

# SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA VELHA DE RÓDÃO



SANTA CASA  
da Misericórdia  
VILA VELHA DE RÓDÃO

## Projeto INCOGNUS: "Inclusão, Cognição, Saúde"

Patrícia Cesário<sup>1</sup> e Inês Martins<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Psicóloga Clínica na Santa Casa da Misericórdia de Vila Velha de Ródão

<sup>2</sup>Psicóloga Clínica e Diretora Técnica na Santa Casa da Misericórdia de Vila Velha de Ródão



### CARACTERIZAÇÃO

Este projeto surgiu da parceria entre a Fundação EDP e a Santa Casa da Misericórdia de Vila Velha de Ródão, no âmbito do programa EDP Solidária 2015, tendo sido iniciado no dia **1 de fevereiro de 2016**.

Na tabela 1 são descritas as atividades que se têm realizado ao longo deste projeto.

Tabela 1. Descrição das Atividades Realizadas

Atividades	Calendarização	Dados
Identificações	Fevereiro de 2016 a Setembro de 2016	1046
Avaliações psicológicas	Março de 2016 a Setembro de 2016	525
Sessões de estimulação cognitiva e multisensorial	Setembro de 2016 até à presente data	1134 205 Participantes
Cuidados de saúde de enfermagem	Fevereiro de 2016 até à presente data	218
Ações de (in)formação para cuidadores informais e voluntários	Junho de 2016; Novembro de 2016; Julho de 2017	3
Reavaliações psicológicas	Janeiro de 2018 a Março de 2018	213
Apoio psicológico	Fevereiro de 2016 até à presente data	150

### OBJETIVOS

**Proximidade de técnicos especializados a pessoas com 60 ou mais anos de idade, residentes no concelho de Vila Velha de Ródão, que poderiam encontrar-se vulneráveis física e socialmente, quer pelo distanciamento físico das localidades e domicílios, quer pela presença de dificuldades de saúde e/ou psicosociais.**

- Prestar cuidados de natureza preventiva e comunitária
- Melhorar a saúde mental e cognitiva
- Promover o envelhecimento ativo
- Promover o convívio entre pessoas da mesma localidade
- Aumentar a autonomia e melhorar o funcionamento em geral
- Fornecer serviços de saúde no "aqui e no agora"
- Aumentar os encaminhamentos, nos casos mais graves, para consultas de Medicina Geral e Familiar e consultas de especialidade
- Atrasar a institucionalização

### ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E MULTISENSORIAL

- Têm sido trabalhados vários domínios cognitivos (atenção, memória, linguagem, orientação espaço-temporal, funções executivas e capacidade construtiva) e multisensoriais (visão, audição, tato, olfato, paladar) através de exercícios, jogos e atividades.
- Recurso a um sistema integrado de estimulação cognitiva online - COGWEB.
- Locais de atendimento: Domicílios, Centros de Dia, Juntas de Freguesia e Associações locais.

### ESTUDO DE EFICÁCIA DO PROJETO INCOGNUS

#### OBJETIVOS

**Avaliar a eficácia do projeto, isto é, analisar os ganhos obtidos com a participação nas sessões de estimulação cognitiva e multisensorial relativamente às funções cognitivas e estado emocional.**

#### CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES

No âmbito deste projeto foram realizadas cerca de **213 avaliações e reavaliações psicológicas** maioritariamente do género feminino, com idades compreendidas entre os 60 e os 94 anos.

Tabela 2. Caracterização dos Participantes

	Idade Média	Min.-Máx.
Idade	75.58	60-94
	n	%
Género		
Feminino	156	73.2
Masculino	57	26.8
Estado Civil		
Casado	144	67.6
Viúvo	58	27.2
Solteiro	9	4.2
Divorciado	2	0.9
Escolaridade		
Analfabetismo	25	11.7
1º - 4º Ano	163	76.5
5º - 9º Ano	22	10.3
10º - 12º Ano	2	0.9
Licenciatura	1	0.5

#### PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

- Consentimento informado
- Guião de entrevista semi-estruturada
- Montreal Cognitive Assessment (MoCA)*
- Escala de Depressão Geriátrica-30 (GDS-30)

Tabela 3. Caracterização dos Participantes: Funcionamento Cognitivo e Sintomatologia Depressiva

	1ª Avaliação Psicológica		2ª Avaliação Psicológica	
	Pontuação Média		Pontuação Média	
MoCA	16.78		17.99	
GDS-30	11.18		11.80	
	n	%	n	%
Declínio Cognitivo				
Ausência	75	35.2	103	48.4
Ligeiro	30	14.1	26	12.2
Moderado	31	14.6	26	12.2
Severo	77	36.2	58	27.2
Sintomatologia Depressiva				
Ausência	105	49.3	101	47.4
Ligeira	89	41.8	93	43.7
Severa	19	8.9	19	8.9

- Redução do número de sujeitos com declínio cognitivo → Manutenção ou diminuição de défices cognitivos
- Aumento do número de sujeitos com sintomatologia depressiva
- Quanto maior o funcionamento cognitivo menor a sintomatologia depressiva (e vice-versa)

#### RESULTADOS

- As pessoas mais velhas tendem a apresentar um funcionamento cognitivo mais deficitário
- As mulheres tendem a apresentar um funcionamento cognitivo mais deficitário e mais sintomas depressivos
- As pessoas mais escolarizadas tendem a apresentar um melhor funcionamento cognitivo e menos sintomas depressivos

#### CONCLUSÕES

- O treino cognitivo têm o intuito de preservar e, de potenciar as capacidades intelectuais de um indivíduo, quer através do treino de capacidades cognitivas específicas, quer pelo exercício de atividades que têm como objetivo produzir melhorias num conjunto de áreas, que no seu todo, produzem benefícios na realização de funções da sua vida quotidiana.
- Pelos declínios da cognição que marcam tanto o envelhecimento normal como certas condições patológicas associadas à idade avançada, a aplicação deste tipo de medidas na população idosa tem hoje uma crescente importância, nomeadamente na comunidade.