Tradução para o Português e Adaptação Cultural do Lifestyle Medicine Assessment (LMA) em Cuidadoras Idosas de Pacientes com Demência

Autores: Thássia de Oliveira Alves, Naira Dutra Lemos, Maísa Braga Aguiar, Adriana Bruscato Bortuluzzo, Maysa Seabra Cendoroglo, Jonathan Bonnet, Gisele Colleoni
Disciplina de Geriatria e Gerontologia - Escola Paulista de Medicina / UNIFESP

Introdução

Mulheres cuidadoras de familiares com demência constituem um grupo particularmente vulnerável no contexto do envelhecimento populacional, pois frequentemente negligenciam a própria saúde e o autocuidado, aumentando o risco de desenvolver doenças crônicas, incluindo declínio cognitivo.

Objetivos

1. Traduzir e adaptar a ferramenta LMA para o português.
2. Utilizar inteligência artificial para gerar recomendações personalizadas de saúde.
3. Avaliar o impacto do LMA na conscientização e mudanças comportamentais das cuidadoras

Métodos

Este estudo longitudinal piloto entrou em contato com 34 cuidadoras do sexo feminino com idade superior a 55 anos, das quais 11 aceitaram participar. Após a aplicação inicial do Lifestyle Medicine Assessment (LMA) e uma palestra motivacional, as participantes receberam planos personalizados de saúde gerados por inteligência artificial e revisados por uma geriatra, contendo recomendações de mudança de comportamento baseadas nos pilares da Medicina do Estilo de Vida. O LMA foi reaplicado nas avaliações de seguimento realizadas após 3 e 6 meses. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo CEP em 17/04/2025, sob número de CAAE 85237924.6.0000.5505.

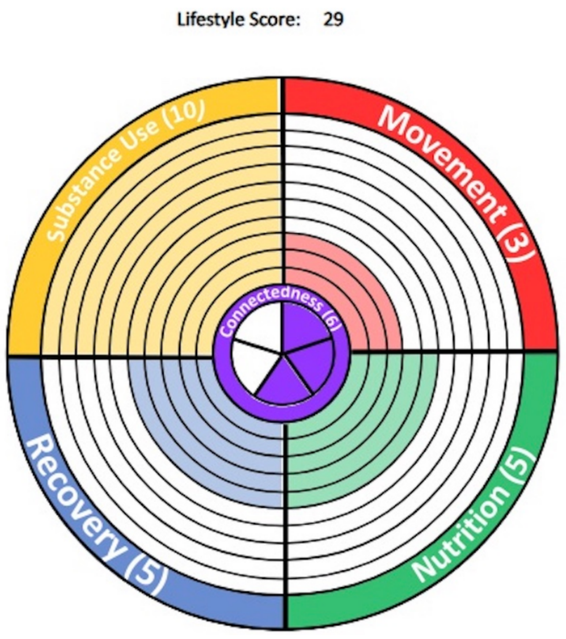
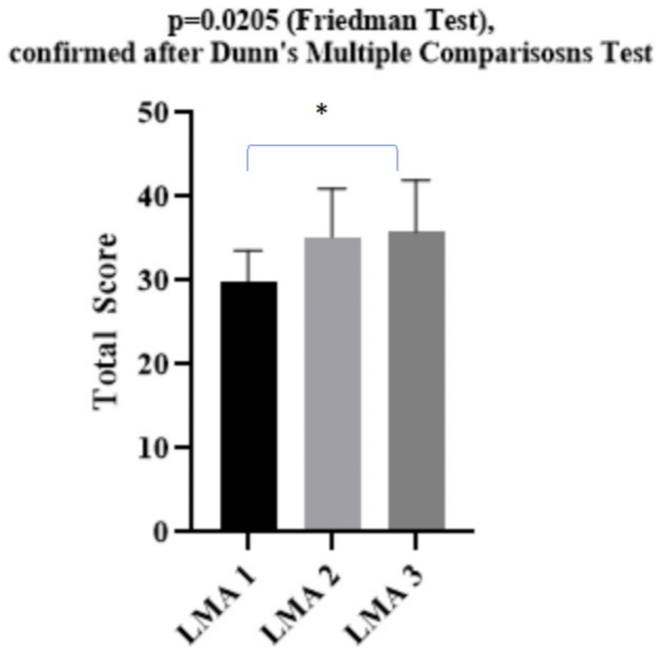


