



Universidad de Flores

Facultad de Psicología y Ciencias Sociales

Rector Emérito: Dr. Roberto Kertész

Rector: Mgter. Néstor H. Blanco

Vice Rectora Académica: Arq. Ruth Fische

Decana de Psicología y Ciencias Sociales: Lic. Beatriz Labrit

Directora Carrera de Psicopedagogía: Lic. Laura Waisman

Directora Educación Virtual: Lic. Ivana Garzaniti

TESINA

**Juego como estrategia psicopedagógica en la  
estimulación cognitiva de adultos mayores**

Autora: Fernández, María Eugenia

Legajo N°: **25442**

**Tutora temática: Andrea Machicote**

**Tutores metodológicos: Dr. Edgardo Etchezahar – Mg. Talía Gómez Yepes**

## Índice

Resumen	3
Introducción	5
1. Marco Teórico	7
2. Antecedentes	18
3. Planteo del Problema	23
4. Objetivos	25
4.1. <i>Objetivo general</i>	25
4.2. <i>Objetivos específicos</i>	25
5. Método	26
5.1. <i>Diseño</i>	26
5.2. <i>Participantes</i>	26
5.3. <i>Técnicas de recolección de datos</i>	27
5.4. <i>Procedimiento</i>	28
6. Resultados	29
7. Discusión	36
8. Conclusión	39
Referencias	41
Anexo	46

## **Resumen**

El presente trabajo tuvo como objetivo principal analizar el juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años. La temática estudiada en este trabajo es de fundamental interés para la psicopedagogía dado que analiza las estrategias de estimulación cognitiva existentes para potenciar el funcionamiento cognitivo con vista a promover un envejecimiento activo y saludable. Para realizar esta investigación se utilizó una metodología cualitativa, basada en el diseño de la Teoría Fundamentada. Así, se realizaron entrevistas semi-estructuradas a ocho participantes de un taller de estimulación cognitiva y a dos psicopedagogas coordinadoras de ese mismo espacio, en Salto, provincia de Buenos Aires. Los resultados pusieron de manifiesto que las participantes asisten a este espacio para mantenerse activas mentalmente, que disfrutan jugar y que, desde que asisten al taller, notaron grandes cambios en lo que tiene que ver con memoria, agilidad mental, socialización con otros adultos mayores y desarrollo de la creatividad e imaginación. Es por esto, que se concluyó que el juego forma una parte esencial de la estimulación cognitiva necesaria para la construcción de procesos de aprendizaje en adultos mayores. Este forma parte de los aprendizajes no solo en la infancia, sino que también tiene una gran importancia en las etapas que le siguen de la vida. Más aún, el juego se puede adaptar los intereses de cada persona y estimular las capacidades cognitivas sin grandes dificultades ni sacrificios.

Palabras clave: juego – estimulación cognitiva- adulto mayor – estrategia psicopedagógica

## **Abstract**

The main objective of the present work was to analyze the game as a psychopedagogical strategy in the cognitive stimulation of adults older than 60 years. The subject studied in this work is of fundamental interest for psychopedagogy since it analyzes existing cognitive stimulation strategies to enhance cognitive functioning with a view to promoting active and healthy aging. To carry out this research, a qualitative methodology was used, based on the design of the Grounded Theory. Thus, semi-structured interviews were conducted with eight participants in a cognitive stimulation workshop and two psycho-pedagogists coordinating that same space, in Salto, Buenos Aires province. The results showed that the participants attend this space to stay mentally active, that they enjoy playing and that, since they attended the workshop, they noticed great changes in what has to do with memory, mental agility, socialization with other older adults and development of creativity and imagination. For this reason, it was concluded that play forms an essential part of the cognitive stimulation necessary for the construction of learning processes in older adults. This is part of learning not only in childhood, but also has great importance in the following stages of life. Furthermore, the game can adapt the interests of each person and stimulate cognitive abilities without great difficulties or sacrifices

Key words: play - cognitive stimulation - older adult - psychopedagogical strategy

## Introducción

Uno de los cambios demográficos más significativos del último tiempo es el incremento en la proporción de adultos mayores en la población general, relacionado con el aumento en la expectativa de vida de este grupo etario y el descenso en la tasa de natalidad (Mella, González, D' Appolonio, Maldonado, Fuenzalida & Díaz, 2004). En el caso de la sociedad argentina se evidencia el envejecimiento desde la década del 70, acelerado en las décadas siguientes y se profundizará en las próximas. El Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) registra que entre 1970 y 2010, el porcentaje de personas mayores de 65 años pasó del 7 al 10,23%. Asimismo, proyecciones del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) indican que hacia 2050 el 25% de la población argentina tendrá 60 años o más.

El aumento en la expectativa de vida implica el desafío de adaptarse a los diversos cambios propios de la edad avanzada y enfrentar experiencias de pérdidas y amenazas al bienestar personal. Entre tales experiencias se encuentran la viudez, la jubilación, cambios de residencia, menor participación en la sociedad y mayor vulnerabilidad ante acontecimientos inesperados. Las experiencias que el individuo adquiere a lo largo de su vida pueden hacer que el adulto mayor se sienta realizado o en el otro extremo desesperanzado y marginado del resto. Si bien los estereotipos negativos de la vejez aún persisten, han ido disminuyendo en los últimos años para privilegiar una concepción más positiva del envejecimiento.

Se define que un adulto envejece con normalidad cuando es capaz de integrarse y desenvolverse de manera eficaz tanto en su familia como en la sociedad, superando las barreras culturales que le impidan desarrollar todo su potencial y mantener un nivel adecuado de bienestar personal (Rioseco, Quezada, Ducci & Torres, 2008).

En relación a la formación de las actuales generaciones de adultos mayores de Argentina, es importante destacar que esta población está constituida por generaciones que no han atravesado la masificación de la educación. Según datos brindados por el INDEC, el 29,5 % no completó la enseñanza primaria, y el 50,7% completó el nivel primario pero no el secundario. Las personas tienen una serie de características

cognitivas que cambian con la edad; con el paso de los años se produce un cambio de los procesos cognitivos. Los que están relacionados con la inteligencia que tienen que ver con el razonamiento rápido, la abstracción y la formación de conceptos, por ejemplo, comienzan a declinar en la adultez, mientras que los que se corresponden con conocimientos culturales, declinan a edades muy avanzadas o no lo hacen nunca (Redondo, 2003).

En este panorama, el presente trabajo buscó analizar el juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años, desde el enfoque de la Psicopedagogía. Para llevar adelante esta investigación fue necesario conocer los rasgos biológicos, psicológicos y sociales que marcan la adultez, así como también se destacaron los modos en los que se produce la estimulación cognitiva en este rango etario. Del mismo modo, se han mencionado los beneficios del juego y del acompañamiento psicopedagógico para potenciar los procesos de aprendizaje en adultos mayores. Así, se han rastreado ocho antecedentes empíricos provenientes de diferentes investigaciones acerca de la importancia de la estimulación y el juego en población de este rango etario. A partir de una metodología cualitativa y, teniendo en cuenta lo mencionado previamente, se realizaron entrevistas individuales a ocho participantes de un taller de estimulación cognitiva para adultos mayores y a dos psicopedagogas coordinadoras de este mismo espacio, en Salto, provincia de Buenos Aires.

Los resultados demostraron que las participantes asisten a este espacio para mantenerse activas mentalmente, que disfrutan jugar y que, desde que asisten al taller, notaron grandes cambios en lo que tiene que ver con memoria, agilidad mental, socialización con otros adultos mayores y desarrollo de la creatividad e imaginación. Asimismo, las psicopedagogas entrevistadas comentaron que el juego es muy importante para la estimulación cognitiva y que los resultados obtenidos en los talleres realizando actividades lúdicas son muy favorables para las participantes. A partir de esto, se concluyó que el juego forma una parte esencial de la estimulación cognitiva necesaria para la construcción de procesos de aprendizaje en adultos mayores. Este forma parte de los aprendizajes no solo en la infancia, sino que también tiene una gran importancia en las etapas que le siguen de la vida. Así, el juego debería formar parte de cualquier actividad que se plantee para adultos mayores, teniendo en cuenta las múltiples ventajas que éste implica.

Por último, no quisiera olvidarme de agradecer a quienes han acompañado mi recorrido a lo largo de mi formación profesional. A mi familia, a mis amigos, a mis docentes, y a quienes han brindado su tiempo para ser entrevistadas para este trabajo.

## **1. Marco Teórico**

### **Consideraciones acerca de los adultos mayores**

La noción de “tercera edad” es un término antropológico que hace referencia a las últimas décadas de la vida, en la que el ser humano se aproxima a la edad máxima que puede vivir. En esta etapa del ciclo vital se presenta un declive de todas aquellas estructuras que se habían desarrollado en las etapas anteriores, por lo que se dan cambios a nivel físico, cognitivo, emocional y social. A pesar que esta fase tiene un punto final que es la muerte, la edad de inicio no se encuentra establecida específicamente, ya que no todos los individuos envejecen de la misma forma. Sin embargo, debido que la edad biológica es un indicador del estado real del cuerpo, se considera que se trata de un grupo de la población que tiene 65 años de edad o más (Binotti, Spina, De la Barrera & Donolo, 2009).

Al analizar el concepto de adultez o vejez, Iacub (2011) menciona que, actualmente, en los países más desarrollados aparece una mediana edad que se extiende hasta la vejez, modificándose los procesos de transición hacia la vejez de forma más lenta. El retiro laboral, y otros rasgos biológicos, psicológicos y sociales van marcando este proceso donde se produce una ruptura del equilibrio anterior. Cada cultura da al tema de la edad un peso distintivo; sin embargo, es un tema crucial en la construcción de la identidad del adulto medio y mayor. Este mismo autor sostiene que, de acuerdo a la edad y el medio sociocultural del sujeto, en cierto momento se duda acerca de determinados roles y expectativas sobre sí mismo. Lo cual implica una reconstrucción y resignificación de su identidad en esta etapa de la vida, teniendo que procesar a través de los modelos sociales y personales operantes la vivencia del envejecimiento.

Con respecto al 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. Siguiendo lo que plantea Pujol (2013), la lentitud, los cambios de su personalidad hacia la terquedad, las reiteraciones y el egocentrismo tornan al geronte poco adaptativo y perturbador dentro de la dinámica del hogar.

La lentitud intelectual, al igual que la del movimiento corporal, son marcadores clínicos y neuropsicológicos característicos del proceso de la senectud. Esto implica que cuando disminuye la velocidad, también disminuye el procesamiento de la información nueva. Esta declinación comienza a partir de la cuarta o quinta década de vida. Tal como mencionan Chavarriaga y Franco (2016), este proceso responde a cambios fisiológicos a nivel del lóbulo frontal y sus conexiones subcorticales. Con respecto a la atención, disminuye el tiempo de mantenimiento de la atención sostenida, lo que significa que al anciano le cuesta más omitir los estímulos, que lo distraen, y prestar atención simultáneamente a dos tareas distintas (lo que se conoce como “atención dividida”).

