TERAPIA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA (CST) NO CUIDADO DE PESSOAS COM DEMÊNCIA

Evidências científicas e contribuições para a prática psicológica baseada em evidências

COGNITIVE STIMULATION THERAPY IN THE CARE OF PEOPLE WITH DEMENTIA

Scientific evidence and contributions to evidence-based psychological practice

Ana Carolina Pires Ribeiro[1],
Fábio Curvelano Batista[2],
Silvana Evangelista Silva[3]

Resumo

Este artigo analisa evidências científicas sobre a Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) no cuidado de pessoas com demência leve a moderada, enfatizando pesquisas brasileiras e sua relevância para a prática psicológica baseada em evidências. Realizou-se revisão narrativa de ensaios clínicos, estudos qualitativos, revisão sistemática e documentos institucionais. Os estudos identificaram benefícios em determinados aspectos do humor, da funcionalidade e da cognição, embora os resultados variem entre os desfechos e as populações avaliadas. Conclui-se que a CST constitui uma intervenção psicossocial complementar promissora, cuja divulgação deve ser acompanhada de capacitação profissional, avaliação criteriosa das evidências e novas pesquisas.

Palavras-chave: terapia de estimulação cognitiva; demência; psicologia baseada em evidências; intervenções psicossociais; envelhecimento.

Abstract

This article analyzes scientific evidence on Cognitive Stimulation Therapy (CST) in the care of people with mild to moderate dementia, emphasizing Brazilian research and its relevance to evidence-based psychological practice. A narrative literature review wasconducted, including clinical trials, qualitative studies, a systematic review, and institutional documents. The studies identified benefits in certain aspects of mood, functional abilities, and cognition, although results varied across outcomes and populations assessed. It is concluded that CST is a promising complementary psychosocial intervention whose dissemination should be accompanied by professional training, critical evaluation of scientific evidence, and further research.

Keywords: cognitive stimulation therapy; dementia; evidence-based psychological practice; psychosocial interventions; aging.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população brasileira tem ampliado os desafios enfrentados pelos serviços de saúde, especialmente no cuidado de pessoas com doenças crônicas e neurodegenerativas. Entre essas condições, a demência merece atenção por comprometer

[1] Graduanda em Psicologia pela Universidade Salgado de Oliveira (UNIVERSO). Pós-graduada em Psicologia Forense. anaribeiroo.psi@gmail.com

[2] Graduando em Psicologia pela Universidade Salgado de Oliveira (UNIVERSO). Mestrando em Direito, com pesquisa em Garantismo Penal, pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas). curvelano.adv@gmail.com

[3] Professora da faculdade de psicologia do centro universitário universo Belo Horizonte. silvana.silva@bh.universo.edu.br

progressivamente capacidades cognitivas, comportamentais e funcionais, afetando não apenas a pessoa diagnosticada, mas também seus familiares e cuidadores.

As consequências da demência vão além das dificuldades de memória, podendo envolver alterações na linguagem, atenção, orientação e autonomia, além de interferir nas relações sociais e na qualidade de vida. Diante disso, o cuidado não deve se limitar ao tratamento farmacológico, sendo importante considerar intervenções psicossociais que contribuam para o bem-estar e a participação social dessas pessoas.

Nesse contexto, destaca-se a Terapia de Estimulação Cognitiva (Cognitive Stimulation Therapy – CST), desenvolvida no Reino Unido por uma equipe liderada pela psicóloga Aimee Spector e pelo psiquiatra Martin Orrell, vinculados à University College London (UCL), em colaboração com Bob Woods, da Universidade de Bangor. A intervenção surgiu da revisão de abordagens psicossociais voltadas às pessoas com demência, dando origem a um programa estruturado de atividades em grupo que estimula diferentes funções cognitivas por meio da interação social e de experiências significativas.

Em 2003, Spector et al. publicaram um ensaio clínico randomizado com 201 pessoas com demência, identificando resultados favoráveis para a cognição e a qualidade de vida. Posteriormente, a CST passou a ser estudada em outros países, incluindo o Brasil, onde foi adaptada culturalmente por pesquisadores vinculados à Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio) e à Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

Embora as pesquisas apresentem resultados promissores, ainda é necessário ampliar a discussão sobre a oferta de intervenções psicossociais estruturadas e sua utilização por profissionais da Psicologia comprometidos com práticas baseadas em evidências.

