

Impatto della velocità di elaborazione dell'allenamento sulle funzioni cognitive e quotidiane

Abbiamo combinato i dati di sei studi, tutti utilizzando la stessa velocità di elaborazione del programma di allenamento, per esaminare i meccanismi del guadagno di allenamento e l'impatto dell'allenamento sulle capacità cognitive e quotidiane degli anziani. I risultati hanno indicato che la formazione produce miglioramenti immediati in tutti i sottotest del test del campo visivo utile, in particolare per gli anziani con velocità iniziale di elaborazione dei deficit. L'età e l'istruzione hanno avuto un impatto minimo o nullo sul guadagno di formazione. I partecipanti hanno mantenuto i benefici della formazione per almeno 2 anni, che si sono tradotti in miglioramenti nelle abilità quotidiane, compreso lo svolgimento efficiente delle attività strumentali della vita quotidiana e prestazioni di guida più sicure.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17565162/>

[https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/62/Special Issue 1/19/2965147?login=false](https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/62/Special%20Issue%201/19/2965147?login=false)