



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
MODALIDAD: PRESENCIAL

TEMA

LA PSICOESTIMULACIÓN EN LA MEMORIA DE ADULTOS MAYORES DEL HOGAR
SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS.

AUTOR:

Mayte Andrea Guerrero Córdova

TUTOR:

Psi. Edu. Paulina Margarita Ruiz López, Mg.

AMBATO – ECUADOR

OCTIBRE 2022 – MARZO 2023

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación sobre el tema: **“La Psicoestimulación en la memoria de Adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús”** de la alumna Mayte Andrea Guerrero Cordova, estudiante de la carrera de Psicopedagogía, considero que dicho proyecto de investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

Ambato, Enero del 2023

EL TUTOR

.....
Psi. Edu. Paulina Margarita Ruiz López, Mg.

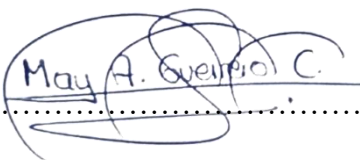
C.C.: 1802953479

AUTORÍA DEL TRABAJO

Los criterios emitidos en el Proyecto de investigación “La Psicoestimulación en la memoria de Adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de grado.

Ambato, Enero del 2023

EL AUTOR



.....

Mayte Andrea Guerrero Córdova

C.C.: 1850285956

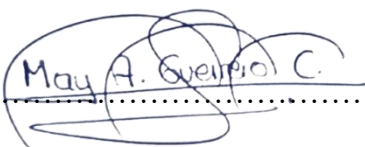
DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este proyecto de Investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la institución.

Cedo los derechos patrimoniales de mi Proyecto de Investigación, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Ambato, Enero del 2023

EL AUTOR



.....

Mayte Andrea Guerrero Córdova

C.C.: 1850285956

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Proyecto de Investigación, sobre el tema “La Psicoestimulación en la memoria de Adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús.” de Mayte Andrea Guerrero Córdova, estudiante de la carrera de Psicopedagogía, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el título terminal de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, Enero del 2023

Para constancia firman:

.....
Dra. Verónica del Carmen
Llerena Poveda, Mg.

MIEMBRO CALIFICADOR

C.C.: 1802915874

.....
Dra. Carmita del Rocío
Nuñez López, Mg.

MIEMBRO CALIFICADOR

C.C.: 1801908490

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a quien me ha dado la vida, el nombre y apoyo incondicional, mi querida y amada madre la Lic. Betty Córdova, Mg. quien ha sido mi mayor ejemplo de fe, preparación, esperanza, servicio, amor y me ha impulsado a seguir adelante incluso en los momentos de adversidad. Todos mis logros se los debo, su bendición diaria me ha protegido y me ha traído hasta aquí.

A mi fiel y dulce compañero, mi querido Stuart Bohórquez, que durante todo este proceso me lleno de amor y dedicación.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a Dios Todopoderoso que me ha dado la oportunidad de prepararme académicamente y llegar hasta este momento con su bendición y protección.

A mi madre, gracias por haber sido todo para mí en estos años, por siempre tener palabras de ánimo y amor para mí, por llenar nuestro hogar de música, risas y enseñanza, este logro es más tuyo que mío, gracias por guiarme, amarme y convertirme en la persona que soy, hoy he llegado hasta aquí y ha sido sólo porque me has acompañado todo el camino. Mi eterna gratitud y devoción para ti Mamá.

A mi estimada tutora Mg. Paulina Ruiz, quien me ha brindado apoyo incondicional durante este proceso y me ha impartido sus conocimientos y habilidades para ser un mejor profesional y ser humano.

A mi Stuart Bohórquez, por ser parte de mi vida y por acompañarme en este largo proceso, por creer en mí, en mis capacidades, por tu paciencia e incondicional amor, gracias por ser mi mejor amigo y mi fiel compañero, que Dios nos permita la eternidad juntos.

A mis Hermanos Paola y Benett, que todos los días me han llenado de humor y risas, haciéndome recordar lo hermosa que es la vida al lado de nuestros seres queridos. A mi querida Caro, que ha sido mi compañera y amiga durante toda la carrera y mucho más en este proceso que ambas hemos cursado, fue un camino difícil, pero gracias a su compañía todo fue más soportable. Al Hogar de Adultos Mayores Sagrado Corazón de Jesús, que me brindó total apoyo y disposición en mi investigación.

Finalmente, a todos aquellos que me han brindado su apoyo y han hecho posible esta investigación.

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES	xi
ÍNDICE DE TABLAS.....	xi
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xii

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1. Antecedentes.....	1
1.1 Antecedentes Investigativos.....	1
Psicoestimulación	5
Entrenamiento Cognitivo	9
Rehabilitación Cognitiva.....	9
¿Para qué sirve la Psicoestimulación?.....	10
Bases Neurobiológicas de la Psicoestimulación	10
¿La Psicoestimulación es igual para todos los cerebros?.....	11
Capacidades y Habilidades Cognitivas que pueden estimularse.....	11
Beneficiarios de la Psicoestimulación.....	12
Instrumentos para detectar el nivel de Cognición	13
Memoria.....	15
Importancia de la Memoria	15
Estructuras Cerebrales involucradas en la Memoria	16
Tipos de Memoria	16
Fases de la Memoria.....	18
Deterioro de la Memoria	20

Envejecimiento Sano.....	22
1.2 Objetivos.....	22
Objetivo General.....	22
Objetivos Específicos.....	23

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales.....	24
2.2 Métodos.....	25
Enfoque Cuantitativo y Cualitativo.....	25
Diseño.....	25
Alcance investigativo.....	25
Alcance territorial.....	26
Población.....	27
Técnicas.....	27
Instrumentos.....	27
Hipótesis.....	28

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de resultados.....	29
3.2 Verificación de Hipótesis.....	39
Planteamiento de Hipótesis.....	39
Regla de decisión.....	40
3.3 Cálculo de prueba de Chi-cuadrado.....	40
a. Tabla de contingencia.....	40
b. Prueba del Chi Cuadrado.....	41
c. Comparación entre el chi calculado y el chi cuadrado de la tabla.....	42
3.4 Conclusión.....	42

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones.....	43
5.2. Recomendaciones	44

LA PROPUESTA

5.1 Datos Informativos.....	45
5.2 Objetivos.....	46
5.2.1 Objetivo General	46
5.2.2 Objetivos Específicos.....	46
5.3 Justificación	46
5.4 Desarrollo de la Propuesta	47
Actividad N°1.....	47
Actividad N°2.....	49
Actividad N°3.....	50
Actividad N°4.....	52
Actividad N°5.....	54
Actividad N°6.....	56
Actividad N°7.....	57
Actividad N°8.....	58
Actividad N°9.....	59
Actividad N°10.....	60
Actividad N°11.....	61
Actividad N°12.....	62
Actividad N°13.....	63
Actividad N°14.....	64
Actividad N°15.....	65
Actividad N°16.....	66
Actividad N°17.....	67
Actividad N°18.....	68
Actividad N°19.....	69

Actividad N°20.....	70
---------------------	----

MATERIALES DE REFERENCIA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71
BIBLIOGRAFÍA:	71
ANEXOS:	78
Anexo A. Carta de compromiso.....	78
Anexo B. Instrumentos.....	79
Anexo C. Evidencias.....	82

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Alcance Territorial.....	26
--	----

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Características de Psicoestimulación.....	6
Tabla 2: Técnicas de Psicoestimulación	7
Tabla 3: Capacidades Cognitivas.....	11
Tabla 4: Instrumentos para detección de NC.....	13
Tabla 5: Tipos de memoria tradicionales.....	16
Tabla 6: Tipos de memoria según su función.....	17
Tabla 7: Fases de la memoria	18
Tabla 8: Trastornos de la Memoria.....	21
Tabla 9: Materiales	24
Tabla 10: Género	29

Tabla 11: Resultados del Pre Test Mujeres	29
Tabla 12: Resultados del Pre Test Hombres	30
Tabla 13: Resultados del Post Test Mujeres	31
Tabla 14: Resultados del Post Test Hombres	31
Tabla 15: Resumen de procesamiento de casos.....	40
Tabla 16: Tabla Cruzada de resultados.....	41
Tabla 17: Pruebas del Chi Cuadrado	41

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Resultados de Orientación Mujeres.....	33
Figura 2: Resultados de Orientación Hombres	33
Figura 3: Resultados de Fijación Mujeres	34
Figura 4: Resultados de Fijación Hombres.....	35
Figura 5: Resultados de Concentración y Cálculo Mujeres.....	35
Figura 6: Resultados de Concentración y Cálculo Hombres	36
Figura 7: Resultados de Memoria Mujeres.....	37
Figura 8: Resultados de Memoria Hombres	37
Figura 9: Resultados de Lenguaje y Construcción Mujeres	38
Figura 10: Resultados de Lenguaje y Construcción Hombres.....	39

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

Tema: “La Psicoestimulación en la memoria de Adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús”

Autor/a: Mayte Andrea Guerrero Córdova

Tutor: Psi. Edu. Paulina Margarita Ruiz López, Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

La memoria nos permite tener una visión continua y coherente de nuestras vidas, por ellos estimularla se ha vuelto fundamental en todas las etapas de nuestra vida. El presente estudio tiene como objetivo determinar la incidencia de la Psicoestimulación en la memoria de Adultos Mayores. Para el desenvolvimiento de la investigación se compendió información relevante de investigaciones anteriores que permitieron analizar la factibilidad de esta y realizarla, para ello se utilizó un enfoque cualitativo y cuantitativo, con un alcance exploratorio, descriptivo y correlacional donde la población estuvo compuesta de 30 ancianos entre hombres y mujeres utilizando como técnica la entrevista lo que nos permitió interactuar y obtener datos directos de nuestros beneficiarios, como instrumentos se utilizó el Mini mental test para realizar la valoración inicial y final de la capacidad investigada y obtener los resultados que nos permitieron observar si hubo o no mejora en los individuos. Para las actividades de Psicoestimulación se usó el cuadernillo de estimulación cognitiva Rubio 1 que contiene una colección de actividades dinámicas para la rehabilitación, mejora y mantenimiento de las competencias que se encuentran en deterioro. Finalmente, por medio del método estadístico chi cuadrado se aceptó la hipótesis alternativa que nos menciona la importancia de las actividades Psicoestimulativas en el adulto mayor ya que mejoran su estilo y calidad de vida, brindándoles un envejecimiento sano.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

Topic: “Psychostimulation in the memory of older adults from Sacred Heart of Jesus Home”

Author: Mayte Andrea Guerrero Córdova

Tutor: Psi. Edu. Paulina Margarita Ruiz López, Mg.

ABSTRACT

Memory allows us to have a continuous and coherent vision of our lives, which is why stimulating it has become fundamental in all stages of our lives. The objective of this study is to determine the incidence of Psychostimulation in the memory of Older Adults. For the development of the investigation, relevant information from previous investigations was summarized that allowed to analyze the feasibility of this and carry it out, for which a qualitative and quantitative approach was used, with an exploratory, descriptive and correlational scope where the population was composed of 30 elderly people between men and women using the interview as a technique, which allowed us to interact and obtain direct data from our beneficiaries, as instruments the Mini mental test was used to carry out the initial and final assessment of the investigated capacity and obtain the results that allowed us to observe if there were or does not improve in individuals. For the Psychostimulation activities, the Rubio 1 cognitive stimulation booklet was used, which contains a collection of dynamic activities for the rehabilitation, improvement and maintenance of deteriorating skills. Finally, by means of the chi-square statistical method, the alternative hypothesis that mentions the importance of Psychostimulative activities in the elderly was accepted, since they improve their style and quality of life, providing them with healthy aging.

CAPÍTULO I

1. Antecedentes

1.1 Antecedentes Investigativos

En la investigación de Burillo et al. (2020) titulada “Eficacia de un programa de psicoestimulación integral en pacientes con diagnóstico de enfermedad de Alzheimer”. Se define la afección como un cuadro de demencia en donde el cerebro va perdiendo sus funciones logrando alteraciones emocionales y conductuales en las personas que lo poseen. Por lo tanto, se plantean programas con varias estrategias terapéuticas que no incluyen fármacos para concluir la rehabilitación de la neuroplasticidad. Uno de sus objetivos principales fue evaluar el rendimiento y la eficacia de una planificación en la calidad de vida de los sujetos detectados reciente de pérdida de memoria con un desgaste leve o moderado, los instrumentos utilizados, el Mini-Examen cognoscitivo que se encargó de detectar una posible enajenación mental y a su vez dar seguimiento y la escala Quaity of Life in a Disease Scale con la cual se midió la habitabilidad que presentan con deterioro cognitivo. Finalmente, los resultados de este estudio demostraron que las actividades de Estimulación Cognitiva no realizaron mejoras significativas en los individuos con la sintomatología mencionada, sin embargo, hubo otros que mostraron mejoría y fueron aquellos que no padecían la dolencia mejorando su nivel funcional.

La Psicoestimulación también conocida como “Estimulación Cognitiva” tiene objetivos terapéuticos ya que la sociedad actual se ha identificado una cifra considerable de ancianos que presentan algún tipo de enfermedad, alteración, retraso o déficit en su deterioro cognitivo, es por esta razón que las técnicas de intervención se han ido innovando y aumentado para lograr el objetivo principal de los centros geriátricos, mejorar su calidad de vida. Por ende, la investigación realizada por Díaz y Veronika. (2021) titulada “La Estimulación Cognitiva en los Lugares especializados de Mayores de la Comarca Noroeste de Tenerife”. concluyó que dichas entidades no se rigen por normativas que establezcan actividades estrictas para este mejoramiento, además se encontró un desconocimiento por parte de los profesionales para estas estrategias y finalmente estos consideran que el tiempo es insuficiente y existe una ausencia de recursos, materiales y conocedores del área para el fin deseado.

Este estudio realizado por López et al. (2020) titulado “Análisis exploratorio de la influencia de la reserva cognitiva sobre el beneficio de la terapia de estimulación en pacientes con enfermedad de Alzheimer esporádica de inicio tardío” y otras demencias obtuvo como resultado que los grupos que tuvieron buenos resultados una vez aplicadas las estrategias y actividades de Psicoestimulación fue el grupo con alta reserva cerebral ya que su capacidad de planificación, secuencialidad, organización perceptiva e inhibición de respuestas se encontraba deteriorada en grado leve y por esto obtuvieron mejores beneficios mientras los sujetos con bajas reservas cognitivas mantienen los errores mostrados en la investigación. De tal manera se concluye que los autores sugieren realizar tareas que estimulen cognitivamente el cerebro con el fin de ser capaces de retrasar el envejecimiento, la demencia y otros síntomas y enfermedades que se presentan con el avance del tiempo en el ser humano.

Del mismo modo, otros estudios realizados en la zona Latinoamericana del planeta han demostrado que no sólo se encarga de ciertas funciones, sino que influye desde una perspectiva integral y centrada en el sujeto involucrando todas las necesidades que este tiene. El estudio realizado en México por Muñoz Gonzáles (2018) titulado “La estimulación cognitiva como estrategia para la atención psicogerontológica a los adultos mayores con demencia. “, su principal objetivo es aplicar programas de Psicoestimulación en usuarios con vulnerabilidad y enfermedades neurodegenerativas, al dar resultados favorables se concluyó que en el lugar mencionado se continuará trabajando con estas estrategias implementándolas en las políticas de salud del estado con el fin de crear conciencia, prevención y vigilancia de afecciones según el deterioro cognitivo.

Según Suárez et al. (2019) en su obra titulada “Estimulación cognitiva y apoyo familiar hacia adulto mayor con deterioro cognitivo”. Se estudió a una familia en el área de Salud con el objetivo de analizar la experiencia de la Psicoestimulación en adultos mayores con asistencia parental. Aunque este estudio fue no experimental el trabajo realizado fue focal y con ayuda de técnicas estandarizadas que aseguran la confiabilidad de los análisis. Como resultados se obtuvo que el soporte de consanguinidad en las terapias psicoestimulativas que son de gran impacto positivo y necesario, ya que permite el progreso de la condición psicológica y física de las personas, mencionando además la mejora de relaciones sociales.

Por otro lado, se han realizado investigaciones que han aportado a la memoria de manera positiva demostrando que esta función es primordial para el proceso del ser humano en todas las etapas que cursa y por supuesto tiene cambios tanto positivos como negativos.

La investigación realizada por Villavicencio et al. (2020) titulada “Declive cognitivo de atención y memoria en adultos mayores sanos”. Se evidenció que la aceleración del envejecimiento de esta capacidad es muy avanzada en ancianos, por ello una detección temprana disminuirá el riesgo de la pérdida completa de estas funciones. En este análisis se utilizaron tareas de retentiva como escalas NEUROPSI y MOCA (Montreal Cognitive Assessment) que concluyeron diferencias significativas entre grupos de edad, demostrando que existe más probabilidad de buen rendimiento y rehabilitación si se atiende de manera anticipada.

