

Resgatando a Memória

Colaborador: Elias Ressude 26.07.13



O Programa Você em Foco do dia 26 de julho de 2013, contou com a participação da psicóloga e mestre em Gerontologia, Patricia Cabral, para falar sobre Resgate da Memória: reconstruindo a própria história.

Sendo gerontologia a ciência que estuda o envelhecimento, Patricia aborda o assunto com a seguinte ordem: um panorama sobre o envelhecer, possíveis práticas e últimas constatações.

A porcentagem de idosos no Brasil era de 4% em 1940; em 2000 dobrou para 8,6%, cerca de 15 milhões de idosos; e em 2020 está previsto chegar a 13% com 30 milhões de idosos no país.

No referente à memória, quanto mais se usa, menos se perde. A memória de um indivíduo que se dedica a maior parte de seu tempo a dormir e não fazer nada é perdida mais cedo do que de um indivíduo que se preocupa em aprender e se manter ativo.

“A proposta inicial para possíveis práticas é criar condições para captar e dar sentido às experiências vividas pelos idosos, por exemplo, transformando-as em livros”, destaca Patricia.

Patricia deixa alguns contatos para dúvidas ou quem quiser se aprofundar mais no assunto:

www.oficinamemoriaviva.com.br

www.portaldoenvelhecimento.org.br