Dessa forma, o presente artigo busca responder à seguinte questão: quais evidências científicas sustentam a utilização da CST em pessoas com demência leve a moderada e como esses resultados podem contribuir para sua maior divulgação entre os profissionais da Psicologia?

Para isso, pretende-se analisar a eficácia da CST, especialmente no contexto brasileiro, apresentando seus fundamentos, os resultados das pesquisas nacionais e internacionais, suas limitações e as possibilidades de ampliação dessa modalidade de cuidado.

METODOLOGIA

O presente artigo foi desenvolvido por meio de uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa e caráter descritivo, buscando compreender o que as pesquisas científicas apresentam sobre a eficácia da Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) no cuidado de pessoas com demência leve a moderada.

Para a elaboração do estudo, foram selecionadas publicações nacionais e internacionais que discutem os fundamentos, a aplicação e os resultados da CST, dando maior atenção às pesquisas realizadas no Brasil. Foram considerados trabalhos publicados entre 1994 e 2025, incluindo pesquisas que antecederam a criação da CST e contribuíram para compreender seus fundamentos, como Breuil et al. (1994) e Spector et al. (2001). Também foram examinados o ensaio clínico original de Spector et al. (2003), o estudo sobre a adaptação cultural no Brasil de Bertrand et al. (2019), a pesquisa brasileira de Marinho et al. (2021), a análise de Bertrand et al. (2023), o estudo qualitativo de Naylor et al. (2024), a investigação de Fisher et al. (2024) sobre a aplicação virtual da CST e a revisão sistemática de Woods et al. (2023). Para contextualizar o desenvolvimento da intervenção, foi consultada ainda a publicação histórica de Spector (2018).

A pesquisa também contemplou informações disponibilizadas pelo projeto CST-Brasil, pela Lumen Saúde Mental e pelo Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (PROADI-SUS), com o propósito de compreender como a intervenção vem sendo divulgada e estudada no contexto brasileiro. Foram consideradas, ainda, as recomendações da Organização Mundial da Saúde (2023) e do

National Institute for Health and Care Excellence (NICE), que contribuem para a discussão sobre sua utilização clínica.

A análise dos materiais foi organizada em quatro aspectos principais: os fundamentos e as características da CST; os resultados apresentados pelas pesquisas sobre sua eficácia; o processo de adaptação e as possibilidades de implementação no Brasil; e suas contribuições para a prática psicológica baseada em evidências.

A escolha pela revisão narrativa permitiu reunir e discutir diferentes perspectivas sobre a intervenção, considerando tanto os benefícios identificados quanto as limitações apontadas pelos pesquisadores. Não foram realizadas busca sistemática exaustiva, metanálise ou avaliação formal do risco de viés dos estudos. Dessa forma, a discussão foi construída a partir da análise crítica das publicações selecionadas, sem a pretensão de estabelecer conclusões definitivas sobre a eficácia da CST.

ORIGEM DA TERAPIA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E SUAS EVIDÊNCIAS

A Terapia de Estimulação Cognitiva (Cognitive Stimulation Therapy – CST) é uma intervenção psicossocial estruturada, desenvolvida para pessoas com demência leve a moderada. Sua proposta consiste em estimular diferentes capacidades cognitivas por meio de atividades que envolvem memória, linguagem, atenção, raciocínio e interação social, considerando as possibilidades e as limitações de cada participante. Mais do que trabalhar funções cognitivas isoladamente, a CST procura proporcionar experiências significativas, nas quais a pessoa possa participar, expressar opiniões, compartilhar lembranças e manter contato com outras pessoas.

A criação da Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) está relacionada às discussões sobre a necessidade de desenvolver intervenções psicológicas fundamentadas em evidências científicas para pessoas com demência. Durante a década de 1990, pesquisadores britânicos observaram que, embora existissem diferentes abordagens psicossociais utilizadas no cuidado dessas pessoas, muitas ainda apresentavam limitações quanto à comprovação de sua eficácia. Entre elas estava a Orientação para a Realidade (Reality Orientation), uma intervenção que buscava estimular capacidades cognitivas, mas que também recebia críticas quando aplicada de maneira rígida, com ênfase excessiva nas respostas corretas e nas dificuldades apresentadas pelos pacientes.

