

Resumo

O envelhecimento da população mundial é uma das grandes problemáticas dos tempos contemporâneos. O avançar da idade acarreta grandes alterações, tanto físicas, como sociais, ou psíquicas. Os problemas cognitivos parecem ser bastantes frequentes nesta fase da vida, nomeadamente as demências e outros problemas cognitivos.

A presente investigação teve como objectivo a construção e avaliação de um Programa de Reminiscências, destinado a sujeitos idosos institucionalizados.

Para esse efeito foi desenhado um estudo pré e pós teste, recorrendo a uma amostra de 14 sujeitos divididos aleatoriamente por dois grupos, um grupo experimental e um grupo de controlo. Para definição dos temas de vida a serem utilizados nas sessões, recorreu-se a uma entrevista estruturada cronologicamente e aplicada de forma individual.

Foi realizada a avaliação do défice cognitivo e da memória autobiográfica, recorrendo respectivamente ao Mini Mental State Examination (MMSE) e ao Autobiographical Memory Test (AMT). A avaliação foi realizada por um investigador independente, a psicóloga da instituição.

Foi possível verificar que apenas se registaram alterações ao nível da avaliação cognitiva, onde se constatou uma pequena melhoria no *score* do MMSE pelo grupo experimental. No entanto, ao nível da recuperação das memórias não foram registadas diferenças significativas entre os dois grupos.

Sendo um estudo quase experimental, este poderá servir de base a investigações futuras, pelas evidências e recomendações retiradas da sua execução.

Palavras-chave: Envelhecimento, Memória Autobiográfica, Demência, Reminiscência.