



Facultad de Psicología y Ciencias Sociales

Autoridades de la Universidad

Rector Emérito: Dr. Roberto Kertész

Rector Mgter: Néstor H. Blanco

Vice Rectora Académica: Arq. Ruth Fische

Decana Facultad de Psicología y Ciencias Sociales: Lic. Beatriz Labrit

Tutor temático: Lic. Melisa Denise Zilberman

Asesor metodológico: Lic. Sergio Vicente Yopez Santiago

Nombre y apellido de la autora: Fernández, Rosa Mabel

Nº de legajo: 26021

**Estimulación cognitiva del adulto mayor en un hogar de ancianos
ubicado en Mercedes, Provincia de Corrientes. Una mirada desde la
psicopedagogía.**

Agradecimientos

Antes de finalizar, me es necesario agradecer a todos aquellos que fueron parte de la realización de esta tesis. En primer lugar, a mi familia, por ser una parte fundamental de mi elección de carrera, y una fuente de inspiración constante del tipo de profesional que deseo ser el día de mañana.

En segundo lugar, a mis hijos, por su acompañamiento y apoyo incondicional, por sus palabras de aliento en los momentos difíciles, por el humor que me ayuda a sobrellevar los desafíos, y por la paciencia ante las largas noches de estudio y esfuerzo durante estos años.

Y por último, a los profesores que conocí en este camino, cuya docencia y vocación fueron una parte crucial de mi tránsito por la universidad, reafirmando en cada paso mi elección por la psicopedagogía. Me llevo no solo los conocimientos brindados sino la calidez y pasión que aportaron a la transmisión.

Resumen

La estimulación cognitiva es una terapia cuyo objetivo es la restauración de las habilidades cognitivas, la lentificación de la progresión del deterioro y la estabilización del estado funcional del sujeto, para preservar su autonomía y funcionalidad cotidiana en el mayor grado posible. Este trabajo tuvo como objetivo indagar acerca de las estrategias de estimulación cognitiva utilizadas en un hogar de ancianos de la localidad de Mercedes, y el rol de la psicopedagogía en esta tarea. Se realizó un estudio de tipo cualitativo basado en la Teoría Fundamentada, con entrevistas semiestructuradas, y la muestra estuvo compuesta por 2 profesionales psicopedagogas y 6 adultos mayores que asisten a talleres de estimulación cognitiva en dicho hogar. Como resultado, se registraron mejorías a nivel cognitivo, anímico, motivacional y social. Por lo tanto, como conclusión se obtuvo que la participación en estos talleres genera efectos beneficiosos en los adultos mayores, tanto en sus funciones cognitivas como la memoria y la atención, como en la esfera socioafectiva, produciendo un impacto positivo en su estado de ánimo, bienestar y calidad de vida; y que el psicopedagogo resulta un profesional idóneo para diseñar y coordinar esta tarea.

Palabras clave: adulto mayor - deterioro cognitivo - estimulación cognitiva - hogar de ancianos - calidad de vida - psicopedagogía.

Abstract

Cognitive stimulation is a therapy whose objective is the restoration of cognitive abilities, the slowing down of the progression of deterioration and the stabilization of the functional state of the subject, to preserve their autonomy and daily functionality to the greatest degree possible. The objective of this work was to inquire about the cognitive stimulation strategies used in a nursing home in the town of Mercedes, and the role of psychopedagogy in this task. A qualitative study was carried out based on Grounded Theory, with semi-structured interviews, and the sample consisted of 2 psycho-pedagogical professionals and 6 older adults who attend cognitive stimulation workshops in said home. As a result, improvements were recorded at the cognitive, emotional, motivational and social levels. Therefore, as a conclusion, it was obtained that participation in these workshops generates beneficial effects in older adults, both in their cognitive functions such as memory and attention, as well as in the socio-affective sphere, producing a positive impact on their mood, well-being and quality of life; and that the psychopedagogue is an ideal professional to design and coordinate this task.

Key words: older adult - cognitive impairment - cognitive stimulation - nursing home - quality of life - psychopedagogy.

Índice

Introducción	6
1. Marco teórico	9
Envejecimiento normal del adulto mayor	9
Estimulación cognitiva del adulto mayor	13
Mirada de la psicopedagogía sobre la estimulación cognitiva del adulto mayor	15
2. Antecedentes	21
3. Planteo del problema	27
4. Objetivos	30
Objetivo general	30
5. Metodología	31
Diseño	31
Participantes	31
Técnicas de recolección de datos	32
Procedimiento	32
6. Resultados	34
7. Discusión	40
8. Conclusiones	48
Referencias	52
Anexos	58

Introducción

El envejecimiento es definido por la OMS como un proceso físico que inicia en la concepción y provoca modificaciones a lo largo de la vida; produciendo una dificultad en la adaptabilidad del organismo al medio. Es innegable que el envejecimiento se correlaciona con alteraciones en la capacidad cognitiva, biológica, psicológica y social. A su vez, debido a cambios en la pirámide poblacional, se estima que en un lapso de tiempo muy cercano una gran parte de la población mundial alcanzará la etapa de adulto mayor: para el 2030 se proyecta que los mayores de 80 años representarán el 30% de la población en los países desarrollados y el 12 % en los países en vías de desarrollo (Alonso et al, 2007).

Los cambios propios del proceso de envejecimiento producen diversas alteraciones en los adultos mayores, que afectan directamente a la autonomía personal del individuo. Algunos cambios son propios de la edad y otros son producidos por algún tipo de patología. Ambos inciden en las áreas funcional, cognitiva, afectiva y social, socavando el desarrollo de sus actividades cotidianas. Asimismo, se vuelve peor su concepción de la calidad de vida. En los ancianos, la habilidad de manejar con éxito problemas instrumentales de su entorno se relaciona de manera directa con la capacidad de continuar independientes. Podemos considerar el nivel funcional de una persona como la capacidad que posee para llevar a cabo las acciones de la vida cotidiana de manera independiente (Fernández Rodríguez et al, 2018).

A nivel cerebral, los resultados de algunos estudios empíricos demuestran que en el envejecimiento normal existe una alteración de la corteza prefrontal. Este descubrimiento se infiere gracias a los resultados de los estudios imagenológicos, que evidencian que hay en la tercera edad una relación entre el empeoramiento del procesamiento de la información contextual y la activación anómala de la corteza prefrontal. El deterioro cognitivo asociado al envejecimiento se vincula con la desmejora del sistema de proyección dopaminérgica a la corteza prefrontal, lo cual incluye la representación, mantenimiento y evocación de la información contextual. Por otra parte, el

envejecimiento incluye síntomas característicos de las lesiones prefrontales, tales como perseveración, impulsividad y juicio pobre, como así también una dificultad en la recuperación del ordenamiento temporal de los recuerdos (Mejía-Arango et al., 2007).

Como ya fue mencionado, el crecimiento de la población anciana marca la necesidad de afrontar esta cuestión desde el punto de vista social, económico y político, así como desde el sistema de salud, haciendo un mayor énfasis en la prevención de patologías propias del adulto mayor, y del manejo inicial del concepto de anciano sano. Este último es entendido como aquel que conserva autonomía en la vida diaria, con cierto grado de bienestar y participación social, no padece enfermedades crónicas y alteración funcional nula o leve (Benavides-Caro, 2017). De este modo, la identificación temprana y prevención de las alteraciones cognitivas resulta crucial para la calidad de vida del individuo.

Dada la relevancia de la problemática expuesta, resta establecer cuál es el posible aporte de la psicopedagogía en este aspecto. La población a la cual atiende la psicopedagogía no solo abarca niños y adolescentes (aunque estos sean los consultantes más frecuentes), sino también adultos mayores. Es habitual que en la tercera edad se genere un declive en sus funciones cognitivas, afectando la capacidad de retener, aprender y comprender información. Las alteraciones de la memoria son las más usuales, tanto en el envejecimiento esperable como en el que implica patología. La disfunción mnésica altera significativamente el desempeño social o laboral, ya que resulta esencial para todos los aspectos de la vida diaria (Allegri, 1994).

Dentro de los talleres de memoria se encuentran personas que sufren sus primeros problemas respecto a las funciones cognitivas. Así, la estimulación cognitiva es entendida como un cúmulo de estímulos creados por la neuropsicología terapéutica, con la finalidad de llevar a cabo una ejercitación para optimizar las funciones cognoscitivas preservadas, conservando la independencia funcional del paciente durante un período lo más extenso posible. Así, tiene sus bases en la planificación desde una perspectiva psicopedagógica de actividades y tareas que tienen un fin asociado a la activación y conservación

de las capacidades mentales, considerando las capacidades cognitivas residuales para posibilitar una reorganización funcional de cada adulto mayor.

Luego de lo expuesto, el presente trabajo tuvo como propósito investigar sobre los efectos de la *estimulación cognitiva del adulto mayor* en un hogar de ancianos ubicado en Mercedes, Provincia de Corrientes, haciendo hincapié en el *rol del psicopedagogo*. Este estudio, desde un diseño cualitativo basado en la Teoría Fundamentada, reunió los relatos de 2 profesionales psicopedagogas que ofrecen talleres en el Hogar "Florencia Nightingale", y 6 adultos mayores que asisten a estos talleres de estimulación cognitiva, a quienes se realizaron entrevistas semiestructuradas. Se buscó describir las estrategias con que cuenta el personal del hogar para favorecer la estimulación cognitiva en adultos mayores, y establecer si esto reporta efectos beneficiosos en ellos, así como determinar el rol del psicopedagogo en esta tarea.

Es por ello que esta investigación se guía por las preguntas: ¿Cómo es la estimulación cognitiva llevada a cabo en un hogar de ancianos de Corrientes? ¿Cuál es el rol del psicopedagogo en la estimulación cognitiva del adulto mayor?

1. Marco teórico

Envejecimiento normal del adulto mayor

La Tercera Edad engloba a las últimas decenas de años que una persona vive. En la etapa mencionada, uno se acerca al máximo de edad que se puede alcanzar, así como al fin de la vida. Ocurre un declive de las estructuras que se habían desarrollado previamente, en conjunto con modificaciones físicas, cognitivas, emocionales y sociales (Geis, 2008). Dicha fase cuenta con una terminación evidente: el fallecimiento. Sin embargo, el comienzo no está claramente establecido, ya que no todas las personas envejecen de la misma forma. A pesar de lo dicho, considerando la edad biológica como un indicador del estado físico del cuerpo, se establece como inicio la edad de 65 años (Binotti et al., 2009).

Es muy frecuente asociar esta etapa con la pasividad, debido a que las modificaciones biopsicosociales que la caracterizan ocasionan alteraciones en las rutinas. Adicionalmente, se puede hallar una estigmatización por la asociación de la tercera edad con la decadencia. Una alternativa para paliar dicha estigmatización o asociación a la decadencia consiste en llevar a la práctica actividades recreativas, definidas como las que el individuo puede hacer para descansar, divertirse, desarrollar su participación social o su creatividad. Mediante dichas actividades, se logra un efecto de ruptura de la rutina, cortando con el sedentarismo y el aislamiento que pueden sufrir (Carabajo, 2009; Geis, 2008).

Nuestra sociedad otorga un lugar central a los valores materiales, así como a la búsqueda de juventud y belleza eternas. Es por ello que el proceso esperable de envejecimiento suele asociarse, como ya se dijo, a la decadencia, improductividad, y hasta una forma de discapacidad. Esto da lugar a la discriminación de este grupo etario. Es por ello que resulta necesaria una reflexión acerca de la vejez desde un enfoque humanista y de derechos, priorizando la dignidad, más allá de las vulnerabilidades de una persona anciana (Servín Figueroa, 2015). Entonces, la vejez también puede ser concebida como

una fase vital caracterizada por la autorrealización, maduración y sabiduría (Bauzá, 1999).

En la misma línea, se puede considerar la noción de envejecimiento exitoso, basado en el concepto de bienestar subjetivo, y que alude a la satisfacción de las personas al lograr adaptarse a situaciones vitales cambiantes (Sarabia Cobo, 2009). Esto a su vez, será lo que determine aquello que llamamos calidad de vida en el individuo. El envejecimiento exitoso está vinculado a la realización del potencial individual, acorde a condiciones objetivas disponibles, y en este sentido es posible optimizar la ejecución de comportamientos para los cuales el sujeto posee buen desempeño por medio del entrenamiento y mecanismos de motivación (Brigeiro, 2005).

Sobre el concepto de ancianidad, es el estado al que conduce la declinación fisiológica progresiva de la eficiencia biológica de todos los órganos del cuerpo. Este proceso está predeterminado genéticamente. El proceso de la senectud abarca cambios en las aptitudes cognitivas, en la personalidad, en los componentes emocionales y en la destreza del cuerpo, entre otros. Esto puede agruparse en 4 factores: deterioro progresivo de las funciones físicas; declinación progresiva de las facultades mentales; cambio del entorno familiar y de la vida profesional; y las reacciones del individuo frente a los factores mencionados (Sarabia Cobo, 2009). La lentitud, los cambios de su personalidad hacia la terquedad, las reiteraciones y el egocentrismo pueden tornar al geronte poco flexible respecto de las adaptaciones exigidas por el ambiente, y perturbador dentro de la dinámica del hogar (Pujol, 2006).