Por su parte, Del Campo (1999) sostiene que en el anciano la memoria reciente 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 la pérdida de la habilidad para conseguir las estrategias de fijación, pero si se ofrecen dichos mecanismos, el grabado puede ser exitoso. La causa de los principales fracasos de la memoria reciente es la lentitud en la búsqueda de tales datos, unos momentos después, entre todos los acumulados en el archivo de la memoria.

En lo que respecta al proceso de envejecimiento normal, no hay dificultades para realizar razonamientos lógicos o deducciones o para resolver los problemas cotidianos comunes. El antecedente de haber alcanzado un nivel educativo y cultural elevado, como así también ejercitar la esfera intelectual, favorece que el desarrollo de éstos déficits se produzca en una pendiente con mínima inclinación atenuada y lentamente y en un grado poco perceptible. El anciano que “envejece normalmente” 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, 2009).

Del mismo modo, se deben mencionar los cambios físicos asociados a esta etapa de la vida. Hay cambios que pueden ser notorios en la motricidad, como pueden ser la pérdida de la agilidad, de la coordinación motora y de la fuerza muscular. Por esto, algunos adultos mayores suelen sentir inseguridad en los movimientos y en la marcha. La capacidad de reacción ante obstáculos se ve disminuida y no se pueden realizar con rapidez movimientos corporales de acomodación para evitar caídas. 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, por lo que el individuo tiende a adoptar una postura global en flexión leve y los pasos se abrevian (Robles, 2016).

Contemplando las características mencionadas previamente, autores como Carabajo (2009) establecen que el concepto de “tercera edad” se asocia con la pasividad, ya que los cambios biopsicosociales que la acompañan provocan un cambio en su rutina. Del mismo modo, existe una enorme estigmatización que consiste en relacionar la tercera edad con la decadencia de la vida del ser humano. La realización de actividades recreativas, que son entendidas como el conjunto de actividades a las que el individuo puede dedicarse de lleno, ya sea para descansar, para divertirse, para desarrollar su información y formación desinteresada, su participación social voluntaria o su libre capacidad creadora, funciona para contrarrestar los prejuicios existentes con respecto a la tercera edad. Esto se debe a que a través de estas actividades se logra romper con la rutina, con el sedentarismo y el aislamiento del que pueden ser parte los adultos mayores.

Hoy en día, la sociedad occidental privilegia los valores materiales y la búsqueda de una permanente juventud y belleza, donde el proceso natural de envejecimiento en el ser humano suele considerarse como sinónimo de decadencia, improductividad, y hasta una forma de discapacidad que coloca a las personas mayores de 60 años en una situación profundamente desventajosa y hasta discriminatoria, no solo en el ámbito laboral y social, sino hasta en el seno de su propia familia y comunidad. Esto hace imprescindible la necesidad de hacer una reflexión sobre la vejez desde una concepción humanista del ser humano, resaltando los valores y derechos que toda persona tiene en cuanto ser humano, con una dignidad que está por encima de enfermedades y condiciones de vulnerabilidad en que se pueda encontrar el adulto mayor (Servín, 2015).

En lo que refiere a algunas de las problemáticas que atraviesan a este rango etario, Jaskilevich, Lopes y Pepa (2016) consideran que las personas adultas mayores de 50 años se encuentran preocupadas por su rendimiento intelectual. Siendo los talleres de estimulación cognitiva estrategias muy valiosas para trabajar la atención, la memoria, el lenguaje, las funciones ejecutivas y las prácticas. Estos mismos sugieren un abordaje holístico desde la mirada de la psicología positiva. Concluyen que la estimulación cognitiva permite generar un impacto positivo en el bienestar subjetivo de adultos mayores en tres áreas: la cognición, la inteligencia emocional y la autoestima.

## **Aprendizaje en adultos mayores**

En lo que respecta a las capacidades cognitivas de los adultos mayores puestas en juego en los procesos de aprendizajes, se pueden mencionar las siguientes: la atención, que es una concentración selectiva de la actividad mental, puede ser voluntaria o espontánea, la función atenta varía no solamente según las posibilidades del individuo, 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. Por el lenguaje se entiende un sistema de códigos con cuya ayuda se designan los objetos del mundo exterior, sus acciones, cualidades y relaciones entre los mismos. Y, por último, las funciones ejecutivas son necesarias para desenvolverse en el entorno, comprenden la capacidad de planificar, ejecutar, evaluar el comportamiento, por lo tanto se puede decir que las mismas son actividades mentales complejas (Araujo, Ruiz & Alemán, 2010).

En función de tales capacidades cognitivas residuales se elabora un proceso de estimulación cognitiva para adultos mayores, proceso que se incluye dentro de las denominadas terapias no farmacológicas, es importante destacar que la estimulación cognitiva debe ser llevada a cabo en el marco de una actuación globalizada, complementándose con la terapia farmacológica, la orientación familiar y el abordaje social, de manera tal que se logre implicar al sujeto como una totalidad integrada (Araujo, Ruiz & Alemán, 2010).

Por otro lado, desde la perspectiva del ciclo vital se aporta una visión positiva de las capacidades intelectuales de las personas mayores. Esta visión positiva conlleva la creencia de que, en edades avanzadas, el aprendizaje es posible y por tanto la educación de las personas mayores debe orientarse al aprovechamiento de las capacidades y no a la compensación del déficit. Para lograrlo, los responsables de la educación deben partir de una consideración positiva de las capacidades de los mayores, acompañada de los recursos didácticos apropiados, lo que llevará a una mejora significativa del aprendizaje ya evitar bloqueos paralizantes (Flecha, 1997).

Así se puede contemplar el aprendizaje como un proceso a lo largo de la vida, por lo que la participación en estudios formales para personas adultas mayores supone un estímulo para su crecimiento personal. La esperanza de vida después de las jubilaciones cada vez mayor, por lo que estas personas suelen ser activas hasta edades muy avanzadas y por tanto se plantean ocupación del tiempo no sólo en actividades recreativas sino en formación y reciclaje. Para Willis (1985), un objetivo educacional es generar roles satisfactorios en la jubilación. En este caso la principal meta está en la satisfacción personal en vez de la económica. Las personas mayores muchas veces se inscriben en cursos y aulas llamadas de la Tercera Edad para que les ayuden a desarrollar metas para su tiempo de ocio tras la jubilación.

Cada vez con mayor frecuencia investigadores y profesionales desarrollan programas de enseñanza cognitiva y estrategias que están destinados a evitar o cambiar el sentido del déficit en el aprendizaje, la memoria o la resolución de problemas, por ejemplo, los talleres de memoria para personas ancianas sin ningún deterioro cognitivo ayudan a que estas personas puedan utilizar estrategias que les ayuden a mejorar su memoria. Los cursos de preparación para la jubilación también son un ejemplo de actividad de aprendizaje y con el avance de las nuevas tecnologías se han organizado cursos de formación en conocimientos informáticos para personas mayores. La formación en cuestiones relacionadas con la tecnología puede representar una área de potencial interés para las personas mayores y una vía para integrarse dentro de la corriente de nuevos conocimientos (Triadó, Martínez & Villar, 2000).

### **Estimulación cognitiva en el adulto mayor**

Para comprender mejor la estimulación cognitiva es necesario nombrar algunas características de las funciones ejecutivas. Éstas forman parte de las funciones cognitivas más complejas y manifiestan cambios en el envejecimiento. La actividad de estas funciones cumple un papel fundamental en el funcionamiento cognitivo, ya que contribuyen a que la persona aprenda, se maneje autónomamente, tome decisiones, se proyecte, planifique, programe, entre otras habilidades importantes para el desempeño cotidiano. Autores como Jurado, Matute y Rosselli (2008) sostienen que de las habilidades cognoscitivas, las funciones ejecutivas son las más sensibles al proceso de envejecimiento.

Para que se produzca el aprendizaje, es fundamental la actividad de estas funciones de orden superior, ya que le permiten a la persona, por un lado, diseñar y planificar una serie de estrategias, y por otro, observar críticamente ese proceso, revisar si esas estrategias son las adecuadas, corregir los errores y modificar las acciones y comportamientos que se requieren para resolver las situaciones nuevas que el sujeto tiene que enfrentar en su relación con el medio, permitiéndole así la adaptación al mismo (Jurado, Matute & Rosselli, 2008).

Entonces, las funciones ejecutivas y el aprendizaje presentan diversos cambios con el paso de los años. De hecho, los resultados de las pruebas neuropsicológicas que evalúan el funcionamiento ejecutivo de muchos adultos mayores sanos presentan, en general, indicios de disfunción, incluyendo excesiva rigidez mental, alteración de la atención, enlentecimiento del procesamiento de la información y dificultades para la toma de decisiones, modificaciones que inevitablemente inciden para que el proceso de aprendizaje se realice de manera diferente a etapas anteriores de la vida (Calero & Navarro, 2006).

Las investigaciones llevadas a cabo por Torralva y Manes (2007), dentro del campo de las Neurociencias, demuestran que, a pesar de estos cambios, el adulto mayor puede mantenerse activo cognitivamente, puede seguir aprendiendo, gracias principalmente a que el cerebro conserva su plasticidad (es decir, la capacidad de reestructurarse que tienen las neuronas). Está demostrado que ésta capacidad del cerebro posibilita la mejora de las funciones cognitivas y el retardo del deterioro propio del envejecimiento. La plasticidad neuronal también favorece el desarrollo de reserva cognitiva, siempre que se haga presente una intensa actividad intelectual durante toda la vida que permita mantener activo el cerebro, enriqueciendo las conexiones entre las neuronas y ayudando a compensar el deterioro normal que se da con el paso de los años.

Con el objetivo de mantener el cerebro activo es necesario enfrentarlo a aprendizajes de situaciones nuevas que lo alejen de la rutina y lo desafíen constantemente. Más aún si se sabe que el cerebro posee la capacidad para hacer que las tareas nuevas se vuelvan rutinarias con facilidad. Es así que los adultos mayores mantienen sus capacidades cognitivas y esto exige nuevas demandas y requerimientos con la comunidad, con los sistemas de protección social y con los profesionales. Entre ellos, cobraría especial relevancia, el rol del psicopedagogo como profesional capacitado para realizar intervenciones tendientes a la optimización del desarrollo

personal de quienes envejecen y, por ende, de la calidad de vida de los mismos (Manes & Torralva, 2007).

