



Matilde Guimarães dos Santos

41773

**Importância da Estimulação Cognitiva em Pessoas com Patologia Demencial: Uma
*scoping review***

Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa

Escola Superior de Saúde

Porto, 2025



Matilde Guimarães dos Santos

**Importância da Estimulação Cognitiva em Pessoas com Patologia Demencial: Uma
scoping review**

Eu abaixo-assinado, atesto a originalidade deste trabalho:

(Aluna de Enfermagem: Matilde Guimarães dos Santos)

Trabalho apresentado à Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa, orientado pela Prof^ª. Doutora Manuela Pontes, como parte dos requisitos para obtenção do Grau de Licenciatura em Enfermagem.



RESUMO:

Introdução: A demência provoca um declínio progressivo das funções cognitivas, comprometendo a capacidade funcional e a autonomia nas atividades de vida diária (World Health Organization, 2023). A estimulação cognitiva consiste num conjunto de estratégias destinadas a manter ou melhorar o funcionamento cognitivo de pessoas com demência, sendo uma intervenção fundamental nos cuidados de enfermagem por contribuir para a melhoria da qualidade de vida e o retardo do declínio cognitivo (Woods et al., 2012).

Objetivo: Mapear a evidência científica sobre a importância da estimulação cognitiva em pessoas com patologia demencial.

Métodos: Foi realizada uma *scoping review* de acordo com a metodologia do Joanna Briggs Institute (JBI, 2021), estruturada pelo modelo PCC (População – pessoas com patologia demencial; Conceito – importância da estimulação cognitiva; Contexto - cuidados de saúde, em contextos comunitários ou institucionais). A pesquisa incluiu artigos em português, inglês e espanhol, disponíveis nas bases de dados CINAHL, PubMed e MEDLINE. Dos 486 estudos identificados, foram elegíveis 13 estudos.

Resultados: Os resultados demonstraram que a Terapia de Estimulação Cognitiva e as suas variantes, individual e de grupo, presencial e virtual, promovem melhorias significativas na cognição, especialmente na memória, atenção e funções executivas, além de contribuírem para o bem-estar emocional e social, e qualidade de vida.

Conclusão: Conclui-se que a estimulação cognitiva é uma intervenção eficaz e viável no cuidado à pessoa com demência, destacando-se o papel do enfermeiro na sua implementação e adaptação às necessidades específicas das pessoas.

Palavras-chave: Demência; Doença de Alzheimer; Terapia de Estimulação Cognitiva; Treino Cognitivo; Intervenções de Enfermagem.



ABSTRACT

Introduction: Dementia causes a progressive decline in cognitive functions, compromising functional capacity and autonomy in activities of daily living (World Health Organization, 2023). Cognitive stimulation consists of a set of strategies aimed at maintaining or improving the cognitive functioning of people with dementia, being a fundamental intervention in nursing care as it contributes to improving quality of life and delaying cognitive decline (Woods et al., 2012).

Objective: To map the scientific evidence on the importance of cognitive stimulation in people with dementia.

Methods: A scoping review was conducted following the Joanna Briggs Institute methodology (JBI, 2021), structured according to the PCC model (Population – people with dementia; Concept – importance of cognitive stimulation; Context – healthcare, in community or institutional settings). The search included articles in Portuguese, English, and Spanish, available in the CINAHL, PubMed, and MEDLINE databases. Of the 486 studies identified, 13 studies were deemed eligible.

Results: The results showed that Cognitive Stimulation Therapy and its variants, whether individual or group-based, face-to-face or virtual, promote significant improvements in cognition, particularly in memory, attention, and executive functions, as well as contributing to emotional and social well-being and quality of life.

Conclusion: It is concluded that cognitive stimulation is an effective and feasible intervention in the care of people with dementia, highlighting the nurse's role in its implementation and adaptation to the specific needs of individuals.

Keywords: Dementia; Alzheimer's Disease; Cognitive Stimulation Therapy; Cognitive Training; Nursing Interventions.



Agradecimentos

Agradeço primeiramente, à Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa (ESS-FP), pela oportunidade de me desenvolver acadêmica e profissionalmente, oferecendo-me os conhecimentos e ferramentas que tornaram possível a realização deste projeto.

À Prof.^a Doutora Manuela Pontes, deixo o meu agradecimento sincero pelo apoio constante, pelas orientações sempre claras e pela paciência em cada passo desta jornada. A sua dedicação e confiança foram essenciais para que este trabalho se tornasse realidade.

Às minhas colegas de curso, agradeço a partilha de experiências, o incentivo contínuo e os momentos de cumplicidade que tornaram este percurso mais leve e especial.

Aos meus amigos, expresso a minha gratidão pelo suporte incondicional e pela presença constante, que tornou possíveis os momentos de descontração e força para enfrentar os períodos de maior stress. A vossa amizade foi, sem dúvida, um alicerce indispensável neste caminho.

Por fim, aos meus pais e avós, agradeço de coração. Foram vocês os meus maiores mecenas, o pilar da minha educação e da minha confiança. O vosso amor, incentivo e investimento na minha formação foram o farol que guiou cada etapa deste percurso, tornando tudo possível.



Índice

1. Introdução	7
2. Metodologia	10
2.2 Critérios de Elegibilidade	11
2.3 Tipos de Fontes	11
2.4 Estratégia de Pesquisa	12
2.5 Seleção e extração de dados	13
3. Resultados	14
4. Discussão	20
5. Conclusão	24
6. Referências Bibliográficas	25

Índice de Figuras

Figura 1- Fluxograma Prisma 2020 elaborado para o presente estudo	13
---	----

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Estratégia de pesquisa utilizada em cada base de dados	13
Tabela 2 – Resumo dos resultados obtidos na <i>scoping review</i>	17
Tabela 3 – Esquematização da síntese dos resultados obtidos na <i>scoping review</i>	20



Índice de siglas e abreviaturas

CST – *Cognitive Stimulation Therapy* (Terapia de Estimulação Cognitiva)

iCST – *Individual Cognitive Stimulation Therapy* (Terapia de Estimulação Cognitiva Individual)

vCST – *Virtual Cognitive Stimulation Therapy* (Terapia de Estimulação Cognitiva Virtual)

JBI – *Joanna Briggs Institute*

PCC – *Population, Concept and Context* (População, Conceito e Contexto)

DeCS – *Descritores em Ciências da Saúde*

MeSH – *Medical Subject Headings*

CINAHL – *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature*

MEDLINE – *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*

PRISMA-ScR – *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews*

EBSCO – *Elton B. Stephens Company* (plataforma agregadora de bases de dados científicas)

NICE – *National Institute for Health and Care Excellence*

OMS – *Organização Mundial da Saúde*



1. Introdução

A demência é atualmente reconhecida como um dos maiores desafios globais de saúde pública. Caracteriza-se como uma síndrome crônica e progressiva que compromete a memória, a orientação, a linguagem, o pensamento e o julgamento, afetando de forma significativa a autonomia e a funcionalidade do indivíduo (World Health Organization, 2021).