A definição do protocolo da Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) ocorreu de forma gradual, a partir da análise de intervenções psicossociais já utilizadas no cuidado de pessoas com demência. Conforme Spector (2018), um dos estudos que mais influenciaram sua elaboração foi desenvolvido por Breuil et al. (1994), na França, com 56 participantes. Diferentemente das atividades tradicionais de orientação para a realidade, que frequentemente envolviam a repetição de informações, a proposta francesa utilizava atividades cognitivas em grupo, como associação de palavras e categorização de objetos, buscando estimular os participantes de maneira mais espontânea e envolvente. Os resultados favoráveis dessa pesquisa contribuíram para que os pesquisadores britânicos considerassem a possibilidade de reunir diferentes estratégias em um programa estruturado.

A partir dessas referências, Spector et al. (2001) desenvolveram uma versão preliminar da intervenção, composta por 15 sessões de aproximadamente 45 minutos, realizadas duas vezes por semana. O programa foi testado em um centro de atendimento diurno e três instituições residenciais, envolvendo 27 pessoas com demência, das quais 17 participaram da intervenção e dez integraram o grupo de controle. Os resultados apontaram tendências de melhora cognitiva e redução de sintomas de depressão e ansiedade, sem identificação de efeitos negativos. Apesar de preliminares, esses achados contribuíram para o aperfeiçoamento das atividades, que passaram a apresentar maior ênfase na estimulação cognitiva.

Após essa etapa, o programa foi reorganizado em 14 sessões, distribuídas ao longo de sete semanas, com dois encontros semanais. Spector (2018) explica que essa organização

considerou tanto os conhecimentos disponíveis nas pesquisas anteriores quanto as condições práticas de realização do estudo, incluindo o financiamento e o tempo disponível. Cada sessão recebeu um tema específico, com atividades que poderiam ser ajustadas aos interesses e às capacidades dos participantes. Entre os assuntos escolhidos estavam jogos físicos, sons, infância, alimentação, acontecimentos atuais, reconhecimento de imagens, associação de palavras, criatividade, categorização de objetos, orientação, utilização de dinheiro, números, jogos de palavras e atividades em equipe.

A organização do protocolo também procurou preservar a interação social como parte da intervenção. Em vez de apresentar tarefas destinadas apenas à obtenção de respostas corretas, as atividades foram planejadas para estimular a participação, a comunicação e a troca de experiências. Dessa maneira, a CST passou a reunir elementos de diferentes abordagens psicossociais em uma proposta que valorizava tanto as funções cognitivas quanto as capacidades preservadas e a individualidade das pessoas com demência.

Os primeiros resultados sobre a eficácia da CST foram apresentados por Spector et al. (2003), em um ensaio clínico randomizado realizado no Reino Unido, com 201 pessoas com demência. Desse total, 115 participaram das sessões de estimulação cognitiva, enquanto 86 permaneceram no grupo de controle, recebendo os cuidados habituais. Após sete semanas, os pesquisadores identificaram melhoras estatisticamente significativas nas avaliações de cognição e qualidade de vida entre os participantes que receberam a intervenção. Tais resultados representaram um passo importante para a consolidação da CST, pois demonstraram, por meio de uma pesquisa controlada, que uma intervenção psicossocial estruturada poderia trazer benefícios às pessoas com demência.

Assim, a CST surgiu não apenas como uma proposta de estimulação das funções cognitivas, mas também como uma tentativa de desenvolver uma intervenção estruturada e passível de avaliação científica, considerando a importância das experiências individuais e das relações sociais no cuidado de pessoas com demência.

A partir desses fundamentos, a CST foi organizada em um protocolo que procura integrar a estimulação cognitiva às experiências cotidianas e à convivência em grupo. Em sua versão original, o programa compreende 14 sessões, geralmente realizadas duas vezes por semana, durante sete semanas, com duração aproximada de 45 minutos cada. As atividades são conduzidas por facilitadores capacitados, em pequenos grupos, e abordam temas como alimentação, infância, sons, imagens, acontecimentos atuais e associação de palavras, permitindo trabalhar diferentes capacidades cognitivas de maneira participativa. Essa organização busca valorizar as habilidades preservadas e respeitar o ritmo de cada pessoa, evitando transformar os encontros em situações de cobrança ou avaliação de desempenho (Spector et al., 2003).

