

Mejoras en la demencia

La ciencia dice...

Estimular la mente con una terapia individual podría ayudar a personas con demencia en su día a día.

La demencia no tiene cura ni tratamiento eficaz que frene su avance. Pero cuando es leve o moderada, ¿sirve de algo la rehabilitación cognitiva? Nos referimos, en este caso, a una terapia personalizada, individualizada y a domicilio. Está dirigida a entrenar las habilidades de los afectados, a fin de ayudarles a realizar tareas concretas de su vida diaria.

Los investigadores de Cochrane trataron de hallar una respuesta. Revisaron todos los ensayos clínicos disponibles hasta localizar varios que evaluaban la eficacia de este tipo de terapia. Se trataba en realidad de seis estudios realizados en pacientes de 76 a 80 años con demencia leve-moderada, mayoritariamente Alzheimer. Todos recibieron 1 o 2 sesiones semanales (durante 4 a 14 semanas, según el estudio). En dos ensayos, además, los pacientes recibieron entre 4 y 6 sesiones de mantenimiento durante varios meses. Depen-

diendo del ensayo las sesiones duraban entre 60 y 90 minutos.

Conclusión: sí hay una mejoría con la terapia. Los hallazgos de la revisión muestran que, efectivamente, este tipo de rehabilitación cognitiva mejora la realización de las tareas o actividades objeto de la terapia. Ese progreso es percibido tanto por los propios pacientes con demencia como por los cuidadores. Y ocurría no solo al final de la terapia, sino también después: a los 3 e, incluso, a los 9 meses tras su finalización. Sin embargo, no se apreciaba apenas mejoría en otros aspectos como la capacidad de realizar otras actividades o tareas, en la calidad de vida general de los participantes ni en el bienestar psicológico de los cuidadores. De los resultados observados, tampoco quedaba claro si la rehabilitación cognitiva mejoraba o no el estado depresivo de los pacientes, característico de estas fases leves o moderadas de la demencia.



Información extraída de Cochrane y adaptada por OCU. La finalidad de Cochrane es revisar y sintetizar la investigación científica, para que pacientes y profesionales tomen decisiones basadas en información fiable.
Texto completo en: doi.org/10.1002/14651858.CD013388.pub2.
Más en: es.cochrane.org/es/divulgación/cochrane-responde