Segundo a mesma organização (2025), a demência resulta de diferentes doenças e lesões que afetam o cérebro, sendo a doença de Alzheimer a forma mais comum. Outras formas incluem a demência vascular, associada a lesões cerebrovasculares; a demência por corpos de Lewy, caracterizada por alterações cognitivas flutuantes e sintomas motores; e as demências frontotemporais, que afetam predominantemente o comportamento e a capacidade de aprendizagem; aspetos que interferem significativamente na autonomia da pessoa na realização de atividades de vida diária, influenciando decisivamente a sua qualidade de vida (World Health Organization, 2025).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (World Health Organization – WHO, 1995), a qualidade de vida corresponde à “perceção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nos quais ele vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (p. 1405). Esta definição sustenta o carácter subjetivo e multidimensional da qualidade de vida, sendo esta influenciada por fatores físicos, psicológicos, sociais e ambientais.

A Ordem dos Enfermeiros (OE), define Pessoa como um ser social e agente intencional de comportamentos baseados nos valores, nas crenças e nos desejos da natureza individual, tornando cada indivíduo único, com dignidade própria e direito à autodeterminação (OE, 2001).

Segundo a World Health Organization (WHO) a pessoa idosa é designada por ser aquele/a que se encontra numa fase da vida em que ocorrem alterações marcadas, a nível biológico, psicológico, funcional, social e/ou cultural, que a distinguem de adultos mais jovens,



comumente em função da idade cronológica (por exemplo, 60 ou 65 anos ou mais), mas também em função de alterações no funcionamento intrínseco (capacidade física, mental, funcional) e nas condições do seu ambiente (WHO, 2015).

Além do impacto direto na pessoa, que para além do seu contexto inerente à idade, a demência representa também uma sobrecarga emocional, social e económica para os cuidadores e sistemas de saúde. O estigma, a dependência progressiva e a necessidade crescente de cuidados tornam esta condição uma das principais causas de incapacidade entre as pessoas idosas (Livingston et al., 2020).

Atendendo à inexistência de cura farmacológica, as intervenções não farmacológicas assumem particular relevância. Entre estas, a estimulação cognitiva destaca-se por incluir atividades estruturadas que promovem memória, atenção, linguagem, funções executivas e interação social, de forma lúdica e adaptada ao nível de funcionamento da pessoa (Clare & Woods, 2004).

A Terapia de Estimulação Cognitiva (CST), desenvolvida por Spector et al. (2003), pode ser implementada em diferentes formatos. O formato em grupo, descrito no estudo original, promove a interação social e a partilha de experiências. Posteriormente, foi adaptada para aplicação individual (iCST), permitindo uma abordagem mais personalizada e ajustada às necessidades cognitivas e emocionais da pessoa (Orrell et al., 2012). Mais recentemente, surgiu a versão virtual (vCST), que mantém os princípios da CST tradicional, mas utiliza plataformas digitais, facilitando o acesso e a continuidade dos cuidados (Perkins et al., 2022).

Assim, compreender a importância da estimulação cognitiva em pessoas com patologia demencial torna-se essencial, não apenas para fundamentar a prática de enfermagem, mas também para apoiar cuidadores e serviços de saúde na criação de intervenções eficazes.

A Enfermagem é uma profissão centrada no cuidado à pessoa, à família e à comunidade, em todas as fases do ciclo de vida. De acordo com a Ordem dos Enfermeiros (1996), a prática de enfermagem visa promover, manter e recuperar a saúde, assegurando cuidados



que respeitam a globalidade do ser humano e integram as suas dimensões física, psicológica, social e espiritual. O enfermeiro atua de forma autónoma e em colaboração interdisciplinar, garantindo respostas adequadas às necessidades de saúde da população (Ordem dos Enfermeiros, 1996).

No contexto da saúde mental e da gerontologia, os enfermeiros desempenham um papel fundamental na promoção do bem-estar e na melhoria da qualidade de vida das pessoas com demência. Através de intervenções não farmacológicas, como a estimulação cognitiva e o suporte emocional, os profissionais de enfermagem contribuem para preservar as capacidades cognitivas e funcionais, promovendo a autonomia possível e reduzindo o impacto do declínio cognitivo no quotidiano da pessoa (World Health Organization, 2023).

Face à importância da temática acima descrita e após pesquisa nas bases de dados Open Science Framework e PROSPERO (Registo prospetivo Internacional de revisões sistemáticas), verificou-se uma lacuna sobre o fenómeno e, deste modo, tornou-se pertinente realizar esta *scoping review* cujo objetivo é mapear a evidência científica sobre a importância da estimulação cognitiva em pessoas com patologia demencial.

2. Metodologia

A prática baseada na evidência constitui-se como um pilar fundamental da investigação em saúde, permitindo integrar os melhores resultados científicos disponíveis na tomada de decisão clínica e contribuindo para cuidados mais eficazes e de maior qualidade (Aromataris & Munn, 2020).

O presente estudo corresponde a um estudo secundário, cujo objetivo é mapear e sintetizar a evidência científica existente a partir de estudos primários. Para tal, foi utilizada a metodologia da *scoping review*, conforme as orientações do Joanna Briggs Institute (JBI), que permite explorar o conhecimento disponível sobre um determinado tema, identificar conceitos-chave, clarificar definições, delimitar fronteiras conceptuais e identificar lacunas na evidência científica (Aromataris & Munn, 2020; Peters et al., 2020).



2.1 Questão de Investigação

A questão de investigação foi estruturada de acordo com a estratégia **População, Conceito e Contexto (PCC)**, recomendada pelo JBI para *scoping reviews* (Peters et al., 2020).

Assim, definiu-se:

- **População:** pessoas com patologia demencial;
- **Conceito:** importância da estimulação cognitiva;
- **Contexto:** cuidados de saúde, em contextos comunitários ou institucionais.

Deste modo, emergiu a seguinte questão de investigação: **“Qual a importância da estimulação cognitiva em pessoas com patologia demencial?”**

Esta questão de investigação serve de pilar de sustentação para a definição da estratégia de pesquisa tendo por base os critérios de elegibilidade dos estudos.

2.2 Critérios de Elegibilidade

Foram incluídos: estudos que envolveram pessoas com diagnóstico de demência, independentemente do subtipo ou grau de severidade; estudos que explorassem intervenções de estimulação cognitiva, as suas aplicações e os seus efeitos em pessoas com patologia demencial, e estudos realizados em diferentes contextos de cuidados de saúde, nomeadamente em ambientes hospitalares, comunitários, institucionais ou domiciliários, onde se prestam cuidados a pessoas com demência.