Após os resultados obtidos no Reino Unido e a ampliação das pesquisas internacionais, a Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) passou a despertar o interesse de pesquisadores brasileiros, especialmente diante da necessidade de ampliar as possibilidades de cuidado não farmacológico para pessoas com demência. Entretanto, a aplicação do protocolo original no Brasil exigia atenção às diferenças culturais, uma vez que as atividades haviam sido elaboradas a partir de referências familiares à população britânica. Assim, não bastava traduzir o material para o português; era necessário compreender se os temas, as imagens e as propostas de interação faziam sentido para as pessoas que participariam das sessões.

Conforme o estudo de Bertrand et al. (2019), a Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) passou por um processo de adaptação cultural ao contexto brasileiro, desenvolvido por uma equipe de pesquisadores de diferentes instituições. Participaram desse trabalho Bertrand, vinculada à Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio) e à Universidade do Grande Rio (UNIGRANRIO); Naylor e Mograbi, da PUC-Rio; Laks, da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e da UNIGRANRIO; e Marinho, da UFRJ. A pesquisa contou também com a colaboração de Spector, da University College London (UCL), integrante da equipe responsável pela criação da intervenção no Reino Unido.

Para investigar a adequação da CST à população brasileira, os pesquisadores realizaram entrevistas individuais e grupos de discussão com 37 participantes, entre pessoas com demência, cuidadores e profissionais de saúde. Os resultados indicaram que as atividades e os materiais do protocolo eram, em geral, considerados adequados, embora algumas adaptações culturais fossem necessárias.

Após essa etapa, os pesquisadores avançaram para a avaliação clínica da versão brasileira. Marinho et al. (2021) publicaram um ensaio clínico randomizado, realizado com 47 pessoas com demência leve a moderada, no qual os participantes foram distribuídos entre um grupo submetido à CST, associada ao tratamento habitual, e outro que recebeu apenas os cuidados habituais. A pesquisa utilizou o protocolo de 14 sessões ao longo de sete semanas, permitindo investigar sua viabilidade e obter resultados preliminares sobre a eficácia da intervenção no contexto brasileiro. Na comparação entre os grupos, foram identificados resultados favoráveis ao humor e às atividades de vida diária dos participantes submetidos à CST. Entretanto, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas para cognição, qualidade de vida e sobrecarga dos cuidadores. Por envolver uma amostra reduzida, o estudo oferece evidências iniciais, mas não permite generalizar seus resultados para toda a população brasileira com demência.

A partir dos dados do mesmo ensaio clínico, Bertrand et al. (2023) investigaram aspectos metacognitivos, especialmente a consciência dos participantes sobre suas próprias capacidades cognitivas. Os autores identificaram melhora nesse aspecto entre os integrantes do grupo submetido à CST. Como a análise utilizou dados da pesquisa de Marinho et al. (2021), seus resultados devem ser entendidos como um aprofundamento daquele estudo, e não como evidências provenientes de um novo ensaio independente. Os achados sugerem uma contribuição possível da intervenção, ainda dependente de confirmação em outras amostras.

Além dos resultados obtidos por instrumentos de avaliação, Naylor et al. (2024) procuraram compreender a experiência das pessoas com demência e de seus cuidadores durante a participação na CST. Em estudo qualitativo realizado no Brasil, foram entrevistadas 12 pessoas com demência e 11 cuidadores. Os relatos destacaram mudanças percebidas no humor, na comunicação e na convivência social, além da valorização do espaço coletivo proporcionado pelas sessões. Essas percepções ajudam a compreender o significado da intervenção para os participantes, mas, por sua natureza qualitativa, não comprovam isoladamente sua eficácia clínica.

As possibilidades de aplicação da CST também foram investigadas em ambientes virtuais. Fisher et al. (2024) realizaram um estudo no Brasil e na Índia, envolvendo 59 pessoas com demência, com o objetivo de avaliar a viabilidade e a aceitação da intervenção online. Os resultados indicaram que a modalidade virtual possibilitou a participação de pessoas com dificuldades de deslocamento ou residentes em locais distantes dos serviços especializados. Entretanto, foram identificados obstáculos relacionados ao acesso à internet, ao uso de equipamentos tecnológicos e à necessidade de auxílio dos familiares durante as sessões.

