Estimulación cognitiva en pacientes con deterioro cognitivo leve: evolución clínica

Pérez Golarons Lucia, Burillo Gonzalvo Maria, Pérez Carré Montserrat, Pagerols Hernández Jordi, Cedrón Castro Carlos, Martínez Casamitjana Mª Isabel

Centre Emili Mira i López. INAD. Parc de Salut Mar. Barcelona

Contacto: 25030@parcdesalutmar.cat

Introducción

La mejora en la detección precoz del deterioro cognitivo hace que, ya en el momento actual e inexorablemente en los próximos años, haya un aumento importante del número de personas con grados leves de deterioro cognitivo y con la posibilidad de que se mantengan en este estado durante periodos considerables de tiempo.

Estudios previos muestran los beneficios obtenidos con los programas de psicoestimulación en pacientes diagnosticados de Deterioro Cognitivo Leve (DCL) y que programas informáticos interactivos disponibles en la actualidad pueden ser un instrumento útil para la estimulación de este grupo de pacientes con la finalidad de mejorar su rendimiento cognitivo.

El objetivo de este trabajo es describir las características y evaluar en un periodo de 8 años la progresión de DCL a Demencia de los pacientes que han participado en un Taller de Estimulación Cognitiva Ambulatoria (TECA) formando parte del Programa PREDEGENT (Prevenció-Dependència-Gent Gran).

Material y métodos

Sujetos: 64 pacientes diagnosticados DCL (Escala de Deterioro Global de Reisberg GDS 3) todos ellos controlados en nuestra Unidad de Trastornos Cognitivos y de la Conducta.

Metodología: Se recogen datos sociodemográficos de pacientes (sexo, edad, estudios y diagnóstico) y resultados de las escalas: Minimental State Scale de Folstein (MMSE) e Índice de Barthel (IB). Las actividades que componen el programa PREDEGENT son las siguientes (figura 1): grupo psicoeducativo, estimulación motora, musicoterapia y estimulación cognitiva. La estimulación cognitiva se realizó 1 día por semana con una duración de 2 horas y 30 minutos y un total de 4 meses. Este programa consiste en actividades individuales tuteladas y personalizadas para cada paciente y actividades grupales.

Psicoestimulación individual se usa el programa informático Smartbrain que es un programa interactivo que permite la estimulación de diferentes capacidades cognitivas (memoria, orientación, lenguaje, atención, cálculo, gnosias) mediante ejercicios con 15 niveles dificultad. La psicoestimulación individual se completa con ejercicios similares en soporte escrito.

Psicoestimulación grupal mediante material audiovisual se trabajan diferentes áreas cognitivas, actividades de la vida diaria y la expresión emocional estimulando la comunicación oral y la participación en grupo.

Figura 1. Actividades PREDEGENT

Resultados

La distribución por sexos fue: 66% mujeres, 34% hombres con una edad media ± desviación estándar de 75 ± 5,18. En el gráfico 1 se muestran los datos sociodemográficos de los 64 pacientes incluidos en el programa. Todos los pacientes tenían estudios primarios. Media del MMSE:26 ± 2,8 y en la totalidad de los pacientes I. Barthel 100. El 58%de los pacientes no han evolucionado a demencia y el 42% si ha evolucionado siendo los diagnósticos más frecuentes: 63% Enfermedad Alzheimer,18% Demencia Mixta y 7% Degeneración Fronto-Temporal (gráfico 2) . La progresión anual de DCL a Demencia es de 9%