Excluíram-se estudos que não abordassem de forma explícita a relação entre estimulação cognitiva e pessoas com demência.



2.3 Tipos de Fontes

Esta *scoping review* incluiu estudos primários de natureza quantitativa, qualitativa e de métodos mistos, que abordassem intervenções de estimulação cognitiva em pessoas com patologia demencial.

Entre os estudos quantitativos, foram considerados ensaios controlados aleatorizados, estudos quase-experimentais e estudos observacionais, tanto descritivos como analíticos, que explorassem os efeitos cognitivos e psicossociais das intervenções.

Foram excluídos estudos secundários, como revisões sistemáticas, meta-análises e *scoping reviews*, bem como artigos de opinião, comentários teóricos ou editoriais, de modo a garantir o foco em evidência empírica primária.

2.4 Estratégia de Pesquisa

A estratégia de pesquisa foi elaborada de acordo com as orientações do JBI, com o objetivo de identificar estudos relevantes que respondessem à questão de investigação.

A pesquisa bibliográfica foi conduzida nas bases de dados PubMed, CINAHL e MEDLINE (via EBSCO). Para a definição dos termos, recorreram-se aos DeCS e aos MeSH, selecionando as seguintes palavras-chave: “*dementia*”, “*Alzheimer’s disease*”, “*cognitive stimulation*”, “*cognitive training*”, “*nursing*”, “*intervention*” e “*therapy*”.

Foram considerados estudos publicados entre 2020 e 2025, em português, inglês ou espanhol, por serem línguas dominadas pela investigadora responsável pelo estudo. A opção por este espaço temporal recai sobre a importância dada pela investigadora à evidência científica mais recente.



A tabela 1 apresenta a esquematização da estratégia de pesquisa desenvolvida para o mapeamento dos estudos existentes em cada base de dados selecionadas.

Tabela 1 – Estratégia de pesquisa utilizada em cada base de dados

Base de dados: MEDLINE (via EBSCO)

Filtros: Últimos 5 anos (2020 a 2025);

Resultados: 243

Estratégia de pesquisa (5 de julho de 2025)

(dementia OR "Alzheimer's disease") AND ("cognitive stimulation" OR "cognitive training") AND (nursing OR intervention OR therapy)

Base de dados: PubMed

Filtros: Últimos 5 anos (2020 a 2025);

Resultados: 132

Estratégia de pesquisa (5 de julho de 2025)

(dementia OR "Alzheimer's disease") AND ("cognitive stimulation" OR "cognitive training") AND (nursing OR intervention OR therapy)

Base de dados: CINAHL (via EBSCO)

Filtros: Últimos 5 anos (2020 a 2025);

Resultados: 111

Estratégia de pesquisa (5 de julho de 2025)

(dementia OR "Alzheimer's disease") AND ("cognitive stimulation" OR "cognitive training") AND (nursing OR intervention OR therapy)

2.5 Seleção e extração de dados

Todos os estudos identificados nas bases de dados foram exportados para o *Mendeley Reference Manager*, onde foram removidos os duplicados, de forma manual, antes do processo de seleção.

A triagem dos artigos foi realizada por dois revisores independentes, que analisaram os títulos e resumos de acordo com os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. As publicações que não cumpriram os critérios estabelecidos foram excluídas.

De seguida, os textos completos dos estudos potencialmente elegíveis foram avaliados para verificar a sua conformidade com os critérios PCC. As exclusões foram devidamente justificadas e registadas.



Aquando da seleção dos estudos elegíveis foi realizada uma análise narrativa da qual emergiram os resultados apresentados posteriormente.

Todo o processo de seleção e análise foi conduzido de forma sistemática e transparente, sendo as etapas representadas através do fluxograma PRISMA-ScR (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews), conforme recomendado por Tricco et al. (2018).

Adicionalmente, foi elaborado um protocolo da *scoping review*, registado na plataforma Open Science Framework (OSF), em que foi atribuído um código alfanumérico (<https://osf.io/jwcem>) sob o DOI: <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/JWCEM>.

