

**“Intervención psicopedagógica en
talleres de Estimulación Cognitiva para
personas mayores con y sin deterioro
cognitivo leve”**

Estudiante: Kenf Anabela

Legajo: 36602

Director/es: Selles Sandra

Kenf Anabela Kenf

Sandra Selles
LIC. SANDRA SELLES
PSICÓLOGA (UBA)
DOCENTE UNIVERSITARIA (UFLO)
M.N. 17.290 - M.P. 93.333

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Lic. En Psicopedagogía

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

[RIUFLO](#) - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial 4-0 internacional que siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra en el RIUFLO:

A partir del día de la fecha de aprobación del TFI []

Lugar y fecha: Santa Rosa, La Pampa 21/11/2025

Firma y aclaración del autor:

 Amabela Kenf

Índice

Título	3
Resumen	3
Abstract.....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
Análisis del Contexto.....	5
Temática a Investigar.....	6
ESTADO DE ARTE	9
MARCO TEÓRICO	16
Envejecimiento.....	16
Deterioro Cognitivo Leve.....	19
Funciones Cognitivas	21
Estimulación Cognitiva.....	25
Trabajo Interdisciplinario con Personas Mayores	27
Talleres grupales	29
Marco regional acerca de la vejez en Latinoamérica y España.....	30
PLANIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	36
Descripción y Focalización del Problema a Investigar	36
Planificación de las estrategias	37
Explicación de las hipótesis de acción.....	38
DESARROLLO DEL PROCESO.....	39
Organización del Trabajo.....	39
Puesta en marcha de la acción.....	40
Recogida de la información	45
REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN	48
Recopilación y Representación de la Información.....	48
Integración e interpretación de datos	48
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	52
Efectos de las acciones.....	52
Efectos formativos en las personas.....	54
Nuevas problematizaciones y nuevos planes de acción.....	55
REFERENCIAS	57
ANEXOS	68
Anexo n°1 - FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	68
Anexo n°2 – Entrevistas.....	69
Anexo n° 3 - Acceso digital a entrevistas y consentimientos informados	71

Título: Intervención psicopedagógica en talleres de estimulación cognitiva para personas mayores con y sin deterioro cognitivo leve.

Resumen

Los talleres de estimulación cognitiva son espacios que buscan mantener y potenciar las capacidades cognitivas de personas mayores a través de actividades diseñadas específicamente para estimular funciones como la memoria, atención, lenguaje, percepción, orientación, etc. En el formato grupal, las propuestas que se utilizan favorecen la interacción social y el bienestar emocional a través de ejercicios, juegos y dinámicas adaptadas.

En el presente trabajo de investigación se utiliza un enfoque metodológico de investigación acción, entendido como una estrategia que permite al profesional intervenir en contextos reales desde una mirada reflexiva y transformadora.

Para los fines de la siguiente investigación, se presenta la planificación de un taller en Santa Rosa, La Pampa, Argentina, con doce encuentros semanales grupales en los que se combinan estrategias cognitivas y actividades lúdicas adaptadas a las necesidades del grupo. Como instrumentos de recolección de datos se utiliza observación directa, notas de campo y entrevistas semiestructuradas, que posibilitan evaluar los cambios en los participantes y la funcionalidad del taller.

Palabras clave: Estimulación cognitiva, talleres, personas mayores.

Abstract

Cognitive stimulation workshops are spaces designed to maintain and enhance the cognitive abilities of older people through activities specifically created to stimulate functions such as memory, attention, language, perception, orientation, among others. In group formats, the proposed activities foster social interaction and emotional well-being through adapted exercises, games and dynamics.

This research adopts an action research methodological approach, understood as a strategy that allows professionals to intervene in real contexts from a reflective and transformative perspective.

For the purposes of this study, the planning of a workshop in Santa Rosa, La Pampa, Argentina, is presented. The workshop consists of twelve weekly group meetings that combine cognitive strategies with recreational activities adapted to the needs of the group. Data collection instruments include direct observation, field notes and semi-structured interviews, which make it possible to evaluate changes in participants and the functioning of the workshop.

Keywords: Cognitive stimulation, workshops, older people.

INTRODUCCIÓN

Análisis del Contexto

Los talleres de estimulación cognitiva son un espacio que acompaña a las personas mayores en el sostenimiento y fortalecimiento de sus funciones cognitivas. Según Sardinero Peña (2010) las intervenciones cognitivas son consideradas un conjunto de métodos, herramientas o estrategias que tienen como objetivo mejorar o mantener los procesos mentales como la memoria, atención, funciones ejecutivas, lenguaje, praxia, percepción, visoconstrucción.

Algunos de los interesados en los talleres de estimulación cognitiva se unen a dichos espacios con el interés de mantenerse activos, motivados por la curiosidad, la necesidad de socializar o desafiarse cognitivamente. Otros, en cambio, asisten con inquietudes vinculadas al olvido, la desorientación o ciertas dificultades para sostener rutinas cotidianas, buscando un espacio que los ayude a ejercitar su mente y mejorar su calidad de vida, también suelen asistir por sugerencia de profesionales como neurólogos, psiquiatras o médicos clínicos. En ambos casos, los talleres de estimulación cognitiva proporcionan un espacio grupal para el trabajo, la escucha, contención y aprendizaje, donde se pone en juego no sólo el pensamiento, sino también las emociones, la historia de vida, creatividad, experiencia y el vínculo con otros. A través de diferentes propuestas y ejercicios, los participantes pondrán en juego funciones cognitivas como la memoria, la atención, el lenguaje, el razonamiento y la orientación, en un entorno respetuoso y significativo, donde se valorarán tanto los saberes previos como los avances personales.