Gráfico 1. Datos sociodemográficos

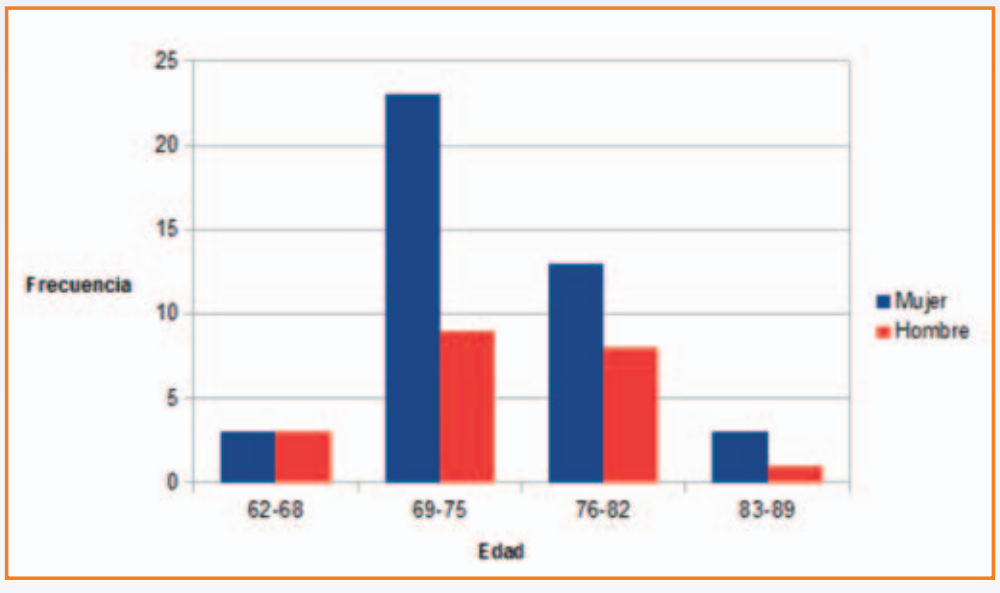
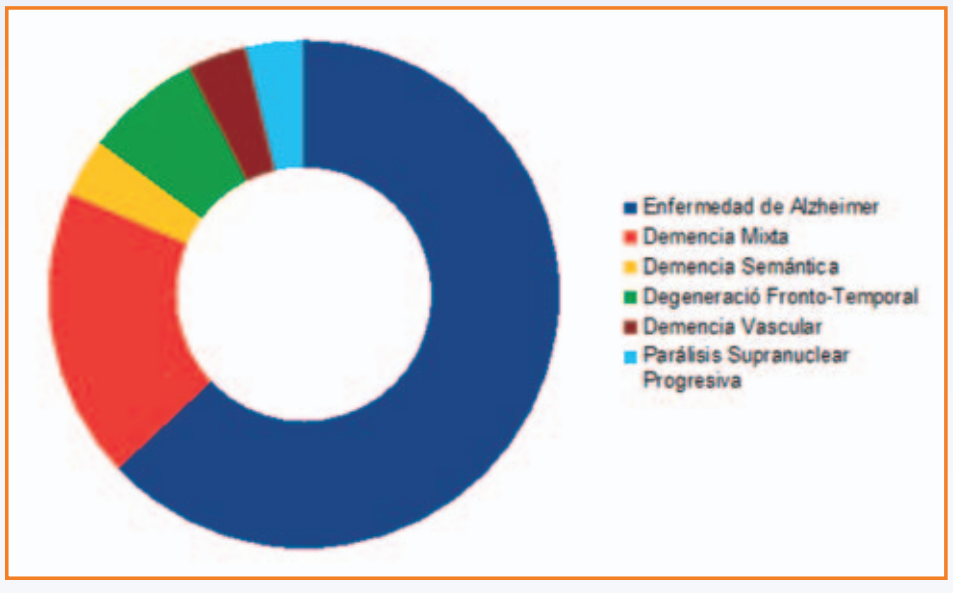


Gráfico 2. Diagnósticos



Conclusiones

El perfil de los pacientes con DCL que asistieron al TECA son en su mayoría mujeres de 75 años de media, autónomas en las Actividades de la Vida Diaria, con estudios primarios. Este perfil puede beneficiarse de este tipo de programas dada su buena adherencia.

A pesar de que el taller mejora la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve y la de sus cuidadores, los resultados muestran que la conversión de DCL a Demencia es en torno al 9% siendo esta cifra menor que la que muestran otros estudios de un 10-15%.

Bibliografía

Beranes DE, Yaffe K, et al. Computer-Based Cognitive Training for Mild Cognitive Impairment: Results from a Pilot Randomized, Controlled Trial. *Alzheimer Dis Assoc Disord. 2009 Jul-Sep*; 23((3):205-210.

Carballo-García V et al. Effects of non- pharmacological therapy on normal ageing and on cognitive decline: reflections on treatment objectives *Neurology 2013 April, Volume 28, Issue 3:* 160-168.

Llanero Luque M, et al. Resultados de la estimulación cognitiva grupal en el deterioro cognitivo leve: estudio preliminar. *Alzheimer.Real Invest Demen.2010*;46:15-23.

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addicions

Parc de Salut MAR Barcelona