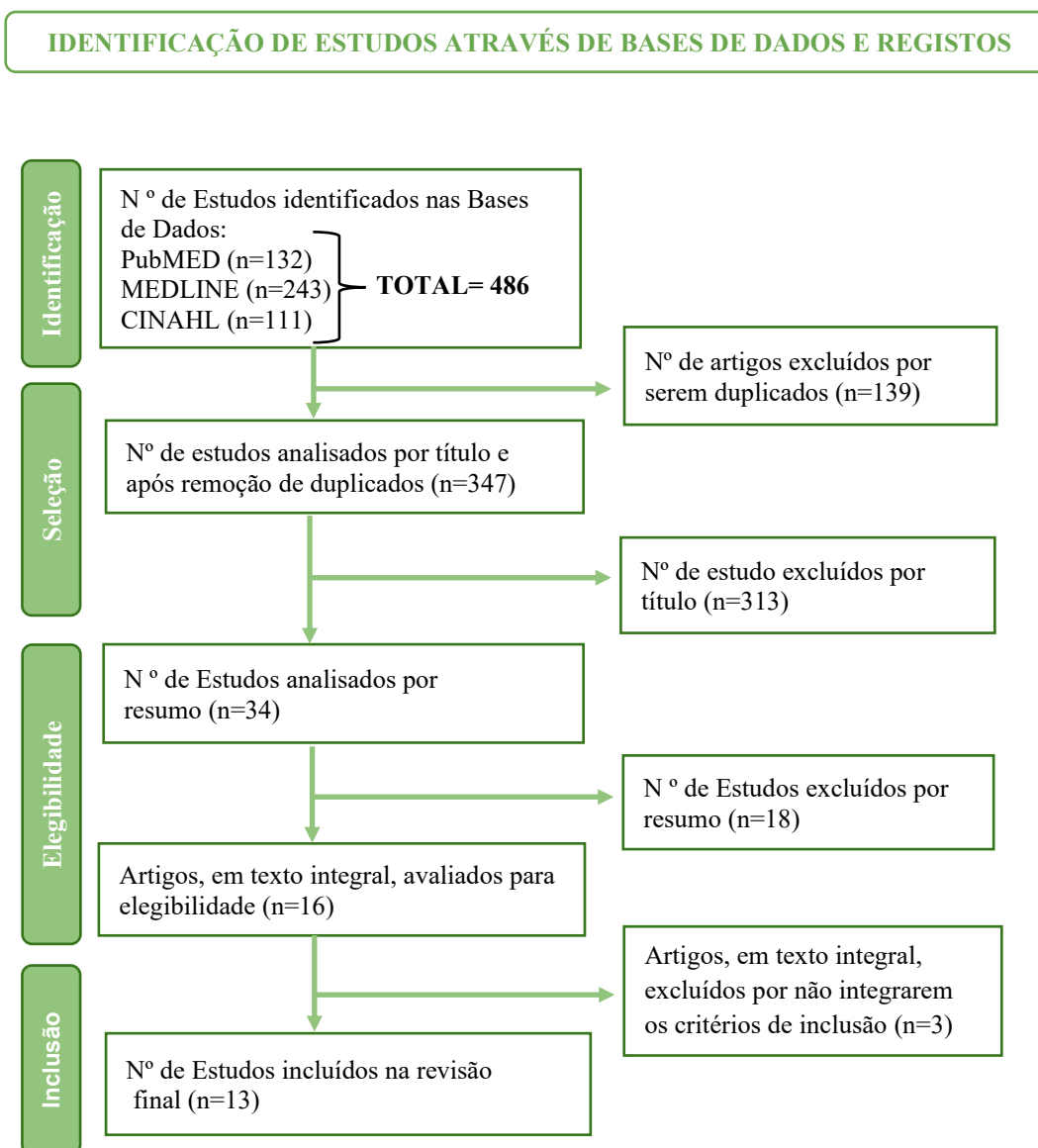
3. Resultados

Conforme mostra a Figura 1 (Fluxograma PRISMA), foram inicialmente identificados 486 artigos nas bases de dados com potencial relevância para o estudo.

Através do *Mendeley Reference Manager*, foram removidos 139 duplicados.

Dos 347 artigos restantes, 313 foram excluídos após leitura do título e 18 após leitura do resumo por não abordarem a temática em estudo. Posteriormente, 16 artigos foram analisados em texto integral e eliminados 3 por não integrarem os critérios de inclusão. Após este processo de seleção, **13 artigos foram incluídos** na presente *scoping review*.

Figura 1- Fluxograma Prisma 2020 elaborado para o presente estudo



Segundo a figura 1, o presente estudo incluiu 13 artigos, os quais estão apresentados na Tabela 2. Nesta tabela incluem-se as seguintes informações: autores, ano de publicação, título do artigo, país, tipo de estudo, objetivos, amostra/população e resultados do estudo.

Tabela 2 – Resumo dos resultados obtidos na *scoping review*

Autore(s)/ Ano/País	Título	Participantes/ Contexto	Tipo de estudo/ Objetivos	Resultados
López et al., 2020, Espanha	The effect of cognitive stimulation on the progression of cognitive impairment in subjects with Alzheimer's disease	Pessoas com doença de Alzheimer; Amostra (20) Contexto comunitário.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto; Avaliar a eficácia da CST em pessoas com demência, focando a cognição e a qualidade de vida.	Os participantes no programa de CST mostraram melhorias nas áreas de memória, praxia e compreensão, mantendo ou melhorando também o desempenho, ao contrário do grupo de controlo, que apresentou declínio.
Álvares-Pereira et al., 2020, Portugal	Validation of the cognitive stimulation therapy (CST) program for people with dementia in Portugal	Pessoas com demência; Amostra (54) Contexto comunitário e institucional.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado; Validar e testar a eficácia da versão portuguesa da CST.	O grupo experimental do programa de CST mostrou melhorias significativas na cognição, comunicação, funcionalidade e redução da gravidade da demência, quando comparado com o grupo de controlo, que não apresentou progressos. Não se verificou em todo o grupo (participantes e grupo de controlo) diferenças significativas na qualidade de vida, depressão ou ansiedade.
Young et al., 2020, Hong Kong	Outcomes of Expanded Cognitive Stimulation Therapy Group for Mild-Stage Dementia: Four-Month Follow-Up	Pessoas com demência; Amostra (101) Contexto comunitário.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado; Avaliar a eficácia de uma intervenção combinada de CST e Tai Chi na cognição e funcionalidade.	Os participantes do programa de CST melhoraram significativamente a função cognitiva, ao contrário do grupo de controlo, que apresentou declínio. Os ganhos nas áreas cognitivas mantiveram-se após quatro meses, evidenciando a eficácia sustentada da intervenção.

Tabela 2 – Resumo dos resultados obtidos na *scoping review*

Autore(s)/ Ano/País	Título	Participantes/ Contexto	Tipo de estudo/ Objetivos	Resultados
Gibbor et al., 2021, Reino Unido	A feasibility randomised control trial of individual cognitive stimulation therapy for dementia: impact on cognition, quality of life and positive psychology.	Pessoas com demência ligeira-moderada. Amostra (33) Lar de cuidados continuados.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado de viabilidade; Avaliar a viabilidade e os efeitos do iCST na cognição, qualidade de vida e psicologia positiva em pessoas com demência.	O estudo demonstrou que a iCST é viável, com alta adesão e baixa desistência. Os participantes apresentaram melhorias na função cognitiva em comparação com o grupo de controle. Não foram observadas diferenças significativas na qualidade de vida e no bem-estar psicológico em todos os elementos do grupo (participantes no programa e grupo de controle).
Rai et al., 2021, Reino Unido	An Individual Cognitive Stimulation Therapy App for People with Dementia and Carers: Results from a Feasibility Randomized Controlled Trial (RCT)	Pessoas com demência ligeira a moderada e os seus cuidadores; Amostra (61) Contexto domiciliário.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto, single-blind; Avaliar a viabilidade de realizar um ensaio clínico randomizado de larga escala com a aplicação iCST.	Os cuidadores do grupo que utilizou a aplicação de iCST apresentaram melhor qualidade de vida em relação aos cuidadores do grupo de controle que recebeu o tratamento habitual.
Ali et al., 2022, Reino Unido	Individual cognitive stimulation therapy (iCST) for people with intellectual disability and dementia: a feasibility randomised controlled trial	Pessoas com deficiência intelectual e demência; Amostra (40) Contexto comunitário ou domiciliário.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto single-blind; Avaliar a viabilidade e aceitabilidade da iCST em pessoas com deficiência intelectual e demência.	A aplicação iCST não mostrou melhorias significativas da cognição ou do funcionamento adaptativo, mas evidenciou melhorias ligeiras da qualidade de vida, reduzindo os sintomas depressivos em comparação com o grupo de controle.
Tsuchiya et al., 2022, Japão	Performing One-Session Cognitive Stimulation to Interact with Patients with Dementia in a	Pessoas com demência; Amostra (33)	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto;	A intervenção de CST promoveu melhoria temporária do humor em pacientes com demência, mostrando-

