

Rehabilitación Cognitiva Una aproximación al campo científico

Donald Stuss, Profesor del Rotman Research Institute, de Toronto, Canadá, muy bien conocido por ser pionero en el estudio de los lóbulos frontales y su incidencia en las funciones cognitivas, en particular por la descripción de los síndromes disejecutivos, ha publicado junto a destacados profesionales de Canadá, Irlanda y Estados Unidos 5 artículos en el "Journal of the International Neuropsychological Society" en el Volumen 1 del corriente año, 2007.

El trabajo presentado por los autores provee una introducción y revisión de ensayos randomizados de protocolos de rehabilitación.

A la manera de introducción el primer artículo describe los fundamentos y procedimientos del ensayo realizado por este grupo de trabajo en adultos mayores con declinación cognitiva normal. El diseño del programa es de característica multimodular de 12 semanas de duración. El segundo artículo se centra en el entrenamiento de la memoria, el tercero focaliza su objetivo en la organización de objetivos, en el cuarto artículo se reportan los cambios producidos en el ámbito psicosocial y el último artículo provee una revisión de trabajos publicados del área y se discute la dirección a tomar en los futuros ensayos.

A continuación se expondrá una breve reseña de cada uno de ellos:

1) En inglés: "Cognitive rehabilitation in the elderly: Overview and future directions"

En este artículo se reportan las características del proyecto en el cual se estudia a una población de adultos mayores con una declinación cognitiva normal. El énfasis se centra en mejorar el uso de las estrategias generales, vulnerables en el proceso del envejecimiento, con la particularidad de ser un programa de entrenamiento de corta duración.

Se trabajó con un grupo de 49 sujetos (27 mujeres y 22 hombres), Media de edad: 78.7 años con un desvío Standard de 3.9.

El programa se realizó durante 12 semanas, con la frecuencia de una reunión grupal e interactiva semanal de 3 horas y se administraban sesiones entre el líder del grupo y cada participante, con el objetivo de personalizar el proceso de rehabilitación.

Se desarrolló un programa de rehabilitación integral dividido en 3 módulos de 4 semanas cada uno, destinados al entrenamiento de 3 dominios específicos, mencionados anteriormente: memoria, organización de objetivos y función psicosocial.

Se les administró a los 49 participantes, el Mini-Mental State Examination, una Bateria cognitiva y el Inventario de Ansiedad de Beck, considerada Evaluación A. Los participantes que cumplieron con los criterios de inclusión, han sido asociados en dos grupos: "Grupo de entrenamiento temprano" (N= 29) y "Grupo de entrenamiento tardío" (N=20), los cuales son compatibles por su capacidad cognitiva, la edad y los años de escolaridad.

El grupo “Temprano” comenzó el programa de rehabilitación inmediatamente luego del screening y el grupo “Tardío” fue considerado en estos 3 primeros meses como grupo control, manteniendo encuentros individuales con el líder del grupo. Al término de estos primeros meses se les administró la Evaluación B a ambos grupos. Luego comenzó el entrenamiento el grupo “Tardío”, caracterizándose el grupo “Temprano” como control, es decir se produjo un cambio de roles entre los grupos (crossover).

Luego que el grupo “Tardío” finalizó el entrenamiento, a ambos grupos se les administró nuevamente los tests, Evaluación C y para evaluar los beneficios del entrenamiento a largo plazo en el término de 6 meses se le realizó la Evaluación D.

Las conclusiones manifiestan que en la Evaluación A no existían diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, mientras que en la Evaluación B aparecieron diferencias a favor del grupo “Temprano”. Y en la evaluación C se equipararon ambos grupos, con igual rendimiento en la Evaluación D. Otro hallazgo señala que hubo un beneficio directo en el proceso de las estrategias de los lóbulos frontales.

2) En inglés: “Cognitive rehabilitation in the elderly: Effects on Memory”

El foco en el entrenamiento del Módulo de Memoria es el aprendizaje de la variedad de estrategias y técnicas para mejorar las habilidades en la organización y en la memoria. En la primera sesión se revisaron los objetivos del entrenamiento y continuó con una lectura interactiva acerca de la complejidad de la memoria, sus diferentes tipos, su relación con la actividad cerebral y los factores que inciden en los olvidos y/o déficits. También en la misma sesión introdujeron la importancia de las estrategias externas y se les sugirió que manifiesten las que usan cotidianamente. En la segunda sesión se trabajó en forma exhaustiva las estrategias externas y en la tercera y cuarta sesión el foco principal era la variedad de estrategias internas, las cuales facilitan la codificación de la información. Se les entregó tareas para realizar entre las sesiones.

Los resultados señalaron que no se produjeron mejoras en la memoria de trabajo, en la memoria primaria y en el reconocimiento. En cambio se obtuvieron datos favorables en diferentes medidas de la memoria secundaria, en particular en tareas de memoria episódica.

3) En inglés: “Cognitive rehabilitation in the elderly: Effects on strategic behavior in relation to goal management”

El objetivo general en este Módulo es entrenar a los participantes a confrontarse con las tareas, detenerse y pensar acerca de las demandas de las actividades, definir las tareas principales y monitorear los procesos de cada una de ellas.

La particularidad es que se proponen tareas que simulan ser actividades de la vida real.