Las primeras manifestaciones de declive cognitivo suelen ser los olvidos de cuestiones cotidianas, y quejas subjetivas de memoria (Orozco, 2012). Su evaluación es fundamental para el diagnóstico precoz de una posible demencia, o, en el caso de deterioros leves e incluso sujetos sanos, para diseñar estrategias de entrenamiento de la memoria. A su vez, otros autores (Berenbaum et al, 2017) destacan que estas manifestaciones suelen generar en el adulto no solo temor y sensación de alarma, sino hasta angustia. Estos síntomas pueden llevar a que el adulto se aíse socialmente o hasta curse una

depresión. Es por ello que cobran importancia las intervenciones no solo apuntadas a procesos biológicos, sino a aspectos relativos a la participación social y los vínculos afectivos.

La lentitud intelectual, al igual que la del movimiento corporal, es un marcador clínico y neuropsicológico característico del proceso de la senectud. Se enlentece el procesamiento de la información nueva. Esta declinación comienza a partir de la cuarta o quinta década de vida y responde a cambios fisiológicos a nivel del lóbulo frontal y sus conexiones subcorticales. Respecto de la atención, disminuye el tiempo de sostenimiento de la atención sostenida. Al anciano le cuesta más omitir los estímulos, que distraen, prestar atención simultáneamente a dos tareas distintas (atención dividida) (Chavarriga y Franco, 2016). En relación a la memoria reciente, ésta se ve afectada por fallas en los mecanismos de procedimiento y fijación de los datos y especialmente por lentitud en el recupero de la información. El proceso de fijación es menos profundo por perder el anciano la habilidad para conseguir las estrategias de fijación, pero ofreciéndoles otros mecanismos el grabado es exitoso. La causa de los principales fracasos de la memoria reciente es la lentitud en la búsqueda, momentos después, de tales datos entre todos los acumulados en el archivo mnésico (Del Campo, 1999).

Los tipos de memoria pueden clasificarse en corto y largo plazo; y esta última a su vez se divide en memoria procedural o implícita, y declarativa o explícita. La declarativa se subdivide en episódica, prospectiva y semántica (Sosa, 2016). Respecto de la memoria episódica remota, la misma abarca el recuerdo de expresiones, situaciones y hechos incluidos en la historia personal del sujeto, y es habitual que esta información se evoque con facilidad y sea parte predominante del contenido del discurso y motivo de conversación (Del Campo, 1999). La memoria declarativa semántica comprende el cúmulo de conceptos lingüísticos y nociones culturales que trascienden el contexto biográfico personal a lo largo de la vida, y no se afecta en la senescencia normal. Dichos contenidos desaparecen del archivo mnésico en los estadios moderados y avanzados de la enfermedad de Alzheimer (Del Campo, 1999).

Por su parte, la memoria procedural, la capacidad para aprender procedimientos implícitamente, no se pierde, pero se enlentece. El anciano sano puede aprender a manejar una computadora o realizar nuevos procedimientos, pero necesita un tiempo mayor que un joven. La memoria de trabajo consiste en la capacidad para retener información nueva mientras se la procesa y manipula para realizar con ella una determinada actividad, depende de funciones prefrontales y por lo tanto declina en la senescencia (Del Campo, 1999). Ahora bien, en el anciano con envejecimiento normal, no hay dificultades para realizar razonamientos lógicos o deducciones o para resolver problemas cotidianos comunes. El antecedente de haber alcanzado un nivel educativo y cultural elevado, como así ejercitar la esfera intelectual, favorece que el desarrollo de este déficit se produzca en una pendiente con mínima inclinación atenuada, lentamente y en un grado poco perceptible. No presenta trastornos en la comprensión ni expresión de sus ideas. Su capacidad de comunicación se conserva, aunque pueden existir mínimas dificultades para evocar nombres propios o retomar el tema principal luego de una desviación hacia temas colaterales (Fernández-Ballesteros, 2009).

En relación a los cambios físicos, el envejecimiento biológico comprende modificaciones en la composición química corporal, cambios degenerativos, reducción de la capacidad de respuesta adaptativa y aumento de la vulnerabilidad a padecer enfermedades (Bauzá, 1999). Ciertamente, hay algunos cambios físicos que pueden ser notorios en la motricidad: hay pérdida de la agilidad, coordinación motora y fuerza muscular. Por ello suele sentir inseguridad en los movimientos y en la marcha. La capacidad de reacción ante obstáculos está disminuida y no puede realizar con rapidez movimientos corporales de acomodación para evitar caídas (reflejos posturales). La tendencia a la hipotensión ortostática y las insuficiencias sensoriales también promueven una mayor proclividad a sufrir caídas. Es común el temblor en las manos que afecta la motricidad fina. La masa corporal total se reduce en la senescencia, el individuo tiende a adoptar una postura global en flexión leve y los pasos se abrevian (Robles, 2016).

Por último, cabe mencionar que, en relación a los cambios en la

personalidad, el adulto mayor puede volverse egocéntrico y en cierta medida desafectivizado. El espectro de intereses se reduce a su propia persona y a sus necesidades individuales, en detrimento de las inquietudes y motivaciones por el mundo y por los demás. Muchas veces se rehúsa a salir de vacaciones, concurrir a fiestas u otras actividades que alteren su rutina diaria y que impliquen cambios en su ambiente. Se aferra a lo que le es conocido y le brinda seguridad. Tolera menos la sobrecarga de estímulos. Se vuelve más esquemático en sus horarios y hábitos y no se adapta fácilmente a los otros. A edades muy avanzadas, la persona puede sentir cansancio de vivir. La muerte no lo asusta, por el contrario, le puede llegar a esperar con complacencia (Robles, 2016; Geis, 2008).

Estimulación cognitiva del adulto mayor

Si bien el proceso de envejecimiento normal trae aparejada cierta declinación de las funciones mentales, es posible lograr una compensación de dichas pérdidas a través de mecanismos de motivación, estimulación y entrenamiento, en diversos dominios de la vida cotidiana (Brigeiro, 2005). Asimismo, teniendo en cuenta las evidencias halladas en cuanto a la plasticidad cerebral y la capacidad de las neuronas de regenerarse y formar nuevas conexiones, cobran importancia las intervenciones tempranas centradas en individuos con deterioro leve o en sus primeras fases. La estimulación cognitiva se define como una terapia temprana cuyo objetivo es la restauración de las habilidades cognitivas, la lentificación de la progresión del deterioro y la estabilización del estado funcional del sujeto (Espert Tortajada y Villalba, 2014).

La estimulación cognitiva incluye actividades que se dirigen a estimular y mantener aquellas capacidades que el individuo ya posee, lo cual ha demostrado una mejora en su calidad de vida, ya que potencia la autonomía y la autoestima, disminuye episodios de ansiedad o confusión, y mejora la interacción del sujeto con el medio (Espert Tortajada y Villalba, 2014). Un aspecto que suele ser objeto de estimulación son las funciones ejecutivas, entendidas como el conjunto

de habilidades asociadas a la creación, ejecución y reajuste de comportamientos adecuados en pos de lograr objetivos difíciles, sobre todo aquellos que necesitan un abordaje novedoso y creativo (Verdejo-García y Bechara, 2010).

El entrenamiento de las funciones ejecutivas se explica porque ponen al cerebro a frente a repetidas situaciones de modificación y desafío en pos de romper la rutina. Incitándolo, primeramente, a pensar estrategias de resolución de problemas nuevas. En segundo lugar, alentándolo a modificar esas estrategias elegidas, para acercarse al objetivo de la adaptación a los requerimientos del ambiente (Espert Tortajada y Villalba, 2014). Algunos de los ejercicios orientados a este fin pueden ser leer un libro de un género diferente al que normalmente elegimos; visitar y conocer lugares nuevos; probar nuevos caminos hacia el trabajo o hacia el regreso; conversar con gente con la que nunca se haya hablado; etc. Estos son sólo algunos de los ejercicios que pueden incluirse en estos espacios de intervención psicopedagógicos, ya que implican la utilización de rutas de neuronas diferentes a las que corrientemente se utilizan, promoviendo el establecimiento de nuevas conexiones neuronales. De esta manera, colocar al adulto mayor frente a aprendizajes novedosos representa un factor protector para evitar o enlentecer el deterioro de las funciones ejecutivas y cognitivas (Binotti et al., 2009).

Es relevante llamar la atención sobre el hecho de que las propuestas tienen que ser variadas y diversas, ya que, si no, el cerebro las vuelve rutinarias rápidamente, haciendo que se pierda la novedad con gran velocidad. Asimismo, es imprescindible que estas propuestas sean diversas para respetar y trabajar las necesidades, intereses, potencialidades y dificultades personales del adulto mayor, debido a que la vejez se da de manera diferente en cada persona. Siempre deben considerarse las necesidades individuales y las posibilidades objetivas del contexto concreto de cada adulto (Sarabia Cobo, 2009). Igualmente es preciso enfatizar en la calidad de las propuestas ya que estas deben estar orientadas a que los adultos mayores puedan sentirse útiles, descubrir los propios avances, reconocer y desarrollar sus potencialidades, reducir las posibles pérdidas provocadas por el paso del tiempo e incorporar aquellos recursos que les falta para situarse en una posición de satisfacción vital

(Yuni y Urbano, 2005).

Por otro lado, no debe olvidarse que la capacidad cognitiva de cada individuo está parcialmente determinada genéticamente, aunque su desarrollo estará vinculado, en gran parte, a los estímulos ambientales y la conducta. Pueden considerarse en este punto factores como el nivel educativo y el grado de estimulación que la persona mantenga a lo largo de su vida (Espert Tortajada y Villalba, 2014). Otros autores destacan también el papel protector de las buenas relaciones sociales, la actividad intelectual y de ocio, así como la realización de actividad física (Granillo Sanmartin, 2017). El interjuego de los diversos factores es lo que determinará la expresión individual y el nivel particular de deterioro o conservación en cada sujeto.

Lo planteado previamente conduce a concebir a los aprendizajes, las funciones ejecutivas y cognitivas en general como posibles de prevenirse y mejorarse a lo largo de la vida, y no solo en etapas de mayor plasticidad neuronal como la niñez. Para ello la intervención psicopedagógica a través de la estimulación cognitiva constituye una de las opciones más favorecedoras sobre todo si se tiene en cuenta que la persona como sujeto cognoscente es siempre susceptible de crecimiento. El desarrollo de los procesos cognitivos constituye un derecho para toda persona hasta el fin de su vida, por lo cual los profesionales de la salud y la educación deben bregar, construyendo diversas alternativas que posibiliten gozar del beneficio que estas acciones generan en los adultos mayores. Alternativas que les permitan aprender a relacionarse con su entorno personal y social de forma participativa, madura y autónoma en pos de alcanzar un envejecimiento saludable (Binotti et al., 2009; Madrigal, 2007).

Mirada de la psicopedagogía sobre la estimulación cognitiva del adulto mayor

La psicopedagogía es una disciplina que actualmente se encuentra en auge, debido a los grandes cambios sociales, políticos, culturales, entre otros. El psicopedagogo no solo se desempeña en el área educativa, sino también en instituciones de salud, socio comunitarias, en empresas, etc. Puede ejercer sus

actividades en sectores públicos o privados, en forma autónoma o en equipos, ocupando diversos roles y funciones que dependerán de la elección del propio profesional (Duta, 2012). Por definición, el psicopedagogo es un profesional que actúa en torno a los procesos de aprendizaje. Estos procesos no se circunscriben necesariamente a una etapa de la vida, y además deben ser entendidos como multidimensionales y de carácter experiencial (Elichiry, 2007).

El psicopedagogo estará capacitado para prevenir, diagnosticar, asesorar, realizar orientaciones y tratamiento en aquellos casos en donde el aprendizaje y sus vicisitudes se pongan en juego. Sus competencias o capacidades incluyen la planificación, gestión y evaluación de planes y programas y proyectos de salud y educativos; y el diagnóstico en diversos grupos etarios de los procesos de aprendizaje, sus perturbaciones y potencialidades. Además, la intervención, orientación y derivación de las dificultades en el aprendizaje, el acompañamiento en procesos de Orientación Vocacional Ocupacional (OVO), el asesoramiento sobre posibilidades de acceso a diferentes ámbitos educativos o laborales y diversos talleres entre los que se encuentran los dictados en instituciones como pueden ser los de Educación Sexual Integral (Müller, 2000). Es importante considerar, en el quehacer psicopedagógico, el atravesamiento de las condiciones sociales y culturales y las particularidades situacionales; de este modo cada intervención será situada en un contexto determinado (Valle, 2012).