Tabela 2 – Resumo dos resultados obtidos na *scoping review*

Autore(s)/ Ano/País	Título	Participantes/ Contexto	Tipo de estudo/ Objetivos	Resultados
	Hospital for Mood Improvement: A Retrospective Single-Arm Cohort Study	Contexto Hospitalar.	Avaliar os efeitos de uma sessão de estimulação cognitiva no humor de pacientes hospitalizados com demência.	se eficaz e bem aceite no contexto hospitalar.
González-Moreno et al., 2022, Espanha	Cognitive Stimulation in Moderate Alzheimer's Disease	Pessoas com doença de Alzheimer em estágio moderado; Amostra (59) Contexto clínico.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto; Avaliar a eficácia da estimulação cognitiva na manutenção das funções cognitivas em pessoas com Alzheimer.	A intervenção de CST melhorou a memória, a atenção e as funções executivas do grupo em estudo, embora alguns efeitos não se tenham mantido após a intervenção. O grupo controle piorou progressivamente.
Bertrand et al., 2022, Brasil	Metacognitive Improvements Following Cognitive Stimulation Therapy for People with Dementia: Evidence from a Pilot Randomized Controlled Trial	Pessoas com demência; Amostra (47) Contexto ambulatorial.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto; Avaliar a viabilidade e aceitabilidade da CST em pessoas com demência.	O programa CST melhorou significativamente a consciência da doença nos participantes, enquanto o grupo de controle não apresentou alterações. Não se observaram efeitos significativos relativamente à consciência de alterações afetivas, sociais ou da capacidade para atividades da vida diária.
Spector et al., 2024, Reino Unido	Virtual Group Cognitive Stimulation Therapy for Dementia: Mixed-Methods Feasibility Randomized Controlled Trial	Pessoas com demência; Amostra (46) Contexto comunitário.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado de viabilidade; Avaliar a viabilidade e aceitabilidade da vCST num grupo de pessoas com demência leve a moderada (via Zoom).	A vCST revelou-se viável e bem aceite, com alta adesão e fidelidade à intervenção pelo grupo de intervenção, embora não tenham sido observadas diferenças estatisticamente significativas em comparação com o grupo que recebeu o tratamento usual.

Tabela 2 – Resumo dos resultados obtidos na *scoping review*

Autore(s)/ Ano/País	Título	Participantes/ Contexto	Tipo de estudo/ Objetivos	Resultados
Justo-Henriques et al., 2024, Portugal	Effects of an individual cognitive stimulation intervention on global cognition, memory, and executive function in older adults with mild to moderate Alzheimer's disease	Pessoas com doença de Alzheimer; Amostra (142) Instituições de cuidados.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado multicêntrico single-blind; Avaliar a eficácia de estimulação cognitiva individual na cognição global, e funções executivas	O grupo de participantes no programa de iCST apresentou maior estabilidade na função cognitiva global, em comparação com o grupo de controlo, que manteve ou apresentou declínio.
Piras et al., 2024, Itália	Does Cognitive Stimulation Therapy show similar efficacy in individuals with mild-to-moderate dementia from varying etiologies? An examination comparing its effectiveness in Alzheimer's disease and vascular dementia	Pessoas com demência; Amostra (58) Contexto clínico.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico controlado; Comparar a eficácia da CST em pessoas com demência de Alzheimer e demência vascular em estágios leves a moderados.	A intervenção de CST mostrou melhorias significativas na cognição e nas habilidades comunicativas em ambos os grupos de participantes (doentes com Alzheimer e com demência vascular). No entanto, os efeitos na qualidade de vida e nos sintomas depressivos foram mais evidentes na demência vascular.
Atay & Yilmazet. 2024, Turquia	The effect of cognitive stimulation therapy (CST) on apathy, loneliness, anxiety and activities of daily living in older people with Alzheimer's disease: randomized control study	Pessoas com doença de Alzheimer; Amostra (52) Contexto hospitalar.	Estudo quantitativo experimental, ensaio clínico randomizado piloto; Avaliar os efeitos da CST na cognição e qualidade de vida de pessoas com demência leve a moderada.	O estudo demonstrou que a CST reduziu a apatia, a solidão e a ansiedade no grupo de idosos participantes com doença de Alzheimer, além de melhorar a capacidade de realização das atividades de vida diária, em comparação com o grupo de controlo.

A pesquisa abrangeu estudos desenvolvidos no Reino Unido (quatro), Brasil (um), Portugal (dois), Espanha (dois), Itália (um), Turquia (um), Japão (um) e Hong Kong (um). Foram incluídos diferentes delineamentos metodológicos, nomeadamente dois ensaios clínicos randomizados (Young et al., 2020; Álvares-Pereira et al., 2020), cinco ensaios clínicos randomizados piloto (López et al., 2020; Tsuchiya et al., 2022; González-Moreno



et al., 2022; Atay & Yılmaz, 2024; Bertrand et al., 2022), dois ensaios clínicos randomizados de viabilidade (Gibbor et al., 2021; Spector et al., 2024), dois ensaios clínicos randomizados piloto *single-blind* (Rai et al., 2021; Ali et al., 2022), um ensaio clínico randomizado multicêntrico *single-blind* (Justo-Henriques et al., 2024) e um ensaio clínico controlado (Piras et al., 2024). Estes estudos centraram-se na avaliação da eficácia de intervenções de estimulação cognitiva, em formato individual ou em grupo, pessoalmente ou através de suporte virtual, em pessoas com demência.

Estudos com iCST individual demonstraram viabilidade e melhorias cognitivas. O estudo de Gibbor et al. (2021) demonstra que a intervenção em lares de cuidados continuados promoveu melhorias na cognição, embora não tenha havido efeitos significativos na qualidade de vida ou na psicologia positiva. De forma semelhante, Rai et al. (2021) testaram um aplicativo de iCST em contexto domiciliário, mostrando boa adesão e satisfação dos cuidadores, com melhorias percebidas na sua qualidade de vida, no entanto os efeitos na cognição das pessoas com demência foram limitados.

Estudos focados em CST em pessoas com Alzheimer ou diferentes etiologias de demência também mostraram resultados positivos. A investigação de Gonzalez-Moreno et al. (2022) demonstra melhorias ao nível da memória, atenção e funções executivas dos participantes, enquanto o grupo controlo apresentou deterioração. A intervenção realizada por Piras et al. (2024) permitiu observar melhorias significativas ao nível da cognição, da memória e das habilidades comunicativas, com efeitos clinicamente relevantes independentemente da etiologia da doença (doentes com Alzheimer e com demência vascular). No entanto, os efeitos na qualidade de vida e nos sintomas depressivos foram mais evidentes na demência vascular.

Em populações específicas, como pessoas com deficiência intelectual e demência moderada por Alzheimer, a iCST mostrou-se viável e bem aceite, promovendo melhorias na memória e qualidade de vida (Justo-Henriques et al., 2025; Ali et al., 2022). Intervenções presenciais combinadas com Tai Chi (exercício físico de origem chinesa que combina movimentos lentos e respiração controlada), realizadas por Young et al. (2020), e intervenções virtuais realizadas por Spector et al. (2024), confirmaram alta adesão e



perceção de benefícios cognitivos, embora os efeitos quantitativos nem sempre tenham sido estatisticamente significativos.