Embora a experiência tenha demonstrado possibilidades para a oferta remota da CST, o estudo não permitiu estabelecer sua eficácia clínica, pois não contou com grupo controle. Dessa forma, os resultados contribuem principalmente para a compreensão das condições necessárias à implementação da intervenção em ambientes virtuais (Fisher et al., 2024).

Em conjunto, as pesquisas analisadas apresentam evidências favoráveis à utilização da CST como intervenção psicossocial complementar no cuidado de pessoas com demência leve a moderada. Os benefícios identificados, especialmente em aspectos cognitivos, emocionais, funcionais e sociais, justificam maior atenção a essa modalidade de atendimento.

Nesse sentido, a CST merece ser conhecida e discutida por profissionais da Psicologia comprometidos com práticas baseadas em evidências, pois sua estrutura, fundamentação científica e adaptação ao contexto brasileiro oferecem possibilidades de atuação que ultrapassam o acompanhamento exclusivamente farmacológico. Ao mesmo tempo, sua aplicação exige conhecimento técnico, capacitação e avaliação criteriosa das necessidades de

cada paciente. Assim, o incentivo à utilização da CST deve estar associado à compreensão de seus benefícios, ao reconhecimento de suas limitações e ao compromisso com um cuidado que considere a pessoa com demência em sua integralidade.

A UTILIZAÇÃO ATUAL DA CST E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA A PRÁTICA PSICOLÓGICA

A Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) vem ampliando sua presença nas pesquisas e nos serviços de cuidado às pessoas com demência. No Reino Unido, a intervenção integra as recomendações do National Institute for Health and Care Excellence (NICE), que orienta sua oferta em grupo a pessoas com demência leve a moderada.

A prática psicológica baseada em evidências pressupõe a utilização criteriosa dos resultados científicos disponíveis, articulados à competência profissional e às características, necessidades e preferências das pessoas atendidas. Nessa perspectiva, conhecer uma intervenção não significa adotá-la indiscriminadamente, mas compreender seus fundamentos, suas indicações, seus resultados documentados e suas limitações.

A CST apresenta características que justificam sua inclusão nas discussões sobre intervenções psicológicas destinadas a pessoas com demência, pois se trata de um programa estruturado, com procedimentos descritos em manual e investigados em pesquisas clínicas. Nesse cenário, intervenções psicossociais estruturadas podem integrar uma proposta de assistência multiprofissional, respeitando as necessidades e as condições individuais.

Os resultados de Marinho et al. (2021), especialmente aqueles relacionados ao humor e às atividades de vida diária, oferecem fundamentos para considerar a CST como uma possibilidade de cuidado complementar. Tais aspectos são particularmente relevantes para a Psicologia, uma vez que o sofrimento associado à demência não se limita à perda de funções cognitivas.

No Brasil, um avanço importante ocorreu em novembro de 2025, com a inclusão da CST no Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença de Alzheimer, aprovado pelo Ministério da Saúde. O documento reconhece a intervenção como uma das possibilidades de cuidado não farmacológico, destacando seus fundamentos e as evidências científicas disponíveis (Brasil, 2025).

Outra iniciativa relevante é o projeto desenvolvido pelo Hospital Alemão Oswaldo Cruz, no âmbito do PROADI-SUS, que investiga a viabilidade de oferecer a CST em diferentes serviços da rede pública. Os resultados parciais divulgados pelo projeto registram a capacitação de 24 profissionais e a participação de 19 pessoas com demência em intervenções realizadas em três municípios brasileiros. As entrevistas com profissionais e gestores identificaram dificuldades relacionadas à infraestrutura, à sobrecarga de trabalho, à disponibilidade dos cuidadores e ao envolvimento das equipes. Por outro lado, também foram observadas condições favoráveis, como o apoio da rede de saúde, o interesse pela intervenção e a participação dos usuários nas atividades (Hospital Alemão Oswaldo Cruz, s.d.).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) também reconhece a importância das intervenções não farmacológicas no cuidado de pessoas com demência. Em suas diretrizes atualizadas em 2023, a instituição incluiu expressamente a Terapia de Estimulação Cognitiva (CST), ao lado da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e do treinamento cognitivo, entre as intervenções que podem ser consideradas no acompanhamento desses pacientes.

