquecer o que acabou de dizer 39% dizem ter ocorrido nos últimos seis meses, 21% relatam a frequência de mais ou menos uma vez ao mês, 13% mais ou menos uma vez por semana e, 8% declaram ter ocorrido mais de uma vez por semana, mas menos do que uma vez por dia. Sobre o fato de esquecer de contar algo importante para alguém 34% deles relatam não ter ocorrido nenhuma vez nos últimos seis meses, 21% declaram a ocorrência de mais ou menos uma vez por mês, 17% declaram já ter ocorrido pelo menos uma vez e 13% declaram já ter ocorrido mais de uma vez. Em relação a esquecer detalhes importantes sobre si mesmo, como aniversário ou onde mora 91% deles declaram a não ocorrência de nenhuma vez nos últimos seis meses e 8% deles dizem ocorrer mais ou menos uma vez na semana.

Dos entrevistados, 34% deles declaram ter confundido ou misturar detalhes contados por outra pessoa mais ou menos uma vez por mês e 13% disseram não ter ocorrido o fato nos



últimos seis meses. Sobre o fato de contar uma história que já contou antes 26% declaram ter ocorrido nos últimos seis meses e 26% não ter ocorrido, seguido de 13% que declaram que ocorreu mais de uma vez, 13% declaram ter ocorrido uma vez por mês e 13% declaram, ainda, que ocorre mais ou menos uma vez na semana. Em relação ao fato de esquecer detalhes de coisas que faz regularmente, em casa ou no trabalho percebe-se nos dados que 34% declaram não ter ocorrido nenhuma vez nos últimos seis meses, 26% declaram ter ocorrido mais de uma vez e 17% deles dizem que ocorreu, mas não sabem precisar a frequência. Já em relação ao fato de achar o rosto de uma pessoa famosa, vista na TV ou em fotografias, parecer familiar 26% deles declaram já ter ocorrido nos últimos seis meses e 17% que ocorreu mais de uma vez.

Ao serem questionados sobre a questão de esquecer onde os objetos são normalmente guardados/procurar nos lugares errados 43% deles declaram não ter ocorrido e 30% deles já ter ocorrido nos últimos seis meses. Sobre o fato de fazer algo de sua rotina duas vezes por engano 82% declaram não ter ocorrido e somente 4% deles dizem ter ocorrido mais ou menos uma vez por mês. Já em relação ao fato de repetir para alguém o que você acabou de lhe contar ou fazer-lhe a mesma pergunta duas vezes 43% responderam que não ocorreu nos últimos seis meses, 26% que já ocorreu, 13% que ocorreu mais de uma vez, 4% que ocorreu mais ou menos uma vez por mês e, ainda, 4% declaram o ocorrência de mais de uma vez por mês, mas menos do que uma vez por semana.

A serem questionados sobre os recursos que utilizam no cotidiano para a manutenção da atividade cerebral declaram não ter consciência de sua importância e que tiveram que deixar de estudar para trabalhar muito cedo; a escola ser de difícil acesso na época e; o fato de que a moça era criada para o casamento, bastando ser prendada para os afazeres domésticos e cuidar dos filhos. Na rotina diária não absorveram/incorporaram nenhuma forma de exercício cerebral e que lhes eram exigidos sempre força física, o que agora é bastante limitada.

Por fim, pudemos observar nos dados da pesquisa que os adultos participantes da oficina da memória são independentes, ativos socialmente, incorporam atividades físicas e culturais para entretenimento e lazer e só conseguem dimensionar a perda cognitiva ao se depararem com situações práticas de seu cotidiano que dificulta/restringe a sua independência e autonomia.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**



O estudo e as observações da equipe pedagógica durante a realização das atividades práticas com os adultos idosos permitem inferir que os participantes do projeto apresentam certo declínio cognitivo que ocorre com o processo de envelhecimento que interferem em suas atividades cotidianas. No entanto ao considerar o declínio cerebral como fator multifatorial, a ginástica cerebral e a estimulação sensorial através da estimulação dos cinco sentidos têm se mostrado e sido eficaz para maior agilidade mental e o estabelecimento de novas conexões cerebrais possibilitando maior qualidade de vida no cotidiano do adulto idoso. Logo, "(...) o declínio ou alterações na função sensorial pode levar a déficits cognitivos que prejudicam a qualidade de vida desse segmento populacional. Diante do exposto, postula-se que a estimulação sensorial através dos cinco sentidos e a crescente estimulação cognitiva contribui para uma melhor qualidade de vida do adulto idoso" ( GUERREIRO, 1999).

