

Lançamento do Projeto ProPEDeAMCI

"Promover os efeitos do Exercício Físico (EF) nos sintomas cognitivos, comportamentais, físicos e funcionais de pessoas diagnosticadas com Défice Cognitivo Ligeiro (DCL), Doença de Alzheimer (DA) ou outras Demências"



Temos o prazer de apresentar o projeto ProPEDeAMCI, uma iniciativa europeia inovadora financiada pelo Programa Erasmus+ Desporto (Parcerias de Cooperação), que será implementada ao longo de um período de 36 meses, com início em dezembro de 2025. A iniciativa, coordenada pela Alzheimer Hellas (Grécia), é apoiada por um consórcio de organizações europeias de Itália, Bélgica, Portugal, Grécia, Espanha, Chipre, Eslovénia, República Checa e Países Baixos.

Esta newsletter marca o início de uma série de atualizações sobre o progresso e os resultados do projeto

Objetivos do ProPEDeAMCI

O projeto ProPEDeAMCI visa promover o uso do exercício físico como uma ferramenta de apoio para pessoas com défice cognitivo ligeiro, doença de Alzheimer e outras demências, com o objetivo de **preservar as capacidades cognitivas, físicas, sociais e comportamentais** e, consequentemente, melhorar a qualidade de vida.

Para alcançar este objetivo, o projeto prevê o intercâmbio de boas práticas entre os parceiros; desenvolvimento de diretrizes para a criação de programas de atividade física adaptados a

diferentes fases da condição; a criação de plataformas online para a disseminação de informação; e a formação de profissionais de saúde para implementar intervenções eficazes e seguras.

O exercício físico continua a ser um recurso subutilizado, apesar das evidências científicas que demonstram os seus benefícios no retardamento do declínio funcional, na melhoria do bem-estar geral e no apoio aos aspectos emocionais e sociais da vida. No entanto, a sua aplicação na prática clínica continua a ser inconsistente e requer competências específicas, abordagens adaptadas e uma maior disseminação de conhecimento entre os profissionais.

Kick-off do Projeto

O arranque do projeto foi assinalado pela primeira reunião presencial da parceria. Em fevereiro de 2026, os profissionais envolvidos viajaram até Salónica, na Grécia, para se reunirem pessoalmente e discutirem o desenvolvimento inicial do projeto. Este encontro criou oportunidades valiosas de intercâmbio, destacando tanto o potencial como as limitações da iniciativa, permitindo a definição e o planeamento dos próximos passos.



Ponto de Situação

Nesta fase, a parceria está empenhada numa revisão da literatura científica. Os profissionais foram divididos em três grupos, de acordo com a sua especialidade: grupo 1, foca-se na análise de testes neuropsicológicos utilizados para medir o impacto da atividade física no funcionamento cognitivo, comportamental e emocional em pessoas com demência ou DCL; o grupo 2, examina ferramentas

para a avaliação do desempenho físico; e o grupo 3 revê as intervenções baseadas em exercício descritas na literatura.

O objetivo deste trabalho é identificar e recolher as evidências científicas mais relevantes sobre os temas do projeto, de forma a utilizá-las como base para o desenvolvimento dos materiais e fornecer uma visão integrada e atualizada do estado da investigação na área. Os parceiros estão atualmente a selecionar artigos científicos relevantes e a excluir aqueles que não se alinham com os objetivos do projeto.

Próximos passos

Nas próximas semanas, os parceiros continuarão com uma segunda fase de revisão aprofundada da literatura, visando construir um panorama mais detalhado e estruturado da investigação atual. Paralelamente, está planeado o design e desenvolvimento das duas plataformas web dedicadas aos temas do projeto.

Surgirão novas atualizações em breve: fique atento!

#PROPEDEAMCI_EU_PROJECT #SupportforDementia #PhysicalExercise