Contudo, a recomendação foi classificada como condicional, com baixo grau de certeza das evidências científicas, o que demonstra a necessidade de cautela na interpretação dos benefícios e de continuidade das pesquisas. Assim, o reconhecimento da CST pela OMS representa um respaldo institucional à consideração dessa intervenção nos serviços de saúde, sem significar que sua eficácia esteja definitivamente estabelecida para todos os resultados clínicos avaliados (Organização Mundial da Saúde, 2023).

No campo profissional, a CST também oferece oportunidade para discutir a necessidade de ampliar o repertório de intervenções psicológicas voltadas às pessoas idosas. A Psicologia pode contribuir para o cuidado em demência não apenas por meio da avaliação de dificuldades cognitivas, mas também pela participação em intervenções destinadas à comunicação, à interação social e à manutenção de experiências significativas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise das pesquisas permitiu compreender que a Terapia de Estimulação Cognitiva (CST) representa uma possibilidade de cuidado psicossocial para pessoas com demência leve a moderada, especialmente por reunir atividades estruturadas que estimulam as funções cognitivas e favorecem a interação social. Desde seu desenvolvimento no Reino Unido, a intervenção passou por diferentes etapas de investigação e foi posteriormente adaptada à realidade brasileira, ampliando as possibilidades de sua utilização em outros contextos culturais.

Os estudos internacionais apresentam resultados favoráveis à estimulação cognitiva, sobretudo em aspectos relacionados à cognição e à qualidade de vida. No Brasil, as pesquisas também identificaram benefícios, especialmente no humor e nas atividades de vida diária, embora nem todos os resultados avaliados tenham apresentado diferenças estatisticamente significativas. A análise de aspectos metacognitivos e os relatos de participantes e cuidadores acrescentam outras perspectivas, mas precisam ser interpretados segundo as características e os limites de cada estudo. Esses achados reforçam a importância de reconhecer tanto as contribuições quanto as limitações da CST, sem compreendê-la como resposta a todas as dificuldades associadas à demência.

Outro aspecto relevante é seu caráter multiprofissional. A CST não se restringe à atuação dos psicólogos e pode integrar o trabalho de diferentes profissionais envolvidos no cuidado de pessoas com demência. Para a Psicologia, conhecer essa intervenção representa uma oportunidade de ampliar o repertório de práticas fundamentadas em evidências científicas, considerando que o cuidado envolve questões cognitivas, emocionais, sociais e relacionadas à autonomia. Sua utilização, entretanto, exige capacitação, conhecimento do protocolo e atenção às necessidades de cada participante.

No contexto brasileiro, a inclusão da CST no Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença de Alzheimer, em 2025, e as iniciativas de investigação de sua implementação no Sistema Único de Saúde representam avanços. Permanecem, contudo, desafios relacionados à formação profissional, à infraestrutura dos serviços e às condições de acesso, indicando a importância de novas pesquisas e de estudos sobre sua aplicação em diferentes regiões e serviços de saúde.

Por se tratar de uma revisão narrativa, este artigo apresenta limitações relacionadas à seleção das publicações, sem busca sistemática exaustiva ou avaliação formal do risco de viés. Assim, as conclusões refletem a interpretação crítica dos estudos examinados e não constituem uma estimativa independente de eficácia.

Conclui-se que a CST merece maior divulgação e discussão entre os profissionais da Psicologia, tanto pelos resultados científicos disponíveis quanto por sua proposta de cuidado que valoriza as capacidades preservadas, as experiências individuais e a participação social de pessoas com demência. A ampliação do conhecimento sobre essa intervenção deve ocorrer de maneira crítica, considerando as evidências existentes, suas limitações e as condições necessárias para sua utilização responsável.

REFERÊNCIAS

BERTRAND, E. et al. Cognitive stimulation therapy for Brazilian people with dementia: examination of implementation issues and cultural adaptation. Aging & Mental Health, v. 23, n. 10, p. 1400-1404, 2019. DOI: https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1488944.