A falta/dificuldade de atenção/concentração observada nas aulas pelos adultos idosos desde que trabalhada corretamente poderá ser uma ferramenta que pode contribuir até para a menor incidência da ocorrência de quedas na terceira idade, fator este responsável pela diminuição da qualidade de vida do idoso.

As atividades que estimulam os sentidos sensoriais estimulam recordações/lembranças experimentadas pelos participantes aumentando a atenção e concentração dos participantes, que são sempre abertos ao processo de ensino-aprendizagem. Logo, e com certeza, há mudanças com o envelhecimento como a diminuição na velocidade de processamento de informações, pois apresenta maior lentidão de resposta aos estímulos e prejuízos/déficits de atenção e concentração. No entanto, o que se tem constatado é que a mente está sempre apta á aprendizagem e novos estímulos cerebrais, mantendo-se capaz de estabelecer novas conexões e maturidade intelectual.

Por fim, os dados têm mostrado que a maior eficácia da estimulação cerebral e saúde mental do adulto idoso perpassa pela junção de diversos fatores como maior interação e inclusão social, atividades interativas na comunidade e intergeracionais, maior estimulação e convivência na comunidade e relações familiares saudáveis, atividades físicas, alimentação, exercícios cognitivos e valorização e emancipação humana.

Para os jovens acadêmicos e voluntários da comunidade, o projeto e a maior convivência com os adultos idosos têm se constituído num espaço de encontro e vivência intergeracional, onde a troca se estabelece na relação amistosa e a certeza de que os benefícios trazidos pela aprendizagem na terceira idade causam mudanças no comportamento desta população e também na geração deles.



## REFERÊNCIAS

**ESTATUTO DO IDOSO.** Lei 10.741/2003 (Lei Ordinária) de 01/10/2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências.

**DECRETO**, número 1.948, de 03 de Julho de 1996, que regulamenta a Lei 8.842, de 04 de janeiro de 1994, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso.

GUERREIRO,T.,RODRIGUES, R. **Envelhecimento bem-sucedido**: utopia, realidade ou possibilidade? Uma abordagem transdisciplinar da questão cognitiva. In: VERAS, R. P. Terceira Idade – Alternativas para uma sociedade em transição. Rio de Janeiro: Dumará, 1999.

MCDOUGALL, Jr.G. J. Cognitive interventions among older adults. Annu. Rev. Nurs. Res. 1999, 17; 219-240.**IN.** GUERREIRO,T.,RODRIGUES, R. Envelhecimento bem-sucedido: utopia, realidade ou possibilidade? Uma abordagem transdisciplinar da questão cognitiva. In: VERAS, R. P. Terceira Idade – Alternativas para uma sociedade em transição. Rio de Janeiro: Dumará, 1999.

ODORIZZI, R. ENGELBRECHT, M.R. Universidade Aberta à Terceira Idade – UNATI. Programa Permanente de Extensão Universitária. Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE. Campus de Toledo. 2002.

ODORIZZI, R. A Universidade Aberta à Terceira Idade da UNIOESTE/Toledo: construindo espaços de inserção social do idoso. Dissertação (Mestrado em Serviço Social e Política Social), Universidade Estadual de Londrina - UEL, Londrina, Paraná. 2003.

ODORIZZI, R. ENGELBRECHT, Marize Rauber. Universidade Aberta à Terceira Idade – UNATI. Projeto Permanente de Extensão Universitária. Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE. Campus de Toledo.2000.

**POLÍTICA NACIONAL DO IDOSO.** Lei nº 8.842, de 4 Janeiro de 1994. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências, 1994.