Cuando se hace referencia al concepto de estimulación cognitiva, autores como Acuña y Risigia (1997) mencionan que las funciones cognitivas no se dan en forma aislada sino articulada, pero al mismo tiempo, algunas de acuerdo a la tarea prevalecen antes que otras. De aquí se desprende que la estimulación debe realizarse en forma global y no puntal. Al mismo tiempo, consideran que el estimulador debe tener muy en claro qué quiere estimular, planificar, ser flexible. Si bien las tareas propuestas son importantes es necesario trabajar con la motivación y la confianza en uno mismo de los adultos mayores. Éstas son un pilar de la estimulación; así como también es necesario facilitar que los pacientes hablen, asocien y refuercen sus habilidades sociales.

Este tipo de estimulación cognitiva engloba las actuaciones dirigidas a mantener o mejorar las capacidades cognitivas ya referidas y se fundamenta en la planificación psicopedagógica de actividades para la activación y mantenimiento de las capacidades mentales (Davicino, Muñoz, De la Barrera & Donolo, 2009). Así, se puede definir a la psico-estimulación cognitiva como un proceso de mejoramiento en la calidad de vida de las personas en cuanto a su atención, memoria, comprensión, orientación temporal y espacial. De igual manera, se considera necesario realizar intervenciones que aseguren una adecuada adaptación del adulto mayor a los cambios ambientales, suministrándole mecanismos para que adquieran estrategias compensatorias y le ayuden a mantener su competencia social (Jara, 2008).

### **El juego como estrategia psicopedagógica**

Cuando se habla de juego como estrategia psicopedagógica es necesario primero definir qué entienden por juego autores relevantes que investigaron sobre el tema. Según Visca (2003), en el juego se articulan aspectos cognitivos, afectivos y sociales que permiten la ejercitación del individuo a través de distintas actividades lúdicas, en especial con los juegos lógicos. Favoreciendo la apropiación del conocimiento y el desarrollo de habilidades y destrezas. Y ciertamente, es necesario que el profesional psicopedagogo conozca en profundidad las conductas que el juego propone y estimula para poder guiar la secuencia del mismo y evaluar sus resultados.

Por su parte, Huizinga (1938) utiliza la expresión “homo ludens” refiriéndose a la importancia del juego en el desarrollo humano y su función cultural. En general, el

juego es para el hombre adulto una actividad superficial; sin embargo, caracteriza al juego como un momento de libertad que se desarrolla en un tiempo y espacio determinado y se puede salir de él cuando se lo necesite. Todo juego exige un orden, reglas, ciertas repeticiones y destrezas, presentando elementos de tensión que hay que resolver. Así, el juego es tan esencial para el hombre adulto como lo es trabajar o reflexionar.

Al respecto de la libertad del juego, Terr (2000) señala que las actividades lúdicas en la vida adulta son tan importantes como lo es el juego en la niñez. A menudo, los adultos dejan de jugar y pierden la riqueza que el juego aporta en todas sus dimensiones conscientes e inconscientes. Jugar supone dejarse llevar liberarse de máscaras y entrar en el mundo de las posibilidades, la creatividad y la imaginación. El juego permite ese aprendizaje más libre donde se permite explorar, ensayar, elaborar. Estas actividades siempre se dan a partir de un disparador, de deseos, duelos, necesidades, expectativas, intereses, entre otras.

Por su parte, Alfaro (2003), quien se dedicó a estudiar los juegos tradicionales, reconoce las influencias del juego y señala que enriquecer la vida con juegos ha sido, durante milenios, una vía natural y espontánea para transmitir de una generación a otra las mejores tradiciones y las normas de comportamiento. Este autor le confiere a los juegos un valor excepcional y extraordinario, porque transmiten los conocimientos, las formas de pensar y actuar en la sociedad, desarrollan en los individuos cualidades aceptables en su accionar que son necesarias para el desenvolvimiento en la sociedad, como la cortesía, el respeto a los demás, la honestidad, entre otros. Por lo tanto, se considera que el juego es una actividad generadora de placer, que contribuye al fortalecimiento de actitudes de las personas en la sociedad. Su valor físico radica en el fortalecimiento de capacidades y habilidades que benefician el movimiento de los individuos y mejoran sus condiciones físicas.

Autores como Russel y Huizinga (2002) consideran al juego desde dos puntos de vista: como una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella, sino por sí misma; y desde el punto de vista sociológico como una actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tienen sus objetivos en sí mismo y se acompañan en un sentimiento de tensión y alegría. Sobre la base del criterio de estos autores se considera que los juegos son actividades que forman parte de la vida de los seres humanos, les proporcionan

placer y contribuyen a su desarrollo. En los adultos mayores favorecen las vivencias, las experiencias agradables, las interrelaciones sociales, la amistad, el respeto y, en especial, el fortalecimiento de la voluntad, la autoestima y las condiciones físicas.

Lifter (2000) define el juego como la expresión de estados intencionales, las representaciones en la conciencia construidas a partir de lo que el individuo sabe y sobre lo que está aprendiendo de eventos que suceden. Consiste en actividades espontáneas, que ocurren naturalmente con objetos que comprometen la atención y el interés de la persona. El juego puede o no involucrar a cuidadores o pares, puede o no involucrar el despliegue de afecto, y puede o no involucrar la simulación o el “como si”.

A la hora de analizar el juego en adultos mayores se debe señalar que éstos no pueden desarrollar ni las mismas actividades, ni en el mismo tiempo y forma que otros grupos de edades. Tampoco los adultos mayores aprenden del mismo modo que las personas jóvenes. Sin embargo, el aprendizaje disímil no se debe a la existencia de imposibilidades propias de la vejez. Sino que por el contrario sucede que los adultos han sido socializados en otros contextos y bajo otros influjos, por lo que someterlos a incorporar nuevos conocimientos bajo técnicas didácticas actuales no puede resultar más que un fracaso. Por tal motivo es que el juego y la recreación, adaptados a las necesidades físicas de una población mayor, resulta un modo efectivo para aprender, por ejemplo, un deporte (Oddone & Aguirre, 2005).

Los investigadores Super y Harkness (1986) propusieron que el juego y las relaciones con los pares no pueden entenderse si no se toma en cuenta el entorno (factores contextuales) en el cual se despliegan. Así, el concepto de entorno lúdico hace referencia al conjunto de factores externos al individuo que tienen un rol directo en el despliegue de su actividad lúdica. Estrictamente, hace referencia a los factores contextuales proximales que tienen relación inmediata con el juego y no se incluye en este concepto a los factores distales, como la cultura en general o la coyuntura social e histórica vigente. Si bien estos factores generales son tomados en cuenta para comprender el marco general que contextualiza una realidad, el concepto de “entorno lúdico” se refiere fundamentalmente a dos dimensiones:

a) Condiciones físicas tangibles que contextualizan el juego, como escenarios y materiales con los que el individuo cuenta para desplegar su juego. Éstas se denominan entorno lúdico físico.

b) Condiciones intangibles que contextualizan el juego, como las representaciones mentales de pares, maestros y otros cuidadores respecto del juego y

temas relacionados, que se expresan en actitudes, valores, creencias y conductas derivadas de éstas. Esto finalmente se expresa en las oportunidades o restricciones para jugar que estos actores ofrecen al individuo. Éstas se denominan entorno lúdico actitudinal (Super & Harkness, 1986).

En la primera dimensión, la de las condiciones físicas, debemos advertir que el espacio disponible para jugar puede influir en el tipo, cantidad, duración y calidad de las actividades de juego. Según Tizard (1976) los niños tienden a ser atraídos a formas de juego cognitivamente distintas en escenarios interiores y exteriores: el juego motor grueso es más común en escenarios externos que en escenarios interiores, mientras que el juego de construcción tiende a ocurrir en espacios interiores.

En la segunda dimensión, la del entorno lúdico actitudinal, se vincula con las percepciones de niños y adultos sobre las actividades y preferencias lúdicas. Según Moyles (1989) existen dos posiciones distintas con relación a la intervención de los adultos en el juego de los niños. Por un lado, está la tutoría en el juego o la enseñanza directiva a los niños de cómo jugar; y por otro, la visión de que el adulto debe tener muy poca presencia durante el juego libre del niño. Según estos autores, cuando hay tutoría, hay acompañamiento del niño y se genera un juego de mayor fantasía y complejidad. Así, la tutoría mejora la calidad del juego de los niños y la creatividad, la solución de problemas, la adquisición de perspectiva, la inteligencia verbal, el desarrollo del lenguaje y la fluidez ideacional.

### **Acerca de la intervención psicopedagógica**

La psicopedagogía se puede definir como una disciplina que actualmente se encuentra en auge, debido a los grandes cambios sociales, políticos, culturales, entre otros. El profesional de la psicopedagogía no sólo se desempeña en el área educativa, sino también en instituciones de salud, socio comunitarias, en empresas, entre otros espacios. 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. Deberá estar capacitado para prevenir, diagnosticar, asesorar, realizar orientaciones y tratamiento en aquellos casos en donde el aprendizaje y sus vicisitudes se pongan en juego (Müller, 2008).

De acuerdo a esta misma autora, las competencias del psicopedagogo son: la planificación, gestión y evaluación de planes, programas y proyectos de salud y educativos; el diagnóstico en diversos grupos etarios de los proceso de aprendizaje sus

perturbaciones y potencialidades; además de la intervención, orientación y derivación de las dificultades en el aprendizaje, el acompañamiento en procesos de Orientación Vocacional Ocupacional; 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; otras posibles actividades pueden ser coordinar espacios de reflexión que permitan acuerdos entre los actores del proceso educativo; ofrecer espacios con distintas modalidades y dinámicas, talleres participativos, charlas expositivas con distintos profesionales (Müller, 2008).

Con respecto al rol psicopedagógico, se destaca que el concepto de neuroplasticidad cerebral 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, Muñoz, De la Barrera & Donolo, 2009).

Del mismo modo, y tal como sostienen estos mismos autores, el rol psicopedagógico resulta de gran valor preventivo y terapéutico en el marco de los tratamientos múltiples e integrales que deben ponerse en marcha frente a las dificultades que aparecen en el desarrollo cognitivo del adulto mayor (Davicino, Muñoz, De la Barrera & Donolo, 2009). Así, el psicopedagogo resulta un profesional apto para realizar tareas específicas dirigidas a preservar y potenciar las capacidades conservadas de cada anciano y lograr el enlentecimiento de los deterioros y perturbaciones.

