

Rezerwa poznawcza a funkcje wykonawcze u osób w okresie późnej dorosłości

Streszczenie

Współczesne badania starzenia się poznawczego zwracają uwagę na heterogeniczność obrazu obniżenia się funkcji poznawczych wraz z wiekiem. Koncepcja rezerwy poznawczej (*cognitive reserve, CR*) zakłada istnienie szeregu czynników, które mogą chronić przez objawami pogorszenia się sprawności poznawczej w procesie starzenia się. Celem pracy jest określenie relacji pomiędzy CR rozumianą jako doświadczenia życiowe nabywane w ciągu życia człowieka (aktywność edukacyjna, zawodowa, fizyczna, poznawcza, społeczna) w różnych okresach (wczesna, średnia i późna dorosłość) a poziomem funkcji wykonawczych jako tych, które najszybciej ulegają obniżeniu wraz z wiekiem, a także subiektywnym poczuciem trudności wykonawczych. Postawiono hipotezy, że

- 1) wyższe nasilenie wskaźników rezerwy poznawczej będzie związane z wyższą sprawnością funkcji wykonawczych i niższym poczuciem trudności wykonawczych;
- 2) wyższe nasilenie CR będzie związane z mniejszym spadkiem funkcji wykonawczych;
- 3) ogólna sprawność poznawcza, nasilenie odczuwanego stresu i nasilenie cech depresyjnych będą pełnić rolę mediatorów tego związku.

W badaniu wzięło udział 50 osób zdrowych w wieku 60-85 lat. Badanie funkcji wykonawczych z wykorzystaniem prób fluencji słownej i narzędzia BADS (*Behavioural Assessment of Dysexecutive Syndrome*) zostało przeprowadzone dwukrotnie w odstępie 3-6 miesięcy od pierwszego etapu. Do oceny rezerwy poznawczej zastosowano autorski Kwestionariusz Rezerwy Poznawczej, wskaźnikiem nasilenia nastroju depresyjnego był wynik w BDI-II (*Beck Depression Inventory – Second Edition*), nasilenie odczuwanego stresu oceniono za pomocą Skali Odczuwanego Stresu PSS-10, a poziom funkcji poznawczych oceniono z wykorzystaniem ACE-III (*Skala Funkcjonowania Poznawczego Addenbrooke'a*).

Wyniki badania wykazały, że największe znaczenie dla aktualnej sprawności funkcji wykonawczych u seniorów ma wyższa liczba lat edukacji, wyższe nasilenie deklarowanej aktywności poznawczej i aktywności społecznej. Dodatkowo, większa deklarowana aktywność społeczna i liczba lat edukacji wiązały się z niższym poczuciem trudności wykonawczych. Istotną rolę medycyjną dla relacji pomiędzy CR a poziomem funkcji wykonawczych pełniła

ogólna sprawność poznawcza, natomiast nasilenie odczuwanego stresu i nasilenie nastroju depresyjnego nie pośredniczyły w relacjach pomiędzy CR i subiektywnymi czy obiektywnymi miarami funkcji wykonawczych. Zaobserwowano również mniejszą różnicę pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem BADS u osób o wyższym poziomie aktywności życiowej w okresie wczesnej dorosłości. Zróżnicowana rola poszczególnych czynników wchodzących w skład CR świadczy o konieczności integracyjnego podejścia w analizach wskaźników rezerwy poznawczej i ich związku z funkcjonowaniem poznawczym osób starszych.

Słowa kluczowe: rezerwa poznawcza, funkcje wykonawcze, subiektywne poczucie trudności wykonawczych, pomyślne starzenie się

19.01.2023

Anna Skakowska