Otras posibles actividades del psicopedagogo podrían ser la de coordinar espacios de reflexión que permitan acuerdos entre los actores del proceso educativo. Ofertar distintos espacios con diversas formas de funcionamiento, talleres participativos e interactivos, charlas con distintos profesionales, ya sea con temas predeterminados ante los resultados del diagnóstico del anciano, como así de acuerdo a las dudas que puedan aparecer durante el proceso (Müller, 2000). Por otro lado, también hay evidencia de la eficacia de talleres grupales con enfoque psicopedagógico para el manejo de problemáticas psicopatológicas como crisis de ansiedad y agorafobia (Martínez Azumendi, 2001).

Como ya fue mencionado, el ámbito de acción de la psicopedagogía es el

campo del aprendizaje. Suele asociarse al aprendizaje con la educación formal, pero, principalmente en el adulto mayor, cobra especial importancia la educación no formal, aquella realizada en comunidad, en grupos, talleres, tanto públicos como privados. Son ejemplos de que el aprendizaje y la educación son parte de todo el ciclo de vida de las personas, y que se puede continuar incorporando diversos aprendizajes a cualquier edad (Queirolo Santibáñez y Donoso Zapata, 2016). En este mismo sentido, el adulto mayor es entonces considerado como un sujeto autónomo, que posee capacidad de transformar su realidad, generar proyectos, y ejercer participación social, asumiendo una posición activa. (Berenbaum et al, 2017).

En relación a la temática más específica que aborda esta tesina, dentro de los roles posibles del psicopedagogo se destaca el dictado de talleres de memoria para adultos mayores en centros de jubilados, cuya función será la ejercitación de las funciones cognitivas, primordialmente la memoria. Las funciones cognitivas no funcionan por separado sino que, a la hora de intervenir en la memoria, para conseguir resultados óptimos, se incluye el entrenamiento de otras funciones, tales como: atención, percepción, lenguaje, funciones ejecutivas, etc. A su vez, estos talleres focalizan tanto en los aspectos cognoscitivos, como en el lazo social de los sujetos participantes (Berenbaum et al, 2017). Algunas veces puede producirse una alteración o déficit en las funciones mentales, lo que conllevará a un trastorno, caracterizado por un funcionamiento inferior al esperado para la edad (Araujo et al., 2010).

La primera función a la que se hace mención será la atención, la misma es una concentración selectiva de la actividad mental, puede ser voluntaria o espontánea. La función atenta varía no únicamente de acuerdo a las capacidades del sujeto, sino también por la estimulación y la motivación que se reciba. Otra es la memoria, consiste en la capacidad de asimilar, almacenar y recuperar la información obtenida mediante el aprendizaje de los procesos visuales, auditivos, táctiles, olfativos, es una función indispensable para leer, calcular, escribir y para el desarrollo del lenguaje. El lenguaje se define como un sistema de códigos gracias al cual se nombran los objetos del mundo, así como sus acciones, características y vínculo entre los mismos (Araujo et al., 2010;

Binotti et al., 2009).

Y, por último; las funciones ejecutivas comprenden la capacidad de planificar, ejecutar, evaluar nuestro comportamiento, por lo tanto, podemos decir que las mismas son actividades mentales complejas son necesarias para desenvolvernó en el entorno. De acuerdo a tales habilidades cognitivas residuales, se crea un plan de estimulación cognitiva para adultos mayores, proceso que se incluye dentro de las denominadas terapias no farmacológicas. Cabe destacar que la estimulación tiene que ser llevada adelante interdisciplinariamente, complementándose con la intervención farmacológica, la orientación familiar llevada a cabo por psicopedagogos y el abordaje social que incluye el entorno del paciente, de manera de concebir al anciano como un ser integral (Araujo et al., 2010; Berenbaum et al, 2017).

En relación al rol psicopedagógico, el concepto de neuroplasticidad cerebral resulta clave, en especial teniendo en cuenta los últimos hallazgos de investigaciones clínicas y científicas. Esto puede ser considerado por el profesional en el trabajo tanto preventivo como terapéutico, incluyendo a pacientes con cierto grado de deterioro cognitivo, y a pacientes ya diagnosticados con algún cuadro demencial. Así entonces, en la vejez se producen modificaciones que progresivamente afectan el funcionamiento normal del cerebro, influyendo en mayor grado sobre las capacidades motrices, sensoriales y cognitivas (Davicino et al., 2009; Espert Tortajada y Villalba, 2014).

Por lo tanto, el rol psicopedagógico es clave para la prevención y para el abordaje terapéutico en el contexto de los tratamientos que deben ponerse en marcha frente a las dificultades que presenta el desarrollo cognitivo del anciano. De esta manera, el psicopedagogo es el profesional indicado para realizar tareas específicas dirigidas a preservar y potenciar las funciones y habilidades conservadas de cada adulto mayor, y así también conseguir el enlentecimiento del deterioro (Davicino et al., 2009). A su vez, es un profesional idóneo para evaluar e incidir sobre los efectos subjetivos que estos espacios pueden generar en cada uno de los adultos que asisten. Este tipo de talleres suele ser dictado de

forma interdisciplinaria, en conjunto con psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionales o trabajadores sociales, por ejemplo (Berenbaum et al, 2017).

Asimismo, cabe mencionar la importancia de considerar a los procesos cognitivos desde una perspectiva amplia, no meramente biológica. Según este punto de vista, la cognición comprende a todos los procesos involucrados en el procesamiento de la información, en interjuego constante con las emociones y los efectos. Esto es vital tenerlo en cuenta a la hora de diseñar estrategias de estimulación cognitiva, ya que estas también incluyen entrenamiento en habilidades sociales, en control y expresión emocional, entre otros, lo cual impactará en la ejecución de tareas en las que se pone en juego la percepción, atención, comunicación, concentración, imaginación, fluidez verbal, etc. (Binotti et al., 2009; Barenbaum et al, 2017).

En el marco de su área de inserción, es función del psicopedagogo llevar a cabo evaluaciones de las funciones cognitivas conservadas, así como de aquellas que se han empeorado. Así, de acuerdo al diagnóstico, se puede ofrecer asesoramiento y tratamiento al paciente y acompañamiento a sus familiares, y sugerir estrategias terapéuticas adecuadas. Es relevante que el psicopedagogo aporte una participación activa en la confección de estudios e investigaciones que posibiliten un mayor conocimiento científico acerca del desarrollo mental del anciano, así como de las posibles terapéuticas existentes. También es clave su rol en la elaboración, ejecución y evaluación de planes, programas y proyectos que posibiliten la aplicación generalizada de tales intervenciones y recursos (Bisquerra, 2008; Nieto y López, 2011).

A su vez, Jaskilevich y colaboradores (2017) destacan la importancia de pensar estos talleres desde la perspectiva de la psicoeducación, considerando a las intervenciones no sólo para que el adulto aprenda a resolver ciertos ejercicios, sino que también pueda comprender su propio funcionamiento cognitivo, para así optimizar su rendimiento e incorporar las estrategias aprendidas a más ámbitos generales de su vida cotidiana. Ciertos estudios (Barenbaum et al, 2017) han demostrado que las funciones más reconocidas por los sujetos como útiles en las actividades diarias son la atención y la

concentración, las cuales se vieron beneficiadas tras la participación en talleres de estimulación cognitiva.

2. Antecedentes

A continuación, se presentan estudios con salida al campo exclusivamente que trabajan con conceptos relacionados o coincidentes con los seleccionados en esta tesina de grado. Específicamente, se centrarán en la estimulación cognitiva de adultos mayores.

Un aporte fundamental es el de Araujo y colaboradores (2010) ya que investigaron sobre las consecuencias de la estimulación cognitiva en la población geronte. El objetivo de su estudio consistió en probar que el programa de ejercicios prácticos de estimulación cognitiva beneficia la mejora del deterioro cognitivo en ancianos. Como material y métodos, se sirvieron de un estudio observacional, analítico de cohorte, prospectivo y longitudinal realizado en Unidades de Medicina Familiar IMSS Monterrey, N.L. con una muestra de 68 pacientes con una edad igual o mayor de 60 años de ambos sexos. Fue condición que los participantes hubieran presentado deterioro cognitivo en la Prueba de Mini-Examen Cognoscitivo de Lobo (MEC) y/o en la Evaluación Neuropsicológica Breve en Español (NEUROPSI). A los pacientes se les aplicó un programa de ejercicios prácticos de estimulación cognitiva y, al terminar, se evaluaron nuevamente con las pruebas de MEC y Neuropsi. Los datos obtenidos se analizaron con la prueba de Wilcoxon. Los resultados a los que se arribó mostraron que los adultos mayores presentaron que el deterioro cognitivo se beneficia con la participación en programa de ejercicios prácticos de estimulación cognitiva en adultos mayores.

Posteriormente, en 2011, Cao y colaboradores evaluaron la calidad de vida relacionada con la salud percibida por personas mayores que participaron en un programa de estimulación cognitiva a través de la motricidad. Este estudio es relevante ya que toma en cuenta la variable de la calidad de vida, mencionada anteriormente. Se realizó un análisis de contenido sobre testimonios obtenidos a partir de entrevistas, a las que se les aplicó un sistema de categorías. Dicho estudio contó con una muestra de 32 participantes con una edad media de $69,92 \pm 4,98$. Para el tratamiento de la información se utilizó el software QSR NVivo 8. Los resultados de esta investigación mostraron que el

48% de las personas mayores percibe mejoras en sus capacidades de memorización; un 47% en la atención y la concentración, y un 10% en la satisfacción con la vida tras su paso por el programa. El 65,62% se manifestó especialmente preocupado por la pérdida de memoria, y acude a los programas de estimulación cognitiva con el propósito de mejorar esta capacidad. Durante las sesiones, las personas participantes mantuvieron sentimientos de diversión, vitalidad y energía, llevando a la conclusión de que los programas de estimulación cognitiva que incluyen acciones y tareas físicas unidas al juego y a lo social evidencian mejoras en las habilidades psicosociales de quienes participaron, y abren una línea importante de intervención debido a su buena aceptación.

Otras investigaciones estudian los efectos de otro tipo de intervenciones en el deterioro cognitivo. Una de ellas es la llevada a cabo por Castillo et al (2013), quienes describen la Terapia de Estimulación Cognitiva (TEC) como una intervención psicosocial destinada a personas con demencia. Sostienen que esta ha obtenido buenos resultados en población anglosajona. Entonces, el objetivo de este estudio fue evaluar la eficacia de la TEC en una muestra de personas oriundas y residentes de Chile. La muestra estuvo constituida por 22 pacientes diagnosticados con Alzheimer (EA) en fase leve a moderada, que pertenecen a un centro asistencial de la ciudad de Quillota, Chile. Para comprobar la efectividad del programa, se utilizó un diseño experimental mixto, asignándose aleatoriamente la muestra a dos grupos: intervención (GI) y control (GC). Se establecieron tres variables para evaluar: cognición, calidad de vida y capacidad funcional de la persona con demencia. Ulteriormente a la participación, el GI evidenció un cambio positivo significativo en sus indicadores de deterioro cognitivo y calidad de vida; por el contrario, el GC no mostró modificaciones positivas, mostrando un empeoramiento en el deterioro cognitivo. Ninguno de los grupos presentó modificaciones relevantes en la capacidad funcional. Si bien en la comparación intergrupo no existieron diferencias significativas en ninguna variable, el GI presentó una mejoría significativa de la función cognitiva, en comparación con el aumento en el avance del deterioro cognitivo en el GC.

Un año más tarde, Paternina Osorio et al (2014), investigaron acerca de la

efectividad de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores residentes en centros de protección social en la ciudad de Cartagena, siendo un antecedente relevante por la similitud con el estudio desarrollado en este trabajo. Realizaron un estudio cuasi-experimental con una muestra de 192 adultos mayores residentes en Centros de Protección social de dicha ciudad. Se seleccionó al azar un centro de protección como grupo control (compuesto por 14 adultos mayores) y otro como grupo experimental (23 adultos mayores), con características similares en cuanto a infraestructura, características del personal a cargo, número de personas atendidas y ubicación geográfica. Al grupo experimental se le aplicó un programa de intervención para estimular la funcionalidad cognitiva. Como resultado, se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en el grupo experimental pre y post intervención. El análisis de componentes principales mostró que las variables más relacionadas entre sí fueron: edad, patologías, número de errores cometidos y resultado de la prueba. Dichas variables se agruparon en torno a la presencia o no de enfermedad, con una asociación negativa. Como conclusión, se demostró una mejoría estadísticamente significativa en la funcionalidad cognitiva de los adultos mayores a partir de la intervención del programa. Añadieron que enfermería puede liderar este tipo de intervenciones, y recomendaron continuar investigando.

