



OLHAR EM FRENTE

Sameiro Araújo

Psicóloga, Psicoterapeuta Familiar,
Professora

Estimular o cérebro para melhorar as capacidades

Dando sequência às crônicas anteriores, em que foram introduzidos os princípios da estimulação e reabilitação das funções cerebrais, partindo do conceito de neuroplasticidade (capacidade permanente de transformação do nosso cérebro, nos domínios anatômico e funcional), vamos hoje centrar-nos nas estratégias de intervenção nas funções cognitivas.

Será conveniente lembrar que esta intervenção nas funções cognitivas pode ter como principal objetivo a criação de melhores oportunidades de desenvolvimento das nossas capacidades ou a recuperação de funções que se encontrem em déficit, na sequência da identificação de áreas ou funções lesadas. Estamos, assim, a falar de recuperação induzida, um processo externo e

ativo, centrado no melhoramento da eficácia das funções cognitivas. Basicamente, as estratégias que permitem a melhoria da eficiência das funções mentais superiores, agrupam-se em três tipos: a restauração, a substituição e a compensação das funções trabalhadas. Estas estratégias podem ser aplicadas em função das características de cada situação.

O primeiro tipo de estratégias apontado, a restauração, centra-se na reaprendizagem das funções, através da estimulação repetida, tendo em vista a recuperação da função ou funções que se encontram deficitárias. Este tipo de estratégias revela-se útil, não só na recuperação de lesões cerebrais ligeiras como, junto de pessoas saudáveis, na melhoria de funções cognitivas como a memória ou o raciocínio.

Por sua vez, as estratégias de compensação centram-se na estimulação das funções cognitivas que se encontram preservadas, para levar a cabo a tarefa realizada antes da alteração da função. Na prática, recorre-se a sistemas alternativos, de outras áreas do cérebro, para conseguir o desempenho da função ou funções alteradas.

Mas quando a recuperação não é possível, devido à perda total da função, resultante de lesão ce-

rebral grave, a recuperação fica impedida, tornando-se necessário recorrer à sua substituição. Fala-se então da utilização de recursos alternativos, como é o caso das ajudas externas. Estas ajudas externas podem tomar a forma

de instrumentos de registo, de adaptação das condições do contexto, ou de sistemas de alerta, recursos muito utilizados em quadros de amnésia ou de demência.

O autor escreve de acordo com as regras do novo acordo ortográfico