



# ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE O ESTILO DE VIDA, DECLÍNIO COGNITIVO, CAPACIDADE DE COMPENSAÇÃO COGNITIVA E NÍVEIS DE BDNF EM IDOSOS – ETAPA I – INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DE ATIVIDADES COGNITIVAS E SOCIAIS

Paladini, R. M.<sup>1</sup>, Silveira, E. M.<sup>1</sup> Bromberg, E. <sup>1</sup>

<sup>1</sup>*Faculdade de Biociências, PUCRS*

## **Introdução**

O envelhecimento é um processo que envolve alterações fisiológicas, e uma dessas alterações é o declínio cognitivo que contribui para a redução da independência (Soares, 2006). O declínio cognitivo na população idosa ocorre de forma heterogênea e alguns trabalhos sugerem que o estilo de vida do ponto de vista da estimulação cognitiva, física e social tenha um efeito protetor ( Chan et al, 2008; Valenzuela et al, 2007). Embora existam questionários já validados para o Brasil que podem ser utilizados para avaliar o nível de atividade física de idosos (Guedes et al, 2006), o mesmo não ocorre para instrumentos que avaliem a atividade cognitiva e social de idosos. Normalmente, questões relativas a estes aspectos encontram-se incluídos em questionários muito mais amplos, como por exemplo o WHOQOL-100 (Fleck et al, 1999), WHOQOL-OLD (Fleck et al, 2003) e Perfil de Atividades de Adelaide em Idosos (Kanashiro, 2011).

## **Objetivo**

Buscar instrumentos que avaliem o nível de estimulação social e cognitiva de idosos saudáveis e desenvolver a versão em português dos mesmos.

## **Metodologia**

Foi realizada uma ampla revisão da literatura, no período de 2000-2011, através das bases de dados Medline e PubMed, utilizando como termos de busca, “cognitive questionnaire and healthy elderly” e “social questionnaires and healthy elderly”. Utilizaram-se como critérios de inclusão estudos com: (1) questionários já validados; (2) questionários que tiveram seus resultados relacionados ao desempenho de idosos em testes neuropsicológicos;

(3) qualidade dos periódicos nos quais o artigo foi publicado; (4) extensão e abrangência dos questionários. Depois da escolha dos instrumentos foi realizada a etapa de tradução dos questionários, que foi realizada da seguinte maneira: (1) contato com autor do instrumento original, solicitando autorização para uso do instrumento; (2) tradução do inglês para o português, realizada de forma independente por dois tradutores bilíngües (3) revisão da tradução por um grupo bilingüe composto por entrevistadores e pesquisadores; (4) aplicação da versão traduzida para o português em um grupo de voluntários representativo da população na qual o instrumento vai ser aplicado; (5) adaptação cultural, que deve levar em consideração variações linguísticas, diferenças de valores, de cultura e as sugestões dos voluntários representativos da população; (6) retrotradução para o inglês, por um tradutor bilíngüe que não participou da primeira tradução; (7) envio do material para aprovação pelo autor do questionário original.

## **Resultados**

A busca recuperou 253 artigos utilizando os termos “cognitive questionnaire and healthy elderly”. A partir dos critérios de inclusão, citados anteriormente, foi escolhido o questionário: “Lifestyle Activities (Wilson et al, 2002)”, que avalia o aspecto cognitivo. Este questionário teve 681 citações em revistas com alto fator de impacto como The Lancet, Jama, Nature Reviews Neuroscience, Trends in Neuroscience, Neurology entre outras. Esse questionário foi usado para avaliar o efeito da estimulação cognitiva sobre a performance cognitiva de idosos em 116 estudos. Quanto ao aspecto social foram recuperados 228 artigos relacionando os termos “Assesment social activities and health elderly”. Foi escolhido o questionário Assessment of Late-Life Social Activity (Bennett et al, 2005) usado para avaliar o aspecto social, citado em 37 artigos em revistas como The Lancet, American Journal of Epidemiol, entre outras. Este questionário já havia sido utilizado para avaliar o efeito da estimulação cognitiva sobre a performance cognitiva de idosos em 12 estudos.

## **Conclusão**

As versões em português dos questionários Lifestyle Activities (Wilson et al, 2002) e Assessment of Late-Life Social Activity (Bennett et al, 2005) mantiveram equivalência de significados entre a língua portuguesa e inglesa. Por serem questionários curtos e objetivos tiveram boa aceitação pelos participantes do grupo de voluntários idosos, de forma que os instrumentos de avaliação do estilo de vida, do ponto de vista da estimulação cognitiva

(Questionário de Atividades sobre Estilo de Vida) e social (Avaliação de Atividades Sociais de Terceira Idade), estão prontos para a próxima etapa do projeto, ou seja, a análise da relação entre os efeitos do estilo de vida sobre a performance cognitiva de idosos brasileiros.

## **Referências**

1. Bennett et al. **The Rush Memory and Aging Project: Study Design and Baseline Characteristics of the Study Cohort.** *Neuroepidemiology* 2005; 25:163–175
2. Chan KL, Toung KT, Yip SP. **Relationship of serum brain-derived neurotrophic factor (BDNF) and health-related lifestyle in healthy human subjects.** *Neuroscience Letters.*2008;444(12):124-128.
3. Fleck MPA, Leal OF, Louzada S et al. **Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100).** *Rev ABP/APAL* 1999; No prelo.
4. Fleck MPA, Chachamovich E, Trentini CM. **WHOQOLOLD Project: method and focus group results in Brazil.** *Rev Saúde Pública.* 2003;37:793-9.
5. Guedes et al. **Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes.** *Rev. Port. Cienc. Desp.,* 2006 v.6, n. 3.
6. Kanashiro MM, Yassuda MS. **Estudo da Adaptação e Aplicabilidade do Questionário Perfil de Atividades de Adelaide em Idosos de uma Comunidade Nipo- brasileira.** *Psicologia: Reflexão e Crítica.,* 2011 v. 24, n. 2.
7. Soares E. **Memória e Envelhecimento: Aspectos Neuropsicológicos e estratégias preventivas.** [www.psicologia.com.pt](http://www.psicologia.com.pt).2006.

8. Valenzuela MJ, Sachdev P. **Assessment of complex mental activity across the lifespan: development of the Lifetime of Experiences Questionnaire (LEQ).** Psychological Medicine, 2007; 37:1015-1025.
  
9. Wilson RS, Mendes de Leon CF, Barnes LC, Schneider JA, Bienias JL, Evans D. **Participation Cognitively stimulating activities and risk of incident Alzheimer disease.** JAMA, 2002;287:742-8.