Un estudio similar es el llevado a cabo en 2015, por Del Carmen Pérez-Fuentes y colaboradores, quienes estudiaron los efectos producidos por el programa de Estimulación Cognitiva e Inteligencia Emocional para personas mayores (PECI-PM). Dicho programa combina técnicas de estimulación cognitiva con la intervención y estimulación sobre aspectos vinculados a la inteligencia emocional. El objetivo del estudio consistió en analizar los resultados obtenidos en inteligencia emocional, tras la primera fase de implementación del PECI-PM. Para ello, se contó con una muestra de 28 usuarios que habían completado 20 sesiones del programa, y participado en dos evaluaciones pre y post. Como método de evaluación de Inteligencia Emocional se utilizó el Inventario Breve de Inteligencia Emocional para Mayores (EQ-i-M20). Como resultados, se observó una mejoría en la mayoría de las dimensiones de inteligencia emocional

(Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad y Estado de Ánimo), luego de la intervención con el PECCI-PM. Particularmente en la dimensión Manejo del Estrés, no se observó un cambio en las puntuaciones obtenidas tras la intervención, lo que nos permitiría repensar el papel de esta dimensión en la inteligencia emocional del adulto mayor. Por otro lado, resalta el rol de la dimensión Interpersonal, que demostró en esta población una correlación significativa con otros factores de la inteligencia emocional (Intrapersonal y Adaptabilidad).

Más adelante, en 2016, Rozo y colaboradores postulan que en el envejecimiento normal es posible presentar un declive en las funciones cognitivas e intelectuales hasta esa edad alcanzadas. Este estudio suma la perspectiva de la neuropsicología, proponiendo estrategias para mejorar dicho funcionamiento o, al menos, frenar el declive que pueda ocurrir. Los programas de estimulación cognitiva muestran efectos favorables en la esfera cognitiva de este grupo etario, mostrando mejoras o postergando síntomas que pueden anunciar una demencia. Es por lo expuesto que el objetivo de este estudio fue identificar los perfiles previos y posteriores a la intervención, de un grupo de ancianos a quienes se les administró un programa de estimulación en las funciones mentales superiores. La presente investigación consiste en un estudio comparativo-descriptivo, cuasi experimental, de diseño con grupo de estudio y grupo de comparación no equivalentes, llevado a cabo con 40 adultos mayores de ambos géneros domiciliados en la Ciudad de Bogotá. Para el análisis estadístico de los resultados se usó el paquete estadístico SPSS en su versión 22, utilizando estadísticos descriptivos y la prueba U de Mann-Whitney. Los resultados evidenciaron modificaciones en el perfil del grupo de estudio a nivel de sus medias, con datos estadísticamente significativos. Se demostró una mejoría luego del proceso de estimulación. Sin embargo, el grupo comparación mantuvo sus perfiles inmutados. En conclusión, queda establecida la importancia de la estimulación cognitiva en el envejecimiento normal como proceso terapéutico y preventivo para el mantenimiento del funcionamiento cognitivo y la mejora de la calidad de vida de la población adulta mayor.

Es importante también mencionar antecedentes que abordaron la cuestión de la cognición cotidiana. Según Fernández Rodríguez et al (2018), este

concepto se entiende como la aplicación de las habilidades cognitivas básicas, así como el conocimiento del dominio específico para la resolución de problemas habituales. Para evaluar esta variable, existen pruebas que exponen situaciones problemáticas de la vida diaria, pero que son cognitivamente desafiantes. El objetivo de estas consiste en poner a prueba el funcionamiento cognitivo dentro de estos dominios en el mundo real, en la vida cotidiana de una persona determinada. Es en este contexto que el presente estudio se propone como objetivo analizar la diferencia que hay entre los programas de estimulación cognitiva tradicionales y aquellos de intervención directa en cognición cotidiana. Se sirvió de una metodología consistente en un estudio experimental, aleatorizado, estratificado, prospectivo, longitudinal mediante un esquema de asignación fija con grupo experimental y grupo control. La muestra fueron 147 adultos mayores sanos de la ciudad de Salamanca que participaron en los programas de terapia ocupacional; compuesta por 19 hombres y 128 mujeres, con una edad media de 75 años. La intervención constó de un programa específico de estimulación en cognición cotidiana. Para la evaluación se utilizó la ERFC (evaluación rápida de las funciones cognitivas) para medir la función cognitiva global y la ECB (*Everyday Cognition Battery*) para medir la cognición cotidiana. Como resultados, se observaron diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,001$) en la variable ECB, así como diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,05$) en los ítems "total", "cálculo", "razonamiento", "comprensión" y "reconocimiento visual". Se concluye que la aplicación combinada de estimulación cognitiva tradicional y entrenamiento en cognición cotidiana reporta mayores beneficios en cuanto a la cognición cotidiana que la utilización exclusiva de estimulación cognitiva en adultos mayores.

Por último, un aporte significativo es el de Suarez Cid y Gross Tur (2019), quienes realizaron un estudio de caso para estudiar el papel de la estimulación cognitiva temprana a través del apoyo familiar, hacia un adulto mayor con deterioro cognitivo. Para ello, analizaron una familia del área de salud del Policlínico Comunitario de Palma Soriano (Cuba). Aplicaron un diseño de investigación no experimental, realizando un estudio de caso instrumental desde

la metodología cualitativa. El estudio incluyó una familia, se basó en el trabajo de grupo focal y se sirvió de técnicas estandarizadas. Como conclusiones, se obtuvo que el acompañamiento familiar recibido por el paciente con deterioro cognitivo influye positivamente en su estado físico, bienestar psicológico y vínculos sociales. Asimismo, se reconoció al apoyo familiar como una vía necesaria que posibilita la estimulación cognitiva precoz del adulto mayor con deterioro cognitivo.

3. Planteo del problema

El envejecimiento es un fenómeno demográfico normal que tiene lugar a nivel global, ya que prácticamente todas las sociedades vivencian en la actualidad un crecimiento de la población mayor de 60 años, y una reducción en el porcentaje de niños y adolescentes. En los últimos 40 años ha tenido lugar a nivel mundial un aumento paulatino de la longevidad, el número de personas mayores de sesenta años está creciendo con mayor rapidez que otros grupos de edad y queda demostrada dicha modificación en la pirámide poblacional de los países desarrollados (Araujo et al., 2010).

Los cambios propios del proceso de envejecimiento producen diversas alteraciones en los adultos mayores, que afectan directamente a la autonomía personal del individuo. Algunos cambios son propios de la edad y otros son producidos por algún tipo de patología. Ambos inciden en las áreas funcional, cognitiva, afectiva y social, limitan el desarrollo normal de sus actividades cotidianas y empeoran su autopercepción de la calidad de vida. La capacidad de resolver con éxito problemas instrumentales del mundo real se asocia directamente en los ancianos con la capacidad de seguir siendo independiente. Podemos considerar el nivel funcional de una persona como la capacidad que tiene para realizar las actividades de la vida diaria de forma independiente (Fernández Rodríguez et al, 2018).

Asimismo, se puede considerar la noción de envejecimiento exitoso, basado en el concepto de bienestar subjetivo, y que alude a la satisfacción de las personas al lograr adaptarse a situaciones vitales cambiantes (Sarabia Cobo, 2009). Esto a su vez, será lo que determine aquello que llamamos calidad de vida. Actualmente, el proceso natural de envejecimiento en el ser humano suele verse como sinónimo de decadencia, improductividad, y hasta una forma de discapacidad. Pero desde una perspectiva humanista, la vejez también puede ser considerada una etapa vital de autorrealización, de maduración personal, serenidad y sabiduría (Bauzá, 1999).

Algunas de las investigaciones expuestas en este plan de tesina sugieren

la efectividad de la aplicación de estimulación cognitiva en adultos mayores (Fernández Rodríguez et al., 2018; Rozo et al., 2016). En la misma línea, Araujo y colaboradores (2010) sostienen que el deterioro cognitivo se ve favorecido con la aplicación del programa de estimulación cognitiva en ancianos. De esta manera, queda en evidencia que los programas de estimulación cognitiva en la tercera edad tienen una utilidad tanto preventiva como destinada a mejorar el deterioro cognitivo ya existente.

A su vez, investigaciones como la de Cao y colaboradores (2011) tomaron en cuenta variables como la percepción subjetiva y sentimientos asociados al deterioro cognitivo, y su investigación concluye que los programas de estimulación cognitiva que implican tareas físicas, juegos y el aspecto social entre compañeros, denotan un beneficio y mejora en las capacidades psicosociales de los participantes. En la misma perspectiva, según la investigación expuesta de Suarez Cid y Gross Tur (2019), se considera al apoyo familiar como una pata más del tratamiento que permite la estimulación cognitiva precoz del anciano con deterioro cognitivo. De este modo se destaca la importancia de factores subjetivos, afectivos y sociales en la cognición de los adultos mayores.

Y en cuanto a la incidencia de la psicopedagogía en este ámbito, se define al psicopedagogo como un profesional que actúa en torno a los procesos de aprendizaje, los cuales no se circunscriben necesariamente a una etapa de la vida, y deben ser entendidos como multidimensionales y de carácter experiencial (Elichiry, 2007). Los espacios de educación no formal, entendida como aquella realizada en comunidad, en grupos y talleres, son ejemplos de que el aprendizaje y la educación son parte de todo el ciclo de vida de las personas, y que se puede continuar incorporando diversos aprendizajes a cualquier edad (Queirolo Santibáñez y Donoso Zapata, 2016).

En este mismo sentido, el adulto mayor es entonces considerado como un sujeto autónomo, que posee capacidad de transformar su realidad, generar proyectos, y ejercer participación social, asumiendo una posición activa (Berenbaum et al, 2017). Dentro de los roles posibles del psicopedagogo se

destaca la planificación y el dictado de talleres de memoria para adultos mayores en centros de jubilados. Y es importante que estos profesionales consideren la mencionada visión acerca de la vejez, como etapa posible de realización personal y de continuar incorporando aprendizajes, ya que esto determinará el estilo y la orientación de las intervenciones propuestas.

Dada la relevancia de la problemática expuesta, resta establecer cuál es el posible aporte de la psicopedagogía, ya que la población a la cual atienden estos profesionales no solo abarca niños y adolescentes, sino también adultos mayores. Es habitual que en la tercera edad se genere un declive en sus funciones cognitivas, afectando la capacidad de retener, aprender y comprender información, impactando en múltiples aspectos de la vida cotidiana. Es por lo expuesto que la presente tesina se propone indagar acerca del aporte de la psicopedagogía en la estimulación cognitiva del adulto mayor, guiándose por las siguientes preguntas de investigación: ¿Cómo es la estimulación cognitiva llevada a cabo en un hogar de ancianos ubicado en Mercedes, Provincia de Corrientes? ¿Cuál es el rol del psicopedagogo en la estimulación cognitiva del adulto mayor?

4. Objetivos

Objetivo general

Explorar las formas de estimulación cognitiva llevadas a cabo en un hogar de ancianos de Corrientes enfocado en el rol del psicopedagogo.

5. Metodología

Diseño

El enfoque de esta investigación es no experimental, correspondiendo a un diseño cualitativo basado en la Teoría Fundamentada. La Teoría Fundamentada, es una metodología general para desarrollar teoría que esté fundamentada en una recogida y análisis sistemático de datos. La teoría se desarrolla durante la investigación a través de un proceso de recolección de datos y un procedimiento de comparación constante. El método de las comparaciones constantes propuesto por Glaser y Strauss (1968) consiste en un conjunto de guías y procedimientos para desarrollar conceptualizaciones de forma inductiva. Mediante este análisis se trató de desarrollar una comprensión profunda de los escenarios y de las personas que se estudiaron. La tarea de extraer significado a partir de cantidades importantes de información expresada en forma verbal (en las entrevistas) fue la actividad más compleja de la investigación ya que para alcanzar y presentar conclusiones relevantes fue preciso haber captado previamente el sentido de la información que contienen los datos, haber comprendido las relaciones entre los temas que se esconden tras ellos y haber identificado los elementos en los que diferentes unidades en estudio se asemejan o se distanciaron.

Participantes

La muestra estuvo formada por 8 participantes. Dos son profesionales (psicopedagogas) que ofrecen talleres en el Hogar de Ancianos "Florencia Nightingale" ubicado en Mercedes, Provincia de Corrientes¹, y los 6 restantes son adultos mayores que asisten a estos talleres de estimulación cognitiva. Las dos profesionales son mujeres, y sus edades varían entre los 35 y 51 años.

Los adultos mayores participantes fueron 5 mujeres y un hombre, quienes reportan un promedio de edad de 75 años.

¹ Ver anexo 4

Técnicas de recolección de datos

Teniendo en cuenta que la metodología cualitativa se plantea para descubrir o plantear preguntas que ayuden a reconstruir la realidad tal como la observan los sujetos de un sistema social definido (Sampieri, 2018), se realizaron entrevistas semiestructuradas en las cuales el investigador, previamente a la entrevista, llevó a cabo un trabajo de planificación de la misma. Las preguntas realizadas fueron abiertas, sin condicionar las respuestas. La entrevista a psicopedagogas² se dividió en 3 ejes, a continuación se detallan junto con algunas de las preguntas: Eje nro. 1: Estrategias para favorecer la estimulación cognitiva en adultos mayores (¿En qué consisten los talleres de estimulación de la memoria?), Eje nro. 2: Beneficios de la estimulación cognitiva en adultos mayores (¿Observa beneficios luego de la aplicación sostenida de estimulación cognitiva?) y Eje nro. 3: El rol del psicopedagogo respecto de la estimulación cognitiva de adultos mayores (¿Trabaja individual o grupalmente con los adultos mayores para su estimulación cognitiva?) Mientras tanto, algunas de las preguntas a adultos mayores³ fueron: ¿Suele tener problemas en la memoria y/o atención?, ¿Por qué viene al Taller de la memoria?, ¿Qué hace en el Taller? y ¿Qué es lo que más le gusta? ¿Y lo que más le cuesta?

