

PREVENCIÓN Y REHABILITACIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO MEDIANTE TERAPIA MULTIMÉTODO DE ESTIMULACIÓN: LA EXPERIENCIA DE COGNITIVA UNIDAD DE MEMORIA

Villalobos, M.D¹, Cuadros, A², Atienza, M.A², Nieto, M. ¹, Prieto, E³, Brizuela, C⁴, Vázquez, A.B³, y Del Campo, E. ¹

¹Neuropsicóloga. ²Psicólogo/a clínico. ³ Trabajadora Social. ⁴ Terapeuta Ocupacional Profesionales de Cognitiva Unidad de Memoria.

1. INTRODUCCIÓN

El **deterioro cognitivo (DC)** y las **demencias** suponen una de las enfermedades más destacadas en el mundo, aspecto que se va acrecentando con el paso de los años y el aumento en la esperanza de vida de la población.

Existen **intervenciones no farmacológicas** desarrolladas para frenar el avance de dichas enfermedades. Entre ellas cabe destacar la **Estimulación Cognitiva (EC)** que pueden definirse como todas aquellas actividades que permiten estimular las capacidades cognitivas existentes además de otros factores tales como la afectividad, la esfera conductual, social, familiar y biológica, buscando intervenir sobre la persona de forma integral con la finalidad de mejorar el funcionamiento cognitivo y disminuir la dependencia (Villalba, 2014).

Estudios de investigación recientes prueban que las terapias no farmacológicas (especialmente la EC) **ayudan a frenar el impacto del deterioro cognitivo** y su evolución (Llanero, 2014), obteniendo resultados positivos también en fases más avanzadas como en la enfermedad de Alzheimer (Kim, 2015).

2. OBJETIVO

Presentar la labor de Cognitiva Unidad de Memoria, emprendimiento social con más de diez centros en España dedicados a la **prevención y tratamiento terapéutico no farmacológico**, fundamentalmente en casos de DC y demencias en estadios iniciales (siendo la enfermedad de Alzheimer la más frecuente). La finalidad del trabajo realizado es ralentizar el DC, mantener y potenciar las funciones cognitivas afectadas fomentando la autonomía en la vida diaria.

3. METODOLOGÍA

CIRCUITO TERAPÉUTICO

En los centros de Cognitiva se realiza un circuito terapéutico que contiene los siguientes grupos de actividades:

Estimulación cognitiva

Estimulación neuroperceptiva

Entrenamiento en actividades de la vida diaria

Psicomotricidad y actividad física

Mementia plataforma tecnológica

Atención a familiares y/o cuidadores



4. RESULTADOS

No se encontraron cambios significativos entre las puntuaciones pre y la valoraciones post en las pruebas MMSE ($t(36)=1,000, p>0,05$), Test de 7 minutos Total ($t(40)=1,914, p>0,05$) y Orientación ($t(38)=0,059, p>0,05$), Test del Reloj a orden ($t(43)=0,589, p>0,05$), Dígitos directos ($t(44)=-0,392, p>0,05$) e inverso ($t(44)=-0,805, p>0,05$) TMT A ($t(42)=-0,175, p>0,05$) e ISAAC ($t(46)=0,739, p>0,05$). Sí se encontraron diferencias significativas siendo mayor en la valoración pre en Test del Reloj a la copia ($t(43)=2,339, p<0,05$) y mayor en la valoración post en FAS Test ($t(42)=-2,537, p<0,05$).

ESTUDIO EN CURSO

Nuevo estudio en 2017/2018 mejorando las limitaciones del previo:

- Aumento de sujetos en la muestra
- Permite comparación de variables (tipo de actividades, frecuencia, diagnóstico...)
- Inclusión de grupo control
- Incorporación de nuevas pruebas en el protocolo (funcionales y emocionales)

ESTUDIO PILOTO

Probar la eficacia de las terapias de Cognitiva Unidad de Memoria:

- Muestra de 42 usuarios que acuden a los centros de Cognitiva
- Evaluación neuropsicológica pre y post 8 meses de intervención
- Protocolo de valoración que permite conocer el rendimiento en las diferentes funciones cognitivas:

MMSE

Test del Reloj (orden y copia)

Test de los 7 minutos

Dígitos del WAIS-IV

Trail Making Test, Parte A (TMT A)

Fluidez verbal: fonológica (FAS) y semántica (ISAAC)

5. CONCLUSIONES

La Estimulación Cognitiva es una herramienta eficaz en el tratamiento del DC y de las enfermedades neurodegenerativas tipo EA. Desde Cognitiva Unidad de Memoria proponemos y compartimos un modelo de prevención e intervención integral, personalizado, basado en el fomento del mantenimiento de las capacidades cognitivas, sociales y emocionales.

En nuestro afán por probar la eficacia de nuestras intervenciones encontramos resultados favorables, las terapias ayudan a mantener el rendimiento cognitivo a diferencia del empeoramiento que suele encontrarse en esta población con el mero paso del tiempo.

REFERENCIAS

- Kim, S. (2015). Cognitive rehabilitation for elderly people with early-stage Alzheimer's disease. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(2), 543–6. <https://doi.org/10.1589/jpts.27.543>
- Llanero, M., Pedro, M., Fernández-blázquez, M. A., Luque, M. L., ... León, S. De. (2014). Resultados de la estimulación cognitiva grupal en el deterioro cognitivo leve : estudio preliminar.
- Villalba, S. y Espert, R. (2014). Estimulación cognitiva : Una revisión neuropsicológica. *Terapeia*, 6, 73–93.