A través del trabajo de investigación acción, se llevó adelante un proceso de intervención psicopedagógica centrado en el diseño, implementación y análisis de un taller de

estimulación cognitiva para personas mayores, de doce encuentros de duración. El taller se desarrolló de manera particular, fuera del ámbito institucional desde un encuadre grupal. Estuvo destinado a personas de más de 55 años, con y sin signos de deterioro cognitivo leve.

Se llevó a cabo en la ciudad de Santa Rosa, La Pampa, Argentina en el centro médico CADEMA. El espacio brindado posibilitó el desarrollo del mismo, ya que permitió que los integrantes se puedan disponer en círculo, parejas o grupos. La convocatoria se realizó por redes sociales, recomendaciones, folletería y contactos, lo que permitió la conformación de un grupo heterogéneo, con distintas trayectorias educativas y experiencias de vida.

Temática a Investigar

El presente trabajo de investigación se centra en el análisis de la intervención psicopedagógica realizada en talleres de estimulación cognitiva, dirigidos a personas mayores de 55 años con distintos niveles de cognición y aprendizaje.

Para abordar la problemática planteada se hará un análisis desde la investigación acción de diseño práctico, caracterizada por Creswell (2005) como:

La investigación acción de diseño práctico estudia prácticas locales (del grupo o comunidad), involucra indagación individual o en equipo, se centra en el desarrollo y aprendizaje de los participantes, implementa un plan de acción para resolver el problema, introducir la mejora o generar el cambio, y el liderazgo lo ejercen conjuntamente el investigador y uno o varios miembros del grupo o comunidad. (Creswell, 2005, como se citó en Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, p. 497).

La decisión de llevar a cabo una investigación acción de diseño práctico surge del interés por comprender cómo impacta la intervención psicopedagógica en la vida

cotidiana y en las habilidades cognitivas de las personas mayores, junto a la necesidad de seguir construyendo conocimiento profesional desde la práctica real, situada y reflexiva. La implementación del taller surge como respuesta a la necesidad de visibilizar la temática en el contexto local, así como a la limitada disponibilidad de espacios destinados al desarrollo de actividades específicas para dicho grupo etario. Siguiendo esta línea, Ledo y Michelena (2007) fundamentan que la investigación acción permite vincular el análisis de problemas concretos con el desarrollo de programas de intervención, lo que favorece la producción simultánea de conocimiento y de transformaciones significativas en el entorno social.

Así es como surge la siguiente pregunta de investigación ¿Las intervenciones psicopedagógicas realizadas en talleres de estimulación cognitiva contribuyen al desarrollo de las funciones mentales de las personas mayores que participan? ¿Se desarrollan en función de los diferentes niveles de cognición y aprendizaje?

El objetivo general es desarrollar intervenciones psicopedagógicas en un programa de talleres de estimulación cognitiva para personas mayores.

Los objetivos específicos se basan en:

- Aplicar actividades de estimulación cognitiva adaptadas a las necesidades y características de las personas mayores participantes.
- Analizar la participación, percepción y motivación de las personas durante los talleres, identificando cambios en sus habilidades cognitivas y sociales.
- Promover la interdisciplinariedad para contribuir al compromiso del trabajo integral de la psicopedagogía con otras disciplinas
- Evaluar cómo la interacción grupal y el componente social de los talleres contribuyen al fortalecimiento emocional y cognitivo.

En el marco teórico de la investigación, se presenta el concepto de estimulación cognitiva, explorando sus fundamentos, objetivos y beneficios que aporta durante el proceso de envejecimiento. De igual manera, se reflexiona sobre las características propias de la adultez, reconociendo tanto sus desafíos como sus potencialidades. A partir de ello es que se diseñan y desarrollan intervenciones grupales que contemplan las particularidades de cada persona y su contexto.

En cuanto a la intervención psicopedagógica, se reconoce su aporte específico en el diseño y puesta en marcha de estos talleres, a partir de una mirada integral. Según Romero (2006), la psicopedagogía en personas mayores tiene un papel central en el sostenimiento de habilidades mentales, la estimulación de procesos adaptativos y la promoción del bienestar subjetivo. Por su parte, Binotti et al. (2009) destacan que el aprendizaje en la vejez puede mantenerse activo mediante propuestas que integren las funciones mentales, estimulación emocional y participación social, permitiendo a la persona mayor sentirse parte activo en su entorno.

En palabras de Sardinero Peña (2010), la estimulación cognitiva tiene como finalidad sostener las capacidades mentales, impedir el aislamiento, aumentar el bienestar emocional mejorando la calidad de vida de cada persona.

Para el sostenimiento y el progreso del espacio se tendrán en cuenta las características heterogéneas del grupo, sus trayectorias de vida, experiencias educativas y modos de participar en espacios grupales. Desde una concepción integral, la presente investigación busca llevar a cabo la práctica de los talleres como un espacio para el desarrollo e implementación de estrategias psicopedagógicas a partir de la estimulación cognitiva, que no solo atienden a funciones mentales específicas, sino que también habiliten espacios de

encuentro, reconocimiento y expresión personal en el marco de un envejecimiento activo y saludable

ESTADO DE ARTE

Por su parte, Pérez y Walton (2020) en su artículo titulado Efectos de la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores, analizaron el resultado que se obtiene mediante la estimulación en las funciones cognitivas de las personas mayores. Se realizó una investigación cuantitativa con enfoque experimental de tipo preexperimental con preprueba y posprueba en un grupo. Fue llevado a cabo en “La Casa de Abuelos” de Santa Clara, Cuba a partir de una muestra de 18 adultos mayores con categorías excluyentes. Se utilizaron documentos, historias clínicas, entrevistas semiestructuradas psicológicas y observación participativa. Además, se incluyeron baterías como Escala de Depresión Geriátrica y Evaluación Neuropsicológica Breve en español (NEUROPSI) teniendo en cuenta variables contextuales como edad, nivel escolar y funciones cognitivas (orientación, atención, concentración, memoria, lenguaje, lectura, escritura). Como resultado, se concluyó que los niveles de orientación temporal, espacial y personal no tuvieron cambios significativos en la intervención. Se observó un gran incremento en los niveles de atención, la memoria verbal aumentó, se produjeron transformaciones en el lenguaje como en la comprensión, fluidez verbal semántica y fonológica. Se pudieron observar significativos cambios en la lectura y en las funciones ejecutivas.