Procedimiento

Las entrevistas se llevaron a cabo de modo presencial con los debidos protocolos vigentes en la fase 5 de la cuarentena por Covid 19. La quinta fase de la cuarentena se denomina "nueva normalidad" y contempla el reemplazo de las excepciones por hábitos de higiene y cuidado sostenido, en la localidad de Mercedes, Prov. de Corrientes.

Para realizar la investigación, primero se solicitó una entrevista con el director y el médico del Hogar de Ancianos "Florence Nightingale" ubicado en

² Ver Anexo 2 (Modelo entrevista)

³ Ver Anexo 3 (Modelo entrevista)

Mercedes, Provincia de Corrientes, para contarle los objetivos y los alcances del trabajo, explicándole la forma de llevarlo a cabo. Cabe señalar que la autora de esta investigación trabaja como psicopedagoga en contacto estrecho con tal Hogar. Una vez autorizada, se realizó una charla con los adultos mayores que asisten al taller de la memoria de dicho Hogar, para informarles sobre el trabajo. También se habló con las profesionales psicopedagogas que están a cargo del Taller. Seguidamente, se acordaron los momentos de las entrevistas a realizar de manera individual a los adultos mayores que accedieron a participar voluntariamente, firmando un consentimiento informado⁴. Las entrevistas fueron grabadas, y sus datos, tras ser transcritos, fueron analizados a partir de la comparación constante con los antecedentes y el material bibliográfico desarrollados, pudiendo así definir las principales categorías y conclusiones. La técnica consistió en un análisis de estudio de convergencia centralizado en los tres ejes. Se realizó un procedimiento de triangulación: la entrevista a profesionales y adultos mayores junto a la observación participante.

⁴ Ver Anexo 1

6. Resultados

De la realización de las entrevistas con las psicopedagogas del Hogar de Ancianos "Florence Nightingale", los resultados son los siguientes.

En relación al primer eje de las entrevistas, en torno a las estrategias con que cuenta el personal del Hogar para favorecer la estimulación cognitiva en adultos mayores, se puede abstraer de las respuestas obtenidas que en el hogar mencionado se dictan distintos tipos de talleres, entre ellos un Taller de Memoria. Estos espacios constan de diversos tipos de actividades, más o menos estructuradas y con complejidad creciente, y están abiertos a todos los adultos del hogar, no solo aquellos con deterioro cognitivo. Una de las psicopedagogas entrevistadas refirió: *"Trabajo en el hogar hace 6 años, y hace ya 3 años que implementamos los Talleres. No son solo específicamente 'talleres de estimulación cognitiva', aunque ese es el objetivo de los mismos. Tenemos el 'taller de juegos de mesa', 'taller de memoria' y 'taller de cine'"* (sujeto 1, agosto 2020). A su vez, agregó: *"Hacemos todo tipo de actividades, algunas más artesanales y otras más estructuradas, con ejercicios puntuales de memoria, usando tarjetas especiales, listas de palabras y cosas de ese estilo"* (sujeto 1, agosto 2020).

La otra psicopedagoga entrevistada, añadió que *"los talleres de memoria originalmente los pensamos para los adultos más deteriorados cognitivamente, pero luego de algunos encuentros se fueron sumando muchos más abuelos del hogar. Actualmente, casi todos los abuelos participan de uno u otro taller. Eso nos pone muy contentas porque nos dimos cuenta que, además de mejorar o atenuar el deterioro, ellos realmente lo disfrutan"* (sujeto 2, agosto 2020). Asimismo, en relación a la problemática específica de quienes asisten al taller, explicó: *"El taller de memoria es uno de los más concurridos. Creo que tal vez es porque los problemas de memoria son de lo que más escucho quejarse a los abuelos, incluso es lo que más nos comentan los familiares preocupados. Que empezaron a olvidarse o confundirse nombres, o les cuesta seguir el hilo de la conversación, cosas así"* (sujeto 2, agosto 2020).

Con respecto a la modalidad de trabajo en el taller, la entrevistada sostuvo: *"El Taller de memoria es un espacio grupal donde trabajamos generalmente en un gran círculo, o a veces dividimos en subgrupos más chicos de 2 o 3 personas. Tenemos actividades más y menos estructuradas. Por ejemplo, generalmente empezamos con consignas abiertas, como pedir que cada uno traiga una foto familiar que le guste, y le cuente al resto cuándo se tomó, quiénes están en la foto, y todo lo que recuerdan en torno a eso. Otra de las actividades -y la que suele ser la favorita de los abuelos- es aprender una nueva receta de cocina. Eligen una entre varias opciones, y cada semana le toca a alguien distinto cocinarlo. El truco está en que después le tienen que contar al resto cómo se hace la receta sin leerla, tratando de recordar los ingredientes que usaron y el paso a paso"* (sujeto 2, agosto 2020).

En relación al segundo eje de las entrevistas a las psicopedagogas, se abstrae que los talleres de estimulación aportan efectos beneficiosos en los adultos mayores, tanto en aquellos con deterioro cognitivo leve, de modo más preventivo, como en quienes sufren de signos más marcados de disminución de sus facultades mentales. A partir de los dichos más significativos de las entrevistadas, se advierte que los primeros efectos se observaron en aquellos ancianos con menor deterioro, a las pocas semanas de asistir a los talleres, mientras que los ancianos con un deterioro mayor necesitaron más tiempo de realización de las actividades para que estas dieran resultado. En relación al primer punto, una de las psicopedagogas refirió: *"En los abuelitos con deterioro leve, pudimos ver muchos cambios en situaciones chiquitas, cotidianas. A partir de las dos o tres semanas de asistir, notamos más proactividad, mejor ánimo, y cada vez un mejor desempeño en los ejercicios de los talleres"* (sujeto 1, agosto 2020).

Otra de las profesionales dijo, respecto a los ancianos con más signos de declive cognitivo: *"En los adultos con mayor deterioro, los cambios se empezaron a notar luego de un mes de participar en los talleres, más o menos. Notamos mayor fluidez verbal, mayor conexión con los demás, aunque los cambios al principio son sutiles. Algunos también empezaron a usar algunos de los ejercicios que aprendieron en los talleres cuando se les presentaba alguna*

situación que se les dificultaba resolver” (sujeto 2, agosto 2020). Y, tomando en cuenta además el nivel educativo alcanzado, su compañera refirió: “En donde vimos menos efectos creo que fue en los abuelos del hogar con mayor deterioro, y que además tenían menor nivel de estudios... No vimos tantas mejoras en lo cognitivo, aunque sí notamos mejor motivación general y entusiasmo al hacer las actividades con los compañeros a medida que pasaban las semanas” (sujeto 1, agosto 2020).

Por otro lado, puede extraerse que los efectos de la estimulación se observaron no solo en el plano cognitivo e individual, sino también en la esfera anímica y socioafectiva entre los integrantes del hogar, y en sus familias, tal como relató una de las entrevistadas: *“Fue muy gratificante escuchar por parte de las familias que los notan mejor, que no están tan olvidadizos, que pueden seguir mejor el hilo de la conversación (...) Los notamos más activos, más motivados, como con más energía. Más que nada vimos lo bien que les hizo la cuestión vincular, al poder armar lazos con otros adultos del hogar. Esto mejoró mucho su estado de ánimo general, y creo que los activó también mentalmente” (sujeto 1, agosto 2020).*

Por último, en cuanto al tercer eje de las entrevistas, que busca determinar el rol del psicopedagogo respecto de la estimulación cognitiva de adultos mayores, se mencionan aquí las principales respuestas. Las psicopedagogas relataron que la modalidad de trabajo en todos los talleres dictados es de tipo grupal, y la coordinación de los mismos es interdisciplinaria (psicología y psicopedagogía). Ambos aspectos, lo grupal y lo interdisciplinario, apuntan a que los talleres puedan abordar no solo la cuestión específicamente cognitiva, sino también la vincular. Una de las entrevistadas refirió: *“En todos los talleres que coordinamos en el hogar, la modalidad es grupal, para que los abuelitos armen lazos entre ellos, se conozcan y la dinámica sea más entretenida” (sujeto 2, agosto 2020).*

Y en relación a la inclusión de otra profesional para dirigir el taller, la otra psicopedagoga entrevistada sostuvo: *“Los talleres los coordinamos las psicopedagogas, junto con una psicóloga que trabaja en el hogar. Cuando ella se*

incluyó estuvo muy bueno, porque nos ayudó a notar cosas en las que antes quizás no enfocábamos tanto, como los vínculos entre los participantes, o las variaciones anímicas de los abuelos de acuerdo a los distintos tipos de intervenciones". Al indagar más al respecto, explicó: *"Por ejemplo, notamos que los ejercicios más focales suelen generar frustración cuando se registran fallas, y suelen ser vistos como 'difíciles'. Pero los ejercicios más distendidos generan automáticamente cambios positivos en el humor individual y grupal"* (sujeto 1, agosto 2020).

A su vez, en referencia a su función como profesional del campo del aprendizaje y la salud mental, agregó: *"Por eso creo que está muy bueno que seamos profesionales del ámbito 'psi' las que coordinamos estos espacios... Tenemos una mirada que va más allá de las fallas cognitivas... Aunque el objetivo más directo sea estimularlos en eso, hay que verlos como un 'todo'... A veces es igual de importante ver cómo se sienten, si hablan con los demás, si están tristes, etc., que si hicieron o no los ejercicios"* (sujeto 1, agosto 2020). En este caso, los talleres en el Hogar "Florencia Nightingale" son dictados por profesionales de la psicología y psicopedagogía, sin incluir otros actores.

A partir de las entrevistas, se abstrae que este tipo de talleres produce un impacto positivo en la calidad de vida de los adultos mayores, ya que estimulan la esfera cognoscitiva así como la socioafectiva y la emocional. En el plano cognitivo, se observó una mejoría en cuanto a olvidos —registrados por los mismos sujetos y por sus familias—, fluidez verbal, atención y quejas subjetivas. Y en el plano socioafectivo, se reportaron cambios en el estado anímico general y reforzamiento de los vínculos. *"Justamente lo anímico repercute mucho en lo cognitivo, y viceversa. Es impresionante y hasta emotivo ver cómo mejoran a partir del intercambio con los compañeros, de la charla... Y también al revés... Muchos abuelitos que eran super callados y retraídos, a partir de mejorar la atención, la memoria y la participación, empezaron a entablar vínculo con otros abuelos y a estar de mejor humor"* (sujeto 1, agosto 2020), refirió la profesional.

De la realización de las entrevistas a los ancianos del Hogar "Florencia Nightingale" que asisten a los talleres, los resultados son los siguientes. Se

entrevistaron a 6 adultos mayores (5 mujeres y un hombre), con un promedio de edad de 75 años. Tres de ellos tenían nivel educativo universitario, dos de ellos nivel secundario, y uno de ellos primario completo. Todos los entrevistados cuentan con familia continente que los visita habitualmente en el hogar. Se obtuvo de las entrevistas que todos ellos cuentan con buen estado de salud general, aunque con los signos normales del envejecimiento, tales como mayor lentitud psicomotriz, disminución de velocidad de respuesta y menor capacidad de atención y concentración.

En relación a su visión acerca de esta etapa vital y el futuro próximo, varios de los entrevistados se mostraron a gusto con su situación actual, refiriendo a su vez algunos proyectos y deseos para el futuro cercano, acordes a sus posibilidades. Un adulto mayor refirió: *"Sé que estoy grande... Pero sigo con ganas de hacer cosas. No hablo solo de las actividades de acá en el hogar, sino por ejemplo el año que viene me gustaría viajar al Norte del país con mis nietos"* (participante 1, agosto 2020). Pudo extraerse, además, que en varios de los casos esta visión subjetiva se vio modificada a partir de su participación en los talleres, viéndose aumentado su entusiasmo y humor general, tal como relató otro de los entrevistados: *"Cuando entré al hogar hace 6 meses la verdad es que estaba bajoneado... Pensaba que me iba a aburrir muchísimo, pero los talleres me sorprendieron. Las chicas que coordinan son macanudas. La verdad, me divierto. Empecé con el de memoria y me terminé sumando también al de cine. Hasta mi familia dice que me ve mejor"* (participante 2, agosto 2020).

