

A implantação da dupla tarefa em pessoas com demência de Alzheimer

The implementation of double task in people with Alzheimer's dementia

FEIJOLO, B. O. C. ¹; SANTOS, C. S. ¹; MONTEIRO, F. T. ¹; CUNHA, M. G. S

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, RJ.

franciane.teixeira91@gmail.com

RESUMO

Estudos recentes demonstram que a demência de Alzheimer vem afetando brutalmente as atividades de vida diária dos idosos que sofrem com esta doença, que afeta primeiramente o hipocampo, responsável pela memória de curto prazo e posteriormente se expandindo para outras regiões do cérebro, afetando assim coisas simples como orientação, linguagem, capacidade para resolver problemas e atenção. Nessa condição, ocorre a perda da habilidade de execução da dupla tarefa, que nada mais é do que a capacidade de se fazer duas ou mais ações simultaneamente, podendo estas tarefas serem motoras ou cognitivas. Este estudo tem o objetivo de analisar a importância de se trabalhar a dupla tarefa em idosos com Alzheimer, por meio de revisões bibliográficas em materiais atuais. Por meio dessa revisão bibliográfica, vimos que os estudos comprovam que o exercício de dupla tarefa pode vir a amenizar e controlar as perdas motoras e cognitivas ocasionadas pela demência de Alzheimer.

Palavras-chave: Alzheimer. Demência. Dupla tarefa. Qualidade de vida.

1. Introdução

Pesquisas apontam que com o passar do tempo a expectativa de vida das pessoas tem aumentado, inclusive no Brasil, espera-se para 2020 uma população com 30,9 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, isso significa que 14% da população brasileira será de idosos, levando assim o Brasil a ser o 6º país no ranking mundial.

Junto com o envelhecimento ocorrem alterações funcionais, psicológicas, físicas e outras alterações no organismo. A maior preocupação do envelhecimento é o comprometimento cognitivo, que pode evoluir para demência, podendo limitar as atividades básicas de vida diária, resultando em perda de independência. A Doença de Alzheimer (DA) associada ao acúmulo de placas amiloides extra neuronais e emaranhados neurofibrilares intraneuronais e principalmente declínio cognitivo, é o tipo de demência mais prevalente, sendo subdividida em três fases: leve, moderada e grave.

No início, a Doença de Alzheimer compromete a formação hipocampal (memória de curto prazo), posteriormente sendo expandida para outras áreas, atingindo a orientação, linguagem, capacidade para resolver problemas, atenção, habilidades motoras para executar as atividades de vida diária (AVD's), inclusive de higiene pessoal.

A doença compromete também o controle postural, manipulação de objetos, marcha, entre outras atividades simples de uso diário, principalmente quando são realizadas ao mesmo tempo que uma tarefa cognitiva, o que é designado por dupla tarefa.

É comum nas atividades cotidianas, a realização de mais de uma tarefa ao mesmo tempo, o que irá originar a dupla tarefa (DT), ou seja, tarefas realizadas de forma simultânea. Indivíduos em suas circunstâncias normais conseguem realizar essa dupla tarefa, ou seja, conseguem realizar as tarefas motoras e cognitivas ao mesmo tempo, mas, pessoas que possuem alguns danos neurológicos acabam por ter essa capacidade afetada, impedindo assim, a realização de diferentes tarefas ao mesmo tempo.

Para os indivíduos saudáveis, executar uma tarefa cognitiva juntamente a uma motora parece algo simples e automático, mas para pessoas com DA é uma coisa extremamente complexa.

Para a melhora desses aspectos são utilizadas como estratégias de reabilitação o treinamento da dupla tarefa, com exercícios que façam os idosos pensarem e realizarem alguma atividade física ao mesmo tempo, fazendo com que os idosos trabalhem essas dificuldades que estão tendo e fazendo com que este

melhore sua capacidade de vida diária, vindo a amenizar ou até mesmo controlar os efeitos desta doença.

2. Objetivos

O presente estudo tem como objetivo revisar a literatura atual para analisar o efeito de intervenções de atividades de dupla tarefa sobre os sintomas da demência de Alzheimer.

3. Materiais e métodos

Para a realização desse trabalho foram utilizadas referências bibliográficas, onde foram analisados e retirados os dados que melhor se adequam à nossa pesquisa.

4. Resultados

Os estudos têm comprovado que os exercícios de dupla tarefa podem amenizar e controlar as perdas motoras e cognitivas ocasionadas por esta doença. O treinamento de dupla tarefa parece ter efeitos positivos na marcha, cognição, habilidades de automatização e transferência de aprendizado, sugerindo que essa pode ser uma estratégia valiosa para a reabilitação neurológica.