Por último, en lo que respecta a sus prácticas, es función del psicopedagogo realizar evaluaciones de los aspectos cognitivos preservados y perturbados para en función del diagnóstico obtenido interdisciplinariamente, brindar asesoramiento y orientaciones al paciente y sus familiares y proponer estrategias terapéuticas adaptadas a las circunstancias. Es de vital importancia que el psicopedagogo participe activamente tanto en la realización de estudios e investigaciones que permitan un mayor conocimiento científico acerca de las peculiaridades del desarrollo mental del adulto mayor y las posibles alternativas terapéuticas, como así también en la elaboración, ejecución y evaluación de planes, programas y proyectos que posibiliten la aplicación generalizada de tales intervenciones y recursos (Bisquerra, 2008).

## 2. Antecedentes

En un artículo de investigación realizado por Cabrera, Morales, Arias, Gonzalez, Vega, Coronado y Cepeda (2011), el objetivo planteado fue determinar la eficacia de una intervención educativa sobre la Memoria Operativa de Trabajo (MOT) en el adulto mayor a través de juegos populares mediante una intervención educativa con medición de MOT antes (semana cero) y después (semana cinco), en 25 sujetos asignados a 2 grupos. Como instrumento de medición se utilizó la Escala Wechsler de Inteligencia para Adultos III (WAIS III) y el Mini Mental State Examination (MMSE). La intervención duró cinco semanas; se evaluó la MOT antes y después con t de Student y con ANOVA para intragrupo. El grupo control no recibió intervención. En el grupo de intervención se observó una diferencia significativa entre las mediciones (MMSE  $p=0.012$  y WAIS III  $p=0.02$ ); en el grupo de control la diferencia mostrada no fue significativa (MMSE  $p=0.8$  y WAIS III  $p=0.9$ ), mientras que el ANOVA sólo mostró diferencias dentro del grupo de intervención. Los resultados del proyecto permitieron concluir que la intervención educativa con juegos populares para el adulto mayor muestra resultados favorables sobre la memoria operativa de trabajo. El funcionamiento cognitivo y la MOT puede preservarse y mejorar, rompiendo los estereotipos que aseguran la pérdida de memoria de los adultos mayores, sin olvidar el declive existente en la vejez. Las limitaciones de la MOT deterioran la importancia de su participación activa en la asistencia a programas educativos y de salud.

Otra investigación, la realizada por Rey y Canales (2012) tuvo como objetivo mostrar los efectos cognitivos y perceptivo motrices de un programa de estimulación cognitiva para adultos mayores denominado “Memoria en movimiento”. En la misma participaron 234 personas con una media de edad de 69 años, procedentes de 8 centros de mayores de diferentes núcleos de la comunidad autónoma gallega (España), distribuidas en grupo experimental (n 185) y grupo control (n 49). Los criterios de selección fueron mayores de 60 años, ausencia de deterioro cognitivo; inexistencia de problemas de inmovilidad y no institucionalización. Se utilizó consentimiento informado. Mediante un diseño cuasi experimental se aplicó “Memoria en movimiento” al grupo experimental -antes y después del programa- cuatro meses durante el año 2008. El grupo control participaba en otros programas que no eran regulados por el equipo de investigación. Se utilizaron tres herramientas: una evaluación informal, un informe

médico y una evaluación formal. La evaluación formal se centró en MEC (mini examen cognoscitivo) y Test de dígitos Wais III. Las conclusiones a las que arribaron los autores indicaron que este programa de estimulación cognitiva consigue a través de 26 sesiones el desarrollo de la atención, la memoria, las funciones perceptivo motrices de la conciencia corporal y de la estructuración espacial de las personas mayores a partir de tareas de carácter lúdico y social que requieren la implicación motriz de los participantes.

Además, se puede destacar el trabajo realizado por Rada (2012), quien se propuso como objetivo principal revisar una serie de preconceptos que se tenía sobre las personas mayores a la luz de una experiencia de campo realizada entre mayo de 2011 y febrero de 2012 en la pileta de natación de la sede social del Club Atlético Lanús, ubicado en la localidad bonaerense homónima. La metodología utilizada procuró rastrear las representaciones y discursos de los propios actores, este estudio presenta un diseño cualitativo de estudio de caso. Respecto a las técnicas de recolección de la información, las mismas fueron la observación participante y no participante, combinada con entrevistas a los profesores del curso y a algunos de sus alumnos. Con respecto a los participantes, debe decirse que de un total de cuatro cursos de adultos mayores (conformados por personas que superan los 60 años) que posee al Club Lanús, se han estudiado dos de éstos y uno de adultos de mediana edad, a saber mayores de 40 años. Frente a los resultados obtenidos, el autor concluyó en la necesidad de desechar un conjunto de características peyorativas aplicadas a la vejez, como ser la incapacidad de aprender, divertirse, jugar, conocer nuevas personas y forjar otras redes sociales de apoyo. La experiencia observada demuestra que no sólo las personas mayores pueden seguir jugando y bromeando, sino que a partir de la combinación entre ellas pueden incorporar nuevos saberes, como el de un deporte. A su vez, la práctica de este ejercicio físico les brinda a las personas la oportunidad de obtener bienestar y reducir con ello las posibles limitaciones funcionales y físicas ligadas al paso de los años.

Por otro lado, se puede mencionar la investigación llevada adelante por Tortosa, Caus y Martinez (2014), quienes se basaron en un diagnóstico inicial previo a un proyecto con una institución social para incluir actividad física y juego en la atención integral de personas mayores en situación de indigencia denominado el “Buen Vivir”. Los objetivos fueron por un lado conocer las opiniones de un grupo de personas mayores en situación de indigencia relacionadas con su actividad física ocio, recreación y salud. Y, por otro lado, analizar las políticas sociales del Buen Vivir y la atención de

las PAM (Personas Adultas Mayores) en Ecuador y, específicamente del Cantón de Otavalo. Este trabajo presentó un enfoque novedoso desde la metodología cualitativa realizando entrevistas en profundidad y utilizando el método de observación participante. Participaron 60 personas. Los resultados proporcionaron información sobre la Vida Triste y el Buen Vivir de este colectivo, que puede ser de utilidad para diseñar planes de intervención enfocados a mejorar la calidad de vida de estas personas, como por ejemplo, programas de actividad física recreativa e inclusión social. Finalmente, los autores destacaron, a modo de conclusión, la importancia del desarrollo de políticas públicas destinadas a adultos mayores, ya que las condiciones precarias han influido negativamente en su proceso de envejecimiento produciendo problemas de salud física, cognitiva y social.

Los investigadores Soler y Romero (2014), por su parte, llevaron adelante un trabajo cuyos propósitos fueron caracterizar el enfoque de aprendizaje de los estudiantes que lideran actividades lúdicas y recreativas basadas en el juego en la jornada nocturna, y trabajar los patrones básicos de movimiento y las capacidades físicas en estudiantes de la jornada nocturna. La experiencia consistió en realizar, bajo la modalidad de la investigación–acción, una práctica lúdica, recreativa y deportiva basada en el juego con los estudiantes de la jornada nocturna, que, orientada por los estudiantes de uno de los ciclos y bajo la tutela de los docentes investigadores, se impartió a los estudiantes de los demás ciclos de esta jornada con el propósito de afianzar aspectos conceptuales relativos a las habilidades motoras y organizacionales, en los primeros, por medio de estrategias metacognitivas, y de fomentar habilidades procedimentales y actitudinales en los segundos. Como grupo organizador, se eligieron 16 estudiantes de la institución educativa Compartir del municipio de Soacha (Colombia). Frente a los resultados obtenidos, los autores concluyeron que este tipo de actividades, poco comunes en esta modalidad de educación para adultos en la jornada nocturna, promueve desempeños que suelen permanecer ocultos en las actividades académicas cotidianas, se resalta la autonomía, la autorregulación y el uso de estrategias metacognitivas utilizadas en el diseño e implementación de la experiencia significativa implementada. Finalmente, ha quedado evidente que la lúdica y la recreación fundamentadas en el juego se muestran como una potente forma de trabajar los valores en los estudiantes de la jornada nocturna, siendo también una manera de fortalecer la autonomía, el compromiso y el sentido de pertenencia por la institución.

Otra investigación realizada por Lara, Beltrán y Araque (2016) persiguió el objetivo de presentar la metodología y los resultados de una de las cohortes del programa de promoción de habilidades comunicativas, lingüísticas y cognitivas “Mentes en Acción”, dirigido a adultos mayores y desarrollado de forma interdisciplinaria en el Programa Docente Asistencial Centro de la Comunicación Humana de la Universidad Nacional de Colombia. Este introduce un programa interdisciplinario. Así, se analizaron y compararon resultados de 92 participantes antes y después de 8 semanas, se evaluaron habilidades cognitivas y lingüísticas así como el impacto de la calidad de vida. Los resultados obtenidos evidenciaron mejorías significativas en la mayoría de los dominios evaluados (comunicación, atención, memoria, habilidades de planificación y razonamiento) y en algunas de las variables relacionadas con la calidad de vida tales como dolor, salud general, rol emocional, función social y salud mental. Frente a esto, las autoras concluyeron que el impacto del programa fue positivo en todas las áreas: cognitiva, lingüística y en la calidad de vida de los adultos mayores. Logrando la preservación y optimización de dichas habilidades. A nivel cualitativo los participantes refirieron un mayor bienestar en relación a la salud y sus habilidades diarias.

Del mismo modo, se destaca el trabajo llevado adelante por Sauvé y Angulo (2016), cuyo propósito principal fue identificar los aspectos ergonómicos que facilitan la manipulación de los juegos digitales por parte de los adultos mayores. Para tal fin fue desarrollada una adaptación digital del juego de Bingo, a la cual se ha integrado contenido de aprendizaje en relación con la alimentación y el ejercicio físico. 77 sujetos respondieron un cuestionario de escala Likert sobre los aspectos ergonómicos del juego. La estadística descriptiva permitió caracterizar las opiniones de los jugadores a través de índices de percepción. Un análisis inferencial permitió identificar las diferencias en las representaciones de los participantes según la edad, el género, el nivel de competencias informáticas y las habilidades como jugador. En general los resultados sugirieron percepciones muy positivas en torno a la convivialidad de la navegación y el desafío propuesto por el juego. Los participantes valoraron significativamente la facilidad de manipulación de la pantalla táctil, la confrontación con un adversario y los elementos de la interfaz que les permiten interactuar con el dispositivo y con los demás jugadores. En sintonía con esto, los autores concluyeron que el creciente uso de juegos digitales por parte de adultos mayores exige una mayor exploración de las consideraciones de diseño que favorecen la usabilidad por parte de este tipo de usuarios. Los cambios relacionados

con la edad pueden hacer que los juegos sean menos fáciles de usar, lo cual disminuye su potencial como herramienta de aprendizaje. Con el fin de hacer el juego más fácil de usar por parte de adultos mayores es importante considerar en el diseño los cambios relacionados con la edad.