Por fim, Bertrand et al. (2022) e Tsuchiya et al. (2022) mostraram que as intervenções podem melhorar o humor e a consciência, mesmo em sessões de CST únicas ou breves, reforçando o seu potencial para diversos contextos e populações com demência.

De seguida os resultados são apresentados de forma esquemática na tabela 3, para facilitar a análise dos seus conteúdos.

Tabela 3 – Esquematização da síntese dos resultados obtidos na *scoping review*

Importância da Estimulação Cognitiva em Pessoas com Patologia Demencial	Artigos									
	A1	A3	A4	A5		A9	A11	A12	A13	
Melhoria na cognição, memória										
Melhoria da Qualidade de Vida	A2	A3			A7			A12		
Melhoria nas habilidades comunicativas		A3					A11	A12		
Diminuição dos sintomas depressivos		A3								
Melhoria da atenção e funções executivas				A5						
Melhoria no Humor, Prazer, vitalidade, bem-estar e confiança					A6			A12		
Melhor consciência da doença e das suas capacidades cognitivas						A8				
Melhoria dos níveis de apatia, solidão e ansiedade							A10			
Melhoria nas atividades da vida diária, autonomia física							A10	A11		
Melhor envolvimento social									A12	

Através dos conteúdos da tabela é possível visualizar com clareza os resultados dos estudos analisados, as suas mais valias em relação à redução dos sinais e sintomas desta doença e os contributos para a melhoria da qualidade de vida destas pessoas.

4. Discussão

A estimulação cognitiva tem vindo a afirmar-se como uma intervenção não farmacológica essencial no cuidado à pessoa com demência, sendo amplamente recomendada por



entidades internacionais como o *National Institute for Health and Care Excellence* (NICE, 2018) e a *Organização Mundial da Saúde* (OMS, 2019). Através de atividades estruturadas que potenciam as capacidades cognitivas preservadas, esta abordagem contribui para a manutenção da funcionalidade, da autonomia e da qualidade de vida das pessoas com demência.

Os resultados dos estudos incluídos nesta *scoping review* demonstram, de forma consistente, o impacto positivo da estimulação cognitiva em diversos domínios cognitivos e psicossociais. Em ensaios clínicos randomizados e estudos controlados, como os de Gibbor et al. (2021), González-Moreno et al. (2022) e López et al. (2020), observaram-se melhorias significativas na cognição — particularmente na memória, atenção e nas funções executivas — após a implementação de programas de CST. Estes resultados são coerentes com as revisões sistemáticas de referência, que apontam ganhos cognitivos moderados e sustentados em pessoas com demência ligeira a moderada (Woods et al., 2012; Aguirre et al., 2013).

A adesão e aceitação destas intervenções, tanto em formato presencial como digital, têm sido amplamente documentadas. Rai et al. (2021) reportaram elevada adesão ao uso de uma aplicação de iCST por pessoas e cuidadores, demonstrando a viabilidade tecnológica do formato digital; em sintonia, encontraram-se resultados semelhantes quanto à viabilidade e aceitação, observados em estudos de implementação e validação local, como o realizado por Álvares-Pereira et al. (2020) em Portugal, que adaptou e validou o programa CST para a população local, reforçando a aplicabilidade cultural e operacional da intervenção. Estas observações estão em consonância com sínteses mais amplas que salientam a importância da flexibilidade e da integração das tecnologias nos programas de estimulação cognitiva para ampliar o acesso e a continuidade dos cuidados (Livingston et al., 2020).

Além disso, estudos que testaram formatos individuais, como os de Gibbor et al. (2021) e Ali et al. (2022), e intervenções específicas em doença moderada (Gonzalez-Moreno et al., 2022; Justo-Henriques et al., 2024), apontam para melhorias cognitivas e de qualidade de vida quando as sessões são bem estruturadas e adaptadas ao nível funcional dos participantes — esta evidência é compatível com meta-análises que identificam efeitos



consistentes nos domínios da memória e das funções executivas (Woods et al., 2012; Aguirre et al., 2013).

No âmbito das modalidades virtuais, Spector et al. (2024) demonstraram que a versão virtual em grupo da CST (vCST) é bem aceite, reforçando o potencial das plataformas digitais para promover o acesso e a continuidade dos cuidados, sobretudo em situações de barreiras geográficas ou de mobilidade. Estas adaptações digitais alinham-se com recomendações internacionais que incentivam intervenções não farmacológicas ajustáveis e tecnologicamente suportadas (NICE, 2018; OMS, 2019).

Do ponto de vista psicossocial, Young et al. (2020) relataram que, mesmo quando os resultados quantitativos não atingiram significância estatística, os participantes percecionaram a CST como uma atividade significativa, promotora de interação social e autoestima. Estes resultados são apoiados por revisões qualitativas que enfatizam o valor emocional e relacional da estimulação cognitiva, fatores que contribuem para o bem-estar global da pessoa com demência (Aguirre et al., 2013).

Alguns estudos incluídos na revisão, como Bertrand et al. (2022) e Tsuchiya et al. (2022), chamam a atenção para a natureza temporal dos efeitos da estimulação cognitiva: sem manutenção ou reforço periódico, os benefícios podem reduzir-se com o tempo. Este ponto é também salientado pela literatura de síntese (Woods et al., 2012; Aguirre et al., 2013), que defende a necessidade de programas sustentados e integrados na rotina diária das pessoas, preferencialmente supervisionados por profissionais de enfermagem e equipas multidisciplinares, para assegurar a manutenção dos ganhos cognitivos e psicossociais.

Em particular, Atay & Yılmaz (2024) acrescentam evidência sobre os efeitos benéficos da estimulação cognitiva em domínios não estritamente cognitivos — como a apatia, a solidão, a ansiedade e as atividades da vida diária — reforçando a noção de que o impacto da CST ultrapassa a esfera cognitiva e estende-se ao bem-estar emocional e funcional. Estes resultados estão em consonância com revisões sistemáticas que identificam melhorias consistentes no humor, nas relações interpessoais e na perceção de qualidade de vida após programas de estimulação cognitiva (Yuill & Hollis, 2011; Woods et al., 2012; Aguirre et al., 2013). Estes resultados confirmam que os benefícios psicossociais



da CST são tão relevantes quanto os cognitivos, contribuindo para uma abordagem holística e centrada na pessoa com demência.