Más específicamente, en relación a las alteraciones cognitivas, se obtuvo que los mayores cambios percibidos en los últimos años por los adultos entrevistados fueron los olvidos cotidianos, olvido de nombres propios, disminución de la capacidad atención y concentración. *"Antes estaba mucho más atento, filoso... En los últimos años me doy cuenta que estoy más lento mentalmente. No me gusta porque no quiero perderles el ritmo a las charlas en las reuniones familiares, no quiero quedarme afuera de eso"* (participante 3, agosto 2020). Se observaron quejas subjetivas al respecto, lo cual en varios casos fue lo que motivó su inclusión en alguno de los talleres ofrecidos en el hogar, tal como relató otro de los sujetos: *"No solo estoy más lento en las*

piernas sino también en la cabeza... Pero intento hacer cosas que me mantengan más despierto. Por eso quise sumarme al taller de memoria” (participante 4, agosto 2020).

En relación con las actividades realizadas, se obtuvo de los dichos de los participantes que las actividades más estructuradas destinadas a la estimulación cognitiva suelen ser un tanto más complejas que aquellas de tipo más flexible y artesanal. *“Admito que a veces los ejercicios que nos dan las chicas son difíciles, unos con tarjetas que tenemos que ordenar y memorizar... Igual ya después de varias semanas del taller, cada vez me cuesta menos. Me alegra porque quiere decir que estoy mejorando, estoy más atento”* (participante 6, agosto 2020). Otro de los sujetos sostuvo algo similar: *“Mi parte favorita es cuando tenemos que llevar fotos familiares y entre todos compartir los recuerdos... Me gusta más y me es un poco más fácil que cuando trabajamos con las tarjetas de memoria”* (participante 1, agosto 2020). Esto es coincidente con lo referido previamente por la psicopedagoga, quien registró algunos sentimientos de frustración ante las tareas que requieren mayor esfuerzo cognitivo, en contraste con las actividades más libres.

Por último, se observó un gran disfrute en los talleres, referido por todos los entrevistados, y creciente entusiasmo extendido a otras áreas vitales, como la esfera vincular y familiar, en línea con lo expuesto anteriormente. *“Me metí en el taller de memoria porque me lo recomendó mi familia... Y la verdad me encantó, me divierte. Además, nos llevamos muy bien, en especial con uno de los compañeros del taller, y juntos nos terminamos enganchando en el taller de cine también”* (participante 1, agosto 2020). En relación a esto, otro de ellos dijo: *“Noté mucho los cambios en mi humor, en mis ganas de charlar... Hasta mi familia me dice que no puede creer que antes estaba super callado, y ahora volví a ser más chistoso en las reuniones”* (participante 5, agosto 2020). Esto denota, tal como fue mencionado, un cambio muy positivo en la calidad de vida general de los adultos a partir de su inclusión en los talleres de estimulación cognitiva.

7. Discusión

A partir de los resultados obtenidos de las entrevistas, y luego del recorrido teórico realizado anteriormente, es posible establecer relaciones y contrapuntos entre los desarrollos de los diversos autores citados, y la experiencia particular del Hogar de adultos "Florencia Nightingale", en cuanto a los efectos de la estimulación cognitiva en los adultos mayores, y el rol de la psicopedagogía en esta tarea. Se inicia con el contraste entre la teoría y los resultados obtenidos del primer eje temático.

La tercera edad es una fase de la vida en la que existe un deterioro de todas aquellas estructuras desarrolladas previamente, con lo que se dan cambios a nivel físico, cognitivo, emocional y social (Geis, 2008). Si bien es usual asociar esta etapa con la pasividad, es importante poder considerarla desde una visión humanista, pensando a la vejez también como una etapa de autorrealización, maduración personal, serenidad y sabiduría (Bauzá, 1999; Servín Figueroa, 2015). En la misma línea, se ubica la noción de envejecimiento exitoso, vinculado al bienestar subjetivo y calidad de vida. Los resultados obtenidos de las entrevistas realizadas son coincidentes en este punto, ya que los dichos de las psicopedagogas dan cuenta de la visión que tienen acerca de la vejez y de cada uno de los ancianos que asisten a los talleres, los cuales surgen como espacios de distensión, disfrute y socialización, a la vez que buscan las mejoras cognitivas.

En relación a los principales signos de declive cognitivo, los autores ubican como primeras manifestaciones los olvidos de cuestiones cotidianas, la lentitud intelectual, la disminución de la velocidad de procesamiento de información, disminución del tiempo de mantenimiento de la atención sostenida, y afectación de la memoria reciente (Orozco, 2012; Chavarriga y Franco, 2016). Esto se comprueba a partir de los datos recolectados de las entrevistas, en los que las principales quejas por parte de los individuos y sus familias corresponden a fallas de memoria, olvido de nombres y disminución de la capacidad atenta. Por otro lado, Fernández-Ballesteros (2009) agrega la variable del nivel educativo alcanzado, lo cual favorece que el desarrollo de estos déficits se

produzca más lentamente y en un grado poco perceptible. Puede señalarse aquí lo mencionado por una de las psicopedagogas entrevistadas, acerca de los adultos mayores con menor nivel de estudios, quienes no experimentaron tantas mejoras cognitivas tras su paso por los talleres.

Ahora bien, frente a estos cambios propios del proceso de envejecimiento, la estimulación cognitiva surge como una terapia temprana destinada a restablecer las habilidades cognitivas, lentificar la progresión del deterioro y estabilizar la funcionalidad de la persona (Espert Tortajada y Villalba, 2014). En el Hogar "Florencia Nightingale", se dictan varios talleres destinados a la estimulación cognitiva, siendo uno de ellos el taller de memoria. En este espacio, se realizan distintos tipos de actividades con el objetivo de entrenar la memoria y las funciones mentales en general, de modo más o menos directo, con ejercicios más o menos estructurados. A su vez, es importante agregar que estos talleres son abiertos para que participe cualquier adulto del hogar, no solo aquellos que presentan algún nivel de declive cognitivo.

Dentro de la estimulación cognitiva, se ubica el entrenamiento en funciones ejecutivas, es decir, las habilidades implicadas en aquellas conductas que buscan alcanzar objetivos complejos, en especial los que requieren un abordaje creativo y novedoso, enfrentando al cerebro a un desafío (Verdejo-García y Bechara, 2010). Para esto, pueden utilizarse diversos ejercicios que impliquen rutas neuronales diferentes a las que se usan habitualmente, promoviendo nuevas conexiones cerebrales (Binotti, et al., 2009). En este punto se pueden ubicar varias de las actividades mencionadas por las profesionales entrevistadas, como la realización y posterior narración de recetas de cocina. Este tipo de intervención es coincidente con la investigación realizada por Fernández Rodríguez et al (2018), la cual, como ya fue explicado, concluye en la importancia del entrenamiento en habilidades cognitivas básicas y problemas habituales, lo cual favorecerá el desempeño habitual de la persona en cuestiones cotidianas.

En cuanto al segundo eje que guio las entrevistas, se obtuvo que la estimulación cognitiva aporte múltiples beneficios a los adultos mayores, en

coincidencia con los desarrollos teóricos expuestos. Los talleres de estimulación suelen estar dirigidos a la memoria, pudiendo ejercitarla de modo directo o indirecto. Es decir, en el Hogar "Florescia Nightingale" por un lado se halla el llamado específicamente taller de memoria, y por otro lado se dictan el taller de cine y el taller de juegos de mesa. En esta línea, Araujo y colaboradores (2010) señalan que las funciones cognitivas operan en conjunto, de modo que, para obtener mejores resultados, al buscar estimular la memoria, se incluye también el entrenamiento de otras funciones como el lenguaje, la percepción, la atención, la comunicación, e incluso la imaginación. Las mejoras reportadas por las psicopedagogas engloban la memoria, la fluidez verbal y la motivación general de los ancianos que participaron de los talleres.

Por otro lado, los beneficios de la estimulación cognitiva no son exclusivos de aquellos adultos que sufren de demencia o un marcado deterioro, sino que se han reportado grandes resultados utilizándose en ancianos con deterioro leve, dando cuenta de su función preventiva o de diagnóstico precoz (Orozco, 2012). El proceso de envejecimiento natural trae aparejada cierta disminución de las facultades mentales y físicas, pero, teniendo en cuenta el concepto de neuroplasticidad y la capacidad constante del ser humano de aprender, es posible compensar o frenar el desarrollo de dichas pérdidas a través de mecanismos de entrenamiento y estimulación (Brigeiro, 2005; Espert Tortajada y Villalba, 2014). Los resultados de las entrevistas realizadas en el Hogar son coincidentes con este punto, ya que las psicopedagogas refieren que los talleres son abiertos a todos los ancianos residentes, generando beneficios tanto en aquellos con mayor deterioro cognitivo, como en quienes aún no presentan signos.

Los beneficios reportados no son únicamente en la esfera cognitiva y mental, sino en el comportamiento y motivación general del sujeto, en línea con las conclusiones de la investigación realizada por Rozo y colaboradores (2016), quienes destacan la función terapéutica y preventiva de la estimulación cognitiva, y el impacto en la calidad de vida del adulto mayor. Este punto se relaciona nuevamente con la mencionada noción de envejecimiento exitoso (Sarabia Cobo, 2009). Las profesionales entrevistadas coincidieron en el gran

efecto que los talleres produjeron en la motivación general, entusiasmo y proactividad de los participantes. Esto resulta importante, ya que varios autores hacían referencia, dentro de los cambios en la personalidad que pueden ser propios del envejecimiento, a la falta de motivación, egocentrismo, disminución del espectro de intereses, dificultad en incorporar nuevas actividades e intolerancia a los cambios (Robles, 2016; Geis, 2008)

A su vez, es fundamental hacer referencia a los efectos que la estimulación cognitiva genera en la esfera emocional y social de los participantes. Además de las manifestaciones recién mencionadas, varios autores alertan que los signos de declive cognoscitivo pueden llegar a generar sintomatología psiquiátrica, como angustia, temor, aislamiento social severo o incluso una depresión (Berenbaum et al, 2017). Por esto resulta clave que las intervenciones apunten a estas cuestiones, sumado a los procesos biológicos. Las entrevistas a las psicopedagogas revelan que en el hogar toman esto en cuenta, ya que ellas hacen hincapié en los aspectos psicológicos de los adultos mayores, estando atentas a cambios en su estado de ánimo, y buscando fomentar el lazo social entre ellos. Agregan cómo las mejorías anímicas repercuten positivamente en el estado cognitivo, y viceversa, retroalimentándose ambos procesos continuamente, por lo que no se puede dejar de lado ninguno de los dos aspectos.

Esto a su vez repercute de forma global en la calidad de vida del sujeto, ya que al mejorar sus capacidades, se potencia su autoestima y autonomía, favoreciendo a su vez su interacción con el medio (Espert Tortajada y Villalba, 2014). Del mismo modo, el trabajo interdisciplinario en los talleres de estimulación cognitiva resulta una herramienta valiosa para poder abordar de modo integral el psiquismo de los participantes, apuntando a estimular las funciones mentales, y también abordar los efectos subjetivos de las intervenciones (Berenbaum et al, 2017). En el Hogar "Florence Nightingale" los talleres son siempre de modalidad grupal, y coordinados por psicopedagogas junto con una psicóloga. Según refirieron, esto les permitió una mejor aproximación a las manifestaciones y cambios anímicos que presentaban los participantes, a la vez que la variante grupal apunta a favorecer los vínculos y la

comunicación entre ellos.

Este punto es coincidente con la investigación realizada por Cao y colaboradores (2011), que concluye que las intervenciones que poseen un componente social y lúdico favorecen las capacidades psicosociales de quienes asisten a los talleres, y dan cuenta de una mejor aceptación los participantes, siendo así un modo interesante de aproximación a la problemática. Ya las profesionales entrevistadas hacían referencia al creciente entusiasmo mostrado por los adultos mayores al participar de estos espacios, resultando en su inclusión en más de un taller. Y los mismos ancianos refirieron su sorpresa al comenzar a asistir, encontrando en los grupos espacios de disfrute, aprendizaje y socialización, y registrando ellos mismos las mejoras anímicas y cognitivas. En algunos casos, el entusiasmo resultó extensivo a otros miembros del hogar, llevando a que más de ellos se incorporen a las actividades por iniciativa propia.

Y en cuanto al tercer y último eje, respecto al rol del psicopedagogo en la estimulación cognitiva de adultos mayores, se había hecho referencia al psicopedagogo como un profesional cuyo ámbito de acción son los procesos de aprendizaje. Si bien se suele asociar estos procesos a la infancia y juventud, y a ámbitos de educación formal, verdaderamente no se circunscriben a una etapa vital (Elichiry, 2007). Las personas pueden seguir incorporando aprendizajes a lo largo de toda su vida y en todo tipo de ámbitos, lo cual, al referirnos a tercera edad, se puede ubicar en la misma línea de considerar al adulto mayor como sujeto autónomo y activo, que aún posee capacidad de generar proyectos y participar socialmente (Berenbaum et al, 2017; Queirolo Santibáñez y Donoso Zapata, 2016). Las entrevistas realizadas son coincidentes en este punto, ya que las psicopedagogas buscan continuamente generar cambios en los participantes, estando atentas a aspectos mentales conservados y deteriorados, y las diversas actividades ofrecidas apuntan a estimular una u otra función cognitiva. Los talleres dictados en el Hogar "Florencia Nightingale" de la localidad de Mercedes son un ejemplo de educación no formal realizada en comunidad.