Finalmente, se destaca el trabajo llevado adelante por Angulo, Sauvé y Plante (2017) cuyo objetivo principal fue medir el grado de ergonomía de un juego educativo en términos de diseño, usabilidad y legibilidad pedagógica. Con el fin de verificar este propósito, fue desarrollado el juego Solitaire Quiz, una adaptación digital del juego Solitario, a la cual se integraron diversos contenidos de aprendizaje de interés para los adultos mayores. Siguiendo un enfoque orientado al usuario, este estudio los llevó a medir las condiciones ergonómicas de un juego educativo adaptado para los adultos de 55 años y más. Los participantes fueron 42 adultos mayores. Este estudio se apoya principalmente en métodos cuantitativos, aunque ciertas interpretaciones basadas en técnicas cualitativas aportan algunos matices a las conclusiones. Dichos elementos de análisis cualitativo son principalmente basados en la observación. Los datos cuantitativos han sido tratados con diferentes técnicas de análisis descriptivo. El análisis incluye el cálculo de frecuencias y porcentajes para cada pregunta. Por último, los autores concluyeron que se necesitan más estudios para examinar la facilidad de uso de los juegos educativos en formato digital por parte de los adultos mayores. Esto permitirá maximizar el potencial cognitivo y social que los juegos pueden ofrecer, en particular en el campo de la promoción de la salud y de los buenos hábitos.

### 3. Planteo del Problema

Según cálculos de la Organización de Naciones Unidas (ONU), la población mayor de 65 años aumentó de 131 millones de 1950 a 420 millones en el 2000; durante la década del 90 el aumento fue del 2 % anual con un pico de 9.5 millones entre 1999 y el 2000. Se espera que en el año 2050 el porcentaje de ancianos en la población mundial pasará del 10 al 21 %. El envejecimiento de los seres humanos es ante todo un logro de la humanidad de los estados, de los gobiernos y del desarrollo científico técnico alcanzado por la sociedad. La esperanza de vida en el mundo ha aumentado de 46 a 76 años desde 1950 y para este siglo se espera que el número de edad avanzada se duplique y pase de 1:10 a 1:5.

La educación tradicional tiene por delante un gran desafío en lo que respecta a la inclusión de adultos mayores. Mientras éstos van transitando diferentes espacios no convencionales en los que dejan de ser “pasivos” al buscar nuevas formas de enseñanza (Colom & Orte, 2001). En estas instancias de aprendizaje, las personas de la tercera edad encuentran oportunidades para crecer, crear y recrear, comunicarse, transmitir sus experiencias, continuar con la formación personal, aprendiendo y enseñando.

Frente a esto, es necesario poner en práctica el concepto de “estimulación cognitiva a través del juego”. Cuando se suele hablar de juego, se refiere evolutivamente a la infancia perdiendo la visión de esta actividad esencialmente humana y sus múltiples beneficios a lo largo de la vida adulta en sus aspectos cognitivos, afectivos y sociales. De acuerdo a Terr (2000), el juego es vital para una vida adulta sana y llena de éxitos. Por su parte, la estimulación cognitiva muchas veces se lleva a cabo a través de actividades muy estructuradas y aisladas. Al respecto Acuña y Risiga (1997), comentan que es necesario proponerles a los adultos mayores una metodología de trabajo para la estimulación global, es decir, sensorial, cognitiva y socio afectiva.

En este contexto, el objetivo general de este estudio de tipo cualitativo es analizar el juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años. Así, se llevó a cabo una recolección de datos de los autores

y estudios más relevantes sobre el tema. Además, se realizaron entrevistas a 8 adultos mayores de 60 años participantes de un taller de estimulación cognitiva y a dos de sus coordinadoras.

En relación con esto, el interrogante principal que guía esta investigación es el siguiente: ¿Es el juego una estrategia psicopedagógica adecuada para favorecer la estimulación cognitiva en adultos mayores de 60 años?

## **4. Objetivos**

### **4.1. Objetivo general**

Analizar el juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años.

### **4.2. Objetivos específicos**

- Describir los principales rasgos biológicos, psicológicos y sociales de los adultos mayores.
- Conocer el modo en el que los adultos mayores aprenden, y cómo se produce la estimulación cognitiva en ellos.
- Investigar cómo funciona el juego como estrategia pedagógica.
- Indagar acerca de los beneficios del acompañamiento psicopedagógico en el aprendizaje de adultos mayores.

## **5. Método**

### **5.1. Diseño**

Se llevó a cabo una investigación de tipo cualitativo y de diseño Teoría Fundamentada. Se puede establecer que el diseño de esta investigación surge desde el planteamiento del problema y es flexible a cada instancia del proceso. Esto implica que el diseño se fue adaptando al entorno en el cual se recolectaron los datos, así como también a los participantes. Esto permite desarrollar una investigación de tipo cualitativa, ya que implica el conocimiento de las situaciones que conforman el objeto de estudio. Esta investigación fue de tipo no experimental, ya que se trabajó con situaciones ya existentes.

Este trabajo contó con dos fases: una descriptiva, donde se plantearon los conceptos teóricos sobre los que sienta base la investigación, y una fase explicativa, en la que se expusieron los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas y se arribó a nuevas conclusiones, comparando esto con la bibliografía mencionada.

### **5.2. Participantes**

Las participantes de este trabajo fueron 8 participantes de un taller de estimulación cognitiva en Salto, provincia de Buenos Aires, y 2 coordinadoras (psicopedagogas) de este mismo espacio. Las participantes del taller tenían entre 62 y 77 años de edad y eran todas mujeres. Mientras que las psicopedagogas también eran de sexo femenino y se desarrollaban en sus tareas en ese taller hace más de 3 años. La muestra fue de tipo no probabilístico, ya que la elección de las participantes no se asoció con la probabilidad.

### **5.3. Técnicas de recolección de datos**

Se utilizó la entrevista semiestructurada con preguntas ordenadas y abiertas que se realizaron siguiendo el curso natural de las entrevistadas sin perder el foco en el interés de la investigación. Las entrevistas se realizaron de manera individual con cada

participante del taller y con cada psicopedagoga, y se ordenaron a partir de un guión confeccionado previamente al momento de realizar el cuestionario.

Las preguntas de las entrevistas realizadas a las participantes buscaron conocer algunos datos personales para poder contextualizar el motivo por el cual asisten a ese taller, para conocer su edad y su actividad por fuera de ese espacio, por ejemplo. Así como también, se buscó conocer su opinión con respecto a los juegos y al taller en particular. Algunas de las preguntas que se les realizaron fueron: ¿Qué tipo de juegos realiza en el taller?, ¿Percibió algún tipo de cambio desde que asiste al taller? En caso afirmativo, ¿cuál/es?, y ¿Recomendaría este espacio? ¿A quiénes?

Con respecto a las preguntas realizadas a las psicopedagogas, se consultó hace cuánto que coordinan esos talleres y se les formularon preguntas acerca de la estimulación cognitiva, el juego y la relación entre ambos. Algunas de las preguntas realizadas fueron: Defina con sus palabras el concepto de “estimulación cognitiva”, Con sus palabras, ¿qué es “jugar”?, y A su parecer, ¿el juego favorece la estimulación cognitiva de adultos mayores? Desarrolle.

#### **5.4. Procedimiento**

En una primera instancia, se procedió a establecer contacto con la institución en la cual se dictan los talleres para informar acerca de las características del trabajo y para pedir los permisos que correspondieran para poder realizar la investigación allí. Habiendo notificado a las autoridades y habiendo obtenido el permiso, se procedió a consultar a las participantes y coordinadoras que quisieran participar respondiendo las preguntas.

Durante el momento del encuentro, se dispuso el guión de preguntas y se les brindó a las entrevistadas el consentimiento informado. Este describe brevemente las características del trabajo, así como de su participación, y es fundamental para confirmar su voluntad.

Habiendo cumplido todos los requisitos mencionados previamente, se procedió a realizar las entrevistas individuales que duraron en promedio 40 minutos cada una. Las mismas se realizaron en la misma institución donde funciona el taller de estimulación cognitiva.

Finalmente, se procedió a desgravar las entrevistas para transcribir algunos fragmentos y poder hacer los análisis pertinentes, en conjunto con los objetivos planteados en este trabajo y con las fuentes de información citadas previamente. Así, se arribaron a nuevas conclusiones y categorías de análisis.

## 6. Resultados

Para abordar el objetivo general de esta investigación, el cual fue analizar el juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años, se les consultó a las entrevistadas acerca de cambios percibidos a partir de su asistencia a los talleres y se les preguntó además si recomendarían ese espacio a sus pares. Con respecto a los cambios percibidos por las participantes, la totalidad mencionó notar cambios positivos, sobre todo en lo que tiene que ver con memoria, agilidad mental, socialización con otros adultos mayores y desarrollo de la creatividad e imaginación. Algunas de las respuestas que fundamentan esto sostuvieron lo siguiente: *“Sí, descubrí un lugar con gente de mi edad para divertirnos y hablar de nuestras cosas. Además me ayuda a mantener la cabeza entrenada y no dejarme estar. Yo soy un poco vaga para leer y esas cosas, pero cuando voy al taller las actividades así planteadas son divertidas y el apoyo de mis compañeras cuando uno se equivoca o no le sale algo dan ganas de seguir. En casa ahora hago listas para recordar, me escribo las cosas, me ordeno, trato de no hacer mil cosas al mismo tiempo porque eso no ayuda a memorizar bien las cosas”* (Elsa, comunicación personal, 28 de Noviembre de 2019).

*“Sí, me siento más activa mentalmente, aunque yo soy muy curiosa y eso me ayuda. A veces nos dan tareas para casa y me siento tranquila un rato a resolverlas con el mate. Mantengo mi memoria fresca y ágil. No solo la memoria sino todo el pensamiento, el lenguaje, la creatividad, la imaginación, las ganas, hasta las cuentas son ahora un desafío para mí”* (Olga, comunicación personal, 27 de Noviembre de 2019 ).