En la investigación realizada por Diaz et al. (2019) titulada “Uso de la música para modular la memoria: Una revisión sistemática”. La importancia de esta función permite adquirir, almacenar y recuperar información y por ende con el tiempo existe un deterioro para lo que se tomó como objetivo principal buscar e investigar el efecto del ritmo siendo fundamental entrenamiento para la memoria. Finalmente, se concluyó que la propuesta es totalmente potencial no sólo para el estudio de la retención, si no para la estimulación y su rehabilitación en todas las edades que se practique.

Esto nos lleva al punto de reconocer el valor inaudito que cumple la capacidad de retener, procesar y codificar datos en el transcurso del aprendizaje ya que permite crear sentidos de identidad y personalidad para las personas por medio de la experiencia, la percepción para que finalmente se convierta en un conocimiento fundamentado del individuo que lo está adquiriendo, tal y como lo menciona Llanga et al. (2019) en su investigación titulada “La memoria y su importancia en los procesos cognitivos en el estudiante”, que obtuvo resultados identificando el alcance de este proceso cognitivo no solo para aprender si no para hacerlo parte de la vida cotidiana.

De la misma forma, la investigación de Ávila et al. (2021) titulada “Efecto del ejercicio físico en la memoria en adultos mayores con diagnóstico de un trastorno neurocognitivo: una revisión sistemática”. Ha demostrado que la actividad corporal en la retentiva de ancianos con trastornos neurocognitivos les asegura un desarrollo integral donde ellos puedan sentirse cómodos y en un ambiente seguro. Además, gracias al análisis se demostró de manera confiable que las intervenciones más efectivas fueron aquellas con carácter multicomponente que ayuda a mejorar

aspectos como la orientación personal, resistencia ante crisis de depresión y ansiedad y menor riesgo de enfermedades con deterioro neurodegenerativas.

La investigación de González et al. (2018) titulada “Evaluación del potencial de aprendizaje en adultos mayores: influencia de la mediación en una prueba de memoria”. Hace un énfasis en la adquisición del conocimiento, para lo cual se evaluó la retención y de igual manera se valoró el rendimiento, dando una intervención activa. En estos individuos se atribuyó una batería neuropsicológica y la Van Leeuwen Test Systems B.V. (VLT) que es un post test. Se administró en dos porciones de ancianos sanos, finalmente se demostró que la población que tuvo el mediador consiguió mejores resultados en cuanto a la obtención de datos en su capacidad cognitiva, mientras que el equipo que no recibió esta atención por medio del analizador mostró dificultades para retener información.

Psicoestimulación

En los años recientes hemos observado que la población de adultos mayores ha aumentado y así las organizaciones privadas, públicas y sus familiares se han interesado en sobremanera por el bienestar y el mejoramiento de la calidad de vida de las personas de edad avanzada. Por ello, se han creado programas terapéuticos que aporten a su salud.

La Psicoestimulación, también conocida como “estimulación cognitiva” es un grupo de técnicas y estrategias que logran reestablecer las funciones y capacidad cerebrales del ser humano logrando una existencia progresiva en las diligencias físicas realizadas día a día. (Acosta et al., 2019) De modo que se encargan de fomentar autonomía e independencia con el adulto mayor sin importar el tiempo empleado su único objetivo es mejorar las acciones básicas de la vida cotidiana del sujeto.

El objetivo básico de estos tratamientos de Psicoestimulación es poder favorecer la neuro plasticidad cerebral de las personas, por medio de actividades que contengan estímulos lo suficientemente fiables para controlar el deterioro de habilidades mentales, emocionales, intelectuales, físicos y sociales, permitiéndole al anciano ser independiente el mayor tiempo posible mientras realiza sus diligencias de la vida diaria. En consecuencia, todas las actividades mentales que los humanos realizan se relacionan con el ambiente que nos rodea, representa la esencia de la adaptación personal del individuo y todos los procesos sociales que atraviesa, por ende, se investiga esto indagando la capacidad que poseemos para poder adaptarnos, desarrollar estrategias, planificar el futuro y evaluar las consecuencias.

Según Moya Herce (2022) la importancia de la Psicoestimulación denota en la alteración de las competencias mentales (memoria, discernimiento, atención, entendimiento, praxias, razonamiento lógico y abstracto, entre otros aspectos) que sufren los adultos mayores y en muchos casos pueden llegar a generarse enfermedades difíciles logrando causar demencia completa. De acuerdo con esto, el ser humano es integral necesita de una estimulación para aumentar las capacidades y habilidades del mismo ya que concibe al individuo como un ser activo y participativo totalmente competente de mantener su funcionamiento mental en edades avanzadas.

Por consiguiente, este tipo de intervención cognitiva tiene sus características propias y específicas que según Toscano Gonzalez y A. L. (2019) estas cuatro, destacan diferentes e importantes cuestiones vinculadas directamente con los principios de la misma.

Tabla 1: Características de Psicoestimulación

Características	Concepción
a) El carácter terapéutico de la programación	En comparación con otros tipos de actividades que buscan entretener a las personas y donde prima el ingenio sobre la planificación, la estimulación cognitiva cuenta con una base teórica científica y tiene una clara finalidad terapéutica
b) El carácter global e integral de la intervención	La Psicoestimulación aborda diferentes niveles del individuo: funcional, cognitivo, psicoafectivo y relacional. Además, el funcionamiento mental no es dependiente de estos grados por lo que esta intervención debe tener en cuenta todas las dimensiones del ser humano y como este interactúa y se produce. Sólo así se pueden organizar y combinar procesos cognitivos que sirvan de ayuda y de apoyo para mejorar la memoria de adultos mayores.
c) La programación individualizada	De acuerdo con lo indicado, es fundamental que se aplique estimulación cognitiva según la individualización de lo que se quiere mejorar. Para ello es trascendental la realización de exámenes individuales de cada sujeto que tengan finalidad de establecer un diagnóstico y lograr detectar las variables fuera de la norma, y para esto conseguir un progreso de los programas psicoestimulantes. Esta evaluación debe comprender ámbitos amplios, además de instrumentos variados test y baterías para poder recoger la información relativa para estudio como conducta, alteraciones, desajustes psicoafectivos, habilidades sociales y personalidades. con el fin de crear actividades adecuadas para el desarrollo integral de individuos de todas las edades.

d) El carácter especializado de la intervención

La Estimulación Cognitiva o Psicoestimulación es una terapia especializada, y es imprescindible que sea supervisada por profesionales de la Neuropsicología, esto no significa que sea imposible ya que delega acciones a otros competentes de atención directa, educadores, doctores, neurólogos y más expertos del campo. Estas sesiones se pueden realizar en grupo reducidos, guiadas por personal ya mencionado.

Elaborado por: Guerrero (2022)

De acuerdo con Martos y García (2020) es fundamental tomar en cuenta que una de las características principales de la Psicoestimulación es facilitar el aprendizaje del ser humano por medio de la motivación ya que así se les permite a las personas formar parte de su propia rehabilitación. Para ello se integran varias técnicas que incluyan áreas de procesamiento, orientación, razonamiento, memoria, lenguaje, percepción y atención en donde se tengan las mejores condiciones posibles de este proceso.

Para que este conjunto de estrategias funcione se necesitan métodos y procedimientos que sean moldeables e innovadoras para conseguir el desarrollo de capacidades y competencias en los Adultos Mayores, según García y Gallardo (2021) para lograr un progreso psíquico tenemos cinco técnicas de estimulación cognitiva que no sólo ayudarán de manera mental, sino que aportarán a la dependencia funcional de cada individuo para realizar tareas autónomas:

Tabla 2: Técnicas de Psicoestimulación

Técnicas	Concepción
Orientación a la realidad	Esta es una técnica ideal para las personas confusas ya que hacen énfasis en los espacios y lugares donde se encuentra el individuo, datos personales, ubicación real y circunstancias importantes de la vida cotidiana, además, es necesaria para el desarrollo de otras funciones cognitivas y puede administrarse de dos

formas: la primera en sesiones, de una hora aproximadamente y varias veces en la semana. Seguidamente, se introducen ejercicios diferentes que radiquen en memoria y lenguaje y la segunda en 24 horas y aquí la familia cumple un rol significativo para impartir instrucciones y ayudar al sujeto a recordar y conservar estos hábitos.

Terapia de reminiscencia

Es una conversación de los hechos, actividades o experiencias que se tuvieron con otras personas o un grupo y donde se utilizan fotografías, canciones, objetos, grabaciones, periódicos, etc. Esta se aborda en sesiones que permiten recordar acontecimientos y tiene como objetivo mejorar el autoconocimiento y autoestima conservando un soporte psicoafectivo para el individuo mejorando relaciones interpersonales.

Musicoterapia

Es un conjunto de actividades que usan el ritmo como método terapéutico ya que científicamente se ha comprobado que la música causa actividad eléctrica en el cerebro y ajusta y activa funciones que se mantienen en estado vegetal en el sistema nervioso, este de tantos otros métodos en la actualidad donde se utilizan las ondas sonoras son para el mantenimiento, rehabilitación y mejora de la salud física y mental. Además, potencia la dimensión relacional y regula las emociones creando sentimientos positivos que facilitan la recuperación.

Talleres de memoria

Esta es una de las técnicas más importantes porque se encarga de agilizar los procesos cerebrales y sin ella no podríamos aprender, pensar o percibir, por ello el taller contiene actividades específicas y comprobadas científicamente que se puedan aplicar en todos los casos de memoria, desde un nivel leve hasta uno grave de pérdida o demencia. Abarca un carácter preventivo y terapéutico ya que son los recuerdos un ser humano no

podría conservar las capacidades que ha aprendido a lo largo de su vida.

Psicomotricidad

Está destinada a trabajarse con el propio cuerpo del sujeto que se encuentra en la intervención propuesta ya que la actividad física no sólo da ayudas fisiológicas sino también psicológicas como la reducción del estrés, el aumento de la autoestima, libera hormonas que mejoran el estado de ánimo (serotonina, endorfina, dopamina y oxitocina), alivia la ansiedad y mejora la conducta con actitudes adecuadas y refuerzos de los valores aprendidos, esto especialmente para las personas con un padecimiento crónico.

Elaborado por: Guerrero (2022)

Entrenamiento Cognitivo

Es un conjunto de técnicas hábilmente relacionado con la Psicoestimulación ya que comparten parte del mismo fin que es estimular y mantener el funcionamiento cognitivo del cerebelo, la diferencia es que esta fortalece, potencia y actúa en aquellas capacidad que se encuentran en un nivel normal a disparidad de la estimulación cognitiva que procede sobre todas las competencias y logra rehabilitarlas en cierto grado incluso si se hallan totalmente deficientes ya que sus actividades logran de manera increíble la neuroplasticidad cerebral. De acuerdo con Cruz et al., (2020) actualmente se cuenta con la utilización de programas de EC computarizado que está basada en las capacidades que tiene el cerebro para modificarse de forma estructural y funcional, es un método no invasivo que hasta se usa en niños con TDAH.

Rehabilitación Cognitiva

Se enmarca dentro del restablecimiento neuropsicológico porque recupera las capacidades al mismo tiempo que actúa sobre ellas, anteriormente se revisó que la estimulación cognitiva abarca todas las técnicas y estrategias de forma general, el entrenamiento cognitivo está dirigido al fortalecimiento y potenciación, mientras que la rehabilitación mejora y recobra las facultades que han sido afectadas. Como menciona Toribio et al., (2018) esta ha generado resultados positivos y es un modo eficaz en ancianos.

Al igual que se puede observar existen investigaciones que ya han usado estas estrategias y se han encontrado mejorías en la atención, concentración y memoria, además de las funciones ejecutivas y reconocimiento de las emociones. Según Dorado et al., (2018) la RC ya se encuentra computarizada y abarca diversas áreas que se usa en adultos y niños, como realidad virtual en donde se realizan actividades de la vida cotidiana, gracias a esto se fue indicando mejoras académicas e integrales.

¿Para qué sirve la Psicoestimulación?

Al igual que se ha mencionado anteriormente el objetivo de la Psicoestimulación es proporcionar estimulación, mejora y funcionamiento a las capacidades mentales que le permiten al ser humano desenvolverse a diario. Por ello, se debe detectar de manera temprana cualquier síntoma que indique que un paciente se encuentra cerca o en un deterioro cognitivo, además, si se identifica inmediatamente conforme avance el estado de vejez el anciano podrá afrontar esta etapa de forma satisfactoria ya que presentará altos niveles de resiliencia antes situaciones de estrés y desequilibrio emocional. Según Henriques (2019) la aceptación de este programa en formato individual muestra mejorías de modo que hay una menor sintomatología depresiva en estos grupos, como suele acostumbrarse debido al abandono familiar o indisposiciones. También, puede integrarse en planificaciones más grandes donde se estudien enfermedades que originan la pérdida de las funciones, es fundamental reconocer que la mencionada no es una terapia farmacológica por lo cual, cuando se aplique y se fortalezcan las habilidades perdidas se obtendrán efectos secundarios que logren reducir medicación que en muchos casos es usada por pacientes con estas afecciones.

Bases Neurobiológicas de la Psicoestimulación

La base neurobiológica procede de la neuroplasticidad y es crucial reconocer y recordar este concepto que nos permiten entender el tema. Vanegas (2018) retoma a Kolb (2010) para conceptualizar a la plasticidad cerebral como una capacidad del Sistema Nervioso Central (SNC) que cambia la estructura y funcionamiento del cerebro a lo largo de la vida del ser humano obteniendo respuesta a la diversidad del entorno ya que depende de factores internos y externos. La Psicoestimulación permite realizar un proceso de regeneración natural tanto funcional y anatómico creando una conexión de neuronas que trasladen información de

manera rápida y eficaz ya que esta parte del individuo está cambiando permanentemente en función a las actividades que realizamos.

¿La Psicoestimulación es igual para todos los cerebros?

Aunque todos los cerebelos parecen ser idénticos en apariencia y estructura, gracias a varias investigaciones y hechos científicos comprobados podemos confirmar y asegurar según García y L.M. (2019) en sus libros de neuroeducación, que no existen ni existirán cerebros iguales, la diversidad en este aspecto es total y para ello el profesional a cargo de esta terapia debe conocer cómo funciona el cerebro para así poder adaptar las estrategias y métodos que se usen a ritmo del individuo que va a ser beneficiaria de la misma, de no adaptarse se corre el riesgo de que no funcionen o tengan impacto óptimo sobre el usuario.

Capacidades y Habilidades Cognitivas que pueden estimularse

Desde el momento en el que el sujeto nace y en todas las etapas de la vida se encuentra contacto con todo aquello que nos rodea y para aprender de este mundo que, por cierto, eso se realiza en toda ocasión, es necesario que se usen completamente las facultades y habilidades ya que solo así se puede interpretar el cosmos y adaptarse a él. Las capacidades cognitivas nos hacen como personas, son nuestra condición personal. (Enriquez Canto & Y, 2018), considerando su importancia se menciona aquellas que pueden ser estimuladas y son:

Tabla 3: Capacidades Cognitivas

Capacidad Cognitiva	Concepto
Atención	Capacidad de generar, seleccionar, dirigir y mantener un nivel de activación adecuado para procesar la información relevante.
Percepción	Codifica y coordina las diversas sensaciones elementales para darles un significado.
Comprensión	Capacidad de entender, analizar y reflexionar sobre la información que recibimos.
Memoria	Registra, almacena las distintas experiencias ya sean ideas, imágenes, acontecimientos, etc.
Lenguaje	Sistema de signos lingüísticos que nos permiten comunicarnos, tanto de forma oral como escrita.

Velocidad de Procesamiento	Capacidad que establece la relación entre la ejecución cognitiva y el tiempo invertido. Permite procesar información de forma rápida y automática.
Orientación	Capacidad de ser consciente de uno mismo y del contexto en que nos encontramos, es decir, ser conscientes a nivel personal, tiempo y lugar.
Razonamiento	Capacidad para resolver problemas (solución de problemas), extraer conclusiones y aprender de manera consciente de los acontecimientos de manera que podamos establecer relaciones causales y lógicas.
Aprendizaje	Transformaciones relativamente estables en el comportamiento suscitadas por distintas experiencias que dan lugar a la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades.
Praxias	Capacidad que tenemos para realizar movimientos voluntarios, intencionados y organizados para llevar a cabo un plan o alcanzar un objetivo.
Gnosias	Capacidad para reconocer información previamente aprendida a través de los sentidos.
Control Ejecutivo	Actividades mentales complejas encargadas de integrar, organizar y coordinar el resto de capacidades cognitivas.