En la primera sesión se intentó concientizar a los participantes de los olvidos o distracciones, utilizando ejemplos de la vida real y actividades de ficción. En la segunda sesión se focalizó el proceso de indicar y definir los rasgos principales de la tarea que deben realizar. Se enfatizó la ventaja de detenerse y chequear el borrador mental. En la tercera sesión los sujetos debieron listar una serie de tareas complejas que les ocasionaban sensación abrumadora por la exigencia

de las mismas. Discutieron acerca de las consecuencias emocionales y prácticas que presentan estas actividades en la vida diaria. Y en la última sesión los participantes discutieron acerca de la secuenciación y prioridad de los subitems de las tareas, también con ejemplos ficticios de la vida diaria. Asimismo se enfatizó en el procedimiento de chequear y monitorear las tareas. Los resultados señalaron que ambos grupos “Temprano” y “Tardío” mejoraron en la realización de las actividades ficticias que simulan tareas de la vida diaria.

4) En inglés: “Cognitive rehabilitation in the elderly: An evaluation of psychosocial factors”

El foco del Módulo Psicosocial es realzar la autoestima de los participantes y mejorar la confianza en sus habilidades para responder a los desafíos cognitivos.

En la primera sesión se focalizaron en todos los factores no biológicos que afectan las actividades de las personas mayores, en particular la relación entre los factores psicosociales y los desempeños cognitivos y debieron enumerar para la próxima sesión todas las actividades que no han comenzado o que han quedado incompletas. En la segunda sesión se revisaron las tareas solicitadas y se discutió cada uno de los registros de los participantes, de los cuales se seleccionaron 3 propuestas. En la tercera sesión se expusieron y se discutió los avances de las propuestas seleccionadas: sus objetivos, las sensaciones al realizar los mismos y su apreciación de la relación entre los aspectos psicosociales y lo sucedido en la vida diaria. Y en la cuarta sesión se discutieron los reportes de las experiencias de los otros integrantes del grupo. Se enfatizó la importancia de construir mayor confianza para sobrellevar nuevos desafíos cognitivos de la vida diaria.

Los resultados señalaron mejor performance en los tests que evalúan aspectos psicosociales luego de este entrenamiento (Evaluación B, C y D). El grupo “Temprano” presentó mejores rendimiento que el grupo “Tardío”.

5) En inglés: “Cognitive rehabilitation in the elderly: Overview and future directions”

En este artículo se realiza una revisión del programa presentado anteriormente. Al compararlo con otros ensayos publicados remarcan el incremento de los beneficios del entrenamiento cognitivo.

Enfatizan tres puntos novedosos del programa: 1) la importancia de generalizar los conocimientos a otras áreas cognitivas, 2) extender las mejoras cognitivas en tiempo prolongado y c) considerar el trabajo en el ámbito psicosocial.

También enumeran las futuras correcciones para mejorar el diseño: a) ampliar la muestra, b) utilizar evaluaciones de tipo funcional para medir la capacidad en situaciones reales diarias, c) durante los periodos que los grupos son considerados control mantener una relación más fluida y constante, d) revisar el orden de la presentación de los módulos; sostienen que sería útil considerar si se beneficia al programa comenzar con el Módulo de la función Psicosocial y e) examinar la versatilidad del programa para ser administrado en personas con deterioro cognitivo estable, como por ejemplo a causa de una accidente cerebro vascular o un traumatismo encefalo-craneano.

Lo expuesto anteriormente es una breve revisión de los artículos seleccionados. Si desea ampliar los conocimientos puede consultar a la publicación de los mismos (ver abajo).

Generosamente el Prof. Donald Stuss ha autorizado a Neuropsicología Hoy publicitar su dirección de email para continuar con esta línea de trabajo. La misma es: <http://www.rotman-baycrest.on.ca/index.php?section=218>

- Stuss D., Robertson I., Craik F., Levine B., Alexander M., Black S., Dawson D., Binns M., Palmer B., Downey-Lamb M. (2007), Cognitive rehabilitation in the elderly: Overview and future directions. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 13, 120-131.
- Craik F., Winocur G., Palmer B., Binns M., Edwards M., Bridges K., Glazer P., Chavannes R., Stuss D. (2007). Cognitive rehabilitation in the elderly: Effects on Memory. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 13, 132-142.
- Levine B., Stuss D., Winocur G., Binns M., Fahy L., Mandic M., Bridges K., Robertson I. (2007). Cognitive rehabilitation in the elderly: Effects on strategic behavior in relation to goal management. *Journal of the International Neuropsychological Society*. 13, 143-152.
- Winocur G., Palmer H., Dawson D., Binns M., Bridges K., Stuss D. (2007). Cognitive rehabilitation in the elderly: An evaluation of psychosocial factors. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 13, 153-165.
- Winocur G., Craik F., Levine B., Robertson I., Binns M., Alexander M., Black S., Dawson D., Palmer H., Mchugh T., Stuss D. (2007). Cognitive rehabilitation in the elderly: Overview and future directions. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 13, 166-171.

Otros artículos del Prof. Donald Stuss:

- Levine B., Robertson I., Clare L., Carter G., Hong J., Wilson B., Duncan J., Stuss D. (2000). Rehabilitation of executive functioning: An experimental-clinical validation of Goal Management Training. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 6, 299-312.
- Cicerone K., Levin H., Malec J., Stuss D., Whyte J. (2006). Cognitive Rehabilitation Interventions for Executive Function: Moving from Bench to Bedside in patients with Traumatic Brain Injury. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 18(7), 1212-1222.