

Programa de treino domiciliário em modalidade dual task para Pessoas com Demência

Célia Maria Piteira Vicente,¹⁰ Aluna 1º Mestrado Enfermagem Reabilitação;
Cláudia Sofia de Matos Santos,¹² Aluna 1º Mestrado Enfermagem de Reabilitação
Júlio Belo Fernandes,²³ Docente ESSEM

1 - Hospital Garcia de Orta. 2- Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science, 2829-511 Caparica, Almada, Portugal. 3 - Nurs* Lab Caparica, 2829- 511 , Almada, Portugal.



INTRODUÇÃO

A demência está associada a uma perda gradual, progressiva e significativa de funcionalidade. É crucial o desenvolvimento de estratégias que minimizem o seu impacto na qualidade de vida da pessoa com demência e seus cuidadores. Prevenir complicações, atrasar a progressão da doença, maximizar a funcionalidade e potenciar as funções preservadas é o objetivo deste programa de treino em modalidade *dual task*, combinando treino motor e de equilíbrio com treino cognitivo, reproduzível em contexto domiciliário de forma individualizada, com objetivos personalizados, capacitando cuidadores para a promoção de uma melhor qualidade de vida da Pessoa com Demência.

METODOLOGIA

Programa “Care for body & mind” – CBM

Programa em modalidade Dual-task

Participantes:

- Pessoas com demência e cuidador com disponibilidade para participar

Critérios de inclusão e exclusão:

- Saber ler e escrever
- Sob terapêutica médica estabelecida e mantida pelo menos um mês antes do início do programa
- Pontuação no teste MiniMental igual ou inferior a 22
- Barthel superior a 40
- Ausência de contra indicação para realizar exercício físico
- Condições físicas para a realização do teste Timed up and Go e 5 Times Sit & Stand
- Ausência de alterações sensoriais impeditivas para as atividades de grupo
- Ausência de quadro confusional agudo concomitante
- Ausência de outra patologia neurodegenerativa concomitante

PROGRAMA

- Amostra por conveniência de 20 participantes
- Avaliação das escalas: Borg, Mini-Mental State Examination; Timed Up & Go Test; 5 Times Sit & Stand Test e Barthel
- Sessões de psicoeducação para cuidadores informais
- Instrução sobre condições de segurança de caráter geral e individual
- Sessões de treino em grupo uma vez por semana durante 60 minutos, com grau de complexidade crescente (4 semanas)
- Programa de exercício individualizados para realizar duas vezes por semana em contexto domiciliário, com o cuidador (4 meses)
- Monitorização individual pelos profissionais de saúde envolvidos, através de linha telefónica de apoio e esclarecimento de dúvidas

SESSÕES

Preparação e apresentação da sessão, com atividade de orientação e “quebra gelo” (15min)

+
Aquecimento com musicoterapia, estimulação olfativa, reconhecimento corporal e espacial (5min)

+
Treino dinâmico com atividades de reconhecimento, nomeação, evocação, enumeração, seleção, treino de cálculo, memória, resolução de problemas e atividades de grupo (20min)

+
Retorno à calma/Alongamentos com musicoterapia e evocação de memória olfativa (10min)

+
Encerramento da sessão, debriefing, esclarecimento de dúvidas (10 min)

CONCLUSÃO

Este protocolo de estudo piloto representa um passo essencial na exploração de estratégias inovadoras para apoiar pessoas com demência e seus cuidadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