Elaborado por: Guerrero (2022)

Beneficiarios de la Psicoestimulación

Todo de perfiles pueden beneficiarse de la estimulación cognitiva desde niños hasta ancianos por ello es que se realizan las adaptaciones de las estrategias ya que se adaptan a la forma y el nivel de dificultad que mejoren el nivel mental, hay que tomar en cuenta los objetivos y metas que tendrá el usuario que desee ser parte de este programa. Hoy en día existen un sin número de talleres impartidos por expertos competentes y conocedores del tema que puedan adaptar y cambiar las técnicas y métodos según la necesidad del individuo. Los beneficiarios pueden ser:

Niños y Adolescentes: Aunque en esta edad todavía se encuentran en proceso de desarrollo, no está demás aplicar estrategias y técnicas que les permitan desarrollarse en un entorno saludable y estimulado, ya que según Antonio Callex & I. M. (2021) estos procesos están íntimamente ligados en el día a día del aprendizaje de los estudiantes y con el fin de que puedan consolidar sus

conocimientos de instrucción, además, de favorecer directamente a su rendimiento académico y tener un buen desempeño en todos los aspectos de su vida.

Adultos, Mayores y Ancianos: Con el paso del tiempo la madurez llega a nuestras vidas y aunque no estemos afectados por enfermedad es vital que podamos ejercitar nuestra mente por medio de estos talleres y en tales casos la intención es que se puedan mantener las habilidades mentales en un buen nivel, si es necesario en esta edad mucho más lo será cuando la agilidad mental empieza a disminuir y cause un declive ya que según Duque et al., (2022) si no se contrasta desde ahora para el 2025 la población longeva se verá afectada notoriamente y las demandas de necesidad en demencia aumentarán.

Instrumentos para detectar el nivel de Cognición

Tabla 4: Instrumentos para detección de NC.

Instrumentos	Concepción
MMSE. Examen Cognoscitivo Mini-Mental	Según Romo et al., (2018) cuenta con propiedades psicométricas adecuadas siendo de confiabilidad, especificidad, sensibilidad y validez, además, es un instrumento simple que se puede aplicar en menos de 10 minutos y está compuesto por 30 preguntas que evalúan las funciones cognitivas tales como la orientación, memoria, atención, cálculo, instrucciones verbales, habilidades construccionales y comprensión tanto verbal y escrita, ha sido traducido en varios idiomas. Sin embargo, los resultados de este test pueden variar dependiendo el país, residencia o cultura.
Test de los Cinco Dígitos (5 DFT)	Cómo menciona Causse et al., (2021) la principal finalidad de esta prueba es evaluar la rapidez y la eficiencia que tiene el procesamiento cognitivo cerebral del sujeto al que se le administra el test, además, está basado en el efecto Stroop que es una interferencia semántica que se produce cuando se identifica el color en que se encuentra escrita la palabra, pero en lugar de usar estos términos se usan dígitos, así mismo nos alude que este examen posee un marcador fisiológico objetivo

	<p>para lesiones cerebrales que se pueden presentar a cualquier edad.</p>
<p>SCIP-S. Screening del Deterioro Cognitivo en Psiquiatría</p>	<p>Conforme a Mena y A. W. (2018) esta prueba detecta déficits cognitivos en varios trastornos psicóticos y afectivos, tiene una duración de 15 minutos y solo se necesita un cronómetro, lápiz y papel. Contiene cinco subpruebas que evalúan el aprendizaje verbal inmediato, diferido, velocidad de procesamiento, fluidez comunicacional y la memoria de trabajo, se recomienda usar debido a que posee una visión más general de las funciones ejecutivas en el sujeto a estudiar.</p>
<p>ABAS-II. Sistema de Evaluación de la Conducta Adaptativa</p>	<p>De acuerdo con Torres et al., (2020) este instrumento fue estandarizado en población española y evalúa las áreas de comunicación, utilización de recursos, habilidades académicas funcionales, vida en el hogar, salud, seguridad, ocio, autocuidado, autodirección y socialización. Nos muestra, además, un índice global y se puede aplicar desde el momento de nacimiento hasta los 89 años de edad.</p>
<p>CLIFTON. Procedimientos de Evaluación de Ancianos de Clifton</p>	<p>A tenor de Sanjúan et al., (2018) quien aplicó este instrumento en su investigación demostró que trae beneficios cognitivos y funcionales para adultos mayores debido a su estructura que cuenta con una escala de evaluación cognitiva y resulta relajante para la población que será objeto de estudio y con una gama de valoración de conducta ya que así se puede realizar grupos de ancianos dependientes e independientes con el fin de aplicar programas que aporten a su rehabilitación.</p>
<p><i>Elaborado por: Guerrero (2022)</i></p>	

Memoria

La memoria es conocida por ser un proceso mental en el que construimos toda la información y una vez hecho eso, se ejecutan y nos permiten aprender, crear juicios e ideas para nosotros mismos, deducir e interpretar todo aquello que recibimos. Según Gómez et al., (2022) para poder entrar en el amplio mundo de esta debemos conocer su origen que viene del latín *memini* que significa grabar o incrustar, que hace referencia a la existencia de los datos existentes que una vez producidos es posible recordar gracias a la capacidad que posee.

Del mismo modo, Echeburúa et al., (2019) nos expone que la memoria es la capacidad de consolidar, preservar y recordar toda la información que procesa un sujeto que pueden ser gustos personales, grabaciones, recuerdos, salidas, fotografías, palabras, aromas y muchos otros que se van adquiriendo en el transcurso de la vida del ser humano, aunque suene algo muy común es inevitable decir que esta parte del individuo lo forma como tal, ya que mantiene todos los aspectos de la existencia compendiados para poder disponer de ellos y de su aprendizaje.

Importancia de la Memoria

La memoria ha cumplido un rol fundamental desde tiempos inmemorables ya que es el factor principal adquisitivo de la cognición de un individuo, esta ha sido la que ha permitido que el ser humano hoy en día tenga diversos conocimientos empíricos, doctrinales, emocionales, de educación, de ciencia y mucho más, todo lo que se ha descubierto se borraría si no existiera dicha capacidad, considerado, además, una destreza primordial que participa de procesos neurobiológicos (Llana et al., 2019).

De la misma forma Vargas et al., (2019) estima a la memoria valiosa ya que esta actividad mental almacena, organiza y recupera completamente los datos que percibimos y según varias investigaciones cada vez más aumentan métodos para su preservación, con el objetivo de modificarla, rehabilitarla y preservarla estableciendo como conclusión que un correcto estilo de vida está al alcance de todos aquellos que deseen mantener este proceso activo y libre de enfermedades degenerativas que pueden ser producidas por factores internos y externos, por ende, debemos mantenernos en un desarrollo adecuado.

Como se ha mencionado la importancia de que tengamos una memoria adecuada radica en todas las etapas de nuestra vida y es vital porque nos da personalidad, nos construye y nos permite llevar

una existencia llena de felicidad con aquellos que nos rodean, ya que sin tal preciada habilidad de recordar no seríamos capaces de aprender o pensar, de hecho, no podríamos ni expresar nuestras ideas, compartir pensamientos con otras personas y que tengamos un proceso rememorativo sano que nos facilite saber quiénes somos.

Estructuras Cerebrales involucradas en la Memoria

De acuerdo con Vera (2020), su grupo de investigación comprobó que, en la corteza insular, que es parte del lóbulo temporal está implicado en la rememoración debido a que procesa la información de recuerdos y actividades que se han realizado y los asocia con los sentidos que usamos en el momento de obtener datos. Otra estructura implicada es el sistema límbico y como menciona Rodrigues (2022), forma punto principal de la construcción y control de la competencia rememorativa ya que va asociado con la interpretación del olfato y el gusto y cuando adquirimos antecedentes sensoriales que deben ser codificados, su función es de transformarlo en memoria a largo o corto plazo según amerite, además controla las emociones de los souvenirs y evita experiencias dolorosas. En el estudio de Stephano (2020) nos dice que al igual que el hipocampo, la amígdala participan en la capacidad mencionada, porque el primero se permite el paso de nuevas notas mientras que el segundo produce esta para darles significado emocional y guardarlos para mucho tiempo.

Existen otras bases biológicas de la memoria que de acuerdo con Obregón (2021), son: El diencéfalo que ajusta el procesamiento de datos de nuestra capacidad rememorativa y genera un inventario de razones secuenciales de todo aquello que percibimos, los ganglios basales que son responsables de guardar información que se obtienen de actividades que se han realizado a menudo y se mantienen en aprendizaje, sin embargo, en caso de lesión afecta las competencias motoras y finalmente el cerebelo que se encarga de lo que aprendemos de manera condicionante.

Tipos de Memoria

La investigación de Beardsley et al., (2020) nos habla de los tipos de memoria tradicionales, que a pesar de la antigüedad teórica se han mantenido vigentes debido a las investigaciones que aún se realizan y son:

Tabla 5: Tipos de memoria tradicionales

Tipo	Concepción
-------------	-------------------

Memoria Sensorial	Es aquella que adquiere información por medio de estímulos captados en el entorno mediante nuestros sentidos como son el olfato, la vista, el oído, el gusto y el tacto, cuando obtenemos estos datos nuestro cerebro se hace cargo de ellos y los codifica enviándoles a nuestra memoria de trabajo.
Memoria de Trabajo a corto plazo	Es aquella que mantiene información de manera breve, ya que es parte de las formas de supervivencia que opta nuestro cerebro, la diferencia entre esta y la memoria a largo plazo radica claramente en el tiempo de retención y en el almacenamiento temporal y la manipulación de datos que es donde ya entra la retentiva de trabajo como proceso, Rosales et al., (2021) retoma a Baddeley y Hitch (1974) para considerar tres factores que la forman: Bucle fonológico, agenda visoespacial y un sistema central ejecutivo.
Memoria a largo plazo	Es un mecanismo que nos permite mantener información ilimitada durante largo tiempo, es muy amplia y compleja ya que tiene estructuras neuroplásticas que permiten la rehabilitación y el mantenimiento de la misma en caso de daños cerebrales a los cuales es muy sensible.

Elaborado por: Guerrero (2022)

Muchos autores nos han hablado de los tipos de memoria clasificándolos según su función, su forma de percepción y en este caso Pérez et al., (2020) lo clasifica en tres, conforme sus potencialidades con mayor factibilidad de rehabilitación los cuales han sido fructíferos en su investigación para estimular el cerebro de los escolares del primer momento:

Tabla 6: Tipos de memoria según su función

Tipo	Concepción
------	------------

Memoria Visual – Auditiva	Es aquella que se encarga de recoger información mediante nuestros sentidos vitales como la visión y el oído, gracias a ambos podemos facilitar y ahorrar tiempo cuando realizamos actividades de estudio y mejora nuestra capacidad para retener datos y recordarlos.
Memoria Involuntaria o Voluntaria	Hablamos de memoria Involuntaria cuando nuestra conciencia rememora datos del pasado sin ninguna dificultad y esfuerzo, a diferencia de la retentiva voluntaria en dónde obligamos a nuestro cerebro a entregarnos información pretérita de manera que se crea una tarea trabajada.
Memoria Semántico – Lógica	Mencionamos memoria semántica a la que nos brinda la capacidad para retener todos los conceptos aprendidos a lo largo de nuestra vida y aquellos que nos permiten entender y percibir el entorno en el que nos desenvolvemos y la retentiva lógica es aquella que nos ofrece un espacio direccional que va a nuestro sistema operativo en el cerebro siendo almacenamiento principal.

Elaborado por: Guerrero (2022)

Fases de la Memoria

Normalmente comparamos nuestra memoria con el procesador de una computadora debido al proceso que realiza para guardar información y como menciona Paris et al., (2019) en su libro “Desarrollo y crecimiento de la niñez” los estadios del cerebro son fundamentales en todas las etapas del ser humano porque producen cambios y desarrollos cognitivos que generan la mejora del individuo en todos los aspectos posibles de su desenvolvimiento y estas fases son:

Tabla 7: Fases de la memoria

Fases	Proceso
-------	---------

Codificación

Es el proceso por el cual ingresan notas al sistema cerebral a través de nuestros sentidos gracias al entorno en el que nos desenvolvemos, estos datos se etiquetan, se clasifican y de la misma forma se unen a conceptos o ideas que ya hemos tenido en el pasado complementándolas. Sin embargo, dentro del mismo adquirimos información por sucesión automática que es donde no realizamos mayor actividad para recordar y por procesamiento con esfuerzo que generalmente se da cuando prestamos demasiado tiempo y atención para aprender o rememorar algo.

Almacenamiento

Se efectúa y se procede a conservarlos, para lograr esto se debe pasar por tres etapas que ya se han mencionado anteriormente y son la memoria sensorial, a corto y a largo plazo todas son vitales porque logran consolidar habilidades que una vez reunida la información hacen más fácil el día a día del ser humano cuando realiza actividades, aprende, recuerda y en general se desenvuelve.

Recuperación:

Hay muchas actividades en nuestra vida que para realizarlas necesitamos recordar o sacar esa información guardada de dicha tarea, a este proceso lo llamamos recuperación y nos permite hacer y lograr todo, desde amarrarnos los zapatos hasta conducir y otras acciones más complejas. Hay tres cosas que nuestro cerebro realiza para poder obtener datos del sistema cerebral que son:

- Recordar, pensar en aquella información que necesitamos para realizar la tarea o acción que tenemos planeada.
 - Reconocimiento, esto sucede cuando nuestro cerebro identifica información que ya ha sido aprendida y la recoge para enviarla nuevamente al sistema principal para la acción.
-

-
- Reaprendizaje, sucede cuando hacemos algo que ya hemos aprendido antes de manera involuntaria y no toma tanto trabajo debido al aprendizaje que se cursó anteriormente de la tarea que se desea realizar.

Elaborado por: Guerrero (2022)

Deterioro de la Memoria

Según Paladino (2022), algunos factores que contribuyen al deterioro de la memoria son los problemas de percepción sensorial y la falta de atención y concentración. Esto hace que nuestros ancianos vayan olvidando desde palabras que deben repetir, números en segundos, vivencias pasadas, recuerdos y hasta actividades de la vida cotidiana que si no se realizan día a día en esa etapa será un problema con el pasar del tiempo.

Por esta razón la estimulación cognitiva, también conocida como Psicoestimulación en adultos mayores asegura de manera productiva e independiente por medio de las actividades aplicadas en los sujetos de estudio no perderán estas habilidades con respecto a quehaceres de su vida cotidiana y que se encargará de potenciar las competencias que cada uno dispone acompañado de sus fortalezas. Por ende, tal tiene dos principios fundamentales:

- 1) El cerebro posee la plasticidad necesaria para poder recuperarse del daño que se provoca con el envejecimiento.
- 2) El ser humano tiene la capacidad de adaptarse a cualquier situación que se le presente, incluso si existen nuevas circunstancias.

Para mantener activas las partes del cerebro usando estos dos principios se necesitan realizar tareas que incluyan los cinco sentidos (tacto, oído, gusto, olfato, vista) activando de esta forma la memoria sensorial y al mismo tiempo la de corto plazo. De igual manera es fundamental lugar usar técnicas para trabajar la retentiva y en caso de que alguna de las actividades planteadas no del resultado adecuado cambiarla con el fin de poder cubrir las necesidades diversas que presente la población.

Tabla 8: Trastornos de la Memoria

Tipo	Concepción
Alzheimer	De acuerdo con Martínez et al., (2018) la enfermedad de Alzheimer es un tipo de demencia que afecta de manera profunda la memoria y otras funciones del cerebro que hacen del ser humano un ente integral y evolutivo, a medida que el tiempo avance esta afección también lo hará y aunque sus causas son desconocidas todavía, existen varios tratamientos que mejoran en cierto grado la calidad de vida del paciente.
Amnesia	La amnesia es un trastorno caracterizado por su notable dificultad para obtener recuerdos o datos que se han procesado en nuestro cerebro ya sea a corto o largo plazo, muchas veces esta puede llegar a disociar entre los tiempos pasado, futuro y presente, además, suele estar acompañado de síntomas como depresión, agresividad, molestia, falta de sueño e inquietudes que son características propias de dicha afección (Vilageliu et al., 2021).
Hipermnesia	Por otro lado, Ginel Picardo (2018) define a la hipermnesia como un enardecimiento incontrolable que presenta la memoria en cuanto sufre de esta, dando al sujeto la capacidad excesiva de obtener recuerdos a detalle de aquellos datos de los que desea hablar o conversar o simplemente rememorar.