Finalmente, se destaca que todas las participantes recomiendan ese espacio para que los adultos mayores puedan mantenerse activos mentalmente, para aprender cosas nuevas y para socializar con otras personas. En palabras de las entrevistadas, las razones para recomendar la asistencia a este espacio son las siguientes:

*“Sí, lo recomiendo a todos. En especial a las personas de mi edad que siempre se quejan que les cuesta acordarse las cosas o se olvidan de todo. Acá aprendemos que no es tan así. Que no todo es de los años que tenemos, que uno debe seguir haciendo*

*cosas, aprendiendo y teniendo sus proyectos. Hay estrategias que se pueden aprender y uno son darse cuenta va progresando y cada vez las actividades te salen mejor y las realizas con más rapidez” (Elsa, comunicación personal, 28 de Noviembre de 2019).*

*“A todas las personas de mi edad, incluso más jóvenes. Y recomiendo también clases de gimnasia, reuniones, peluquería. Creo que es cuestión de animarse a salir y hacer cosas para uno. Nuestra generación hacía todo para la familia, los hijos, el marido, las cosas de la casa. No estamos acostumbradas a hacer cosa por nosotras. Incluso muchas veces sentimos culpa si lo hacemos pero hay que animarse. No falto por nada” (Mimi, comunicación personal, 26 de Noviembre de 2019).*

Conforme al primer objetivo específico, que fue describir los principales rasgos biológicos, psicológicos y sociales de los adultos mayores, los resultados demostraron que la totalidad de las participantes son de sexo femenino y tienen más de 60 años, siendo la mayoría de ellas amas de casa (cinco de las ocho participantes) y jubiladas (seis de ocho participantes). También, la mitad de las entrevistadas comentó que tenían diferentes trabajos remunerados por fuera de su casa. Con respecto a su asistencia al taller, la mayoría de las entrevistadas respondió que concurren hace más de un año al mismo (siete de ocho participantes).

La última pregunta de este eje sobre sus datos personales consultó acerca de los motivos por los cuales concurren a ese espacio, y también apuntó a conocer en profundidad las características de los adultos mayores, tal como se describe en el primer objetivo específico. Dentro de las respuestas, algunas de las razones brindadas estuvieron relacionadas con falta de memoria y de actividad intelectual, así como también de incentivos familiares y de ganas de socializar con pares. Esto se pudo ver reflejado en las siguientes respuestas:

*“Empecé a notar que me olvido mucho las cosas me hablaron del taller y me anoté para ver qué pasaba. Son cosas de la edad pero hay que ocuparse y no dejarse estar para que no avance. Esto nos mantiene activas mentalmente y socialmente formamos un lindo grupo y comenzamos a compartir además de las actividades del taller nuestras vidas personales” (Norma, comunicación personal, 26 de Noviembre de 2019) .*

*“Para mantenerme en actividad y socializar con mis pares. Salir un poco de casa y de las tareas cotidianas. Yo si bien estoy jubilada ayudo algunos días en la*

*empresa de mi marido con tareas administrativas y necesito estar activa mentalmente. Muchas veces en el trabajo me siento trabada las cosas no me salen con la naturalidad como cuando era más joven” (Angélica, comunicación personal, 27 de Noviembre de 2019).*

*“Para ejercitar la memoria y como ayuda emocional. El grupo me da un espacio que yo no tengo en mi vida, ya que no soy de salir ni de tener muchas amigas. Es un momento de encuentro para mí con personas de mi edad, donde hacemos actividades novedosas, hablamos de nuestras cosas, de lo que pasó en la semana, de los hijos, de los nietos, de los padres y así es un modo de acompañarse también. La profesora nos guía y nos alienta a seguir adelante” (Mimi comunicación personal, 26 de Noviembre de 2019).*

En relación al segundo objetivo específico, que fue conocer el modo en el que los adultos mayores aprenden, y cómo se produce la estimulación cognitiva en ellos, la primera pregunta de este apartado puso de manifiesto que todas las participantes disfrutaban de jugar. Algunas de ellas manifestaron al respecto lo siguiente: *“Sí, me gusta mucho. Los juegos me conectan con mi lado infantil y divertido, que creo ahora que voy al taller que no deberíamos perder con el paso de los años” (Angélica, comunicación personal, 27 de Noviembre de 2019) y “Me encanta desde chica. La verdad me había olvidado lo que me gustaba jugar, me entretiene, me divierte, nos reímos mucho de nosotras mismas. No pasa nada si nos equivocamos. Siempre hay una que le sale algo mejor que otra pero vamos aprendiendo de a poco” (Olga, comunicación personal, 27 de Noviembre de 2019).*

Con respecto a los juegos que se realizan en el taller, las respuestas de las entrevistadas relataron que juegan con cartas, tableros, loterías, entre otros, y que hasta realizan acertijos. Algunas de ellas destacaron que todas las actividades que allí suceden tienen su costado lúdico. Por ejemplo, una de ellas dijo al respecto: *“Jugamos a todo. Realizamos actividades de comprensión, de cálculo, laberintos, pintamos, construimos con objetos de madera o material reciclado. Escribimos a partir de una letra, creamos familias de palabras, miramos videos que son muy inspiradores y después debatimos entre nosotras. Durante una clase hacemos más o menos cinco cosas distintas. No parás de pensar, reír y entretenerte. También hay espacio para chusmear un poco” (Lilian, comunicación personal, 28 de Noviembre de 2019).*

Dentro de los juegos predilectos de las participantes, se destacan los relacionados con la música, ya que lo asocian con recuerdos de cuando eran más jóvenes y les permite expresarse artísticamente bailando y cantando. Del mismo modo, algunas de las participantes mencionaron que sus juegos favoritos son aquellos que se pueden hacer en equipos porque les permite socializar a la vez de entrenar la agilidad mental. Esto se puede ver en las siguientes respuestas:

*“Con palabras tipo tutti frutti, burako, rummy o cuando cantamos y tenemos que adivinar el nombre de la canción, el cantante y la que se anima canta como sigue la letra. Trabajamos con canciones que se usaban cuando éramos jóvenes. Palito Ortega, Sandro, Los palmeras, etc. Eso nos remonta a nuestra juventud”* (Norma, comunicación personal, 26 de Noviembre de 2019).

*“Los juegos en equipos porque socializamos y tenemos que tener agilidad mental, nos gusta competir, nos ponemos las pilas para ganar y ser más rápidas, aunque no siempre sale. También me gustan los juegos en los que hay que usar la creatividad y la imaginación. Crear un cuento a partir de una frase o de una imagen, contar una historia utilizando un grupo de palabras. Inventar una historia a partir de sonidos que escuchamos y nos remontan a algo”* (Angélica, comunicación personal, 27 de Noviembre de 2019).

Los juegos que menos prefieren las entrevistadas, en líneas generales, son los que tienen que ver con matemáticas. En algunos casos esto tiene que ver con que no lo asocian a algo lúdico sino más bien a una tarea o a una obligación, y en otros casos tiene que ver con una cuestión de gustos personales. Una de las participantes dijo al respecto: *“Los juegos con números porque la matemática nunca me gustó y la verdad me cuesta bastante pero entiendo que a veces es necesario hacerlos porque es un desafío para nosotras y muchas cosas que uno deja de hacer se las olvida. Las matemáticas requieren una agilidad mental que creo que ya no tengo pero de a poco voy pudiendo resolver los ejercicios y recordar las operaciones o los procedimientos que se usan en cada caso. Esto también me sirve para mi trabajo donde muchas veces necesito esa agilidad mental que solo te dan las operaciones matemáticas, aunque en el taller es en forma de juego, de cosas de ingenio, seguir secuencias, encontrar resultados, etc.”* (Norma, comunicación personal, 26 de Noviembre de 2019). Mientras que otra de las entrevistadas comentó al respecto de este tipo de juegos: *“Los de matemática con números, o situaciones problemáticas a resolver no son muy atractivos para mí pero los*

realizo igual porque entiendo que es bueno trabajar con todas las áreas. Las sopas de letras tampoco me gustan mucho no sé por qué me cuesta organizarme en el espacio y encontrar las palabras, me pongo nerviosa y no encuentro nada aunque lo tenga ahí” (Olga, comunicación personal, 27 de Noviembre de 2019).

Por otra parte, en relación al tercer objetivo específico, que fue investigar como funciona el juego como estrategia pedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años, se hicieron preguntas a las coordinadoras del grupo. Primero fue necesario conocer en detalle hace cuánto dictan los talleres y conocer la dinámica de los mismos. Las respuestas obtenidas pusieron de manifiesto que ambas profesionales se desempeñan dentro de ese espacio desde hace tres y cinco años cada una. Con respecto a la dinámica de los talleres lo expresado por una de las participantes demostró que buscan encontrar disparadores para las tareas y que se plantean diferentes juegos y actividades que pueden ser tanto individuales como grupales. Del mismo modo, la segunda coordinadora comentó que: *“Los talleres grupales duran una hora y media. En un primer momento conversamos sobre cómo han pasado la semana, cómo se sintieron, qué actividades realizaron, etc. Como segundo momento realizamos una actividad lúdica que varía en cada encuentro. En la última instancia del encuentro, realizamos ejercicios (sopa de letras, crucigramas, etc.). Generalmente se presentan en una hoja. En caso de no terminarlos en el taller, quedan para terminar en casa. Algunos encuentros son con dinámicas diferentes, ya que miramos películas para luego trabajar sobre ellas o también en época de clima cálido, solemos realizar actividades en una plaza o parque”* (Coordinadora 2, comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019). Así, las coordinadoras comentaron que en general son mujeres que buscan un espacio para entrenar la mente y que buscan compartir tiempo con gente de su edad. Otro punto que encuentran en común entre las participantes de los talleres tiene que ver con que son personas que consideran que deben ejercitar la memoria, por ser una capacidad que va disminuyendo con el paso de los años.

A partir de esto, se les preguntó a las coordinadoras qué entienden por el concepto de “estimulación cognitiva”. Las respuestas obtenidas indicaron lo siguiente:

*“La estimulación cognitiva constituye un conjunto de estrategias, técnicas y recursos que tienen como objetivo mejorar las capacidades cognitivas de las personas (atención, memoria, lenguaje, etc.) y por lo tanto su calidad de vida”* (Coordinadora 1, comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019).

*“Es una gimnasia cerebral que ayuda al paciente a mejorar o mantener las capacidades cognitivas”* (Coordinadora 2, comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019).

Luego, se les preguntó a las psicopedagogas qué consideran que es jugar. Esto también tuvo que ver con lo establecido en el tercer objetivo específico número tres, investigar cómo funciona el juego como estrategia pedagógica. Los resultados que se obtuvieron indicaron que las psicopedagogas consideran que jugar es *“entrar en el mundo del “como si”, crear, imaginar, ensayar, actuar utilizando el hacer el pensar y el sentir de modo articulado”* (Coordinadora 1, comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019) y, también, *“es una actividad de estimulación que se realiza de forma entretenida y divertida. Implica desestructurarse y entrar en un mundo simbólico, donde todo es posible”* (Coordinadora 2, comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019). Además, en relación con este mismo objetivo, ambas coordinadoras contestaron que utilizan una variedad de juegos reglados o simbólicos, además que todas las actividades que plantean tienen una impronta lúdica, así como también se ponen en práctica diferentes juegos grupales con elementos como cartas, tableros, entre otros.

