



# II CONGRESSO DE COMUNICAÇÃO CIENTÍFICA EMPREENDEDORISMO E INOVAÇÃO NA PÓS-GRADUAÇÃO



## Jogos e brincadeiras para estimular funções executivas e criatividade em adultos: um estudo de validação

Eduardo P. R. Medeiros, Juliane Camila de O. Ribas, Tarcio A. Nascimento, Alex de O. Cavalcante, Isabela A. Ramos  
Grupo de Pesquisa Neuromov – Neurociência do movimento  
Universidade Católica de Brasília



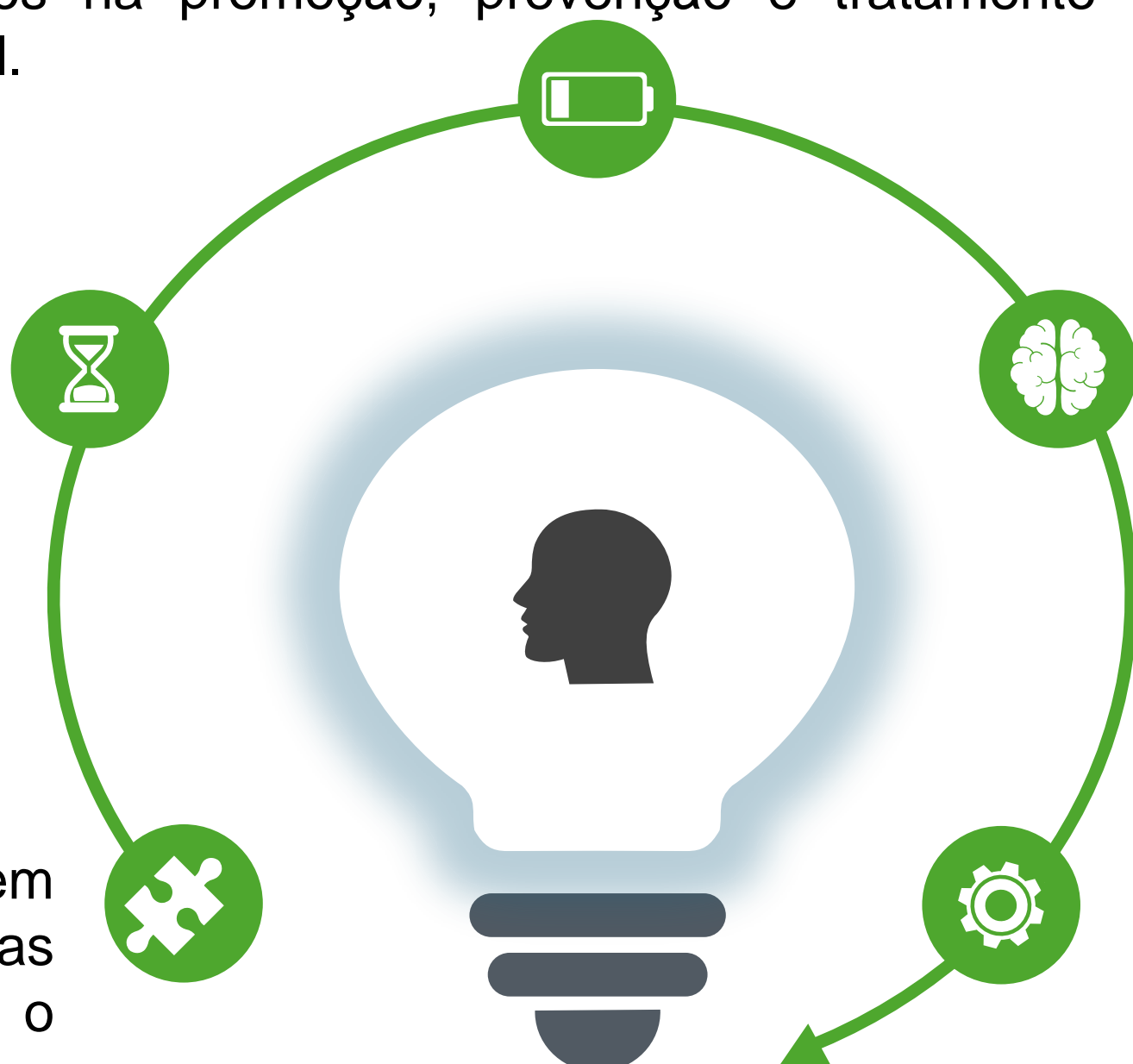
Acesso à versão reduzida da cartilha CRIATIVAR

### INTRODUÇÃO

A fase adulta é marcada por desafios que geram esgotamento mental e transtornos psicológicos. Além disso, a falta de políticas públicas e de pesquisas nessa área limita os avanços na promoção, prevenção e tratamento da saúde mental.

Curiosamente, poucos estudos foram desenvolvidos para adultos sobre jogos e brincadeiras e seus benefícios para o cotidiano e a relação intersocial.

Jogos e brincadeiras podem impactar positivamente diversas fases da vida, promovendo o desenvolvimento integral do ser humano.