Terraza et al. (2020) en su trabajo Relación entre actividades recreativas declaradas y capacidades cognitivas y funcionales en adultos mayores, ponen como objetivo analizar la relación existente entre las actividades recreativas que realizan los adultos mayores y sus capacidades cognitivas. Se utilizó un enfoque cuantitativo descriptivo correlacional de diseño

transversal. La investigación se realizó con una muestra de 50 personas de ambos sexos, mayores a 60 años, utilizando baterías diagnósticas como Test Neuropsi para evaluar atención, memoria, concentración, lenguaje, habilidades visoespaciales, funciones ejecutivas, lectura, escritura y cálculo. La subescala AVDI de la prueba Mongil de actividades diarias con el fin de indagar sobre el nivel de independencia y autonomía de las personas mayores. Y entrevistas semidirigidas donde se interrogó sobre qué tipo y cantidad de actividades recreativas realizan y datos sociodemográficos. Como principales resultados se pudo observar cómo a mayor cantidad de actividades y tiempo invertido en actividades recreativas mejor es su puntuación en las pruebas administradas, concluyendo en que la realización de diversas actividades se relaciona directamente con el buen funcionamiento cognitivo general y con la mayor parte de las funciones cognitivas exceptuando el lenguaje.

Calatayud et al. (2021) llevaron a cabo un Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal: ensayo clínico aleatorizado. El objetivo fue analizar la efectividad de una intervención de estimulación cognitiva adaptada a dos niveles cognitivos en adultos mayores sobre la cognición y el estado de ánimo. Se llevó a cabo en un centro de Salud en San José Norte, Zaragoza España. La población elegida fueron personas atendidas en dicho centro de 65 años o más con una puntuación mínima de 28 puntos en el Mini-Examen Cognoscitivo (MEC). Se utilizó una muestra de 97 personas por grupo. Los instrumentos de evaluación fueron el Mini - Examen cognoscitivo (MEC), la escala de ansiedad abreviada de Goldberg y la escala de depresión geriátrica de Yesavage (GDS-15). A través de estos instrumentos de evaluación se concluyó que el programa de estimulación cognitiva adaptado según niveles cognitivos muestra grandes beneficios en adultos mayores independientemente del sexo, edad y nivel educativo

Duque et al. (2022) realizaron un programa de estimulación cognitiva para visualizar la efectividad en la prevención del deterioro mental en los adultos mayores. El objetivo fue evaluar la efectividad del programa de estimulación cognitiva realizado a partir de terapias blandas en adultos mayores que conviven en una fundación de Manizales-Colombia, donde se ha observado que la gran mayoría de los convivientes presentan algún tipo de alteración cognitiva. Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo, diseño observacional de corte transversal. De los 114 adultos mayores que pertenecen a dicha institución, seleccionaron como muestra a 33 personas que cumplieran con los criterios de inclusión, siendo personas funcionales cognitivamente con 60 años o más. Se les administraron tres escalas de valoración: Escala de Alteración de la Memoria (prueba para medir el funcionamiento de la memoria cotidiana) en los porcentajes obtenidos en cada respuesta de la escala se puede observar un incremento en el porcentaje de adultos que refirieron que presentaban menores olvidos o mayor capacidad de la memoria. Minimal de Folstein MMSE (permite cuantificar el deterioro cognitivo) donde el 45,5% de los adultos mayores presentaron deterioro cognitivo leve en la valoración realizada, el resto de la muestra obtuvieron puntuaciones que los ubicaban en un estado cognitivo normal. Prueba Cognitiva de Leganés PCL (herramienta de detección de deterioro cognitivo en personas mayores con bajo nivel educativo) en el 84,8% de los adultos se encontraron puntuaciones que los ubicaron según esta escala en estado cognitivo normal. En conclusión, el estudio mostró una mejora en las condiciones cognitivas de las personas que participaron, teniendo en cuenta que el 70% de ellos no contaban con la educación primaria finalizada. A partir de dicha situación se propone que los adultos mayores posean planes de estimulación para el mantenimiento de las funciones cognitivas como la memoria, atención, cálculo, lenguaje y orientación buscando mejorar la calidad de vida.

Herros Sánchez et al. (2022), llevaron adelante una investigación titulada Cuento(s) contigo, donde se tuvo como propósito fomentar la lectura y la escritura en adultos mayores como estrategia para favorecer la estimulación cognitiva, la socialización y el bienestar subjetivo. La investigación se desarrolló en la ciudad de Xalapa, México a partir de la Universidad Veracruzana a partir de una metodología de investigación-acción, con 12 participantes (9 mujeres y 3 hombres) de entre 55 y 97 años, a lo largo de 13 sesiones. Utilizaron actividades de lectura dialógica, escritura creativa y ejercicios de estimulación cognitiva. Se evaluó a partir de encuestas iniciales y finales, pruebas de rendimiento cognitivo (atención, memoria, expresión verbal, razonamiento) y registros de participación. Dicha investigación dio como resultado un gran incremento del tiempo dedicado a la lectura, mejoras en la fluidez lectora y análisis crítico de las mismas, avances en la memoria, atención y razonamiento, un mayor interés por la escritura creativa y sensación de satisfacción y bienestar de los participantes. Se demostró que la lectura y la escritura son recursos valiosos para la estimulación cognitiva y el fortalecimiento de los lazos sociales en la vida de los adultos mayores.