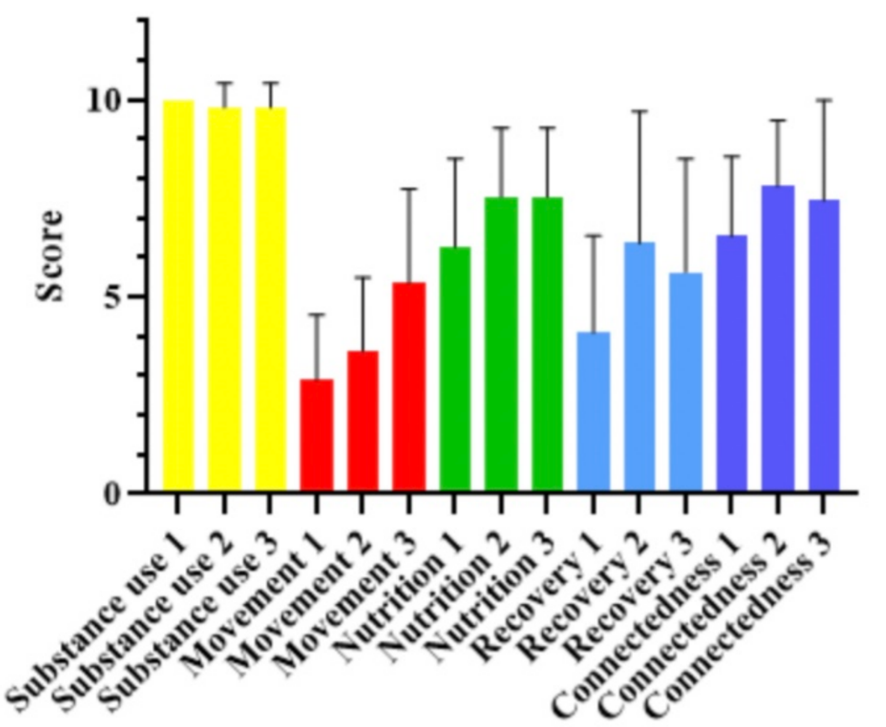
Gráfico gerado pelo questionário do LMA

Resultados

- A versão em português do LMA foi validada com sucesso, com alfa de Cronbach de 0,7390, 0,7165 e 0,6946 nos momentos inicial, 3 meses e 6 meses, respectivamente.
- Apesar da dificuldade de recrutamento, a maioria das 11 participantes incluídas apresentou aumento nos escores globais. Os domínios de Nutrição e Conexão permaneceram com escores elevados, enquanto Recuperação (sono/estresse) continuou sendo um desafio.
- Considerando o modelo transteórico de mudança de Prochaska, 70% das participantes alcançaram os estágios de ação ou manutenção aos seis meses
- Os relatórios gerados por inteligência artificial apresentaram efetividade limitada, sendo percebidos mais como uma sobrecarga do que como uma ferramenta de apoio.



Escores totais das pacientes, média e desvio-padrão, nas três avaliações



Escores das pacientes, por domínio, média e desvio-padrão, nas 3 avaliações (intervalo de 6 meses)

Conclusão

O estudo conclui que o LMA é uma ferramenta valiosa para essa população. Seu uso esteve associado a melhorias autorreferidas no estilo de vida de cuidadoras de pessoas com demência, ao longo do tempo. As recomendações personalizadas geradas por inteligência artificial não foram úteis para essas participantes, que já se encontravam sobrecarregadas.

Acesse e conheça o Lifestyle Medicine Assessment (LMA)

Referências:
Bonnet JP. Lifestyle Medicine Assessment validation. Am J Lifestyle Med. 2024;18:252–259