Funções executivas, como memória de trabalho, controle inibitório e flexibilidade cognitiva, são cruciais para o desenvolvimento e enfrentamento de desafios em qualquer fase da vida. Assim como criatividade!

Ainda que o tema seja relevante, existem poucas ferramentas validadas de jogos e brincadeiras para estimular funções executivas e criatividade em adultos.

### OBJETIVO

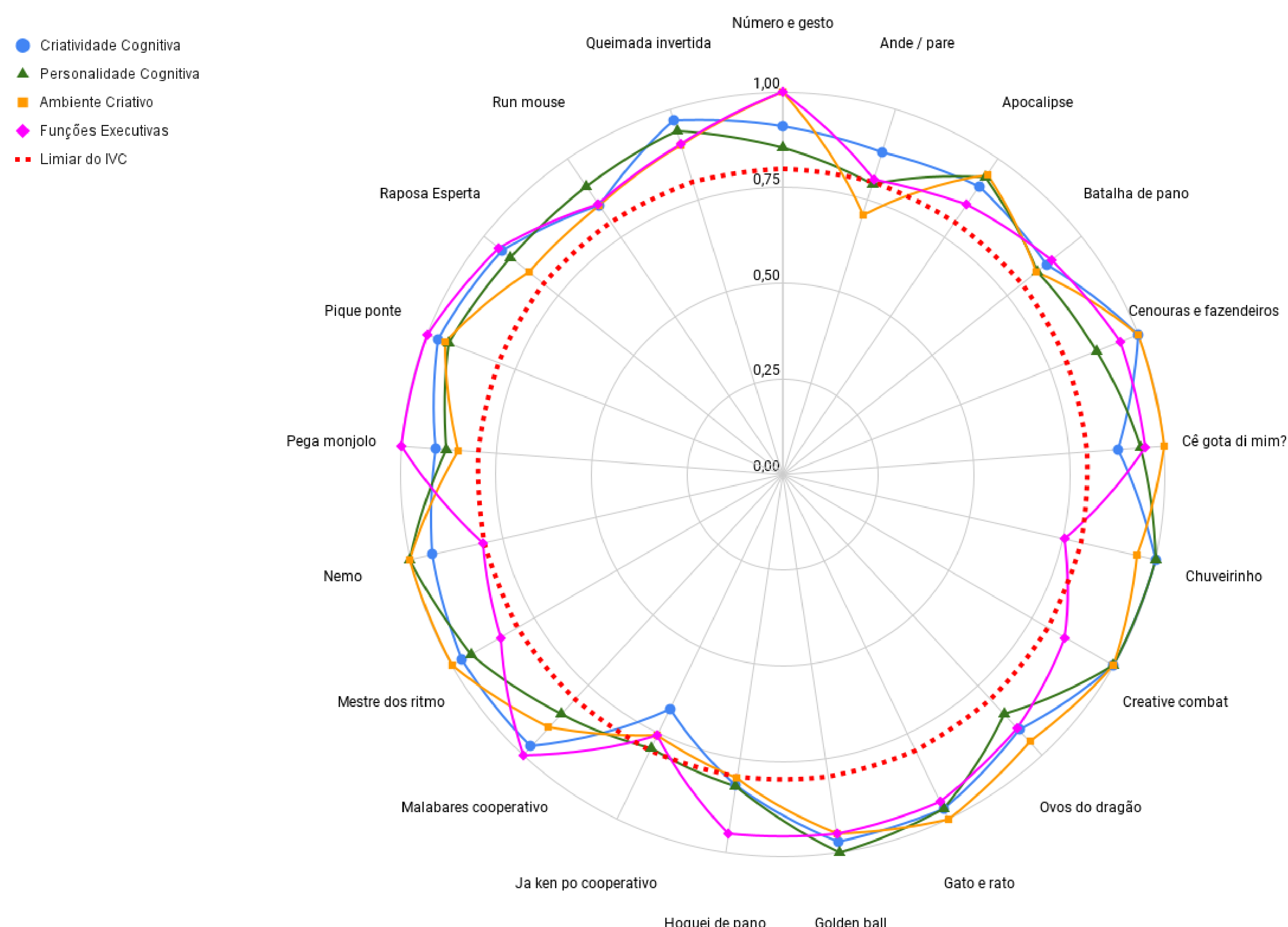
O presente estudo teve como objetivo desenvolver e validar a cartilha educativa CRIATIVAR, composta por jogos e brincadeiras que promovem o estímulo de controle inibitório, flexibilidade cognitiva, memória de trabalho e criatividade em adultos.

### MÉTODOS



### RESULTADOS

Validação de funções executivas e criatividade por experts



De 21 jogos e brincadeiras, 18 foram aprovados por estimularem simultaneamente funções de criatividade e pelo menos uma função executiva.

### CONCLUSÃO



A cartilha foi validada como ferramenta de estímulo à criatividade e funções executivas para adultos.

Assim, CRIATIVAR apresenta-se como um recurso promissor para o estímulo cognitivo e criativo de adultos por meio de jogos e brincadeiras.

### REFERÊNCIAS