En cuanto a Moreno et al. (2023) su investigación fue basada en la Efectividad de Facilitadores del Uso de Dispositivos Tecnológicos en Tareas de Estimulación Cognitiva en Adultos Mayores, con el objetivo de analizar y estudiar un laboratorio web interactivo denominado LABPSI, destinado a la estimulación cognitiva de personas mayores. El estudio fue de carácter experimental que consta de pre-test y pos-test utilizando como muestra 60 adultos mayores que poseen entre 60 y 89 años que residen en Mar del Plata, Argentina o lugares cercanos. Teniendo en cuenta esto, se realizaron entrevistas iniciales individuales donde se administraron test como ACE III y Estudio de Funcionalidad Compleja y luego se procedió a evaluar antes y después del tratamiento cómo cada grupo de adultos lograba utilizar el programa LABPSI a partir de la utilización de tres planillas que corresponden a tres

procesos cognitivos: (a) atención; (b) conocimiento y representaciones mentales; y (c) juicio, razonamiento y toma de decisiones. Se tuvo en cuenta la cantidad de intentos, el tiempo y la capacidad de ejecutar correctamente los pasos a seguir (inicio de la página- búsqueda de actividad- realización de la actividad.). Los grupos fueron divididos experimentalmente ya que unos recibieron lineamientos de ayuda para manejar el programa y otros no tuvieron acceso a ellos. Como principales resultados se observó que las personas que tuvieron la posibilidad de acceder a tutoriales de uso del programa lograron completar sin dificultad los ejercicios mientras que los demás tuvieron más dificultades para realizarlos, también se pudo determinar que en la segunda evaluación hubo un avance significativo en el desempeño del uso del programa, lo cual promueve la idea de que los adultos mayores logran aprender los pasos requeridos hayan recibido ayuda o no. De todas formas, se determinó que lo único que no cambió en ninguna de las dos pruebas ni en los grupos fue el tiempo de respuesta en la ejecución de los ejercicios.

Ojeda et al. (2023) llevan a cabo un Programa de Estimulación Cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor mediante la lúdica con el objetivo de proponer un programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional de adultos mayores con el fin de mejorar su calidad de vida a través del intercambio de aprendizajes entre generaciones. La investigación se lleva a cabo a partir de un enfoque cualitativo y etnográfico que explora las subjetividades y contexto de la comunidad de Cacha, Ecuador. El estudio se centró en 200 habitantes de 7 establecimientos educativos de la comunidad, seleccionando una muestra intencional de 51 adultos. Se utilizaron instrumentos de evaluación como el Mini Examen del Estado Mental (MEEM) y el test de Barthel para evaluar las funciones cognitivas y la independencia en la vida diaria, además se utilizó el test de Lawton y Brody para evaluar las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD) y la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (GDS) para la depresión en adultos mayores.

Los resultados a través de estos test revelaron una relación entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en las actividades diarias de los adultos mayores. Es por ello que se llegó a la conclusión de que la implementación del programa de estimulación cognitiva puede contribuir a mejorar la salud mental y funcionalidad en actividades cotidianas, dado que hay una relación entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en actividades cotidianas se realiza una sugerencia que las intervenciones en estimulación cognitiva se aborden de manera integral (aspectos cognitivos y emocionales).

Moreno et al. (2023) llevaron a cabo una investigación basada en los factores de riesgo asociados al deterioro cognitivo en adultos mayores en México. El objetivo de los autores fue determinar qué factores se asocian con el deterioro cognitivo a través de diversos métodos y materiales, se trata de un estudio transversal, analítico y observacional que incluyó a adultos mayores de más de 65 años sin antecedentes de eventos vasculares cerebrales o trauma craneoencefálico. Se analizaron aspectos demográficos, el deterioro cognitivo fue evaluado con la prueba Mini-Mental, en el análisis estadístico se utilizó razón de Momios (RM), intervalo de confianza para cada factor y como análisis multivariado regresión logística múltiple. Se determinó a través de todas estas pruebas que factores como la ausencia de la estimulación cognitiva, edad mayor a 75 años, polifarmacia y descontrol de tensión arterial son factores de riesgo que se asocian con la aparición del deterioro cognitivo.

Sobral et al. (2025) realizaron una investigación para comprobar la efectividad de un programa grupal de estimulación cognitiva en pacientes con Deterioro Cognitivo Leve en un Centro de Salud Ponteareas, Galicia España. El objetivo principal fue valorar la efectividad de una intervención grupal en pacientes con DCL pero también analizar relación entre deterioro cognitivo y niveles de depresión, relación entre DC y hábitos de sueño, y valorar la satisfacción de los participantes tras la intervención. Se llevó a cabo un estudio de

intervención pre y post, la muestra constaba de 27 personas de más de 65 años y se utilizaron Escalas como Índice de Barthel, Escala de actividades instrumentales de la vida diaria de Lawton y Brody, Índice de Severidad del Insomnio (ISI) y Montreal Cognitive Assessment (MoCA). A partir de todas estas variables se concluye que la realización de una intervención grupal de Estimulación Cognitiva es efectiva para mejorar la cognición en pacientes con Deterioro Cognitivo Leve y hay una mejora significativa en la sintomatología depresiva. Con respecto a parámetros como el insomnio se recomienda realizar intervenciones más específicas. Además, los resultados de satisfacción obtenidos por parte del 100% de los participantes fue muy alto, concluyen en que es muy beneficioso para la memoria y que luego de la intervención de estimulación cognitiva presentan una mayor agilidad mental.