Como ya fue mencionado, otra particularidad ventajosa de que sean psicopedagogas quienes coordinan estos talleres, radica en que son

profesionales idóneas para realizar un abordaje integral de las problemáticas del aprendizaje, incluyendo factores emocionales y sociales (Berenbaum et al, 2017). Los resultados de las entrevistas dan cuenta de que en el hogar se considera a los procesos cognitivos desde una perspectiva amplia, conjugando siempre el procesamiento de la información junto con aspectos afectivos y psicológicos. Además, se evidencia en las actividades propuestas por las coordinadoras que los talleres buscan estimular no solo funciones mentales específicas (como la memoria, la atención, etc.), sino también habilidades sociales y de comunicación. En el Hogar "Florence Nightingale" se realizan actividades estructuradas con tarjetas y ejercicios diseñados para funciones puntuales, y otras de consigna más libre o abierta, como la mencionada acerca de relatar recuerdos asociados a una fotografía.

Otro claro ejemplo de esto es el hecho de que los talleres son siempre de modalidad grupal, siendo el objetivo de esto fomentar el lazo social y el intercambio entre los participantes. En los resultados se evidenció claramente cómo, luego de un tiempo variable de asistir a los talleres, se observaron cambios en los ancianos respecto a su expresión y fluidez verbal, motivación y estado de ánimo, y al mismo tiempo mejoras en la ejecución de las tareas propuestas. Varios autores (Binotti et al., 2009; Barenbaum et al, 2017) referían cómo el entrenamiento en habilidades sociales y expresión emocional impacta en la realización de tareas que implican funciones mentales como la percepción, atención, concentración, etc. Por ello, el psicopedagogo tiene la capacidad profesional para planificar este tipo de actividades, considerando todos estos factores, para lograr resultados óptimos y lo más exhaustivos posibles.

Por otro lado, es interesante mencionar los resultados obtenidos de las entrevistas a los adultos que participan de los talleres, ya que brindan, en primera persona, la experiencia del paso por estos espacios, y los posibles efectos obtenidos. En primer lugar, todos los autores son coincidentes en los efectos beneficiosos del entrenamiento cognitivo para compensar, frenar o reducir la pérdida de una o varias facultades mentales (Brigeiro, 2005). Varios de los ancianos entrevistados refirieron haber notado, ellos mismos, mejorías en cuestiones que antes les molestaban o les generaban obstáculos en su vida.

Ejemplo de esto es lo relatado por un sujeto sobre cómo la lentitud mental le generó preocupación por quedar excluido de reuniones familiares. Y en relación a esto mismo, otro de los entrevistados notó cambios positivos luego de su asistencia a los talleres, pasando de estar más callado, a poder participar con humor de conversaciones familiares.

En la misma línea se ubica lo desarrollado por Geis (2008) acerca de los cambios en la personalidad que pueden suceder en la tercera edad, en especial la dificultad que puede aparecer para realizar nuevas actividades que modifiquen la rutina habitual, lo cual puede ir la mano de un desinterés y decaimiento generalizados. Esto se comprueba en algunas de las respuestas registradas, que hacen referencia a la autopercepción del adulto mayor sobre encontrarse más callado y retraído. Sin embargo, por otro lado puede decirse que casi todos los adultos entrevistados demostraron, a pesar de su avanzada edad, deseos de continuar ejercitando su mente para poder llevar a cabo diversos proyectos personales, algunos más simples como poder mantener la participación en charlas con sus familias, y otros objetivos más complejos como viajar.

En relación a la asistencia a los talleres, en varios de los casos entrevistados se observó que fue la familia de los adultos mayores la que promovió su inclusión en los mismos, a partir de notar los signos de declive cognitivo, como olvidos, o los síntomas de retracción social o decaimiento anímico. Múltiples autores (Sarabia Cobo, 2009; Berenbaum et al, 2017) destacan el papel de la familia para detectar estas manifestaciones. En otros casos, se vio que los mismos adultos fomentaron la participación de otros compañeros del hogar en los talleres, o incluso hay casos que comenzaron con la asistencia a un taller, para sumarse más tarde a otros. Esto podría pensarse como consecuencia del efecto subjetivo de entusiasmo generado por el taller, además de los resultados puramente cognitivos.

En cuanto al papel que juega la familia, tanto los desarrollos teóricos mencionados como algunas de las investigaciones coinciden en el valor fundamental que cobra el círculo familiar del adulto. Por un lado, porque suelen ser los primeros en detectar los signos o síntomas de fallas cognitivas, lo cual

resulta crucial para poder realizar intervenciones tempranas o preventivas, e incluso marcan la diferencia al momento de la detección precoz de una posible demencia (Orozco, 2012). Y, por otro lado, resulta clave el apoyo familiar por el impacto positivo que puede brindar en el estado de salud general del adulto, así como una vía que posibilita y facilita las intervenciones de estimulación cognitiva (Suarez Cid y Gross Tur, 2019). Por su parte, las psicopedagogas relataron cómo muchas veces los familiares preocupados se acercan al equipo profesional del hogar, cuando comienzan a notar que los ancianos se olvidan nombres, o que les cuesta seguir el hilo de las conversaciones; y esto da como resultado que comiencen a asistir a los talleres. Y, a su vez, los mismos adultos mayores registran cómo sus familiares les sugieren que realicen actividades que estimulen su memoria, al percibir estos cambios.

8. Conclusiones

Dentro del proceso normal de envejecimiento, se producen cambios y transformaciones a nivel biológico, físico, psíquico, familiar y ambiental. En el plano cognitivo, es usual encontrar un declive general de las funciones mentales, principalmente la atención, concentración, fluidez verbal y memoria; las cuales cumplen un papel fundamental en la realización de actividades básicas de la vida cotidiana, de modo que afectan en distintos grados la autonomía personal del individuo y su calidad de vida. Es importante para el equipo de salud, la familia y hasta el propio sujeto, estar atentos a las primeras manifestaciones de estos cambios, para poder realizar intervenciones tempranas o incluso un diagnóstico precoz de posibles enfermedades degenerativas, como las demencias o el Alzheimer. Los resultados arrojan que las fallas más frecuentes mnésicas, olvido de nombres y disminución de la capacidad atenta, para lo cual, todos los participantes consideran que los talleres resultan de gran utilidad.

Debido a estos cambios producidos, es habitual que, desde la sociedad contemporánea, donde priman los valores de belleza y juventud, se tienda a caracterizar a la tercera edad como una etapa de decadencia, pasividad e improductividad, llevando a una visión reduccionista y estigmatizante. En contrapunto, resulta fundamental poder pensar a la vejez desde una mirada amplia y humanista, con un enfoque de derechos. De este modo, surge otra concepción de esta etapa, pensándola como un momento posible de autorrealización, sabiduría, maduración personal, y concreción de logros y proyectos, tal como lo informaron los ancianos entrevistados. En la misma línea, se ubica el concepto de envejecimiento exitoso, basado en el bienestar subjetivo y la realización del potencial individual, acorde a las posibilidades de cada persona y su contexto.

Entonces, lejos de pensar a la vejez como un destino de desgaste progresivo e ineludible, las psicopedagogas demostraron pensar en actividades diseñadas para esta etapa que apunten a mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Ante los signos de declive cognitivo, realizan diversas intervenciones con el objetivo de compensar, frenar o lentificar la progresión del deterioro. En este

sentido, los resultados sugieren que la estimulación cognitiva se ubica como una terapia temprana que busca restaurar las habilidades mentales a través de mecanismos de entrenamiento de las distintas funciones, para estabilizar y optimizar el estado funcional del sujeto. Esto puede ser dirigido por profesionales de distintas áreas de la medicina, la salud mental o la educación, entre otros.

Este trabajo indagó acerca de las estrategias de estimulación cognitiva de un Hogar de ancianos llamado "Florencia Nightingale", ubicado en la localidad de Mercedes, provincia de Corrientes. A partir de la investigación realizada, se pudo observar que en dicho hogar se realizan distintos talleres: el de memoria, el de cine y el de juegos de mesa, siendo el objetivo de todos ellos la estimulación de la esfera cognoscitiva de los adultos mayores, de modo más o menos directo. Estos espacios son coordinados por psicopedagogas junto con una psicóloga, y las actividades propuestas van desde consignas estructuradas, hasta propuestas más artesanales y libres. La modalidad de trabajo en los talleres es de tipo grupal, lo cual apunta a estimular no solo las funciones mentales como la memoria y la atención, sino también las habilidades sociales, la comunicación y el armado de vínculos entre los participantes.

En relación a los resultados de la estimulación cognitiva, se puede concluir que los talleres producen efectos beneficiosos en los adultos mayores, en coincidencia con lo planteado por los diversos autores e investigaciones. Por un lado, se registraron mejoras en las áreas que mostraban signos de deterioro, como los olvidos, la capacidad atenta y la fluidez verbal. Asimismo, los efectos se extendieron al plano psicológico, viéndose un aumento de la motivación y socialización, y mejorías en el humor y estado de ánimo. Esto resulta relevante, ya que, en la vejez, los cambios físicos y mentales pueden ir acompañados de sentimientos de angustia, depresión o retracción social. Todos estos cambios positivos fueron transmitidos por las profesionales entrevistadas, pero también por los mismos ancianos, así como por los miembros de sus familias.

Es interesante tener en cuenta el impacto de la estimulación cognitiva en la esfera socioafectiva del adulto mayor, siendo que ambos aspectos se

encuentran relacionados ineludiblemente. La cognición comprende al procesamiento de la información, en interjuego con componentes emocionales. En este punto, cobra especial importancia el rol del psicopedagogo en esta tarea, ya que es un profesional que actúa en torno a las problemáticas de los procesos de aprendizaje, y estos deben ser entendidos como complejos y multideterminados. Asimismo, se explicó que el aprendizaje no se circunscribe a una etapa determinada, sino que está presente a lo largo de toda la vida. El adulto mayor considerado como sujeto de derechos activo, puede seguir incorporando aprendizajes que generen cambios en sí mismo y su entorno. El profesional de la psicopedagogía es idóneo para analizar y abordar los efectos subjetivos de las intervenciones, para diseñar así estrategias de estimulación que incluyan también las habilidades sociales, y el control y expresión emocional. Se evidenció en el presente estudio que la estimulación cognitiva en modalidad de taller aporta, además de mejoras cognitivas, grandes beneficios en la esfera social, ya que los adultos establecen lazos y se relacionan entre sí, combatiendo el aislamiento a veces asociado a la tercera edad.

También resulta necesario hacer referencia al rol que puede cumplir la familia en estos procesos. Se concluyó que, por un lado, suelen ser los familiares cercanos aquellos que detectan los primeros signos de declive cognitivo en los adultos mayores, como los olvidos o confusiones de nombres, o las fallas en la atención al seguir el hilo de conversaciones cotidianas. Y, por otro lado, porque el apoyo familiar es una herramienta que contribuye a mejorar la adherencia del adulto a este tipo de talleres. La atención de los familiares a las manifestaciones de declive cognitivo de los ancianos que residen en el hogar facilitan un temprano diagnóstico y ayudan a tratar adecuadamente la sintomatología a tiempo. En este punto, podría ubicarse como una limitación de este trabajo el no haber realizado entrevistas a miembros de la familia de los ancianos participantes, lo cual podría haber aportado información valiosa respecto de cuáles son los indicadores que observan en sus familiares que los alertan de dificultades cognitivas. Se recomienda tomar esto en cuenta para futuras investigaciones.

Otras limitaciones de este trabajo podrían ser el tamaño pequeño de la

muestra (tan solo 2 profesionales, y 6 adultos), lo cual puede no resultar suficientemente representativo, y el hecho de que la información recabada se basa en opiniones y experiencias personales de los entrevistados. Se recomienda para futuros abordajes el uso de pruebas psicométricas para medir de modo efectivo las funciones mentales mencionadas (atención, memoria, concentración, lenguaje) para partir de resultados objetivos. También se podrían incorporar test y escalas de medición de síntomas depresivos, por ejemplo, para tener información más concreta acerca de la presencia o no de sintomatología psiquiátrica que pudiera incidir en el nivel de deterioro cognitivo de los sujetos. Esto se vincula a que síntomas como la hipobulia asociada a síndromes depresivos muy frecuentes en la tercera edad, pueden incidir negativamente en la actividad del sujeto, impresionando un individuo desconectado, aunque no por razones de deterioro cognitivo. A su vez, la atención se ve afectada en la depresión. Por lo que evaluar esta variable resulta pertinente para que no influya sin control sobre lo investigado en la presente tesina. Por último, podría incluirse entrevistas a otros miembros del equipo de salud del hogar si los hubiera, para incluir la información que ellos pueden aportar desde su rol profesional.