Elaborado por: Guerrero (2022)

Envejecimiento Sano

Según González et al., (2019) la gente se interesa mucho en las terapias para adultos mayores ya que sus familiares no desean observar envejecer a sus seres queridos con alteraciones de la memoria en ningún grado que les impida poder reconocerlos y darles una vida digna hasta el final de sus días, por ende para empezar propone clasificar a los individuos en los centros entre sujetos sanos, o con demencias ya que esto logrará obtener menos resultados negativos en dichos casos con caso de falta de intervención. Nos referimos a una cantidad baja de estos efectos cuando los ancianos presentan cambios, en cambio, no siempre tienen que ser aquellos que los afecten de manera total cognitiva, pueden ser neutrales como rendimiento atencional, visoespacial, lenguaje, además de otros y el hipocampo sin embargo, deberá estar intacto para seguir construyendo circuitos funcionales, existen varios, de ellos el lóbulo temporal que presentarán cierta pérdida de datos y dificultad para recordarlos, formando parte de un envejecimiento sano. (Cruz et al., 2019)

Por otro lado, Jiménez Morales (2020), nos dice que para obtener un buen envejecimiento en nuestros adultos mayores necesitamos primero conocer a los habitantes e identificar cómo y qué factores están ayudando a este deterioro ya sea de manera rápida o lenta, con esto vamos a lograr crear diversas actividades que, en el caso del autor, habla de competencias físicas que contribuyeron grandemente a la mejora y recuperación de los sujetos. De igual forma, menciona Barboza et. al., (2021) que parte del proceso es poder comprender todas las características que influyen en las personas y logrando así que esté presente incluso en el momento de nacimiento del ser humano. Por lo tanto, además de innovar estrategias que permitan un desarrollo integral, nos aseguramos de que dicha población pueda continuar con su vida dentro de medidas de bienestar y calidad, en donde ellos se sientan cómodos y a gusto con el estudio que cursarán.

1.2 Objetivos

Objetivo General

Determinar la influencia de la Psicoestimulación en la memoria de adultos mayores.

Se determinó la Influencia de la Psicoestimulación por medio de la aplicación del Mini mental test y de actividades que se encargaron de mejorar la capacidad rememorativa de los Adultos Mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús, además gracias al instrumento utilizado se observó mejora

en otras capacidades que evalúa el mismo, como son: orientación, lenguaje, cálculo, fijación, concentración y construcción.

Objetivos Específicos

- Evaluar la memoria por medio del test Minimental en los adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús.

Se evaluó el deterioro de la memoria por medio del test Minimental en los adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús, de tal manera se obtuvieron resultados simultáneos que permitieron diferenciar aquellos individuos que poseían algún tipo de demencia ya que este término de exclusión permitió obtener mejores resultados y mejora en la salud de nuestros ancianos.

- Establecer actividades de Psicoestimulación en los adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús.

Se utilizó el cuaderno Rubio Memoria 1 que se encuentra estructurado por fichas de estimulación cognitiva con juegos, ejercicios, problemas y actividades que permiten la rehabilitación de dicha capacidad, además, se acompañaron estas tareas de música para crear un ambiente cómodo para nuestros Adultos Mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús.

- Proponer actividades de Psicoestimulación de la memoria en los adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús.

Se realizó una guía de 20 actividades cognitivas que permiten el desarrollo, recuperación y restablecimiento de la memoria, planificadas para aplicarse durante veinte días durante un mes. Esta contiene su respectivo objetivo antes de cada actividad, con instrucciones y tiempo de aplicación para obtener buenos resultados, puede ser aplicada por un profesional o personal interesado.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

La metodología es la forma en que la investigación se vuelve confiable y válida en relación con los objetivos planteados del estudio, además, aquí se describen los métodos y técnicas utilizados para interpretar los resultados. Según Albán et al., (2020) esta nos permite definir el problema y obtener aquellos datos que son vitales para análisis, estableciendo comparaciones, características y fenómenos, de tal forma este proceso hay un panorama más claro de la realidad que deseamos examinar.

2.1 Materiales

Tabla 9: Materiales

RECURSOS	DETALLE	VALOR
Institucionales	Bibliográfica Digital	
Tecnológicos	Computador	\$0,00
	Internet	\$32,00
	Impresora Scanner	\$0,00
Materiales	Resma de Hojas	\$7,00
	Esferos	\$2,45
	Lápices	\$2,30
Económico	Transporte	\$20,00
Humanos	Estudiantes de Psicología Clínica	\$80,00
	Adultos Mayores del Hogar Sagrado	
	Corazón de Jesús	\$0,00
	Tutor de la Universidad Técnica de Ambato	\$0,00
	Revisores de la Universidad Técnica de Ambato	\$0,00
TOTAL		\$143,75

Elaborado por: Guerrero (2022)

2.2 Métodos

Enfoque Cuantitativo y Cualitativo

Ortega (2018) retoma a Hernández, Fernández y Baptista (2010) mencionando que el enfoque cuantitativo nace del planteamiento de un estudio que tiene una problemática que desea ser solucionada, además una vez ya se ha establecido dicho núcleo se realiza una revisión teórica científica para indagar aquello que se ha realizado o explorado anteriormente. Cuando finalmente se obtiene esta información se empiezan a crear hipótesis con el fin de corroborar si estas presunciones se impugnan o desechan, para finalmente recomendar medidas que se puedan tomar como solución.

Castro (2022) retoma a Sampieri et al., (2010) y alude que el enfoque cualitativo es caracterizado por su método de obtención de conclusiones derivadas de aquellos argumentos particulares, además se encarga de interpretar los datos obtenidos de los instrumentos utilizados caracterizándolos de manera contextual y tradicionales con el objetivo de aclarar las problemáticas o dudas que iniciaron la investigación, así se logra que los individuos obtengan y comprendan sus propias vivencias simultáneo al estudio de la realidad investigada.

Por ello el enfoque de este estudio es Mixto, ya que si bien, el instrumento utilizado es un test estructurado que valoran cualidades, comportamientos y procesos cognitivos, de la misma manera al realizar nuestra interpretación logramos analizar la información y comprobar las teorías y argumentos que nos hemos planteado mediante un análisis estadístico.

Diseño

No experimental - Longitudinal

Según Talavera et al., (2019) un estudio es no experimental, longitudinal cuando se recogen datos iniciales y luego se realiza la intervención para finalmente comparar los resultados una vez obtenido el desenlace, además, se analiza la evolución de la misma, por ende, cada vez se vuelve más común este diseño. Por tal razón, la investigación presenta este diseño debido a que al aplicar las actividades de estimulación cognitiva se cotejarán los resultados del pre test y los del post test.

Alcance investigativo

Exploratorio

Según Álvarez (2020) un estudio es exploratorio cuando es profundo e indaga problemas que han sido poco conocidos o estudiados por el individuo, debido a la poca información que se obtiene o a los datos que no logran ser claros, de tal manera analizan la problemática con nuevos enfoques y se relacionan directamente con el objetivo de estudio obteniendo a futuro otros derivados que pueden ser investigados. De tal manera, esta investigación es exploratoria desde el momento en el que se investiga acerca de la estimulación en memoria de Adultos mayores, hasta el momento en el que se realizan las actividades directas con los sujetos implicados.

Descriptivo

Según Zabala y Torres (2020) la investigación logra ser descriptiva cuando analizan las características, cualidades y propiedades de la problemática teniendo como objetivo principal indagar la fundamentación o hechos del mismo. Por esta razón, el estudio es de nivel descriptivo, ya que analizamos las peculiaridades que se encontraban en déficit en los Adultos Mayores para finalmente medir estos atributos y buscar soluciones que puedan brindarles un estilo de vida sano.

Correlacional

Como menciona Arias (2020) el objetivo principal de este tipo de alcance es observar y saber la forma en la que actúa la variable dependiente según la independiente, si se relacionan o si existe una dominante. Por lo tanto, la investigación es correlacional debido a que aplicaremos nuestro test inicial y obteniendo este resultado, sabremos cómo se comporta la memoria de adultos mayores una vez aplicadas las actividades de psicoestimulación y si hubo influencia de esta en los resultados del post test.

Alcance territorial

El alcance territorial se enmarca en la Provincia de Tungurahua, en el cantón Ambato, exactamente en la Ciudadela España P9V8+959, y, calles Vigo & Toledo.

Ilustración 1: Alcance Territorial



Elaborado por: Guerrero (2022)

Población

La población utilizada está compuesta de 15 hombres y 15 mujeres adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús. Se utilizaron a estos residentes debido a que cumplían con los requisitos para realizar la investigación como fueron edad, género, condición cognitiva y perfil clínico.

Técnicas

Para conocer el estado cognitivo de los Adultos Mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús se utilizó la técnica de la entrevista ya que es directa y le permitió al investigador obtener datos del fenómeno que respondían a sentimientos, valores, ideas, características y otros que se deseaban comprender en el análisis. Esta tuvo ventajas como notar y advertir el propósito del estudio, ser específicos en la información que se busca y se aseguró de que todas las interrogantes sean respondidas sin faltar detalles (Avila et al., 2020).

Instrumentos

Como menciona Muñiz y Fonseca (2019) los test son instrumentos de medición que nos permiten obtener datos amplios de un individuo según el enfoque, existen un sin número de ellos y por esta razón deben cumplir con características y estándares severos, precisos y exactos, que nos permitan tener garantías de confiabilidad y calidad que no sean cambiadas ni alteradas en el momento de la aplicación.

Folstein, Susan E. Folstein, Paul R. McHugh y Gary Fanjiang que evalúa el deterioro cognitivo de los Adultos Mayores y tiene una duración de 15 minutos, cuenta con 30 preguntas que están enfocadas en investigar el déficit en áreas como dibujo, comprensión, lectura, escritura, repetición, memoria, atención, cálculo, fijación, orientación espacial y temporal. Este es un test screening muy utilizado ya que brinda resultados rápidos y confiables, es hábil para la detección de demencia y permite brindar un seguimiento riguroso en el transcurso de la mejora o cambios de la cognición del sujeto. Se administra de forma individual utilizando el manual y un lápiz.

Además, se utilizó el Cuadernillo de memoria Rubio 1, creado por la editorial de psicopedagogos RUBIO, quienes han realizado esta colección con el fin de crear materiales dinámicos que puedan apoyar a las competencias cognitivas que se encuentran en déficit del ser humano teniendo como objetivo la atención selectiva, sostenida, dividida, memoria de trabajo y rememoración de los datos.

Hipótesis

H₀= La Psicoestimulación NO incide en la memoria de los adultos mayores del Hogar “Sagrado Corazón de Jesús”.

H₁= La Psicoestimulación SI incide en la memoria de los adultos mayores del Hogar “Sagrado Corazón de Jesús”.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de resultados

Se trabajó con 30 Adultos Mayores, desde 60 años de edad que representan el 100% y se encuentran divididos de la siguiente manera:

Tabla 10: Género

Género	Número	Porcentajes
Femenino	15	50
Masculino	15	50
Total	30	100%

Elaborado por: Guerrero (2022)

Una vez realizada la administración del Mini Mental Test, se obtuvieron los siguientes resultados en hombres y mujeres que demuestran el puntaje total obtenido, en donde 33 es la puntuación máxima y 24 la puntuación mínima.

Tabla 11: Resultados del Pre Test Mujeres

	GÉNERO	ÁREAS DE EVALUACIÓN					TOTAL	
		MUJERES	ORIENTACIÓN	FIJACIÓN	CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO	MEMORIA		LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN
			<i>10 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>8 pts.</i>	<i>3 pts.</i>		<i>11 pts.</i>
1	TR001	9	3	8	1	10	31	
2	AN002	5	3	8	0	8	24	
3	ZA003	5	3	8	2	6	24	
4	LA004	5	2	6	0	11	24	
5	SS005	6	3	5	1	9	24	
6	ED006	5	3	5	2	11	26	
7	TR007	8	3	5	2	7	25	
8	CR008	9	3	3	1	11	27	
9	RL009	10	2	8	2	11	33	
10	IV010	6	3	8	0	11	28	
11	MV011	4	3	5	2	10	24	
12	PL012	10	3	8	1	11	33	
13	MM013	8	3	6	1	10	28	

14	CM014	10	2	7	2	9	30
15	PV015	9	3	7	2	11	32
	TOTAL	109	42	97	19	146	413
	TOTAL %	26,4	10,2	23,5	4,6	35,4	100%

Elaborado por: Guerrero (2022)

Tabla 12: Resultados del Pre Test Hombres

GÉNERO		ÁREAS DE EVALUACIÓN					TOTAL
HOMBRES	ORIENTACIÓN	FIJACIÓN	CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO	MEMORIA	LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN	TOTAL	
	<i>10 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>8 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>11 pts.</i>	<i>33</i>	
1	JM001	10	3	8	2	9	32
2	MV002	1	2	8	2	11	24
3	GP003	3	2	8	1	10	24
4	DM004	10	3	5	0	9	27
5	MP005	4	3	7	1	11	26
6	HB006	6	3	6	1	8	24
7	FP007	10	3	8	0	7	28
8	CB008	10	3	4	2	5	24
9	AP009	10	3	8	0	8	29
10	AR010	9	3	7	2	7	28
11	RA011	8	3	8	2	8	29
12	GR012	10	3	6	1	8	28
13	JP013	7	3	5	0	9	24
14	JL014	9	3	8	2	8	30
15	PT015	9	3	7	1	7	27
	TOTAL	116	43	103	17	125	404
	TOTAL	28,7	10,6	25,5	4,2	30,9	100

Elaborado por: Guerrero (2022)

Las tablas presentadas a continuación demostrarán los resultados obtenidos después de la aplicación de las actividades de psicoestimulación en la memoria de adultos mayores, en donde 33 es la puntuación máxima y 24 la puntuación mínima.

Tabla 13: Resultados del Post Test Mujeres

GÉNERO		ÁREAS DE EVALUACIÓN					
MUJERES		ORIENTACIÓN	FIJACIÓN	CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO	MEMORIA	LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN	TOTAL
		<i>10 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>8 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>11 pts.</i>	<i>33</i>
1	TR001	9	3	8	2	10	32
2	AN002	5	3	8	3	8	27
3	ZA003	5	3	8	2	6	24
4	LA004	5	2	6	3	11	27
5	SS005	6	3	5	2	9	25
6	ED006	5	3	5	2	11	26
7	TR007	8	3	5	3	7	26
8	CR008	9	3	3	2	11	28
9	RL009	10	2	8	3	11	34
10	IV010	6	3	8	2	11	30
11	MV011	4	3	5	2	10	24
12	PL012	10	3	8	3	11	35
13	MM013	8	3	6	2	10	29
14	CM014	10	2	7	3	9	31
15	PV015	9	3	7	3	11	33
TOTAL		109	42	97	37	146	431
TOTAL		28,5	10,2	24,4	8,6	34,6	100

Elaborado por: Guerrero (2022)

Tabla 14: Resultados del Post Test Hombres

GÉNERO		ÁREAS DE EVALUACIÓN				
--------	--	---------------------	--	--	--	--

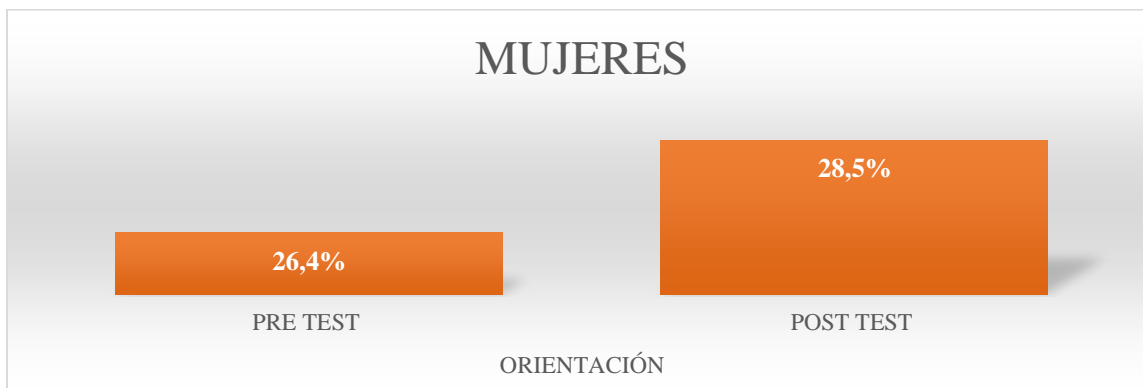
	HOMBRES	ORIENTACIÓN	FIJACIÓN	CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO	MEMORIA	LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN	TOTAL
		<i>10 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>8 pts.</i>	<i>3 pts.</i>	<i>11 pts.</i>	<i>33</i>
1	JM001	10	3	8	2	9	32
2	MV002	1	2	8	2	11	24
3	GP003	3	2	8	2	10	25
4	DM004	10	3	5	0	9	27
5	MP005	4	3	7	1	11	26
6	HB006	6	3	6	2	8	25
7	FP007	10	3	8	0	7	28
8	CB008	10	3	4	2	5	24
9	AP009	10	3	8	2	8	31
10	AR010	9	3	7	2	7	28
11	RA011	8	3	8	3	8	30
12	GR012	10	3	6	1	8	28
13	JP013	7	3	5	2	9	26
14	JL014	9	3	8	3	8	31
15	PT015	9	3	7	1	7	27
	TOTAL	116	43	103	25	125	412
	TOTAL	31,1	10,4	26,5	6,1	31,3	100

Elaborado por: Guerrero (2022)

La memoria tiene que ver con un conjunto de procesos estrictamente relacionados con todas las capacidades que se han evaluado en el Mini Mental Test, por lo tanto, una vez obtenidos los resultados del pre y post test tanto en hombres y mujeres, se presentará a continuación el progreso obtenido después de aplicadas las actividades psicoestimulativas:

ORIENTACIÓN:

Figura 1: Resultados de Orientación Mujeres

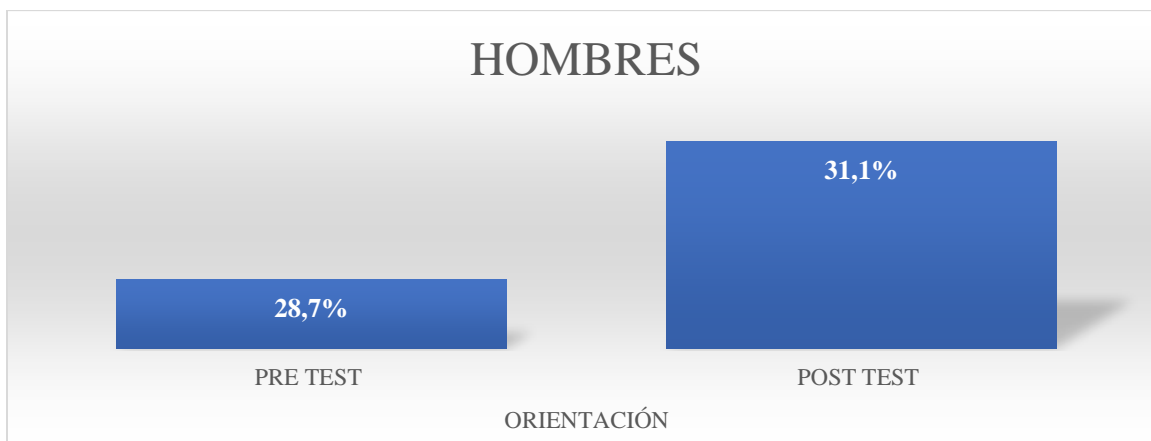


Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de orientación se observa que las mujeres obtuvieron un 26,4 % en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 28,5 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha aumentado en un 2,1 % tomando en cuenta que las actividades de estimulación cognitiva fueron dirigidas a la memoria, esto nos indica que si esta mejora, la orientación también.