López (2025) realizó una investigación en Costa Rica y tuvo como propósito analizar las estrategias psicopedagógicas aplicadas en la estimulación cognitiva de personas mayores. Se enmarca en un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, orientado a comprender las experiencias y percepciones de los participantes respecto a la intervención psicopedagógica. La muestra estuvo conformada por 15 adultos mayores entre las edades de 65 a 85 años. La investigación se desarrolló a partir de la implementación de un taller de estimulación cognitiva, centrado en memoria, atención, lenguaje y funciones ejecutivas. Para la recolección de datos se utilizaron entrevistas semiestructuradas, cuestionarios, observaciones no participantes, diario de campo y manual de estimulación cognitiva, lo que permitió triangular la información obtenida. Los resultados destacan la relevancia del trabajo interdisciplinario y el papel de la estimulación cognitiva como medio para fortalecer la memoria, la atención, la autonomía y el bienestar emocional de las personas mayores. Además, se concluye que la intervención psicopedagógica favorece la participación activa, la socialización y el aprendizaje significativo, contribuyendo al mantenimiento de las capacidades mentales y la calidad de vida.

MARCO TEÓRICO

Con el objetivo de desarrollar el marco teórico fue necesario retomar la teorización de distintos autores que, desde sus trayectorias y experiencias, han contribuido a dar sustento a los procesos vinculados con la estimulación cognitiva y el envejecimiento activo. Algunos de los trabajos seleccionados fueron publicados hace más de cinco años ya que ofrecen información que respalda la presente investigación.

Envejecimiento

El envejecimiento es un proceso universal, continuo, heterogéneo, de carácter lento y complejo. Durante el mismo, el gradual deterioro de las capacidades funcionales hace a los individuos, debido a la pérdida de capacidad homeostática, particularmente susceptibles y vulnerables ante una gran variedad de alteraciones patológicas. (Manchola et al. 2017, p.5)

Triana (2014) realiza una comparación para diferenciarnos de los animales poniendo en juego la idea de que los humanos podemos vivir tanto según nuestro estilo de vida lo permita, es por ello que se invierte más en recursos basados en el mantenimiento del ser humano que en la reproducción de los mismos, mientras que los animales sobreviven más como especie reproduciendo y no manteniendo su organismo. El autor hace énfasis en determinar que a lo largo de la historia nunca se evidenció un envejecimiento paulatino como el actual ni se había alcanzado edades y cifras de sobrevivencia tan altas, es por ello que existe una urgente preocupación de mantener la salud y calidad de vida de las personas que van envejeciendo.

Por su parte, Vélez et al. (2019) fundamentan que el envejecimiento puede definirse como un deterioro funcional progresivo y generalizado que provoca una mayor

predisposición al momento de generar enfermedades asociadas a la edad, dicha situación explica el por qué suelen enfermar aún más que las personas jóvenes, estos debido a su larga vida han estado expuestos muchos factores externos, conductuales y medioambientales.

Alvarado y Salazar (2014) explican que el envejecimiento es percibido de formas muy diversas de acuerdo a cómo cada persona lo atraviesa, es decir, se identifican una variedad de condiciones que pueden definir esta etapa como positiva (sana) o negativa (patológica). La negativa o patológica refiere a un conjunto de enfermedades, en su mayoría crónicas, que pueden desencadenar en secuelas muy limitantes para llevar a cabo una vida autónoma y por ende provocan aislamiento y poca adaptabilidad a situaciones cotidianas.

De todas formas, Manna y Mandaradoni (2024) explicitan el hecho de que existe una creencia de vincular a la vejez con enfermedad o abuelazgo, limitando la identidad de la persona solo a sus rasgos físicos o a un rol familiar. Es por ello, fundamentan las autoras, que muchas veces esto puede obstaculizar el buen envejecimiento, por ende, se deben desterrar estos prejuicios habilitando diversas propuestas donde cada persona mayor pueda identificarse con los rasgos de la vejez permitiendo que aparezcan nuevos.

Puzzi y Cardellicchio (2022) explican que en el año 1984, la Organización Mundial de la Salud (OMS) determinó el uso del término “adulto mayor” para referirse a personas mayores de 60 años pero la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores adoptada por la Organización de Estados Americanos en 2015 y por la legislatura argentina en mayo de 2017 empleó la utilización del término “persona mayor” con el objetivo de aplicar una perspectiva de género que incluya identidades feminizadas ya que el término adulto mayor excluía.

La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores define al Envejecimiento activo y saludable como un:

Proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones. (OEA, 2017, p. 68)

Siguiendo la línea de envejecimiento saludable, Carrillo y Restrepo (2009) fundamentan que durante el envejecimiento aparecen deficiencias en las personas relacionadas con la capacidad de atender selectivamente a estímulos e inhibir estímulos irrelevantes, altos niveles de distracción, dificultad en la focalización cognitiva prolongada y en la atención. Además, explican que el grado de severidad de las deficiencias durante un envejecimiento sano va a estar relacionado con aspectos como la escolaridad, los niveles de actividad que lleve a cabo y en algunos casos con la genética. Provocando así que la disminución en la velocidad de procesamiento de información sea la causa de los olvidos que forman parte de la vida en las personas mayores junto a malestares y entorpecimiento de las actividades diarias. Las autoras proponen que los cambios cognitivos propios de la edad se pueden contrarrestar con técnicas de estimulación cognitiva llevadas a cabo de manera grupal o individual junto con la administración de evaluaciones neurocognitivas.