BERTRAND, E. et al. Metacognitive improvements following cognitive stimulation therapy for people with dementia: evidence from a pilot randomized controlled trial. Clinical Gerontologist, v. 46, n. 2, p. 267-276, 2023. DOI: https://doi.org/10.1080/07317115.2022.2155283.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria Conjunta SAES/SCTIE nº 27, de 27 de novembro de 2025. Aprova o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença de Alzheimer. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/protocolos/pcdt-da-doenca-de-alzheimer. Acesso em: 5 nov. 2026.

BREUIL, V. et al. Cognitive stimulation of patients with dementia: preliminary results. International Journal of Geriatric Psychiatry, v. 9, n. 3, p. 211-217, 1994. DOI: https://doi.org/10.1002/gps.930090306.

CST-BRASIL. A CST. [S. l.], [s. d.]. Disponível em: https://cstbrasil.com.br/web/index.php/projeto. Acesso em: 5 nov. 2026.

FISHER, E. et al. Online cognitive stimulation therapy for dementia in Brazil and India: acceptability, feasibility, and lessons for implementation. JMIR Aging, v. 7, e55557, 2024. DOI: https://doi.org/10.2196/55557.

HOSPITAL ALEMÃO OSWALDO CRUZ. Relatório Nacional sobre a Demência no SUS: prevenir, reconhecer e cuidar. PROADI-SUS, [s. d.]. Disponível em: https://hospitais.proadi-sus.org.br/projeto/haoc/relatorio-nacional-sobre-demencia-no-sus-prevenir-reconhecer-e-cuidar. Acesso em: 5 nov. 2026.

LUMEN SAÚDE MENTAL. Tratamentos: Terapia de Estimulação Cognitiva (CST). [S. l.], [s. d.]. Disponível em: https://www.lumensaudemental.com.br/terapia-de-estimula%C3%A7%C3%A3o-cognitiva-cst. Acesso em: 5 nov. 2026.

MARINHO, V. et al. Cognitive stimulation therapy for people with dementia in Brazil (CST-Brasil): results from a single blind randomized controlled trial. International Journal of Geriatric Psychiatry, v. 36, n. 2, p. 286-293, 2021. DOI: https://doi.org/10.1002/gps.5421.

NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CARE EXCELLENCE. Dementia: assessment, management and support for people living with dementia and their carers. NICE guideline NG97. London: NICE, 2018. Disponível em: https://www.nice.org.uk/guidance/ng97. Acesso em: 5 nov. 2026.

NAYLOR, R. et al. Experiences of cognitive stimulation therapy (CST) in Brazil: a qualitative study of people with dementia and their caregivers. Aging & Mental Health, v. 28, n. 2, p. 238-243, 2024. DOI: https://doi.org/10.1080/13607863.2023.2231376.

SPECTOR, A. The development and evaluation of an evidence-based psychological therapy programme for people with dementia. 2001. Tese (Doutorado) – University College London,

Londres, 2001. Disponível em: https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10099679/. Acesso em: 5 nov. 2026.

SPECTOR, A. et al. Can reality orientation be rehabilitated? Development and piloting of an evidence-based programme of cognition-based therapies for people with dementia. Neuropsychological Rehabilitation, v. 11, n. 3-4, p. 377-397, 2001. DOI: https://doi.org/10.1080/09602010143000068.

SPECTOR, A. et al. Efficacy of an evidence-based cognitive stimulation therapy programme for people with dementia: randomised controlled trial. The British Journal of Psychiatry, v. 183, n. 3, p. 248-254, 2003. DOI: https://doi.org/10.1192/bjp.183.3.248.

SPECTOR, A. Introduction. In: YATES, L. A. et al. (ed.). Cognitive Stimulation Therapy for Dementia: History, Evolution and Internationalism. Abingdon: Routledge, 2018.

WOODS, B. et al. Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia. Cochrane Database of Systematic Reviews, n. 1, CD005562, 2023. DOI: https://doi.org/10.1002/14651858.CD005562.pub3.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental Health Gap Action Programme (mhGAP) guideline for mental, neurological and substance use disorders. Geneva: World Health Organization, 2023. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9789240084278. Acesso em: 5 nov. 2026.