Figura 2: Resultados de Orientación Hombres



Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de orientación se observa que los hombres obtuvieron un 28,7 % en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 31,1 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha aumentado en un 2,4 % tomando en cuenta que las actividades de estimulación cognitiva fueron dirigidas a la memoria, esto nos indica que si esta mejora, la orientación también.

FIJACIÓN:

Figura 3: Resultados de Fijación Mujeres

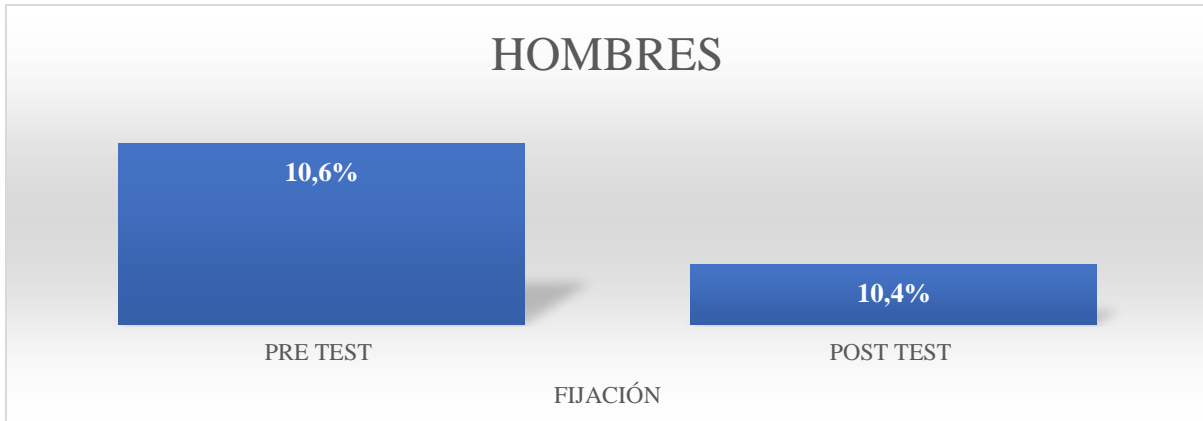


Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de fijación se observa que las mujeres obtuvieron un 10,2 % en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 10,2 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad se ha mantenido en su mismo nivel y no ha existido deterioro.

Figura 4: Resultados de Fijación Hombres



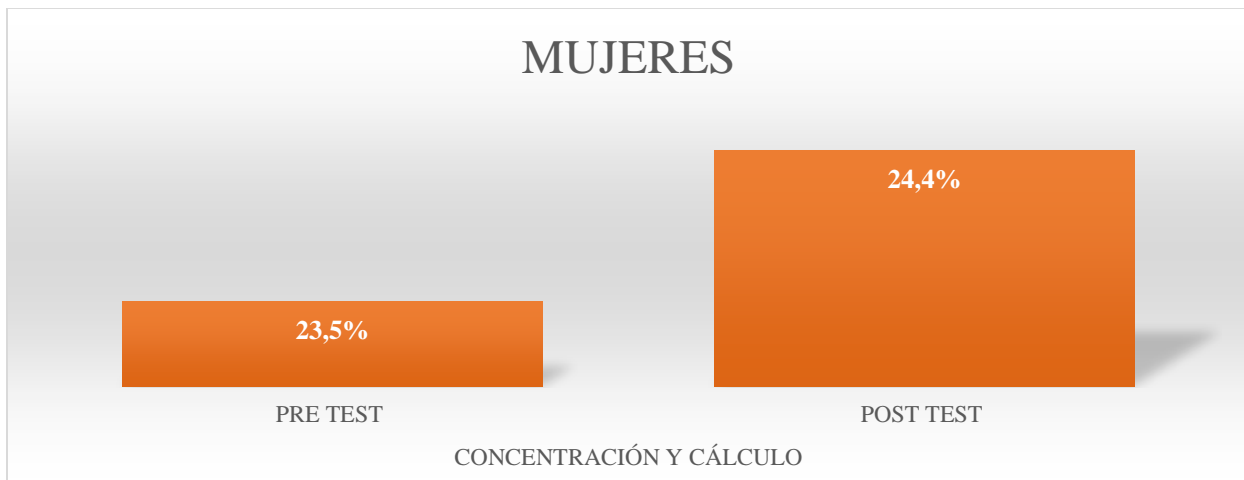
Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de fijación se observa que los hombres obtuvieron un 10,6 % en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 10,4 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un deterioro en un 0,2% y aunque no es significativo esta capacidad muestra un averío diminuto.

CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO:

Figura 5: Resultados de Concentración y Cálculo Mujeres

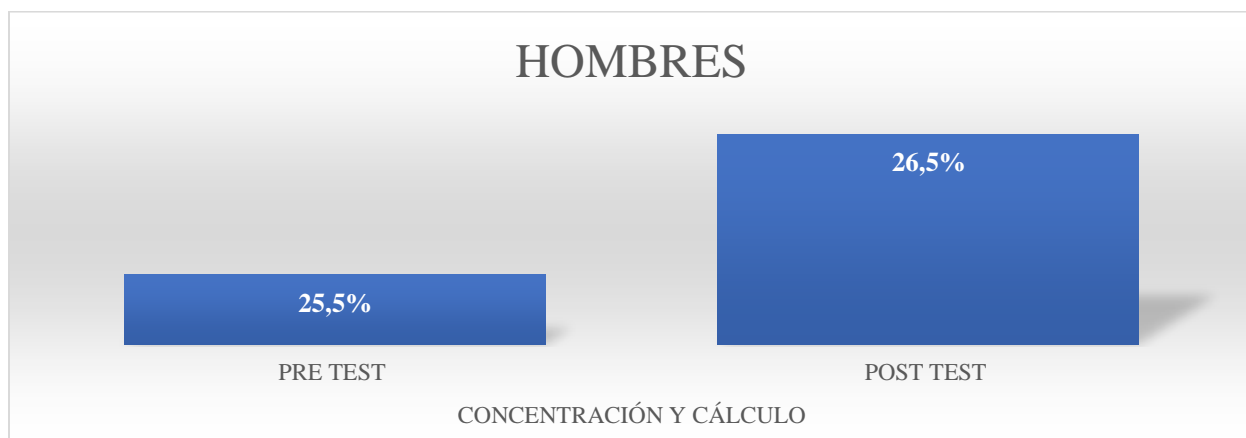


Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de concentración y cálculo se observa que las mujeres obtuvieron un 23,5% en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 24,4%.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un aumento en un 0,9% indicando que si se enfocan actividades solo para esta habrá una mejora significativa.

Figura 6: Resultados de Concentración y Cálculo Hombres



Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de concentración y cálculo se observa que los hombres obtuvieron un 25,5% en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 26,5 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un aumento en un 1% indicando que si se enfocan actividades solo para esta habrá una mejora significativa.

MEMORIA:

Figura 7: Resultados de Memoria Mujeres

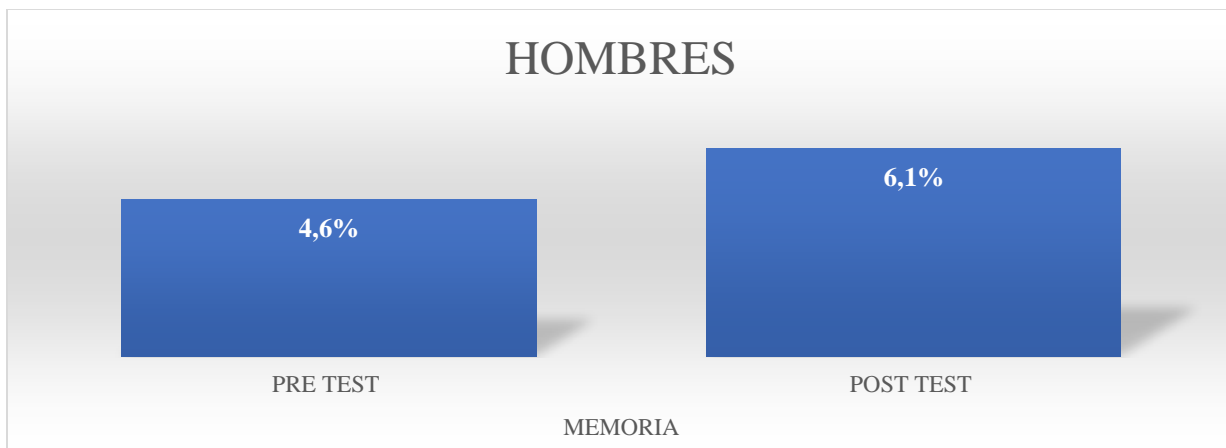


Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de memoria se observa que las mujeres obtuvieron un 4,6% en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 8,6%.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un aumento en un 2% lo que nos indica que la memoria fue rehabilitada de manera exitosa.

Figura 8: Resultados de Memoria Hombres



Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de memoria se observa que los hombres obtuvieron un 4,6% en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 6,1 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un aumento en un 1,5% lo que nos indica que la memoria fue rehabilitada de manera exitosa.

LENGUA Y CONSTRUCCIÓN:

Figura 9: Resultados de Lenguaje y Construcción Mujeres

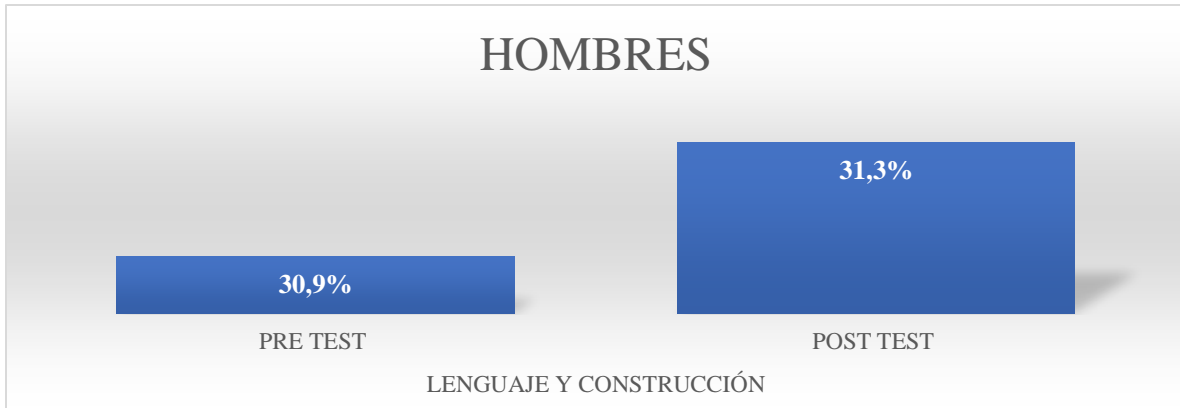


Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de memoria se observa que las mujeres obtuvieron un 35,4% en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 34,6%.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un deterioro en un 0,8% y aunque no es significativo esta capacidad muestra un averío diminuto.

Figura 10: Resultados de Lenguaje y Construcción Hombres



Elaborado por: Guerrero (2022)

Análisis: En el dominio de memoria se observa que los hombres obtuvieron un 4,6% en el pre test, luego de aplicadas las actividades de psicoestimulación se administró por segunda vez el Mini mental test a lo cual obtuvieron un 6,1 %.

Discusión: En la imagen se puede observar que en el pre test había un porcentaje adecuado en cuanto a esta capacidad, sin embargo, luego del mes de aplicación esta capacidad ha mostrado un aumento en un 0,4% lo que nos indica que si se enfocan actividades solo para esta habrá una mejora significativa.

Para determinar si existe correlación o no se procede a realizar la verificación de la hipótesis.

3.2 Verificación de Hipótesis

La comprobación de la hipótesis de esta investigación se realizó por medio de la prueba estadística Chi Cuadrado (X^2).

Planteamiento de Hipótesis

a) Modelo lógico

H₀= La Psicoestimulación NO incide en la memoria de los adultos mayores del Hogar “Sagrado Corazón de Jesús”.

H₁= La Psicoestimulación SI incide en la memoria de los adultos mayores del Hogar “Sagrado Corazón de Jesús”.

b) Modelo Matemático

$$H_0 = O = E$$

$$H_1 = O \neq E$$

c) Modelo Estadístico

$$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Regla de decisión

$$1 - 0.05 = 0.95 \quad \alpha 0.05$$

$$gl = (c - 1) * (f - 1)$$

$$gl = (2 - 1) * (2 - 1)$$

$$gl = 1$$

Al 95% y con 1gl X_c^2 es igual a 3,84

Se acepta la hipótesis nula si, X_c^2 es menor o igual a X_c^2 , caso contrario se rechaza con un α de 0.05.

3.3 Cálculo de prueba de Chi-cuadrado

a. Tabla de contingencia

Tabla 15: Resumen de procesamiento de casos

	Resumen de procesamiento de casos					
	Válido		Casos Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
¿Ha habido mejora? * ¿Cuál es su género?	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Elaborado por: Guerrero (2022)

Tabla 16: Tabla Cruzada de resultados

Tabla cruzada ¿Ha habido mejora? *¿Cuál es su género?

Recuento

		¿Cuál es su género?		Total
		MASCULINO	FEMENINO	
¿Ha habido mejora?	SI	7	13	20
	NO	8	2	10
Total		15	15	30

Elaborado por: Guerrero (2022)

b. Prueba del Chi Cuadrado

Tabla 17: Pruebas del Chi Cuadrado

	Pruebas de chi-cuadrado				
	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	5,400a	1	,020		
Corrección de continuidad	3,750	1	,053		
Razón de verosimilitud	5,683	1	,017		
Prueba exacta de Fisher				,050	,025
Asociación lineal por lineal	5,220	1	,022		
N de casos válidos	30				

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 5,00.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

Elaborado por: Guerrero (2022)

c. Comparación entre el chi calculado y el chi cuadrado de la tabla.

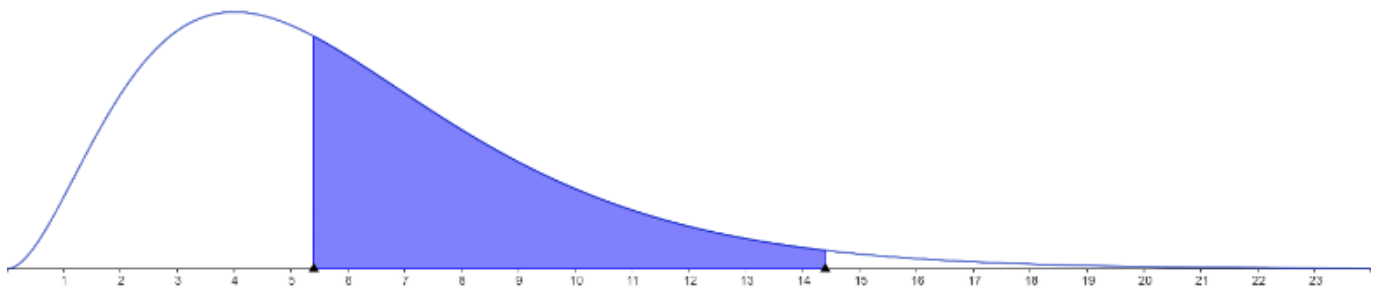
Chi Calculado	Chi de la Tabla
5,40	3,84

Elaborado por: Guerrero (2022)

3.4 Conclusión

Puesto que el Chi calculado es mayor al de la tabla se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa. Concluyendo que “La Psicoestimulación SI incide en la memoria de los adultos mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús”.