Mana y Mandaradoni (2024) explican que los cambios cognitivos esperables en un envejecimiento sano no afectan la autonomía de la persona ni interfieren en su vida diaria, se trata de una disminución del desempeño cognitivo y se lo denomina como “declive cognitivo” para diferenciarlo del deterioro patológico. Las autoras confirman que este declive se visualiza en la disminución de la velocidad de procesamiento, alteraciones de la memoria y

la atención y cambios en las funciones sensoriales, es así como plantean una serie de ejemplos habituales que son esperados en dichos casos:

- Olvidos de diversas situaciones o eventos que con ayuda de alguien más pueden ser recordados nuevamente.
- Se quejan de fallas en su memoria, las cuales en muchas ocasiones se evidencian por rasgos ansiosos o depresivos que por alguna falla específica de la memoria.
- Dificultad en la organización de la información
- El procesamiento cognitivo se vuelve más lento y por ende también el aprendizaje de nuevos contenidos.
- Disminución en la atención dividida, es decir, poder realizar dos tareas al mismo tiempo.
- Dificultad en flexibilidad mental y abstracción.

Deterioro Cognitivo Leve

La Organización Mundial de la Salud (2021) calcula que más de 55 millones de personas viven con demencia o deterioro en el área cognitiva, esta cifra aumentaría a 78 millones para 2030 y a 139 millones para 2050. Siguiendo esta línea, Ribeiro et al. (2022) fundamenta la gran prevalencia de deterioro cognitivo leve en América Latina y el Caribe en comparación a Europa. Es por ello, que la autora menciona a Petersen (1999) en su artículo exponiendo los cinco criterios utilizados para el diagnóstico del DCL:

“(1) queja de memoria episódica, reportada por la persona y preferiblemente confirmada por un informante; (2) déficit leve de memoria confirmado mediante evaluación cognitiva; (3) cognición general preservada; (4) actividades de la vida diaria preservadas; y (5) ausencia de demencia.”
(Petersen, 1999, como se citó en Ribeiro, 2022, p. 1)

Manchola et al. (2017) describen al deterioro cognitivo leve como la alteración en uno o más dominios cognitivos superiores a lo esperado por edad y nivel educativo, pero que no tiene la sintomatología agravada como para establecer un diagnóstico de demencia.

Rodríguez et al. (2023) fundamentan que el principal síntoma que es observado en personas mayores es el deterioro cognitivo, el cual caracterizan a partir de la disminución de diversas funciones cognitivas como la memoria, la atención y la velocidad de procesamiento de información.

En consecuencia, Oliva et al. (2007) También informan acerca de que el avance en la esperanza de vida, habiendo un crecimiento de la población occidental mayor a 65 años, ha aumentado la prevalencia de enfermedades que se desarrollan en edades avanzadas convirtiéndolas en “epidémicas”, por ello hacen hincapié en investigar enfermedades que provocan incapacidades físicas y deterioro cognitivo que atentan a la calidad de vida de las personas.

Serra et al. (2005) hacen énfasis en ciertos predictores de deterioro cognitivo en personas mayores los cuales se relacionan íntimamente con el estilo de vida de cada sujeto. Es por ello que, para disminuir el riesgo de un deterioro cognitivo grave, los autores proponen estar intelectualmente activos, mantener actividad física, minimizar el estrés crónico y mantener una dieta saludable.

Las terapias no farmacológicas han demostrado su eficacia en la recuperación de las alteraciones cognitivas. Son útiles para el tratamiento de las enfermedades neurodegenerativas, para pacientes que presentan quejas de memoria propias del envejecimiento normal y para las alteraciones cognitivas desencadenadas por daño cerebral de origen diverso (Arango Lasprilla, 2006, como se cita en Sardinero Peña, 2010, p. 19).

Funciones Cognitivas

Las funciones cognitivas son todos los procesos mediante los cuales la información recibida por un individuo mediante los sentidos es transformada, reducida, elaborada, almacenada, recuperada y utilizada. Una clasificación de ellas es en básicas: atención, percepción y memoria, y las complejas: lenguaje, habilidades sensoriomotoras y funciones ejecutivas (decisiones, aprendizaje, pensamiento abstracto, etc.). (Brusco, 2018, como se cita en Ramírez y Castillo, 2020, p. 52).

Con respecto a la memoria, Acuña y Risiga (2001) la definen como la capacidad de registrar información, consolidarla y restituir o como un estado estable de un sistema de gran complejidad con elementos que interactúan por consecuencia de un conjunto de estímulos. La memoria es estudiada por diversas ciencias como la psicología, psiquiatría, neurología, neuroanatomía, neurofisiología, bioquímica y física.

Dichas autoras mencionan cinco tipos de memoria:

-Memoria sensorial: mantiene la información durante un tiempo estimado en milisegundos a partir de estímulos sensoriales visuales, auditivos y kinéticos.

-Memoria a corto plazo o inmediata o memoria de trabajo o primaria: posee una duración de pocos minutos o incluso segundos, habitualmente puede llegar a almacenar entre 5 y 7 elementos.

-Memoria a largo plazo o secundaria: a este tipo de memoria se la considera permanente siendo su duración de días, meses o años. Es más compleja e implica una búsqueda consciente de significados. Dentro de este tipo se distinguen dos clasificaciones:

- Memoria explícita o declarativa: tiene relación con los conocimientos (idiomas, ubicaciones, etc.). Existen dos sistemas diferentes de almacenamiento, por un lado, la memoria episódica que se encarga del registro, recuerdo de hechos y datos autobiográficos, por el otro la memoria semántica que almacena palabras, conceptos y conocimientos generales.

