

La intervención cognitiva en las demencias

Carlos Jacas-Escarcelle

Unidad Geriátrica.
Hospital
Vall d'Hebron

La estimulación o mejor dicho, intervención cognitiva en las demencias ha hecho uso de diversas técnicas que han ido apareciendo desde los años 50 con el fin de intentar mejorar la calidad de vida e incluso las funciones cognitivas o compensar esos déficits producidos por una enfermedad degenerativa que padecían. Desde hace ya muchos años, han ido apareciendo artículos científicos, analizando y validando algunas de las técnicas de estimulación cognitiva; a pesar de ello, muchos de ellos, son estudios de un solo caso o incluyen muy pocos casos. Algunos de los estudios realizados presentan defectos metodológicos o discrepan en los resultados de la aplicación de las técnicas; y en otros, se demuestra cierta mejora o la estabilización de las alteraciones durante un tiempo tras utilización de técnicas de estimulación cognitiva.

Hablamos de manejo, intervención o estimulación cognitiva en lugar de rehabilitación por las características de irreversibilidad y de progresión de los síntomas. Preferimos el término intervención al de únicamente estimulación cognitiva porque en la actualidad, en enfermedades degenerativas como es la enfermedad de Alzheimer, la intervención cognitiva abarca varios ámbitos de la vida del paciente como son la estimulación cognitiva en las distintas funciones, la modificación del entorno físico, intervención sobre las actividades significativas de la vida diaria, abordaje de los síntomas comportamentales que pueden acompañar a ese deterioro cognitivo, etc.

En nuestro medio, se han creado y promovido recientemente programas integradores de intervención cognitiva que han sabido unir la base teórica de la rehabilitación cognitiva a la experiencia práctica con el manejo de este tipo de pacientes y este es el caso del proyecto "Activemos la Mente", editado por la Fundación "La Caixa" y realizado por Jordi Peña-Casanova. También existe en nuestro país otro proyecto reciente de estimulación cognitiva como es el programa de memoria del ayuntamiento de Madrid de

Montejo, *et al.*; o los también publicados ejercicios de estimulación cognitiva en "Volver a empezar" de Lluís Tárraga y Mercè Boada como parte de su Programa de Psicoestimulación Integral en enfermos de Alzheimer. En la actualidad se están desarrollando en nuestro país, incluso programas informáticos específicos para la estimulación cognitiva en pacientes con demencia.

En muchos de los centros de día para enfermos con demencia se están desarrollando y aplicando en la actualidad y en algunos casos desde hace años, programas de estimulación o de intervención cognitiva. Sería importante pues conectar dichos centros entre sí para poder debatir e iniciar colaboraciones científicas en las que, aportando la experiencia adquirida por dichos grupos en sus distintos programas de intervención, podamos unificar algunas técnicas o mejorar entre todos el abordaje integral de estos enfermos. En ese sentido, no menos importante es iniciar, seguir realizando y promocionando estudios de grupos amplios, incluso multicéntricos, metodológicamente cuidados en los que podamos demostrar la efectividad de las técnicas de intervención cognitiva en las demencias.

Para demostrar la "efectividad" de dichos programas u otros quizás primero deberíamos definir o ponernos de acuerdo en cuál será la definición válida de efectividad de todos estos tratamientos o técnicas de intervención. Posiblemente el mejorar la calidad de vida del paciente o su interacción con los demás, aunque no mejoremos algunos aspectos de su capacidad práctica, sería un ejemplo de "efectividad". También el mejorar la seguridad o la autoestima pueden ser resultados de efectividad. De hecho, la mejora en algunas funciones cognitivas como la atención, se puede atribuir en muchos casos al efecto positivo de esa intervención mediante una técnica de estimulación cognitiva. Son numerosos los artículos que demuestran la efectividad de técnicas como la orientación a la realidad. También es positiva la in-

Correspondencia:
Carlos Jacas-Escarceller
Unitat Geriatria
Hospital Vall d'Hebron
Pº Vall d'Hebron 119-129
08035 Barcelona
E-mail:
jacas@hg.vhebron.es

tervención que se realiza sobre la base de las capacidades conservadas para compensar pérdidas. A pesar de la existencia de múltiples técnicas de intervención ya validadas como la orientación a la realidad, la terapia de reminiscencia, técnicas de validación, técnicas de estimulación cognitiva específica por funciones, etc., es importante que también abordemos e intervengamos sobre la afectividad y la conducta del paciente y algo muy importante o fundamental como debe ser: "cuidar al cuidador".

Debemos tener en cuenta también que la intervención cognitiva deberá ser personalizada, y en ese sentido recordemos que lo que para una persona puede ser bueno o positivo, para otra puede ser todo lo contrario. Debemos tener en cuenta que en algunos casos la incorporación de la persona con demencia puede representar una carga adicional o ser motivo de tensión en su relación con el cuidador. Debemos analizar las características neuropsicológicas de esas disfunciones por lo que deberemos realizar una evaluación neuropsicológica pormenorizada para poder diseñar el plan específico de estimulación cognitiva de esa persona. También dependiendo de

su grado de deterioro cognitivo, utilizaremos una técnica cognitiva u otra.

Referencias

- Montejo P, Montenegro M, Reinoso AI, De Andrés ME, Claver MD. *Programa de memoria*. Ayuntamiento de Madrid. Área de Salud y Consumo. Unidad de Memoria. Madrid, 1997.
- Morris RG edit. *The cognitive neuropsychology of Alzheimer type*. New York: Oxford University Press, 1996.
- Peña-Casanova J. *Activemos la mente*. Barcelona: Fundació "La Caixa", 1999.
- Sourcen L, Franssen E. *Broken connections. Part I: Origin and Course*. Lise: Swets & Zeitlinger, 1994.
- Sourcen L, Franssen E. *Broken connections. Part II: Practical guidelines for caring for the Alzheimer patient*. Lise: Swets & Zeitlinger, 1994.
- Tárraga LL, Boada M (Eds.). *Volver a empezar. Ejercicios prácticos de estimulación cognitiva para enfermos de Alzheimer*. Barcelona: Glossa Ediciones, 1999.