Gráfico 9: Campana de Gauss



Elaborado por: Guerrero (2022)

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Se determinó la influencia de la Psicoestimulación en la memoria de adultos mayores por medio de la verificación de nuestra hipótesis que utilizó el método estadístico chi cuadrado para examinar nuestras variables, en donde una vez aplicadas las actividades se determinó un aumento del doble del porcentaje inicial establecido, lo que nos verifica que la estimulación cognitiva mejoró la capacidad rememorativa.
- Se evaluó la memoria de adultos mayores por medio de un pre test para medir los niveles iniciales de memoria y un post test para valorar el incremento de dicha capacidad, en donde el instrumento utilizado fue el MMSE (Mini mental) el cual se encarga de medir el deterioro cognitivo en personas de 65 años en adelante y al mismo deriva aquellos que poseen demencia lo cual fue el principal término de exclusión debido a que la estimulación cognitiva obtuvo mejores resultados gracias a este.
- Se establecieron actividades de Psicoestimulación que fueron administradas durante un mes (exceptuando días sábados y domingos, debido a visitas familiares) para lo cual se utilizó el cuadernillo de memoria Rubio 1 que contiene tareas rehabilitadoras para la capacidad rememorativa, algunas fueron aplicadas de manera individual y otras de manera grupal debido a las diferentes necesidades que tenían nuestros adultos mayores.
- Como propuesta se plantearon 20 técnicas de Psicoestimulación que se pueden aplicar diariamente con el objetivo de mantener, mejorar y rehabilitar la memoria en adultos mayores ya que debido a su edad el deterioro es acelerado y en caso de avanzar se perderán varias funciones relacionadas, por esto al entregar estas actividades se obtendrán mejores niveles en la calidad de vida del adulto mayor y su estabilidad emocional, como ya se ha demostrado en la investigación.
- Finalmente, se identifica la importancia de rehabilitar la memoria ya que esta permite que otras capacidades cognitivas como son la atención, el cálculo, la concentración, el lenguaje y la construcción mejoren o se mantengan sin el riesgo de deteriorarse y modificar el estado del individuo.

- Se concluye que la Psicoestimulación incide en la memoria de manera positiva brindando un mejor estado de salud a quienes lo reciben, de la misma forma es fundamental que los centros encargados del cuidado de adultos mayores puedan implementar estas intervenciones que aseguran el mantener el funcionamiento cognitivo.

5.2. Recomendaciones

- Examinar los resultados por medio de un método estadístico que nos pueda indicar el avance de las funciones cognitivas a lo largo de la aplicación de las actividades.
- Realizar obligatoriamente un pre test y un post test para dar seguimiento al progreso que exista en la intervención y de esta forma observar si se deben o no cambiar las actividades aplicadas según la necesidad que exige el estado del adulto mayor.
- No exponer a pacientes con diagnóstico de demencia a las actividades psicoestimulativas debido a que no se hallará efecto alguno y puede causar alteraciones en los resultados y en el estado cognitivo de dichos pacientes.
- Administrar las actividades planteadas al menos una vez al día durante una hora, en caso de tener disponibilidad de tiempo aplicar dos veces al día de manera diurna y vespertina debido a que mantiene los distintos tipos de atención que se encuentra relacionada directamente con la memoria permitiendo mejor desenvolvimiento en el proceso.
- Mantener las el resto de funciones cognitivas) atención, lenguaje, concentración, fijación y orientación) por medio de actividades dinámicas, ya que van de la mano con la memoria con el fin de obtener buenos resultados y evitar un deterioro más avanzado.
- Dar a conocer este tipo de intervención en adultos mayores con el fin de que se vuelva necesaria en los centros ya que permitirá el buen desempeño y mejora del sujeto.

ACTIVIDADES DE PSICOESTIMULACIÓN PARA LA MEMORIA DE ADULTOS MAYORES

Guía de Actividades

Dirigida a: Adultos Mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús



Investigadora: Mayte Andrea Guerrero Córdova

Ambato - Ecuador

2023

5.1 Datos Informativos

Título de la Propuesta: Guía de Actividades de Psicoestimulación para Adultos Mayores del Hogar de Adultos Mayores “Sagrado Corazón de Jesús”.

Equipo Responsable: Investigadora, Personal encargado del tiempo libre de adultos mayores del centro.

Institución Ejecutora: Hogar de Adultos Mayores “Sagrado Corazón de Jesús”.

Ubicación: Provincia de Tungurahua, Cantón Ambato

5.2 Objetivos

5.2.1 Objetivo General

Diseñar una guía de actividades de Psicoestimulación para mejorar la calidad de vida de Adultos Mayores.

5.2.2 Objetivos Específicos

- Indicar el alcance de las técnicas de estimulación cognitiva para la tercera edad tanto para centros de cuidado como para adultos mayores independientes.
- Establecer técnicas de Psicoestimulación para el fortalecimiento y mantenimiento de la memoria de adultos mayores.
- Brindar seguimiento adecuado a los adultos mayores por medio del Mini mental test una vez aplicada la guía de técnicas con el fin de medir el progreso.

5.3 Justificación

La memoria es una de las capacidades más importantes del ser humano ya que conserva nuestra esencia, todo aquello que somos, pensamos y hemos recorrido, de esta forma hoy en día se ha observado la necesidad de mantener esta capacidad a flote para brindar una vida digna a nuestros adultos mayores como profesionales y familia. De igual manera ellos podrán continuar aprendiendo nuevos temas y habilidades que son fundamentales en toda edad.

Por lo tanto, esta guía de actividades nos brinda la oportunidad de manejar y aprender diversas técnicas de Psicoestimulación con el fin de realizar una intervención adecuada, planificada y

organizada en los procesos cognitivos de la memorización y mantenerlos o rehabilitarlos según la necesidad del individuo que se encuentre en el programa, además los profesionales a cargo de este proceso deben mantener un seguimiento para continuar con la aplicación de las estrategias.

Por medio de esta propuesta nos aseguramos del bienestar de nuestros ancianos ya que en esta edad debido a su condición suelen encontrarse en centros de reposo, lo que durante su estadía suele causar malestar emocional debido al alejamiento familiar que tienen y en muchos otros casos mientras se encuentran en estos lugares ocurre un deterioro cognitivo avanzado por la falta de interacción. Al aplicar estas actividades se asegura que mantendrán un buen estado de ánimo debido a su estructura y además mejorarán esta habilidad necesaria para la vida.

5.4 Desarrollo de la Propuesta

Actividad N°1

Objetivo: Mejorar la memoria relacionada a la información de los conceptos que permiten al ser humano comprender el mundo.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas.

a) Complete las siguientes frases:

El Hermano de mi madre es:

La estatua de la Libertad está en:

La tercera letra del abecedario es:

La navidad se celebra en:

Las vocales son:

La manzana y la pera son:

La capital del Ecuador es:

La oveja y la vaca son:

b) Escriba tantos nombres o elementos como pueda que pertenezcan a cada grupo.

Ropa: Camiseta, vestido

.....

Artículos Escolares: Lápiz, marcador

.....

Colores: Amarillo, violeta

.....

Elementos de la naturaleza: Sol, nubes

.....

Hogar: Cocina, refri

.....

Actividad N°2

Objetivo: Mejorar la memoria relacionada a la información de los conceptos que permiten al ser humano comprender el mundo.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas.

a) Complete las siguientes frases:

El nombre de mi hermano es:

Después de la primavera viene el:

Venus y Tierra son:

El agua del mar está:

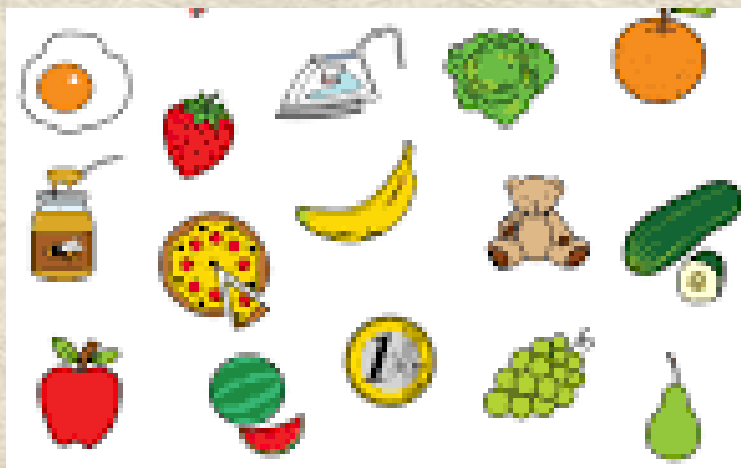
Cuando hay tormentas podemos oír:

El piano y la guitarra son:

El primer día de la semana es:

El último mes del año es:

b) Seleccione las frutas



Actividad N°3

Objetivo: Mejorar la memoria relacionada con sucesos autobiográficos que pueden evocarse de forma explícita.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas.

a) Responda las preguntas:

¿Cuál es su segundo nombre?

.....

¿Cuál es su fecha de cumpleaños?

.....

¿Qué desayunó ayer?

.....

¿Cuál fue la última película que vio?

.....

¿Cuál fue su juego favorito de la niñez?

.....

¿Cuál es su comida favorita?

.....

b) Observe la siguiente imagen y nombre tantos objetos como recuerde:

Actividad N°4

Objetivo: Mejorar la memoria relacionada con sucesos autobiográficos que pueden evocarse de forma explícita.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas.

a) Responda las preguntas:

¿Cuál es el nombre de su Madre?

.....

¿Tiene Hermanos?

.....

¿Cómo se llama su primo?

.....

¿Tuvo alguna vez mascotas?

.....

¿Cuál fue su primer regalo?

.....

¿Cuál es su fecha favorita?

.....

b) Escuche con atención y responda correctamente.

Paco se levantaba todas las mañanas a las 5 e iba al trabajo en bicicleta. Sin embargo, el otro día estaba lloviendo por lo que decidió coger el coche. Todo el mundo debió de pensar lo mismo por lo que había un gran atasco, razón por la cual Paco llegó tarde al trabajo.

¿Cómo solía ir Paco al trabajo?

.....

¿Por qué cambió su forma de ir?

.....

¿Por qué llegó tarde?

.....

Actividad N°5

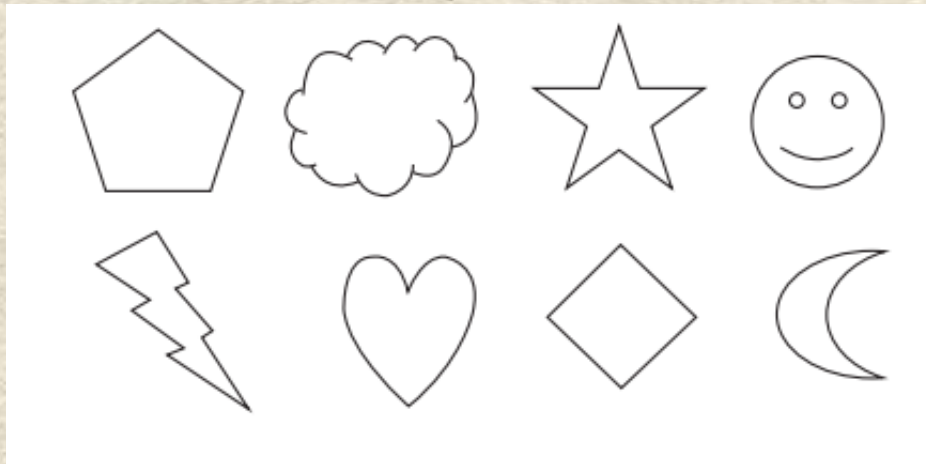
Objetivo: Mejorar la retención de las impresiones de información que nos proporcionan los sentidos después de percibir un estímulo, aunque éste haya desaparecido.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

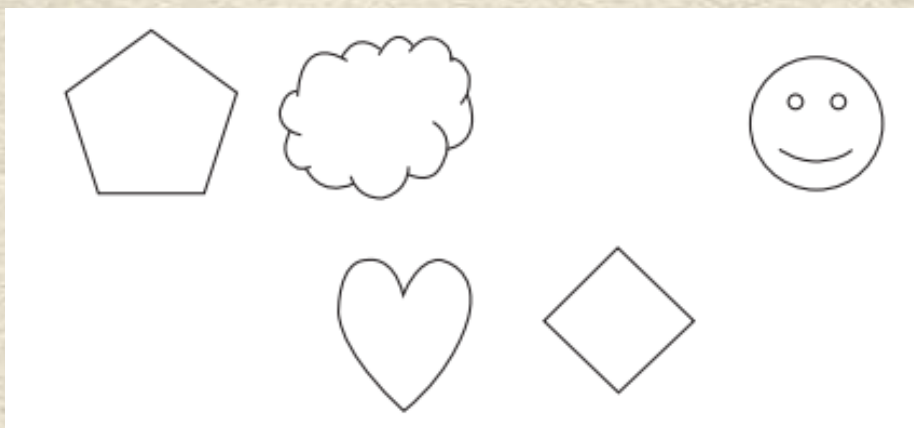
Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder dibujar, nombrará las figuras que faltan.

a) Observe las siguientes figuras por 8 segundos.



b) Ahora, dibuje las figuras que faltan.



c) Observe la siguiente imagen durante 10 segundos.



Ahora cubra la imagen y responda las siguientes preguntas:

¿Qué animal está cerca del lago?

.....

¿Cuántos árboles hay?

.....

¿Cuántos animales hay?

.....

¿Qué animales están detrás del León?

.....

¿Había un ratón en la imagen?

.....

Actividad N°6

Objetivo: Mejorar la retención de las impresiones de información que nos proporcionan los sentidos después de percibir un estímulo, aunque éste haya desaparecido.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder trazar líneas, señalará para unirlos.

- a) Relacione con una línea los alimentos que corresponden a cada sabor.

Café	DULCE
Limón	
Cecina	AMARGO
Mole	
Miel	ÁCIDO
Chile	
Cerveza	
Pastel	SALADO
Piña	
Queso	PICANTE

- b) Tache los objetos que tengan un olor desagradable y encierre en un círculo aquellos que tengan olor agradable.

Basura	Fresas	Perfume	Sudor	Ajo
Vainilla	Jabón	Cebolla	Cloro	Rosas
Excremento	Cigarro	Pescado	Palomitas	Chocolate

Actividad N°7

Objetivo: Mejorar la capacidad para entender y recordar el mundo de forma visual.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder realizar círculos, se escribirán las respuestas señaladas por el individuo.

a) Encierre las letras que se repiten

f	g	u	n	m	h	u	v
r	t	x	s	r	j	k	ñ
q	g	b	d	p	t	ñ	p
x	z	s	r	h	u	x	n
s	a	e	a	u	d	o	i
z	s	d	c	o	p	h	c

b) Encierre los objetos que se repiten



Actividad N°8

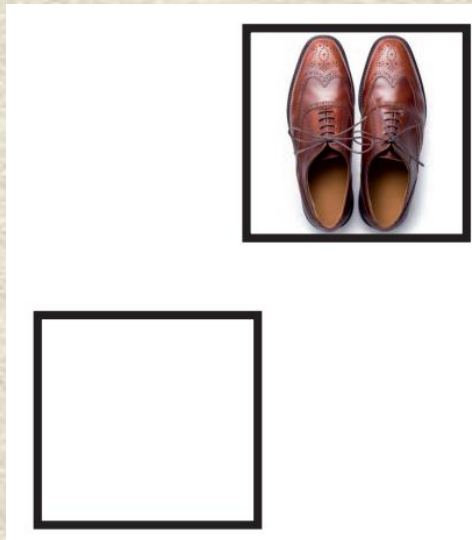
Objetivo: Mejorar la capacidad para entender y recordar el mundo de forma visual.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

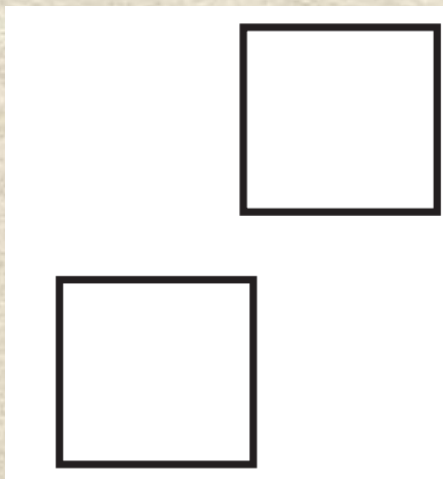
Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder dibujar, señalar y anotar respuesta.