- Memoria implícita, procedural o de procedimiento: considerada como un aprendizaje de habilidades motoras. Facilita la evocación de recuerdos mediante un estímulo semejante al mismo. Científicamente ha sido comprobado que este tipo de memoria se conserva en las personas que presentan un deterioro cognitivo grave.

Maroto Serrano (s.f) explica que la edad es un factor influyente al momento de encontrar déficits en la memoria, pero también se ha comprobado que pueden influir diversos aspectos que no siempre tienen que ver con el paso de los años, como variables personales o ambientales, por ejemplo, la jubilación, disminución de estimulación cognitiva, uso de herramientas como calculadoras o agendas de números, el estrés, ansiedad o depresión.

En cuanto a la atención, Sánchez Gil y Pérez Martínez (2008) fundamentan que es una función neuropsicológica que activa otros procesos cognitivos complejos como la memoria, el lenguaje, la percepción. Los autores explican cuatro componentes dentro de su clasificación: 1) Alerta: Considerada como una capacidad de vigilancia de las personas que tiene como finalidad adaptarse y sobrevivir

2) Atención selectiva: permite centrar los recursos mentales en estímulos o representaciones particulares, favoreciendo la clasificación y el análisis de la información relevante.

3) Atención sostenida: se vincula con la capacidad de mantener el foco durante períodos prolongados, incluso frente a la fatiga o a la presencia de estímulos distractores. Este

tipo de atención combina componentes cognitivos y motivacionales que posibilitan sostener el esfuerzo mental en el tiempo.

4) Atención dividida: implica la posibilidad de alternar entre distintos focos atencionales o de responder simultáneamente a más de una fuente de información, ya sea externa o interna.

Navarro et al. (2018) plantean que la atención es un sistema cognitivo complejo y tiene diversas características como, ser la puerta de entrada para la información que llega al cerebro, permite un buen funcionamiento de diferentes procesos cognitivos, tiene control sobre la actividad perceptiva, cognitiva y conductual y orienta al comportamiento. Además, fundamentan que en el envejecimiento normal la atención se mantiene eficiente tanto como en un adulto joven, pero que se presenta un enlentecimiento en el procesamiento de la información lo cual puede alterar procesos como selección y vigilancia.

Manna y Mandaradoni (2024) justifican la atención como requisito básico para poder adaptarse al ambiente y tener una actividad mental superior ya que tanto la atención como la velocidad de procesamiento afectan directamente a las demás funciones cognitivas.

Otra de las funciones cognitivas es la percepción entendida como “...el proceso cognitivo inicial por el que se construye conocimiento –creencias perceptivas– incitado y fundamentado en nuestro entorno más cercano.” (Munar et al., 2008, p. 71).

Sánchez Gil y Pérez Martínez (2008) definen a la percepción como un proceso mental que posibilita la integración y el reconocimiento de la información proveniente de los sentidos. A través de este mecanismo, la persona identifica los estímulos a los que dirige su atención y organiza patrones propios de conocimiento. Tal proceso requiere la interacción entre los datos sensoriales y los registros almacenados en la memoria, lo que permite construir una interpretación de la realidad. Además concluyen en que dependiendo del lugar donde provengan diversos estímulos se clasifican a partir de:

- Exterocepción: provienen del ambiente externo.
- Interocepción: provienen del ambiente interno.
- Propiocepción: del propio cuerpo.

En lo que respecta al lenguaje, Montecinos (2000) plantea que el mismo puede comprenderse como una forma de relación derivada de la vida en comunidad, constituyéndose en un intercambio que forma parte de un fenómeno biológico y relacional. Además, sostiene que a través del lenguaje es posible conocer el mundo, ya que funciona como un componente cognitivo. En este sentido, señala que el lenguaje no se limita a los aspectos fonológicos y gramaticales, sino que incluye un componente comunicativo contextualizado, influido por factores sociales, culturales y psicológicos.

Nélson Saá B (2006) define al lenguaje como una de las funciones cognitivas más importantes y complejas del ser humano. El autor justifica que por más que las personas mayores dentro de un envejecimiento saludable conserven el lenguaje, igual pueden observarse cambios esperables que se relacionan con el léxico, sintaxis y organización del discurso, por ejemplo, dificultad para encontrar la palabra adecuada a la situación, menor dominio en la comprensión y uso de oraciones complejas, dificultad para comprender textos y relatos, narración de historias.

Acerca de las funciones ejecutivas se pueden definir como “Un grupo de funciones cognitivas que sirven para coordinar capacidades cognitivas básicas, emociones y para la regulación de respuestas conductuales frente a diferentes demandas ambientales.” (Manes y Torralba, 2005, p. 36).

Binotti et al. (2009) explican que las funciones ejecutivas son parte de las funciones cognitivas complejas y pueden verse afectadas por cambios en el envejecimiento. Los autores hacen énfasis en la importancia de las mismas en el funcionamiento cognitivo ya que

permiten que las personas aprendan, sean autónomas, planifiquen, programen y puedan llevar a cabo habilidades esenciales para la vida diaria. Además, fundamentan que el objetivo de estimular dichas funciones es enfocarse en tareas que impliquen un control de la atención sostenida, elaboración de metas y resolución de problemas, flexibilidad cognitiva y conductual, mejora en memoria especialmente en memoria de trabajo, autocontrol, habilidades sociales, expresión emocional, lenguaje y habilidades visoespaciales.