Por outro lado, o estudo de Piras et al. (2024), ao comparar a eficácia da CST entre dois tipos diferentes de demência (Alzheimer e demência vascular), sugere que a intervenção mantém utilidade clínica independentemente da causa subjacente, desde que adaptada ao perfil funcional da pessoa. Este resultado é apoiado por revisões que reforçam a universalidade da CST a várias formas de demência (Woods et al., 2023), consolidando assim, a CST como uma intervenção de base sólida e flexível.

A literatura analisada confirma, assim, que a estimulação cognitiva é uma intervenção eficaz, exequível e adaptável, mas evidencia igualmente a importância do papel do enfermeiro como agente facilitador deste processo. O enfermeiro, pelo contacto próximo e contínuo com a pessoa e a família, encontra-se numa posição privilegiada para identificar necessidades cognitivas, planear e implementar atividades de estimulação ajustadas ao grau de deterioração e promover o envolvimento familiar. O seu papel educativo e de suporte emocional é central para garantir a adesão e a continuidade da intervenção em contexto domiciliário ou institucional (OMS, 2019).

Apesar da relevância dos resultados obtidos, importa reconhecer algumas limitações da evidência e do presente estudo. A maioria dos estudos analisados apresenta amostras reduzidas e metodologias heterogêneas, decorrentes de contextos distintos, o que limita a generalização dos resultados. Além disso, observa-se uma escassez de investigação centrada na estimulação cognitiva em contexto hospitalar, representando uma lacuna significativa e uma oportunidade de avanço para a prática de enfermagem. No caso deste estudo, destaca-se ainda o facto de ter constituído a primeira experiência em investigação da autora, com limitações temporais relativas ao cronograma do curso e a necessidade de conciliar o seu desenvolvimento com as exigências académicas e estágios clínicos do último ano da licenciatura. Apesar destes constrangimentos que se foram revelando como desafios a ultrapassar, o estudo assume uma importância relevante, pois permitiu a gestão de múltiplos fatores, constituindo um estímulo constante que impulsionou o desenvolvimento de capacidades e de competências neste âmbito da investigação ao longo do processo de construção. Para além disto foi possível desenvolver e aprofundar conhecimentos reforçando a importância do papel da estimulação cognitiva como



intervenção não farmacológica essencial no cuidado à pessoa com demência, podendo este estudo também servir para sensibilizar os profissionais de enfermagem para a sua implementação.

A sua realização possibilitou, igualmente, o desenvolvimento de competências de análise crítica, gestão do tempo, autonomia e responsabilidade. Enquanto estudante estas são características que se preconiza serem fundamentais para a vida profissional, no exercício da atividade de enfermagem numa prática baseada na evidência.

5. Conclusão

A presente *scoping review* permitiu mapear a evidência científica sobre a importância da Estimulação Cognitiva em Pessoas com Patologia Demencial, evidenciando que a estimulação cognitiva constitui uma intervenção não farmacológica eficaz para manter e melhorar a cognição, promover a interação social e reforçar a qualidade de vida de pessoas com demência. Os estudos analisados revelam que para além dos benefícios cognitivos, a CST contribui para o bem-estar, a dignidade e a inclusão das pessoas, fortalecendo uma abordagem de cuidados centrada na pessoa.

Os resultados analisados reforçam o papel crucial da enfermagem, que, ao planejar, implementar e avaliar intervenções individualizadas de estimulação cognitiva, pode garantir a adaptação das atividades às necessidades da pessoa e promover a adesão e continuidade da intervenção. A relevância deste estudo reside, assim, no contributo para a valorização da estimulação cognitiva como intervenção nos cuidados de enfermagem, incentivando a integração desta prática de forma sistemática e holística nos diferentes contextos de cuidados.

Apesar das evidências positivas, a heterogeneidade metodológica dos estudos e a escassez de pesquisas em contextos hospitalares indicam a necessidade de investigação futura com amostras maiores, protocolos padronizados e monitorização prolongada, de forma a consolidar e expandir o conhecimento nesta área. Futuramente, seria pertinente explorar



o impacto da estimulação cognitiva nos diversos tipos de demência nas diferentes etapas da doença, bem como o papel do enfermeiro na sua implementação interdisciplinar.

Em suma, a estimulação cognitiva deve ser considerada uma componente central do plano de cuidados em pessoas com demência, constituindo uma estratégia de intervenção fundamentada na evidência científica, capaz de melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas. Investir na sua implementação é, portanto, investir na dignidade, autonomia e qualidade de vida de cada pessoa com demência.



6. Referências Bibliográficas

- ❖ Aguirre, E., Woods, R. T., Spector, A., & Orrell, M. (2013). Cognitive stimulation for dementia: a systematic review of the evidence of effectiveness from randomised controlled trials. *Ageing Research Reviews*, 12(1), 253–262. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2012.07.001>
- ❖ Ali, A., Brown, E., Tsang, W., Spector, A., Aguirre, E., Hoare, S., & Hassiotis, A. (2021). Individual cognitive stimulation therapy (iCST) for people with intellectual disability and dementia: a feasibility randomised controlled trial. *Aging & Mental Health*, 26(4), 698–708. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1869180>
- ❖ Alvares-Pereira, G., Silva-Nunes, M. V., & Spector, A. (2020). Validation of the cognitive stimulation therapy (CST) program for people with dementia in Portugal. *Aging & Mental Health*, 25(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1836473>
- ❖ Aromataris, E., & Munn, Z. (Eds.). (2020). *JBI manual for evidence synthesis*. Joanna Briggs Institute. <https://synthesismanual.jbi.global>
- ❖ Atay, E., & Bahadır Yılmaz, E. (2024). The effect of cognitive stimulation therapy (CST) on apathy, loneliness, anxiety and activities of daily living in older people with Alzheimer’s disease: randomized control study. *Aging & Mental Health*, 29(5), 897–905. <https://doi.org/10.1080/13607863.2024.2437060>
- ❖ Bertrand, E., Marinho, V., Naylor, R., Bomilcar, I., Laks, J., Spector, A., & Mograbi, D. C. (2022). Metacognitive Improvements Following Cognitive Stimulation Therapy for People with Dementia: Evidence from a Pilot Randomized Controlled Trial. *Clinical Gerontologist*, 46(2), 267–276. <https://doi.org/10.1080/07317115.2022.2155283>
- ❖ Clare, L., & Woods, R. T. (2004). Cognitive training and cognitive rehabilitation for people with early-stage Alzheimer’s disease: A review. *Neuropsychological Rehabilitation*, 14(4), 385–401. <https://doi.org/10.1080/09602010443000074>