- a) Observe la imagen durante 5 segundos.



- b) Ahora dibuje su ubicación en el recuadro correcto y mencione el nombre del objeto.



Actividad N°9

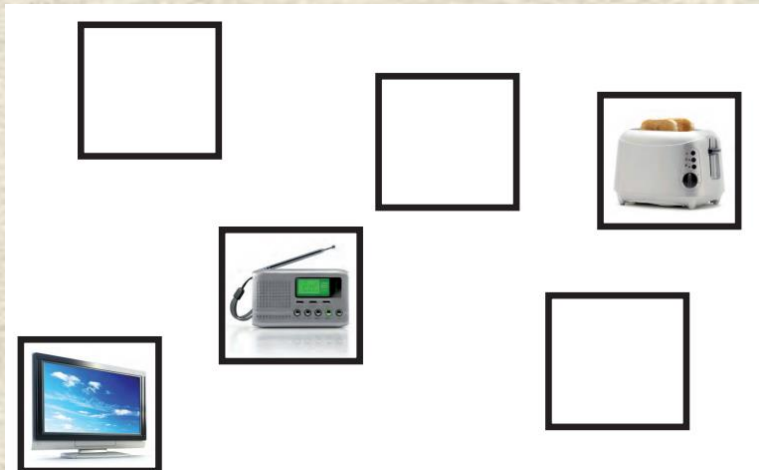
Objetivo: Mejorar la capacidad para entender y recordar el mundo de forma visual.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

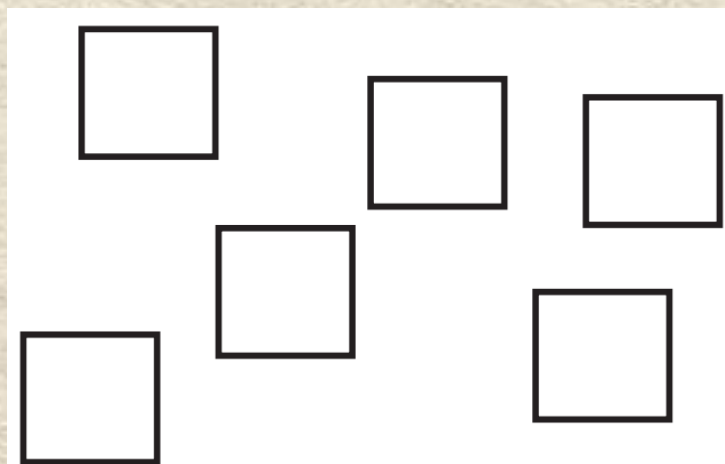
Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder dibujar, señalar y anotar respuesta.

- a) Observe la imagen durante 5 segundos.



- c) Ahora dibuje su ubicación en el recuadro correcto y mencione el nombre del objeto.



Actividad N°10

Objetivo: Mejorar y agilizar la capacidad que nos permite retener información muy brevemente.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas.

- a) Escuche o lea detenidamente y luego recite las palabras en voz alta

Guitarra
Peces
Cactus
Bombilla
Cuadro

Manzana
Gafas
Cabra
Piedra
Carro

Pañuelo
Banco
Plátano
Morado
Radio

Lápiz
Botella
Alfombra
Trapo
Farola

Actividad N°11

Objetivo: Mejorar y agilizar la capacidad que nos permite retener información muy brevemente.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas.

a) Lea las siguientes preguntas y

corbata - cartel - vestido - galleta
vela - botella - pájaro - cabaña
río - gorra - calcetines - ojos
tomate - cinturón - bicicleta

b) Tape las palabras y anote aquellas que recuerde.

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Actividad N°12

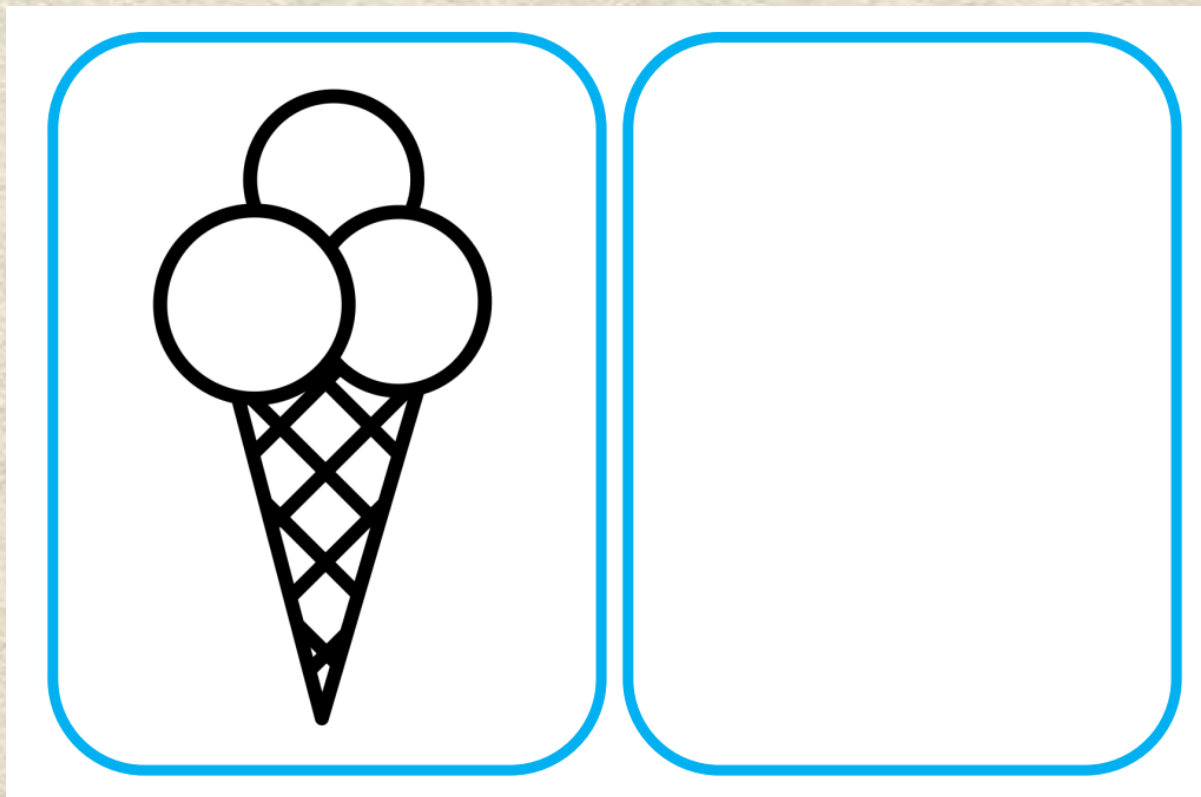
Objetivo: Mantener la capacidad de observar y retener lo indicado periodos de tiempo cortos, que irían entre los siete y los cuarenta segundos.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder dibujar, indicar el espacio en blanco para que el adulto indique la silueta y anotar respuesta.

- a) Replique la siguiente imagen



Actividad N°13

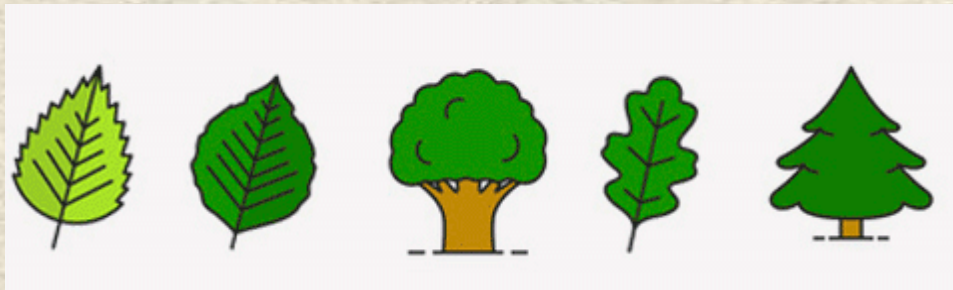
Objetivo: Mantener la capacidad de observar y retener lo indicado periodos de tiempo cortos, que irían entre los siete y los cuarenta segundos.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

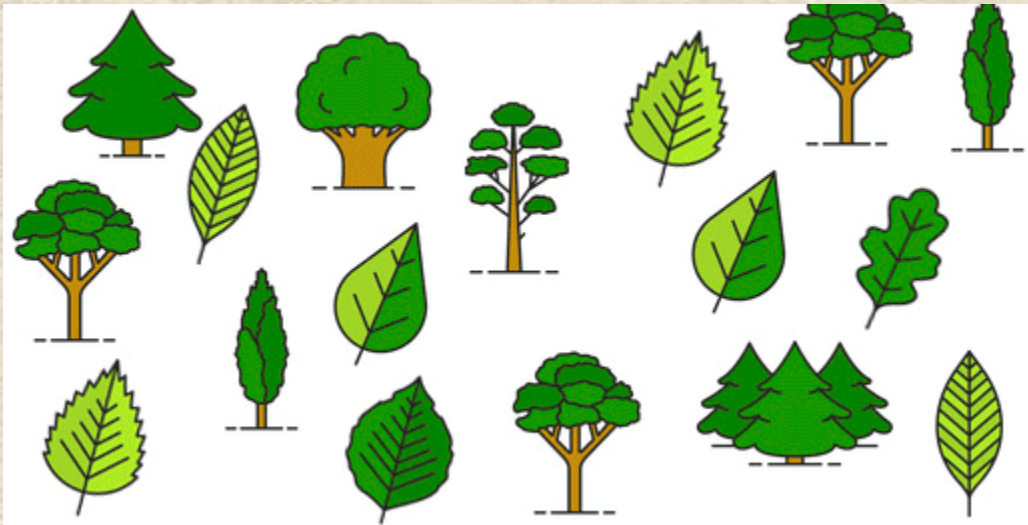
Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder dibujar, indicar el espacio en blanco para que el adulto indique la silueta y anotar respuesta.

- a) Observe los siguientes objetos durante un minuto.



- b) Señale o encierre aquellos objetos que memorizó.



Actividad N°14

Objetivo: Mantener la capacidad de observar y retener lo indicado periodos de tiempo cortos, que irían entre los siete y los cuarenta segundos.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

a) Observe la imagen y responda según corresponda.



¿Qué se ve en la foto?

¿Cuántas personas hay?.....

¿Cómo está el día?.....

¿Cuántas mujeres hay?.....

¿Cuántos hombres hay?

¿Cómo es el paisaje?.....

Actividad N°15

Objetivo: Almacenar el conocimiento que poseemos de hechos y conceptos (conocimientos culturales y del mundo en general), además del significado del vocabulario en general.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

- a) Una con líneas según corresponda el mes y la festividad.

MAYO	NAVIDAD
JUNIO	CARNAVAL
DICIEMBRE	DÍA DE REYES MAGOS
ENERO	DÍA DEL PADRE
FEBRERO	SEMANA SANTA
ABRIL	DÍA DEL NIÑO

- b) Escriba su mes de cumpleaños

.....
.....

- c) Anote su mes favorito y explique por qué

.....
.....

Actividad N°16

Objetivo: Almacenar el conocimiento que poseemos de hechos y conceptos (conocimientos culturales y del mundo en general), además del significado del vocabulario en general.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

a) Escoge una de las 4 palabras para cada frase.

1. Un casco nos sirve para protegernos de

Viento sol golpes sueño

2. Vamos al médico por

Apetencia aprendizaje enfermedad sueño

3. Si nos vamos de vacaciones a la nieve nos tenemos que llevar

Jersey bañador sombrero sombrilla

4. El pan se obtiene de un

Tubérculo Cereal fruta mineral

5. Un alimento es

Garrafa agua sartén vaso

6. El Pacífico es un

Continente mapa mar océano

Actividad N°17

Objetivo: Almacenar el conocimiento que poseemos de hechos y conceptos (conocimientos culturales y del mundo en general), además del significado del vocabulario en general.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

- a) Junta con una línea cada palabra con su correspondiente color

MAR	VERDE
PLÁTANO	NARANJA
CÉSPED	ROJO
ZANAHORIA	AMARILLO
SANGRE	AZUL
LECHE	BLANCO

- b) Tacha con una X la palabra que sobra.

Bronce	Ramificación
Aluminio	Acontecimiento
Hierro	Evento
Cobre	Suceso
Madera	Fenómeno

Actividad N°18

Objetivo: Mejorar la memoria relacionada a la información de los conceptos que permiten al ser humano comprender el mundo.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

a) Responda las siguientes preguntas:

¿Qué desayunaste esta mañana?

.....

¿Qué ropa te pusiste ayer?

.....

¿Con quién has tenido tu última conversación?

.....

¿Qué hiciste el fin de semana?

.....

¿Quién te visitó últimamente?

.....

b) Nombre 3 animales y 3 medios de transporte

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Actividad N°19

Objetivo: Memorizar objetos en diferentes imágenes.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

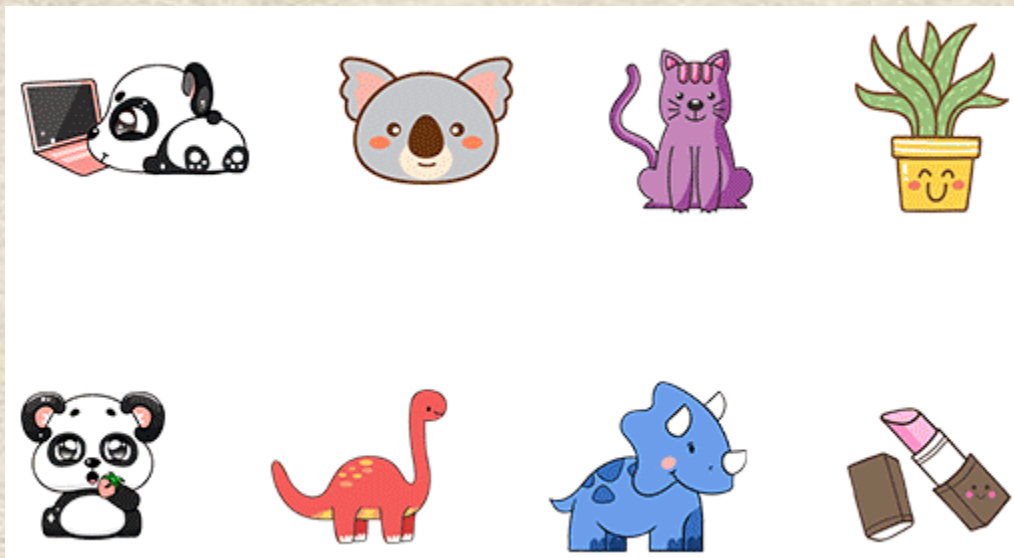
Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

a) Memorice las siguientes parejas.



b) Una vez memorizadas las parejas, unir con flechas en el siguiente recuadro lo aprendido.



Actividad N°20

Objetivo: Memorizar objetos y recordar en su gran mayoría todo lo observado.

Materiales: Ficha Impresa o digital, hoja para respuestas.

Duración: 25 minutos.

Instrucciones: Se puede administrar de manera grupal en caso de que los individuos mantengan la capacidad de escritura, de lo contrario se administrará de manera individual anotando las respuestas obtenidas. En caso de no poder escribir, se tomarán nota de las respuestas obtenidas.

- a) Observe cada línea y luego nombre en voz alta las figuras observadas.



MATERIALES DE REFERENCIA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIBLIOGRAFÍA:

- Burillo, M., Salvador, S., García, M., Romance, M., Labar, R., Calvera, L., Soler, C., Cordero, G., Quijada, L., & Mota, M. (2020). Eficacia de un programa de psicoestimulación integral en pacientes con diagnóstico de enfermedad de Alzheimer. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 8(2), 123–132. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v8i2.137>
- Estévez Díaz, V. (2021). La Estimulación Cognitiva en los Centros de Mayores de la Comarca Noroeste de Tenerife.
- López, C., Sánchez, J. L., & Martín, J. (2020). Análisis exploratorio de la influencia de la reserva cognitiva sobre el beneficio de la terapia de estimulación cognitiva en pacientes con enfermedad de Alzheimer esporádica de inicio tardío. *Revista de neurología*, 70(8), 271-281.
- Muñoz González, D. A. (2018). La estimulación cognitiva como estrategia para la atención psicogerontológica a los adultos mayores con demencia. *Revista Cubana de Salud Pública*, 44, e1077.
- Suárez Cid, L., & Gross Tur, R. (2019). Estimulación cognitiva y apoyo familiar hacia adulto mayor con deterioro cognitivo. *Revista información científica*, 98(1), 88-97.
- Villavicencio, M. E. F., Díaz, M. R., Pérez, G. J. G., Bañuelos, J. R. R., & Barbosae, M. A. V. (2020). Declive cognitivo de atención y memoria en adultos mayores sanos. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 14(1).
- Díaz Abrahan, V. M., & Justel, N. (2019). Uso de la música para modular la memoria: Una revisión sistemática.
- Llanga Vargas, E. F., Logacho, G., & Molina, L. (2019). La memoria y su importancia en los procesos cognitivos en el estudiante. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (agosto).

