EFECTIVIDAD DEL ENTRENAMIENTO COGNITIVO EN PACIENTES DIAGNOSTICADOS DE DEMENCIA EN ESTADIO TEMPRANO

Rodriguez Romero Ana Mª, Martínez Casamitjana Mª Isabel, Burillo Gonzalvo Maria, Gonzalez Vidal Eva, Abellán Vidal Mª Teresa, López Villegas Mª Dolores

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

Introducción

La estimulación cognitiva es un conjunto de acciones destinadas a mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo mediante determinados ejercicios y persigue ciertos objetivos como son ralentizar el proceso de deterioro, aumentar la autoestima y la autonomía personal. El objetivo de este estudio es evaluar la efectividad del entrenamiento cognitivo en pacientes diagnosticados de demencia en fase leve que han participado en un Taller de Estimulación Cognitiva Ambulatoria (TECA) de la Unidad de Trastornos Cognitivos y de la Conducta.

Material y método

Sujetos: Han participado 37 pacientes, el 51% son mujeres con media de edad de 74±5. El 78% de los pacientes han sido diagnosticados de Enfermedad de Alzheimer y el13% de Demencia Mixta con un grado de deterioro cognitivo leve-moderado (GDS 4). Las puntuaciones obtenidas previa al taller del Minimental State Scale de Folstein (MMSE) eran de 22±3,8 (media±DT), el Índice de Barthel se situaba en un rango de 85-100 y el de la Escala de Lawton y Brody 4-8.

Metodología: El programa de estimulación cognitiva se realizó 1 día por semana con una duración de 1 hora y 30 minutos durante 4 meses. Consta de actividades individuales tuteladas y personalizadas (PI) para cada paciente y actividades grupales (PG). PI: se utiliza programa informático Smartbrain, que permite estimulación diferentes áreas mediante ejercicios interactivos con 15 niveles de dificultad. También ejercicios en soporte escrito. PG: Mediante material audiovisual se trabajan áreas cognitivas, actividades vida diaria y expresión emocional, estimulando comunicación oral y participación en grupo.

Evaluación previa al TECA: Escala de Deterioro Global de Reisberg (GDS), MMSE, I. Barthel, Escala de Lawton y Brody. Para la evaluación después del TECA se realizó una valoración cognitiva con el MMSE y la valoración propia del programa Smartbrain.

Resultados

Evaluación cognitiva: El 57% de los pacientes mejoran la puntuación en el MMSE (23.1±3.3) (media±DT) tras el TECA. En la gráfico 1 se muestra en qué áreas mejoran en el MMSE: Orientación Temporal es el dominio donde un mayor número de pacientes mejora 45% seguido de concentración y cálculo 16%, orientación espacial 10%, memoria 10% y lenguaje 6%. Los resultados obtenidos muestran que al finalizar el Taller hay una mejoría significativa en las puntuaciones del MMSE ($p<0.001$).

El programa Smartbrain muestra cómo todos los pacientes mejoran rendimiento en la mayoría de áreas pudiendo aumentarse progresivamente nivel de dificultad. En el gráfico 2 se muestran los resultados obtenidos en la última sesión de un paciente en las distintas áreas trabajadas.

Gráfico 1. Áreas que mejoran en MMSE

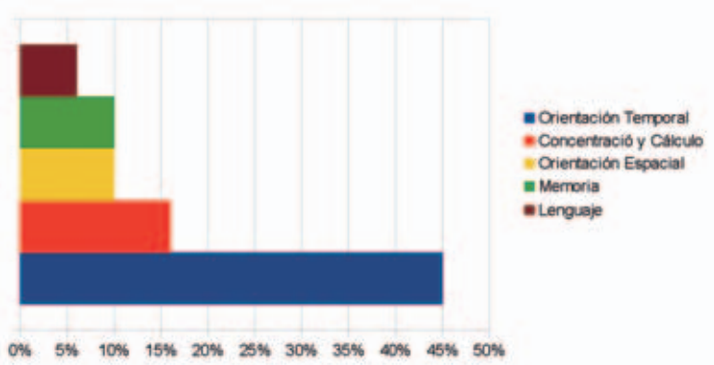
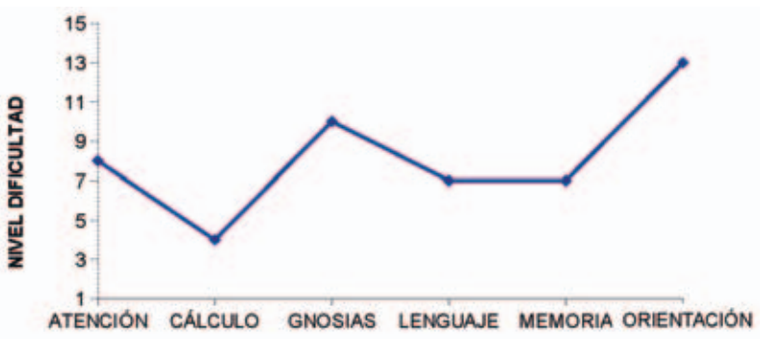


Gráfico 2. Perfil Áreas última sesión F.S.



Conclusiones

Los resultados muestran mejoría cognitiva en la mayoría de los pacientes que participan en los TECA. Nuestros resultados, similares a los de otros estudios, aportan evidencia sobre la eficacia y beneficios de la psicoestimulación en la demencia.

Bibliografía

(1) Huntley JD, Gould RL, Liu K, et al. Do cognitive interventions improve general cognition in dementia? A meta-analysis and metaregression. BMJ Open 2015; 5:e005247. doi:10.1136/bmjopen-2014- 005247.

(2) Tárraga L, Boada M, Modinos G y col. A randomised pilot study to assess the efficacy of an interactive, multimedia tool of cognitive stimulation in Alzheimer's disease.Journal of Neurology, neurosurgery, and Psychiatry 2006;77:1116-1121.

(3) Fernandez B, Rodriguez R, Contador T y col. Eficacia del entrenamiento cognitivo basado en nuevas tecnologías en pacientes con demencia tipo Alzheimer. Psicothema 2011 vol 23, 1:44-50.

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addicions

Parc de Salut MAR Barcelona