- ❖ Gibbor, L., Forde, L., Yates, L., Orfanos, S., Komodromos, C., Page, H., ... Spector, A. (2021). A feasibility randomised control trial of individual cognitive stimulation therapy for dementia: impact on cognition, quality of life and positive psychology. *Aging & Mental Health*, 25(6), 999–1007. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1747048>
- ❖ Gonzalez-Moreno, J., Satorres, E., Soria-Urios, G., & Meléndez, J. C. (2022). Cognitive Stimulation in Moderate Alzheimer’s Disease. *Journal of Applied Gerontology*, 41(8), 1934-1941. <https://doi.org/10.1177/07334648221089283>
- ❖ Guidelines Review Committee. (2019, janeiro 1). Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines. Who.Int; World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/risk-reduction-of-cognitive-decline-and-dementia>
- ❖ Justo-Henriques, S. I., Pérez-Sáez, E., Carvalho, J. O., Lemos, R., & Ribeiro, Ó. (2024). Effects of an individual cognitive stimulation intervention on global cognition, memory, and executive function in older adults with mild to moderate Alzheimer’s disease. *The Clinical Neuropsychologist*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/13854046.2024.2416568>
- ❖ Livingston, G., Huntley, J., Sommerlad, A., Ames, D., Ballard, C., Banerjee, S., Brayne, C., Burns, A., Cohen-Mansfield, J., Cooper, C., Costafreda, S. G., Dias, A., Fox, N., Gitlin, L. N., Howard, R., Kales, H. C., Kivimäki, M., Larson, E. B., Ogunniyi, A., ... Mukadam, N. (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *Lancet*, 396(10248), 413–446. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30367-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30367-6)
- ❖ López, C., Sánchez, J. L., & Martín, J. (2020). The effect of cognitive stimulation on the progression of cognitive impairment in subjects with Alzheimer’s disease. *Applied Neuropsychology: Adult*, 29(1), 90–99. <https://doi.org/10.1080/23279095.2019.1710510>



- ❖ National Institute for Health and Care Excellence. (2018). Dementia: Assessment, management and support for people living with dementia and their carers (NICE guideline [NG97]). <https://www.nice.org.uk/guidance/ng97>
- ❖ Ordem dos Enfermeiros. (2001). Padrões de Qualidade dos Cuidados de Enfermagem. <https://www.ordemenfermeiros.pt/media/8903/divulgar-padroes-de-qualidade-dos-cuidados.pdf>
- ❖ Ordem dos Enfermeiros. (1996). *Regulamento do exercício profissional dos enfermeiros (REPE)* (Decreto-Lei n.º 161/96, de 4 de setembro). *Diário da República*, I Série-A(205), 2715–2719. <https://dre.pt/dre/detalhe/decreto-lei/161-1996-412845>
- ❖ Orrell, M., Woods, B., & Spector, A. (2012). Should we use individual cognitive stimulation therapy to improve cognitive function in people with dementia? *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 344(feb15 1), e633. <https://doi.org/10.1136/bmj.e633>
- ❖ Perkins, L., Fisher, E., Felstead, C., Rooney, C., Wong, G. H. Y., Dai, R., Vaitheswaran, S., Natarajan, N., Mograbi, D. C., Ferri, C. P., Stott, J., & Spector, A. (2022). Delivering Cognitive Stimulation Therapy (CST) virtually: Developing and field-testing a new framework. *Clinical Interventions in Aging*, 17, 97–116. <https://doi.org/10.2147/CIA.S348906>
- ❖ Peters, M. D. J., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A. C., & Khalil, H. (2020). Updated methodological guidance for the conduct of JBI scoping reviews. *JBI Evidence Synthesis*, 18(10), 2119–2126. <https://doi.org/10.11124/JBIES-20-00167>
- ❖ Piras, F., Carbone, E., Domenicucci, R., Sella, E., & Borella, E. (2024). Does cognitive stimulation therapy show similar efficacy in individuals with mild-to-moderate dementia from varying etiologies? *International Journal of Clinical Health Psychology*, 24(4), 100510. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2024.100510>
- ❖ Rai, H. K., Schneider, J., & Orrell, M. (2021). An Individual Cognitive Stimulation Therapy App for People with Dementia and Carers: Results from a Feasibility Randomized Controlled Trial (RCT). *Clinical Interventions in Aging*, 16, 2079–2094. <https://doi.org/10.2147/CIA.S323994>



- ❖ Spector, A., Abdul Wahab, N. D., Stott, J., Fisher, E., Hui, E. K., Perkins, L., Leung, W. G., Evans, R., Wong, G., & Felstead, C. (2024). Virtual group cognitive stimulation therapy for dementia: Mixed-methods feasibility randomized controlled trial. *The Gerontologist*, 64(8), gnae063. <https://doi.org/10.1093/geront/gnae063>
- ❖ Spector, A., Thorgrimsen, L., Woods, B., Royan, L., Davies, S., Butterworth, M., & Orrell, M. (2003). Efficacy of an evidence-based cognitive stimulation therapy programme for people with dementia: randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry: The Journal of Mental Science*, 183(3), 248–254. <https://doi.org/10.1192/bjp.183.3.248>
- ❖ Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (prisma-scr): Checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467. <https://doi.org/10.7326/m18-0850>
- ❖ Tsuchiya, K., Saito, M., Okonogi, N., Takai, S., Jingu, Y., Tanaka, K., Hirao, K., Fujita, T., & Tanaka, Y. (2022). Performing One-Session Cognitive Stimulation to Interact with Patients with Dementia in a Hospital for Mood Improvement: A Retrospective Single-Arm Cohort Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1431. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031431>
- ❖ Woods, R. T., Aguirre, E., Spector, A. E., & Orrell, M. (2012). *Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia*. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2), Article CD005562. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD005562.pub2>
- ❖ Woods, B., Rai, H. K., Elliott, E., Aguirre, E., Orrell, M., & Spector, A. (2023). *Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia*. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1(1), CD005562. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD005562.pub3>



- ❖ World Health Organization. (1995). *The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. Social Science & Medicine, 41(10), 1403–1409.* [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-K](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-K)
- ❖ World Health Organization. (2015). *World report on ageing and health.* Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565042>
- ❖ World Health Organization. (2019). *Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines.* Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550543>
- ❖ World Health Organization. (2021). *Global status report on the public health response to dementia.* Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240033245>
- ❖ World Health Organization. (2025). *Dementia.* <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>
- ❖ Young, D. K., Ng, P. Y., Cheng, D., Kwok, T., Yang, S., Ho, F., Mak, V., & Lau, A. (2020). *Outcomes of Expanded Cognitive Stimulation Therapy Group for Mild-Stage Dementia: Four-Month Follow-Up. Research on Social Work Practice, 30(7), 724–735.* DOI: <https://doi.org/10.1177/1049731519859432>
- ❖ Yuill, N., & Hollis, V. (2011). A systematic review of cognitive stimulation therapy for older adults with mild to moderate dementia: an occupational therapy perspective: CST for dementia: Review. *Occupational Therapy International, 18(4), 163–186.* <https://doi.org/10.1002/oti.31>