- Ávila, M. H., González, C. L., Barrientos, J. R., Rojas, D. B., & Sobarzo, D. (2021). Efecto del ejercicio físico en la memoria en adultos mayores con diagnóstico de un trastorno neurocognitivo: una revisión sistemática. *Revista Horizonte Ciencias de la Actividad Física*, 12(1), 50-69.
- Gonzalez Aguilar, M. J., Rubio, M., & Grasso, L. (2018). Evaluación del potencial de aprendizaje en adultos mayores: influencia de la mediación en una prueba de memoria. *Ciencias Psicológicas*, 12(2), 215-222.
- Acosta Peláez, F., Fonseca Hernández, L. C., García Bejarano, P. A., Gil Luengas, M., & Lozano González, S. L. (2019). Percepción de las actividades de psicoestimulación cognitiva de adultos mayores de un hogar gerontológico de la ciudad de Bogotá DC.
- López-Mariscal, J. (2018). Diseño de un Programa de Psicoestimulación Integral Asistida por Perros en Personas Mayores con Alzheimer.
- Moya Herce María (2022). Uso de Nuevas Tecnologías de Entrenamiento para deterioro cognitivo.
- Toscano Gonzalez, A. L. (2019). Practica IV: La psicoestimulación como agente favorecedor en las habilidades de procesamiento de las personas mayores femeninas del ASILO HOGAR NAZARETH relacionado con el desempeño en las actividades básicas de la vida diaria.
- Martos M., García M. (2020). Apoyo a las gestiones cotidianas de las personas dependientes SSCS0108 - Atención sociosanitaria a personas dependientes en el domicilio. IC Editorial. <https://acortar.link/UES26o>
- Moreno García V., Gallardo I. (2021). Mantenimiento y mejora de Actividades diarias de personas dependientes en instituciones. SSCS0208. IC Editorial. <https://acortar.link/grGxUb>
- Cruz, S. G. R., Parga, M. L. B., Ruiz, J. E. C., Cifuentes, A. T. C., Corredor, M. F., Cárdenas, J. M., ... & Orjuela, M. F. Z. (2020). Alcances y limitaciones de Programas de Entrenamiento Cognitivo Computarizado Dirigidos al Trastorno por déficit de atención con hiperactividad. *Enfoques*, 3(1), 91-105.
- Toribio-Guzmán, J. M., Parra Vidales, E., Viñas Rodríguez, M., Bueno Aguado, Y., Cid Bartolomé, M., & Franco Martín, M. Á. (2018). Rehabilitación cognitiva por ordenador en personas mayores: Programa Grador.

- Dorado Ramírez, C. A., & Castaño Correa, D. (2018). Efectividad de los programas computarizados en rehabilitación cognitiva de pacientes con esquizofrenia. *Pensamiento Psicológico, 16*(2), 73-86.
- Justo-Henriques, S. I., Marques-Castro, A. E., Otero, P., Vázquez, F. L., & Torres, Á. J. (2019). Programa de estimulación cognitiva individual de larga duración para personas con trastorno neurocognitivo leve: estudio piloto. *Rev Neurol, 68*, 281-9.
- Vanegas Isaza, C. A. (2018). Prevención del deterioro cognitivo en adultos mayores. Estudio documental 2011-2016.
- García, L. M. (2019). *Una propuesta de Neuroeducación: No hay un cerebro igual que otro*. Lulu.com.
- Enriquez Canto, Y. (2018). Estatus personal en la discapacidad intelectual: considerando las capacidades cognitivas. *Revista Latinoamericana de Bioética, 18*(2), 226-241.
- Antonio Callex, I. M. (2021). Proyecto psicopedagógico de estimulación cognitiva para estudiantes de segundo de primaria de la Unidad Educativa Eufronio Viscarra.
- Duque, P. A., Ramirez, D. H., & Trujillo, O. M. H. (2022). Efectividad de un programa de estimulación cognitivas en la prevención del deterioro mental en los adultos mayores: estimulación cognitiva en adultos mayores. *Archivos de Medicina (Manizales), 22*(1).
- Romo-Galindo, D. A., & Padilla-Moya, E. (2018). Utilidad de los test cognoscitivos breves para detectar la demencia en población mexicana. *Archivos de Neurociencias, 23*(4), 26-34.
- Causse, M. B., & Mias, C. D. (2021). Pruebas neuropsicológicas infantiles de atención y funciones ejecutivas: normas regionales del alto valle (Río Negro y Neuquén) de Argentina. *Revista Argentina de Neuropsicología, 39*, 15-26.
- Mena Muñoz, A. W. (2018). *Deterioro cognitivo y su relación con la esquizofrenia, medido por SCIP-S* (Doctoral dissertation, Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas. Escuela de Graduados).

- Torres, D. H., & Téllez, M. G. Y. (2020). Conducta adaptativa y funcionamiento ejecutivo en niños con trastorno por déficit de atención con hiperactividad. *Neuropsicología Latinoamericana*, 12(3).
- Sanjuán, M., Calero, M. D., Abarca, S., & Navarro, E. (2018). Evaluation of the effects a caregiver training programme has on the cognitive and functional maintenance of the elderly/Valoración de los efectos de un programa de formación de cuidadores sobre el mantenimiento cognitivo y funcional de ancianos. *Estudios de Psicología*, 39(2-3), 437-464.
- Gómez, F. A., Pérez, F. B. D., Ortiz, B. L. Q., Vera, T. S., Herrera, J. C., & Díazq, G. G. (2022). Memoria: Revisión conceptual. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, 9(17), 45-52.
- Echeburúa, E., & Amor, P. J. (2019). Memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptables. *Terapia psicológica*, 37(1), 71-80.
- Llanga Vargas, E. F., Logacho, G., & Molina, L. (2019). La memoria y su importancia en los procesos cognitivos en el estudiante. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (agosto).
- Vargas, E., Logacho, G., & Molina, L. (2019). La memoria y su importancia en los procesos cognitivos en el estudiante. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 110.
- Vera, B. G. (2020, December). Efecto de la exposición a un ambiente enriquecido sobre la fortaleza de una memoria aversiva y la plasticidad sináptica neocortical. In *XIV CONGRESO DE POSGRADO EN PSICOLOGÍA/ UNAM/ 2020*.
- Rodriguez, F. D. A. A. (2022). Regiones de la vida: núcleos de la base y sistema límbico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 3367-3382.
- Stephano, J. L. Q. (2020). Bases biológicas de la memoria en el aprendizaje. *Investigación y Práctica en Psicología del Desarrollo*, 6, 93-103.
- Obregón Guzmán, G. F. (2021). La memoria.

- Beardsley, M., & Ruiz-Mejías, M. (2020). Tipos de memoria. *Conceptos de la Ciencia del Aprendizaje para Docentes (proyecto Illuminated)*.
- Rosales, A. D. J. G., Mendez, A. A. M., & Cuenca, L. T. R. (2021). Memoria de trabajo y control inhibitorio en beisbolistas universitarios. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (42), 939-946.
- Pérez, M. Á., Mejías, M. L., & Pérez, J. L. O. (2020). La estimulación de la memoria en los escolares del primer momento del desarrollo de la Educación Primaria/The stimulation of the memory in scholars of the first moment of the development of the primary education. *Transformación*, 16(1), 123-136.
- Martínez, M. N., Navascues, L. J., Manzanares, M. C. G., de Perosanz Calleja, M., & Tobar, E. B. (2018). Los enfermos de Alzheimer y sus cuidadores: intervenciones de enfermería. *Gerokomos: Revista de la Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica*, 29(2), 79-82.
- Vilageliu Jordà, E., Enseñat Cantallops, A., & García Molina, A. (2021). Intervención no farmacológica en la amnesia postraumática, una revisión sistemática. *Revista de Neurología*, 73(7), 223-232.
- Ginel-Picardo, L. (2018). Hipermnesia.
- Paladino, M. V. (2022). Estimulación de la memoria en adultos mayores.
- Barboza-Solís, C., Araya-Jiménez, M. J., Stradi-Granados, S., Barahona-Cubillo, J., García-Aguirre, K., & Carranza-Chacón, C. (2021). Determinantes de la calidad de vida relacionada con la salud oral en adultos mayores de un centro diurno costarricense: Resultados de un estudio piloto. *Odovtos-International Journal of Dental Sciences*, 23(1), 126-139.
- Paris, Ricardo y Raymond (2019) Desarrollo y crecimiento en la niñez. Teoría del procesamiento de la información; memoria, codificación y almacenamiento. Editorial Canyons.
- González Martín, E., Mendizábal de la Cruz, M. D. L. N., Jimeno Bulnes, N., & Sánchez Gil, C. (2019). Manifestaciones lingüísticas en personas mayores: el papel de la intervención

- logopédica en el envejecimiento sano y patológico. *Revista de Investigación en Logopedia*, 9(1), 29-50.
- Cruz, T., García, L., Álvarez, M. A., & Manzanero, A. L. (2019). Calidad del sueño y déficit de memoria en el envejecimiento sano. *Neurología*.
- Jiménez-Morales, X. (2020). Cambio demográfico: la actividad física como factor de protección para un envejecimiento saludable. *Revista Hispanoamericana de Ciencias de la Salud*, 6(2), 69-74.
- Ortega, A. O. (2018). Enfoques de investigación. *Métodos para el diseño urbano—Arquitectónico*.
- Castro, Ú. A. V. (2022). Formación integral de los estudiantes de la carrera de administración y negocios internacionales. Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores.
- Talavera, J. O., Roy-García, I., Palacios-Cruz, L., Rivas-Ruiz, R., Hoyo, I., & Pérez-Rodríguez, M. (2019). De vuelta a la clínica. Métodos I. Diseños de investigación. Mayor calidad de información, mayor certeza a la respuesta. *Gaceta médica de México*, 155(4), 399-405.
- Berdasco, D. P., Díaz, C. P., & Guzmán, J. F. (2021). Administración estratégica del service-dominant logic en el neurodiseño de un servicio de gestión y cartas virtuales de restaurantes. *Revista Estrategia Organizacional*, 10(1).
- Zavala, L. A., & Torres, D. A. (2020). Estudio descriptivo sobre el uso de la tecnología educativa en el nivel de primaria para acceder a la sociedad del conocimiento. *Revista Electrónica de Investigación e Innovación Educativa-REIIE*, 5(1), 64-78.
- Arias González, J. L. (2020). Proyecto de tesis: guía para la elaboración.
- Avila, H. F., González, M. M., & Licea, S. M. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica? *Didasc@ lia: didáctica y educación*, 11(3), 62-79.
- Muñiz, J., & Fonseca-Pedrero, E. (2019). Diez pasos para la construcción de un test. *Psicothema*, 31(1).

Alban, G. P. G., Arguello, A. E. V., & Molina, N. E. C. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173.

Álvarez-Risco, A. (2020). Clasificación de las investigaciones.

ANEXOS:

Anexo A. Carta de compromiso

CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 20/09/2022

Dr. Marcelo Núñez
Presidente
Unidad de Integración Curricular
Carrera de Psicopedagogía
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Sor Gloria Murillo Chávez, en mi calidad de Administradora del Hogar Sagrado Corazón de Jesús, me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Integración Curricular bajo el Tema: " La Psicoestimulación en la memoria de Adultos Mayores del Hogar Sagrado Corazón de Jesús " propuesto por el/la estudiante Mayte Andrea Guerrero Córdova, portador/a de la Cédula de Ciudadanía 1850285956, estudiante de la Carrera de Psicopedagogía, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la Institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente.


CONGREGACIÓN
MADRES DE SANTA DOROTEYA
Hogar de Ancianos SCJ
Adm. Mg. Sor Gloria Murillo

Sor Gloria Murillo Chávez
Administradora del Hogar Sagrado Corazón de Jesús



Cédula de Ciudadanía: 0911859635
No teléfono convencional: 032843536
No teléfono celular: 0997956117
Correo electrónico: gloazu98@gmail.com

MINI EXAMEN COGNOSCITIVO (MEC)

Paciente..... Edad.....

Ocupación..... Escolaridad.....

Examinado por..... Fecha.....

ORIENTACIÓN

- Dígame el día..... fecha Mes..... Estación..... Año..... **___5**
- Dígame el hospital (o lugar)..... **___5**
planta..... ciudad..... Provincia..... Nación.....

FIJACIÓN

- Repita estas tres palabras ; peseta, caballo, manzana (hasta que se las aprenda) **___3**

CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO

- Si tiene 30 ptas. y me dando de tres en tres ¿cuantas le van quedando ? **___5**
- Repita estos tres números : 5,9,2 (hasta que los aprenda) .Ahora hacia atrás **___3**

MEMORIA

- ¿Recuerda las tres palabras de antes ? **___3**

LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN

- Mostrar un bolígrafo. ¿Qué es esto ?, repetirlo con un reloj **___2**
- Repita esta frase : En un trigal había cinco perros **___1**
- Una manzana y una pera ,son frutas ¿verdad ?
¿qué son el rojo y el verde ? **___2**
- ¿Que son un perro y un gato ? **___3**
- Coja este papel con la mano derecha dóblelo y póngalo encima de la mesa **___1**
- Lea esto y haga lo que dice : CIERRE LOS OJOS **___1**
- Escriba una frase **___1**
- Copie este dibujo **___1**



Puntuación máxima 35.
Punto de corte Adulto no geriátricos 24
Adulto geriátrico 20

APLICACIÓN DEL TEST

Orientación:

Seguir las indicaciones del test (un punto cada respuesta correcta).

Fijación:

Repetir claramente cada palabra en un segundo. Se le dan tantos puntos como palabras repite correctamente al primer intento. Hacer hincapié en que lo recuerde ya que más tarde se le preguntará.

Concentración:

Si no entiende o se resiste, se le puede animar un poco, como máximo reformular la pregunta como sigue: “ *si tiene 30 euros y me da 3 ¿Cuántos euros le quedan? y a continuación siga dándome de 3 en 3 (sin repetir la cifra que él dé). Un punto por cada substracción correcta, exclusivamente. Por ejemplo 30 menos 3 = 28 (0 puntos); si la siguiente substracción es de 25, ésta es correcta (1 punto). Repetir los dígitos lentamente: 1 segundo cada uno hasta que los aprenda. Después pedirle que los repita en orden inverso y se le da un punto por cada dígito que coloque en oposición inversa correcta.*

Por ejemplo, 592 (lo correcto es 295); si dice 925 le corresponde 1 punto.

Memoria:

Seguir las instrucciones del test, dando amplio margen de tiempo para que pueda recordar, pero sin ayudarle (un punto por cada palabra recordada)

Lenguaje y construcción:

Seguir las instrucciones puntualizando que:

- Leerle la frase despacio y correctamente articulada. Para concederle 1 punto tiene que ser repetida a la primera y correctamente articulada, un fallo en una letra es 0 puntos.
- Semejanzas; para darle un punto en verde-rojo tiene que responder inexcusablemente “colores”. Para la semejanza perro-gato la contestación correcta exclusiva es animales o animales de “x” características o bichos.
- En la ordenes verbales, si coge el papel con la mano izquierda es un fallo en ese apartado. Si lo dobla más de dos veces otro fallo. Dependiendo de la posición del paciente se podrá modificar la orden de poner el papel en la mesa o en el suelo. Cada una de las partes de la orden ejecutada correctamente es un punto, hasta un máximo de 3.
- Para los test de la lectura y escritura, pedir al paciente que se coloque sus gafas, si las usa, y si es preciso escribir la orden y los pentágonos en trazos grandes en la parte posterior del papel , para que los vea perfectamente. Se le concede un punto si, independientemente de lo lea en voz alta, cierra los ojos sin que se le insista verbalmente. Recalcar antes, dos veces como máximo que lea y haga lo que pone en el papel.
- Para escribir una frase instruirle que no sea su nombre. Si es necesario puede usarse un ejemplo, pero insistiendo que tiene que escribir algo distinto. Se requiere sujeto, verbo y complemento para dar un punto (las frases impersonales sin sujeto)
- Figuras: la ejecución correcta (1 punto) requiere que cada pentágono tenga exactamente 5 lados y 5 ángulos y tienen que estar entrelazados entre sí con dos puntos de contacto.

Mini-Examen Cognoscitivo. Versión española del Mini-Mental Status Examination de Folstein et al (1975). Validado por Lobo et al (1979-94)

Publicación más representativa : un sencillo, práctico, para detectar alteraciones intelectuales en paciente médicos. Actas Luso-Españolas de Neurología, psiquiatría y ciencias afines vol 3, 189-202, 1979

Link del Cuadernillo Rubio 1: [Rubio Memoria 1.pdf · versión 1 \(1\).pdf](#)

Anexo C. Evidencias