Finalmente, en relación al último objetivo específico, que indagó acerca de los beneficios del acompañamiento psicopedagógico en el aprendizaje de adultos mayores, ambas psicopedagogas contestaron que consideran que el juego favorece la estimulación cognitiva en adultos mayores, ya que *“las estrategias que se ponen en marcha para jugar son las mismas que ponemos en juego al momento de aprender. Con la diferencia que jugando no nos damos cuenta. Así se estimulan todas las áreas cognitivas, emocionales y sociales”* (Coordinadora 1, comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019). También se destacó que el juego favorece la estimulación cognitiva de los adultos mayores. Así, se trabaja sobre la concentración, la lógica, la capacidad de deducción y demás funciones, dependiendo del juego elegido.

Finalmente, y con respecto a los resultados obtenidos en sus talleres, las entrevistadas respondieron que como producto de su participación en ese espacio, las asistentes logran abrirse a socializar con más personas, reconocer y poner en valor diferentes recursos, así como también relajarse y divertirse mientras aprenden. Al respecto, una de ellas comentó: *“Es muy gratificante ver cómo las personas llegan algo tímidas, con resistencia o miedos y en el transcurso de los encuentros logran abrirse,*

*reconocer sus recursos, mejorar su autoestima, relajarse y tomar la vejez como una etapa más de la vida. Así como también fortalecer sus funciones cognitivas, generar nuevos vínculos y sentirse más seguras en cuanto a su rendimiento intelectual”*(Coordinadora 1 comunicación personal, 29 de Noviembre de 2019).

## 7. Discusión

El objetivo principal de esta investigación fue analizar el juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años, y ha sido un propósito cumplido. Tanto lo expresado por las participantes del taller como lo mencionado por las psicopedagogas coordinadoras de ese mismo espacio demuestra el potencial psicopedagógico que tiene el juego para lograr la estimulación cognitiva en adultos mayores. Tal como señalan los investigadores Oddone y Aguirre (2005), es necesario, a la hora de analizar el juego en esta población, tener en cuenta que este rango etario no puede desarrollar ni las mismas actividades, ni en el mismo tiempo y forma que otros grupos de edades; por lo que hace falta adaptar el juego y la recreación a las necesidades físicas de una población mayor. De esta manera, resulta fundamental generar las condiciones necesarias para que los adultos mayores practiquen juegos que sean acordes a sus características y a sus modos de aprender. El juego cumplirá la función de estimulación cognitiva, en tanto y en cuanto, se dé en condiciones didácticas que consideren las particularidades de cada adulto mayor y los modos en los que estos construyen sus aprendizajes.

Según el primer objetivo específico de este trabajo, describir los principales rasgos biológicos, psicológicos y sociales de los adultos mayores, se destaca que el concepto de “tercera edad” puede asociarse con la pasividad, ya que los cambios biopsicosociales que la acompañan provocan un cambio en la rutina del ser humano. Por definición, la tercera edad es el momento de la vida en el cual las personas pueden ejercer su derecho a la jubilación y retirarse de las actividades remuneradas. En algunos casos de las participantes del taller, esto no aplica, ya que continúan trabajando, aún estando jubiladas. El hecho de no contar con una actividad remunerada puede entenderse como pasividad, algo que podría definir a los adultos mayores como se mencionó previamente. Esta característica puede implicar una gran estigmatización que consiste en relacionar la tercera edad con la decadencia de la vida del ser humano, tal y como sostiene Carabajo (2009). Uno de los modos de hacer frente a estas características negativas asociadas a los adultos mayores puede ser la realización de actividades recreativas, que son entendidas como el conjunto de actividades a las que el individuo

puede dedicarse por completo. Actividades como las que se realizan en los talleres a los que asisten las ocho mujeres entrevistadas en este trabajo pueden lograr que éstas rompan con la rutina, con el sedentarismo y el aislamiento del que pueden ser parte como adultas mayores. Por este motivo, resulta necesario fomentar la existencia y el desarrollo de espacios recreativos que brinden un contexto de socialización, de recreación y de actividad intelectual a esta población.

Siguiendo lo planteado en el segundo objetivo específico, que fue conocer el modo en el que los adultos mayores aprenden, y cómo se produce la estimulación cognitiva en ellos, resulta necesario señalar que las actividades lúdicas en la vida adulta son tan importantes como lo es el juego en la niñez (Terr, 2000). Es común que los adultos mayores dejen de jugar y se pierdan de la estimulación que esto implica, así como también de los aprendizajes que se construyen mediante el juego. Tal como sostuvieron las participantes del taller, la vida adulta conduce a las personas a ocuparse más del trabajo, la familia y las obligaciones, dejando de lado la riqueza que el juego aporta en todas sus dimensiones conscientes e inconscientes. Puede suceder, entonces, que los adultos mayores conciban el aprendizaje desde otro lugar asociado a instituciones más tradicionales. En cambio, la propuesta pedagógica desde las estrategias lúdicas implica dejarse llevar y entrar en el mundo de las posibilidades, la creatividad y la imaginación. El juego permite ese aprendizaje más libre donde se permite explorar, ensayar, elaborar. Es por esto que vale la pena resaltar el valor que tienen espacios como el taller de estimulación cognitiva en el cual se han realizado las entrevistas en la vida de los adultos mayores y en sus maneras de construir aprendizajes a partir de estrategias menos convencionales.

De acuerdo al tercer objetivo específico de esta investigación, investigar cómo funciona el juego como estrategia pedagógica, se puede establecer que el juego, no solo para esta población sino para otras también, implica un modo menos convencional de construir conocimientos. El juego, entonces, implica diferentes situaciones para socializar con pares, para adquirir nuevos conocimientos y elaborar la atención, para desarrollar la función atenta, la memoria y las funciones ejecutivas, que son necesarias para desenvolverse en el entorno, para planificar, ejecutar y evaluar el comportamiento (Araujo, Ruiz & Alemán, 2010). De esta manera, se establecen nuevas formas de construir conocimiento y, por ende, de aprender a partir de actividades que no sólo tienen la función de recrear y divertir. Frente a esto, tanto las participantes del taller

como las coordinadoras coincidieron mencionando la importancia de que cada actividad que se realice en ese espacio tenga su “costado lúdico”. Así, se pone de manifiesto que el juego está presente en la propuesta pedagógica de este taller, y que resulta fundamental continuar fomentando estos espacios, teniendo en cuenta los favorables resultados que han mencionado ambos grupos de entrevistadas.

Finalmente, el cuarto objetivo específico de este trabajo fue indagar acerca de los beneficios del acompañamiento psicopedagógico en el aprendizaje de adultos mayores. En el caso del taller en el cual se realizaron las entrevistas, el rol de coordinadoras lo cumplían psicopedagogas. Por lo cual, el análisis que se hace de su acompañamiento a los procesos de aprendizaje en adultos mayores tiene que ver, en este caso, con su desenvolvimiento como coordinadoras. Tal como sostienen Davicino, Muñoz, De la Barrera y Donolo (2009), el rol psicopedagógico resulta de gran valor preventivo y terapéutico en el marco de los tratamientos múltiples e integrales que deben ponerse en marcha frente a las dificultades que aparecen en el desarrollo cognitivo del adulto mayor. De esta manera, resulta esencial el accionar psicopedagógico para realizar tareas específicas dirigidas a preservar y potenciar las capacidades conservadas de cada adulto mayor y lograr que los deterioros y perturbaciones propios del proceso de envejecimiento se den de manera más lenta.

## 8. Conclusión

Considerando los conceptos teóricos que se han desarrollado previamente de acuerdo a diferentes autores, los antecedentes empíricos mencionados y los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas, se puede concluir que el juego forma una parte esencial de la estimulación cognitiva necesaria para la construcción de procesos de aprendizaje en adultos mayores. El juego forma parte de los aprendizajes no solo en la infancia, sino que también tiene una gran importancia en las etapas que le siguen de la vida. En el caso de los adultos mayores, el juego plantea diferentes actividades recreativas que permiten, por ejemplo, el desarrollo de la imaginación y la creatividad. Además, cumple una función muy importante para desarrollar habilidades de socialización y de interacción con pares. Por último, otra gran ventaja del juego en adultos mayores tiene que ver con la ejercitación de capacidades que pueden verse disminuidas como consecuencia de la edad, por ejemplo, la memoria. Así, se puede concluir que el juego debería formar parte de cualquier actividad que se plantee para adultos mayores, teniendo en cuenta las múltiples ventajas que éste implica.

Además, es necesario resaltar el papel que cumple el profesional de la Psicopedagogía frente al acompañamiento y a la puesta en práctica de actividades lúdicas para alcanzar la estimulación cognitiva en adultos mayores. En primer lugar, su rol es fundamental para orientar docentes, talleristas, coordinadores, entre otros, que se encuentren en la tarea de enseñar a esta población, desarrollando en conjunto las mejores estrategias y resaltando la importancia del juego para alcanzar la estimulación cognitiva. En segundo lugar, el psicopedagogo puede ser quien lleve adelante una propuesta pedagógica, como es el caso del taller con el que se ha trabajado, por lo que resulta primordial su accionar diseñando actividades que contemplen las particularidades de la tercera edad, así como también los modos en los que estas personas pueden aprender mediante el juego. Por estos motivos, se sugiere fomentar la existencia y el desarrollo de espacios que permitan a los adultos mayores realizar estas actividades, así como también se sugiere la participación de psicopedagogos para orientar estos aprendizajes.

Por otro lado, se debe mencionar una de las principales limitaciones de la presente investigación estuvo relacionada con que se ha tomado una muestra pequeña, tanto de adultas mayores como de psicopedagogas, y no puede resultar representativa de un grupo más grande. Es por esto que se recomienda, a futuro, contemplar una muestra más grande, así como también incluir otros actores, como por ejemplo, familiares, y otras técnicas de recolección de datos, como pueden ser la observación participante.

Se espera que los resultados presentados, así como las conclusiones a las que se han arribado impliquen un avance en lo que respecta a la educación de adultos mayores y las estrategias puestas en práctica para construir aprendizajes. Es necesario considerar a la tercera edad como una parte importante en la vida del ser humano, y además, resulta importante defender el derecho de los adultos mayores a aprender, tal como se hace con la niñez, a través del juego y la diversión.

Para futuras investigaciones se espera poder profundizar en el análisis de los recursos específicos de juego para la estimulación cognitiva de adultos mayores. Ciertamente, hay muchos juegos posibles a desarrollar y la evaluación de las ventajas y desventajas de cada uno de ellos puede resultar de vital aporte para la comunidad académica en general y la psicopedagógica, en particular. Asimismo, resulta de suma necesidad pensar en las estrategias de acompañamiento a adultos mayores con problemáticas de alzheimer o deterioro cognitivo moderado.

Finalmente, frente a la pregunta central de investigación: ¿es el juego una estrategia psicopedagógica adecuada para favorecer la estimulación cognitiva en adultos mayores de 60 años?, la respuesta es necesariamente afirmativa. Sin embargo, debemos estar atentos a la diversidad de necesidades que presenta cada adulto mayor para poder adaptar los juegos a su situación de vida particular.

