

A manutenção da saúde cognitiva tem uma importância fundamental no gabinete de psicologia do CBESVF.

A premissa de que o Envelhecimento Ativo é para nós uma primazia na intervenção terapêutica, não se podia descurar nunca, para além da avaliação psicológica, acompanhamento psicológico, planeamento e execução de intervenção de programas sociais e físicos, atividades de vida diária e instrumentais, A Reabilitação Cognitiva!!

É na prevenção do compromisso cognitivo e no atraso da instalação do quadro demencial, da dependência e da (in)capacidade do idoso para se auto-cuidar que temos olho clínico. Desta forma semanalmente, tentamos proporcionar entre outras dimensões, programas, jogos e exercícios de estimulação cognitiva.

A estimulação cognitiva associa-se a uma diminuição do risco de declínio cognitivo, da perturbação depressiva, melhora a autonomia dos idosos, aumenta fatores de protecção contra o aparecimento de demência melhorando muitas capacidades de memória, atenção, orientação temporal, espacial e raciocínio.

De uma forma cuidada e programada , cada exercício é pensado e adaptado às limitações e potencialidades de cada idoso.

