



O papel protetor da estimulação cognitiva na manifestação de demências neurodegenerativas

Consulta de Neuropsicologia

Faculdade de Psicologia
e de Ciências da
Educação Universidade
do Porto

Telefone:
226079757/220400600

Email:
neuropsicologia@fpce.up.pt

Site:
www.neuropsicologia-fpceup.com

Por:

Helena Moreira
Psicóloga

Estudos recentes têm apontado as **estratégias adquiridas por meio da estimulação enquanto mecanismos essenciais para a construção de uma “reserva cognitiva”**. Na presença de uma doença neurodegenerativa (e.g., doença de Alzheimer, doença de Parkinson), esta **reserva cognitiva permite ao doente compensar por uma maior período de tempo as limitações cognitivas que começam a surgir**, contribuindo para a preservação da funcionalidade nas atividades diárias. Sintetizando, a estimulação cognitiva não deixa a pessoa imune à presença de uma demência: contribuiu sim para que a sua manifestação seja mais tardia.

Os investigadores alertam para o facto do **papel neuroprotetor ser mais eficaz quanto mais precoce for a estimulação cognitiva na idade adulta**. No entanto, há sempre benefícios funcionais da sua implementação mesmo em idades mais avançadas.

A estimulação cognitiva pode ser realizada com recurso a diferentes estímulos e em diferentes domínios tais como a leitura, a escrita, a música e as artes plásticas. **Materiais contextualizados e significativos no dia a dia da pessoa aumentam a aderência e interesse na realização das tarefas**.

Na Consulta de Neuropsicologia da FPCEUP dispomos de programas de estimulação personalizados aos seus interesses e necessidades.

Venha conhecê-los! Mantenha o seu cérebro ativo!