## Referencias

- Acuña, M. & Risigia, M. (1997). *Talleres de activación cerebral y entrenamiento de la memoria*. Ciudad de Buenos Aires: Paidós.
- Alfaro, R. (2003). *Juegos tradicionales cubanos*. La Habana: Abril.
- Angulo, G. A., Sauvé, L. & Plante, P. (2017). “Adultos mayores y juegos educativos digitales. ¿Qué consideraciones de diseño favorecen su uso?”. *EDUTECH. Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, 62(1), 104-116.
- Araujo, F. G., Ruiz, D. A. D. & Alemán, M. A. A. (2010). Programa de entrenamiento cognitivo en adultos mayores. *Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación*, 22(1), 26-31.
- Binotti, A., Spina, D., De la Barrera, M. & 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*. Barcelona: Editorial Praxis.
- Cabrera, C., Morales, A., Arias, E., González, J., Vega, M. G., Coronado, I. & Cepeda, B. (2011). “Efecto de una intervención educativa sobre la memoria operativa de trabajo del adulto mayor: estudio cuasi experimental con juegos populares”. *Revista electrónica de Investigación Educativa*, 13(2), 55-67.
- Calero, M. D. & Navarro, E. (2006). *La plasticidad cognitiva en la vejez*. Barcelona: Octaedro.
- 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*, 2(24), 87-95.

- Chavarriga, A. & Franco G. (2016). Gerogogia: aprendiendo a envejecer, prosperidad en el atardecer. *Rumbos: un espacio crítico para la reflexión en Ciencias Sociales*, 2(4), 25-36.
- Colom, A. J. & Orte, C. (2001). *Gerontología educativa y social: Pedagogía social y personas mayores*. Palma de Mallorca: Universidad de las Islas Baleares.
- Davicino, N., Muñoz, M., Barrera, M. & Donolo, D. (2009). El rol psicopedagógico en la Estimulación Cognitiva de pacientes con demencia tipo Alzheimer. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 4(1), 06-11.
- Del Campo, M. (1999). *Dificultades de aprendizaje y tercera edad: Prácticas*. Madrid: Universidad de Educación a Distancia.
- Fernández, R. (2009). *Envejecimiento activo: contribuciones de la psicología*. Madrid: Pirámide.
- Flecha, R. (1997). “Compensación, aceleración, inteligencia cultural”. En García, J. (Ed.) *Educación de adultos*. Barcelona: Ariel.
- Huizinga, J. (1972). *Homo Ludens*. España: Alianza editorial.
- Iacob, R. (2011). *Identidad y envejecimiento*. Ciudad de Buenos Aires: Paidós.
- Jara, M. (2008). La estimulación cognitiva en personas adultas mayores. *Revista Cúpula*, 22(2), 4-14.
- Jaskilevich, J., Lopes, M. & Pepa, M. (2016). “El entrenamiento cognitivo en adultos mayores: efectos subjetivos desde el enfoque de la psicología positiva”. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

- Jurado, M. B., Matute, E. & Rosselli, M. (2008). "Las funciones ejecutivas a través de la vida". *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 8(1), 23-46.
- Lara, M. F., Beltrán, J. & Araque, S. (2019). "Resultados de un programa de estimulación lingüística y cognitiva dirigido a adultos mayores y su impacto en la calidad de vida". *Rev. Fac. Med.*, 67(1), 75-81.
- Lifter, K. (2000). "Linking Assessment to Intervention for Children with Developmental Disabilities or At-Risk for Developmental Delay: The Developmental Play Assessment DPA Instrument". En Gitlin, K., Sand, A. & Schaefer, Ch. *Play Diagnosis and Assessment*. Nueva York: John Wiley & Sons Inc.
- Mella, R., González, L., D' Appolonio, J., Maldonado, I., Fuenzalida, A. & Díaz, A. (2004). Factores asociados al bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Psyche*, 13(2), 79-89.
- Moyles, J. (1989). *Just playing? The role and status of playing early childhood education*. Milton Keynes, England: open University Press.
- Müller, M. (2008). *Aprender para ser. Principios de psicopedagogía clínica*. Argentina: Bonum.
- Oddone, J. & Aguirre, M. (2004). "Ochenta y más: los desafíos de la longevidad". En *Aspectos psicosociales del adulto mayor* (pp. 63-85). Buenos Aires: Ediciones de la UNLA.
- Pujol, S. (2013). Envejecimiento Normal, Demencias y Trastornos Psiquiátricos de la Epilepsia (pp. 431-436). Buenos Aires.
- Rada, F. (2012). "Recreación y aprendizaje en la adultez mayor a través del juego y el humor. El caso del natatorio del Club Atlético Lanús". *Ludicamente*, 2(1).

- Redondo, N. (2003). Envejecimiento y pobreza en la Argentina al finalizar una década de reformas en la relación entre estado y sociedad. *Simposio Viejos y Viejas Participación, Ciudadanía e Inclusión Social*, 51 Congreso Internacional de Americanistas. Santiago de Chile.
- Rey, A. & Canales, I. (2012). “Mejoras cognitivas y perceptivo motrices en personas mayores participantes en un programa de estimulación integral cognitivo motriz”. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 15(1), 27-39.
- Rioseco, R., Quezada, M., Ducci, M. & Torres, M. (2008). Cambio en las redes sociales de adultos mayores beneficiarios de programas de vivienda social en Chile. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 23(1), 147-153.
- Robles, L. (2016). *Miradas sobre la vejez. Un enfoque antropológico*. México: Plaza y Valdés.
- Russel, A. & Huizinga, J. (2002). *Recreodinámica. Motivación y tiempo libre*. Buenos Aires: Librería del Colegio.
- Sauvé, L. & Angulo, G. (2016). “Adultos mayores y juegos digitales para el aprendizaje. ¿Qué aspectos ergonómicos facilitan su uso?”. En Roig, R. *Tecnología, innovación e investigación en los procesos de enseñanza aprendizaje* (pp. 1856-1864). Barcelona, España: Octaedro.
- Servín, A. (2015). *La vejez: ¿Plenitud o decadencia? Una reflexión desde la logoterapia*.
- Soler, M. G. & Romero, L. A. (2014). “Análisis de los enfoques de aprendizaje en estudiantes de jornada nocturna en relación con actividades lúdicas y recreativas basadas en el juego”. *Lúdica pedagógica*, 19(1), 101-109.
- Super, C. & Harkness, S. (1986). “The Developmental Niche: A Conceptualization at the Interface of Child and Culture”. *International Journal of Behavioral Development*, 9(1), 545-569.

- Teer, L. (2000). *El juego: por qué los adultos necesitan jugar*. Ciudad de Buenos Aires: Paidós.
- Tizard, B., J. Phelps & L. Plewis (1976). Play in Pre-scholl centres (II) Effectson play of the child's social class and of the educational orientationof the center". *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 17(1), 265-274
- Torralva, T. & Manes, F. (2007). "Funciones Ejecutivas y Trastornos del Lóbulo Frontal". En Labos, E., Slachevsky, A., Fuentes, P. & Manes, F. *Tratado de Neuropsicología Clínica*. Editorial Akadia.
- Tortosa, J., Caus, N. & Martínez, M. A. (2014). "Vida triste y buen vivir según personas adultas mayores en Otavalo, Ecuador". *Convergencia*, 21(65), 147-169.
- Triadó, C., Martínez, G. & Villar, F. (2000). *Psicología del desenvolupament: adolescència, maduresa i senectut*. Barcelona: Edicions Universitat de Barcelona.
- Visca, J. (2003). *Introducción a los juegos lógicos en el tratamiento psicopedagógico*. Ciudad de Buenos Aires: Visca y Visca Editores.
- Willis, A. (1985). Implicaciones psicosociales del envejecimiento de la población costarricense. *Ciencias Sociales*, 29(3), 9-16.

## **Anexo**

### Guión de Preguntas a 8 participantes del taller

#### Datos personales

Nombre:

Edad:

Estado civil:

Ocupación:

¿Desde cuándo asiste al taller?

¿Cuál es la razón por la que viene?

#### Con respecto a los juegos

¿Le gusta jugar?

¿Qué tipo de juegos realiza en el taller?

¿Cuáles son sus preferidos?

¿Cuáles no le gustan?

#### Con respecto al taller

¿Percibió algún tipo de cambio desde que asiste al taller? En caso afirmativo, ¿cuál/es?

¿Recomendaría este espacio? ¿A quiénes?

## Guión de Preguntas a las coordinadoras (Psicopedagogas)

### Con respecto a los talleres

¿Cuánto hace que dicta estos talleres?

Comente la dinámica de los encuentros.

Caracterice, en rasgos generales, a los participantes de sus talleres.

### Con respecto a la estimulación cognitiva y el juego

Defina con sus palabras el concepto de “estimulación cognitiva”.

Con sus palabras, ¿qué es “jugar”?

En sus talleres, ¿utiliza el juego como estrategia psicopedagógica? Desarrolle.

A su parecer, ¿el juego favorece la estimulación cognitiva de adultos mayores?  
Desarrolle.

En sus talleres, ¿qué resultados ha obtenido? ¿Está conforme?

## **Consentimiento informado**

Para cumplir con un requisito académico se realizará una investigación en la institución educativa mencionada previamente, con respecto al juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años. Con este fin, se le brindará información y se le invitará a participar de la misma.

### Características de la investigación

Para realizar la recolección de datos en el campo, se llevarán a cabo entrevistas a 8 participantes de un taller de estimulación cognitiva en Salto, provincia de Buenos Aires y a 2 coordinadoras (psicopedagogas) de los mismos. Vale aclarar que pueden cambiar de opinión acerca de su participación en cualquier instancia. Además, no se compartirá la identidad de quienes participen en este trabajo, ni tampoco los datos recolectados, o la información personal de los participantes.

Por último, se destaca el hecho que usted posee el derecho a negarse o retirarse si así lo desea. Esto es sólo una reconfirmación de que la participación es voluntaria e incluye el derecho a retirarse.

### Formulario de Consentimiento

He sido invitado/a a participar en una investigación que refiere al juego como estrategia psicopedagógica en la estimulación cognitiva de adultos mayores de 60 años.

Se me realizarán diferentes preguntas relacionadas a mi participación en el espacio del taller/trabajo como coordinadora de los talleres. Además, se me ha proporcionado el nombre de la investigadora y entiendo que la información utilizada para la investigación no será compartida más que el que se expresa acá.

Consiento voluntariamente participar en esta investigación como voluntario/a y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento.

Firma del/la Participante .....

Aclaración.....

Fecha .....