Referencias

- Allegri, R. F. (1994). Del Olvido a la Amnesia. *Memoria y Olvido*.
- Alonso, P., Sansó, F. J., Díaz-Canel, A. M., Carrasco, M y Oliva T. (2007). Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor. *Revista Cubana de Salud Pública*, 33(1), 1-17.
<http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v33n1/spu10107.pdf>.
- Araujo, F., Ruiz, D., y Alemán, M. (2010). Programa de entrenamiento cognitivo en adultos mayores. *Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación*, 22(1), 26-31.
- Bauzá, J. C. (1999). Vejez, representación social y roles de género. *Educación i Cultura: revista mallorquina de Pedagogía*, 12(1), 47-56.
- Berenbaum, L., Rodríguez, M., Sambán, S., Eguidazu, S., y Reciniello, P. (2017). Taller de estimulación de la memoria: un espacio para las representaciones y el lazo social de adultos mayores. *Revista Debate Público. Reflexión de Trabajo Social* 4(13), 145-153.
- Benavides-Caro, C. A. (2017). Deterioro cognitivo en el adulto mayor. *Revista Mexicana de anestesiología*, 40(2), 107-112.
- Binotti, A., Spina, D., De la Barrera, M^a. y Donolo, D. (2009). Funciones ejecutivas y aprendizaje en el envejecimiento normal. Estimulación cognitiva desde una mirada psicopedagógica. *Revista Chilena de Neuropsicología* 4(2), 120- 135.
- Bisquerra A., R. (2008). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Praxis.
- Brigeiro, M. (2005). "Envejecimiento exitoso" y "tercera edad": Problemas y retos para la promoción de la salud. *Investigación y educación en enfermería*, 23(1), 102-109.
- Cao, A. R., Lacruz, I. C., y Pais, M. I. T. (2011). Calidad de vida percibida por las

- personas mayores. Consecuencias de un programa de estimulación cognitiva a través de la motricidad «Memoria en movimiento». *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 46(2), 74-80.
- Carabajo, M. C. (2009). Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete* 1(2), 87-95.
- Castillo, C. M., Tapia, F. M., Herrera, A. R., Ghigliotto, F. M., y Guerra, L. S. (2013). Implementación de un programa de estimulación cognitiva en personas con demencia tipo Alzheimer: un estudio piloto en chilenos de la tercera edad. *Universitas psychologica*, 12(2), 445-456.
- Chavarriga, A y Franco G. (2016). Gerogogia: Aprendiendo a envejecer, prosperidad en el atardecer. *Rumbos ts. un espacio crítico para la reflexión en ciencias sociales*, 1(4), 25-36.
<http://revistafacso.ucentral.cl/index.php/rumbos/article/view/174>
- Davicino, N. A., Muñoz, M. S., María, L., y Donolo, D. (2009). El rol psicopedagógico en la estimulación cognitiva de pacientes con demencia tipo Alzheimer. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 4(1), 6-11.
<https://www.redalyc.org/pdf/1793/179317756002.pdf>
- Del Campo, M. (1999). *Dificultades de aprendizaje y tercera edad: Prácticas* (1ra. Ed.). Universidad de Educación a Distancia.
- Del Carmen Pérez-Fuentes, M., del Mar Molero, M., Gázquez, J. J., y Soler, F. J. (2015). Estimulación de la Inteligencia Emocional en mayores: El programa PECI-PM. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 4(3), 329-339.
- Duta, N. (2012). Formación psicopedagógica del profesorado universitario en el contexto actual de la enseñanza superior. *IX Jornadas de Redes*. Alicante, España: Universidad de Alicante. <https://web.ua.es/es/ice/jornadas-redes-2012/documentos/comunicaciones-orales/245690.pdf>

- Elichiry, N. (2007) Introducción. Castorina, J. A; Elichiry, N.; Lenzi, A. y Schlemenson, S. (Compiladores) *Aprendizajes, sujetos y escenarios*. Noveduc.
- Espert Tortajada Tortajada, R., y Villalba Agustín, M. D. R. (2014). Estimulación cognitiva: una revisión neuropsicológica. *Therapeia*, 1(6), 73-93.
- Fernández-Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo: contribuciones de la psicología*. Pirámide.
- Fernández Rodríguez, E. J., Sánchez Gómez, C., Monroy Pérez, M. L., Barbero Iglesias, F. J., y Calvo Arenillas, J. I. (2018). Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores. *Gerokomos*, 29(2), 65-71.
- Fuentes, M. D. C. P., Jurado, M. D. M. M., Cámara, M. J. O., y Rubio, I. M. (2014). Propuesta de intervención cognitiva en personas mayores: Programa de Estimulación Cognitiva e Inteligencia Emocional para Mayores. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 477-487.
- Geis, P. P. (2008). *Tercera edad. Actividad física y salud*. Editorial Paidotribo.
- Glaser, B. G. y Strauss, A. L. (1968): *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research*. Weidenfeld and Nicolson.
- Granillo Sanmartin, M. F. (2017). *Influencia de factores genéticos y ambientales en la aparición de la enfermedad de alzheimer* (tesis de pregrado). Universidad Técnica de Machala, Ecuador.
- Jaskilevich, J., Lopes, M. A. y Pepa, M. J. (2017). *Herramientas prácticas para la coordinación de talleres de memoria: aspectos psicoeducativos y metacognitivos del entrenamiento cognitivo con adultos mayores*. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXIV Jornadas de Investigación, XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología -

Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

- Madrigal, L. M. J. (2007). La estimulación cognitiva en personas adultas mayores. *Revista cúpula*, 1(1) 4-14.
- Martínez Azumendi, O. (2001). Taller psicopedagógico para crisis de ansiedad y agorafobia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 4(78), 127-137.
- Mejía-Arango, S., Miguel-Jaimes, A., Villa, A., Ruiz-Arregui, L., y Gutiérrez-Robledo, L. M. (2007). Deterioro cognoscitivo y factores asociados en adultos mayores en México. *Salud pública de México* 1(4), 475-481.
<http://dx.doi.org/10.1590/S0036-36342007001000006>
- Müller, M. (2000). Balances y perspectivas de la psicopedagogía en la bisagra del milenio. *Revista Aprendizaje Hoy*, 44, 7-12.
- Nieto, L. A. R., y López, G. C. H. (2011). Modelo de intervención psicopedagógica encaminado al desarrollo de aspectos emocionales, cognitivos y conativos. *International journal of psychological research*, 4(1), 29-39. <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299022819005.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2012): Innovaciones para un envejecimiento sano. *Boletín de la OMS*, 90(3). 157-244.
- Orozco, M. E. D. (2012). Olvidos cotidianos en personas mayores. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4), 1294-1309.
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=38347>
- Paternina Osorio, D., Felfle Fuentes, Y., Porto Osorio, L., Melguizo Herrera, E., y Bertel de la Hoz, A. (2014). *Efectividad de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores residentes en centros de protección social en la ciudad de Cartagena 2014*. (Tesis doctoral). Universidad de Cartagena, Colombia.

- Pujol, S. (2006). Envejecimiento normal. Demencias. Trastornos psiquiátricos de la epilepsia. En *Introducción a la psiquiatría* (3a. ed.) (431-436). Polemos.
- Queirolo Santibáñez, F., y Donoso Zapata, S. (2016). Descripción de intervenciones psicopedagógicas para la evocación de recuerdos en adultos mayores con un leve grado de Alzheimer o Deterioro Cognitivo normal (tesis de pregrado). Universidad Viña Del Mar, Chile.
- Robles, L. (2016). *Miradas sobre la vejez. Un enfoque antropológico*. Plaza y Valdés.
- Rozo, V., Rodríguez, O., Montenegro, Z., y Dorado, C. (2016). Efecto de la implementación de un programa de estimulación cognitiva en una población de adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Bogotá. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 11(1), 12-18.
<https://www.redalyc.org/pdf/1793/179346558004.pdf>
- Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw Hill.
- Sarabia Cobo, C. M. (2009). Envejecimiento exitoso y calidad de vida: Su papel en las teorías del envejecimiento. *Gerokomos*, 20(4), 172-174.
http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-928X2009000400005yscript=sci_arttextylng=en
- Servín Figueroa, A. (2014). *La Vejez: ¿Plenitud o decadencia? Una reflexión desde la Logoterapia*. México: Logoforo. <https://logoforo.com/la-vejez-plenitud-o-decadencia-una-reflexion-desde-la-logoterapia>
- Sosa, M. J. (2016). *Deterioro cognitivo en la vejez. ¿Fenómeno normal?* (Tesis de pregrado). Universidad de la República, Uruguay.
- Suárez Cid, L., y Gross Tur, R. (2019). Estimulación cognitiva y apoyo familiar hacia adulto mayor con deterioro cognitivo. *Revista información científica*, 98(1), 88-97. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDREVISTA=331yIDARTICULO=86230yIDPUBLICACION=825>

5

Valle, M. (2012). La intervención psicopedagógica: problemas y perspectivas actuales. *Contextos de Educación*, 12(12), 1-5.

<https://www.hum.unrc.edu.ar/publicaciones/contextos/articulos/vol12/pdfs/01-valle.pdf>

Verdejo-García, A., y Bechara, A. (2010). Neuropsicología de las funciones ejecutivas. *Psicothema*, 22(2), 227-235. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72712496009.pdf>

Yuni, J. y Urbano, C. (2005). *Educación de adultos mayores*. Brujas.

Anexos

Anexo n°1: Consentimiento informado

Se llevará adelante la grabación de esta entrevista con fines académicos para la Universidad de Flores, Facultad de Psicología y Cs. Sociales. La información obtenida será publicada en un proyecto de investigación, guardándose siempre sus datos personales. Si en algún momento de la intervención usted desea dejar de participar en la grabación de la entrevista, rogamos que nos lo comunique y a partir de ese momento se detendrá el procedimiento.

He leído el documento de consentimiento informado que me ha sido entregado, he comprendido las explicaciones en él facilitadas acerca de la grabación de las entrevistas y he podido resolver todas las dudas y preguntas que he planteado al respecto. También comprendo que, en cualquier momento y sin necesidad de dar ninguna explicación, puedo revocar el consentimiento que ahora presento. También he sido informado/a de que mis datos personales serán protegidos y serán utilizados únicamente con fines de formación y desarrollo académico. Tomando todo ello en consideración y en tales condiciones, consiento participar en la grabación de las sesiones y que los datos que se deriven de mi participación sean utilizados para cubrir los objetivos especificados en el documento.

Firma:

Aclaración:

Fecha:

Anexo n°2: Entrevistas a psicopedagogos

Eje nro. 1: Estrategias para favorecer la estimulación cognitiva en adultos mayores.

- 1) ¿En qué consisten los talleres de estimulación de la memoria?
- 2) ¿Qué tipo de actividades lleva a cabo para favorecer la estimulación cognitiva en los adultos mayores del hogar en que trabaja?
- 3) ¿Participan todos los adultos mayores o solo aquellos con deterioro cognitivo?

Eje nro. 2: Beneficios de la estimulación cognitiva en adultos mayores.

- 4) ¿Observa beneficios luego de la aplicación sostenida de estimulación cognitiva?

-En caso afirmativo, ¿cuáles? ¿Puede describirlos?

-En caso afirmativo, ¿luego de cuánto tiempo?

- 5) ¿Los beneficios se observan en aquellos con deterioro cognitivo? ¿o la estimulación cognitiva tiene también una función preventiva?

Eje nro. 3: El rol del psicopedagogo respecto de la estimulación cognitiva de adultos mayores.

- 6) ¿Trabaja individual o grupalmente con los adultos mayores para su estimulación cognitiva?

7) ¿Trabaja interdisciplinariamente con otros trabajadores del hogar?

- 8) ¿Cómo puede describir su función en la estimulación cognitiva del adulto mayor?

- 9) ¿Cree que los talleres de la memoria mejoran la calidad de vida de los adultos mayores? Desarrolle.

Anexo n°3: Entrevistas a adulto mayor

1. ¿Cuál es su edad?
2. ¿Cuál es su profesión y/o nivel educativo alcanzado?
3. ¿Hace cuánto tiempo está en este hogar?
4. En sus palabras, ¿cómo describiría esta etapa de su vida?
5. En su rutina diaria, ¿cómo se siente?
6. ¿Tiene amigos y familiares que lo visiten en el Hogar?
7. ¿Qué piensa del futuro cercano? ¿Cuáles son sus planes?
8. ¿Cuáles son los principales cambios físicos que ha experimentado en los últimos años?
9. ¿Suele tener problemas en la memoria y/o atención?
10. ¿Por qué viene al Taller de la memoria?
11. ¿Qué hace en el Taller?
12. ¿Qué es lo que más le gusta? ¿Y lo que más le cuesta?
13. ¿En qué sentido cree que lo que hace en el taller la/lo beneficia?

Las transcripciones de las entrevistas junto al cuaderno de respaldo están al resguardo del investigador.

Anexo 4. Geolocalización del Hogar de Ancianos "Florencia Nightingale"