Lepe Martínez et al. (2020) señala que las funciones ejecutivas, entre ellas la planificación y la flexibilidad cognitiva, presentan una mayor vulnerabilidad en las personas mayores. Asimismo, se ha señalado que las intervenciones dirigidas al trabajo de estas capacidades pueden contribuir a su sostenimiento funcional (Ferreya et al., 2023).

Estimulación Cognitiva

...Es comprendida como un conjunto de técnicas y estrategias que tienen como finalidad optimizar la eficacia del funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas (percepción, atención, razonamiento, abstracción, memoria, lenguaje, procesos de orientación y praxias) mediante actividades concretas como parte de un programa de entrenamiento cognitivo que aborda factores como la afectividad, la esfera conductual, social, familiar y biológica, buscando intervenir sobre la persona adulta mayor de forma integral. (Ginarte-Arias, 2002, como se cita en Rodríguez et al., 2023, p. 9).

Manna y Mandaradoni (2024) definen la estimulación cognitiva como una intervención restaurativa donde los ejercicios cognitivos continuos pueden restablecer la reserva cognitiva logrando que se genere una mayor resistencia a la llegada de alguna neuropatología. Las autoras también señalan que, el 9 de noviembre de 2022, la Cámara de

Diputados de Argentina otorgó jerarquía constitucional a la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, lo que implicó un incremento en el nivel de reconocimiento jurídico de los derechos de esta población dentro del marco normativo nacional. Con respecto a la recreación fundamentan que para que realmente sea un derecho será necesario construir secuencias lúdicas que abarquen al sujeto desde la integralidad, ofreciendo un espacio donde se les permita encontrar y dar respuesta a sus deseos desde lo emocional, divertirse, socializar, desarrollar y recuperar habilidades cognitivas.

Maroto Serrano (s.f.) fundamenta que el cerebro no es rígido, sino que más bien es flexible, con posibilidad de modificarlo y adaptarlo a través del conocido término “plasticidad del sistema nervioso”, es así cómo explica que no importa la cantidad de neuronas que tengamos sino la conexión que exista entre ellas, conexiones que se logran fortalecer a través de la estimulación cognitiva adecuada y continua.

Acuña y Risiga (2001) explicitan que existen una gran cantidad de datos científicos que avalan la plasticidad cerebral o neuroplasticidad, es decir, la posibilidad que tiene el Sistema Nervioso Central de adaptarse y modificarse a partir del efecto de estimulaciones constantes.

De acuerdo a lo anterior, Sardinero Peña (2010) concluye que las modalidades a seguir al momento de estimular el área cognitiva son muchas, pudiendo adaptarse cada una a las necesidades del paciente y por ende otorgarle beneficios, algunas de las que pueden llevarse adelante son la orientación a la realidad (reducir la desorientación espacial, temporal y personal), reminiscencia (potenciar la memoria episódica autobiográfica como los recuerdos personales y la memoria semántica), validación, modificación de conducta, psicomotricidad, psicoestimulación integral, musicoterapia, entre otras. El autor explicita que mantener las capacidades mentales, rehabilitar procesos, evitar aislamientos en el contexto,

potenciar las relaciones sociales, aumentar la autonomía e independencia, reducir el estrés, generar sentimientos de autocontrol y defensa, aumentar la capacidad funcional en tareas cotidianas, fomentar bienestar emocional y de salud, mejorar la calidad de vida de las personas mayores y los que están a su cargo, son los principales objetivos de la estimulación cognitiva.

En la misma línea, Binotti et al. (2009) consideran necesario contextualizar estas modalidades en un espacio de intervención psicopedagógica que sean significativas para las personas mayores en cuanto le permita relacionarse con pares, participar, comprender las diversas maneras de pensar o actuar del resto, donde sea prioritario el respeto, el diálogo e intercambio, promoviendo un bienestar individual pero también como un sujeto social.

La atención integral al adulto mayor requiere estimulación permanente para detener el deterioro cognitivo de manera oportuna, a través de ejercicios mentales que conlleven a que esta población adquiera una adaptación efectiva al entorno, lo que permitirá mantener niveles adecuados de memoria, atención y orientación proporcionado de alguna manera un envejecimiento exitoso. (Duque et al., 2022, p.107).

Trabajo Interdisciplinario con Personas Mayores

Álvarez (2019) fundamenta que un equipo interdisciplinario es el que se constituye con diversos profesionales pero que trabajan con un fin en común interactuando entre ellos desde cada área, compartiendo valores y una metodología de trabajo.

En relación a lo planteado, Chuggani (2023) hace énfasis en que la integralidad es una prioridad política y debe ser implementado en todos los sistemas de salud evitando así la fragmentación y brindando una atención de calidad coordinada y continúa centrada en la persona dentro de una red de apoyo.

Fridman (2005) por su lado, manifiesta que el trabajo interdisciplinario es una propuesta superadora que permite modificar los niveles de eficiencia con la posibilidad de erradicar problemas prácticos concretos, concluyendo así en que la interdisciplina en el ámbito de salud ya no debe discutirse sino incorporarse como una práctica normal mejorando la atención y calidad de vida de las personas.

Fernández (2021) manifiesta que el área geriátrica gradualmente se ha integrado a diversas disciplinas para poder consolidarse desde dos puntos de vista, primero el hecho de unificar a la persona mayor como un todo y no solo enfocarse en una enfermedad y el segundo refiere a la capacidad de poder resolver problemas complejos que se presentan a diario en la práctica con esta población.

En consonancia con lo anterior, Soliverz y Bozzi (s.f.) comparten que la interdisciplina permite lograr un acercamiento mayor e individualizado que incrementa la calidad de vida de la persona mayor sobre la cual se interviene y además permite que los profesionales adquieran conocimientos, generen lazos y puentes de comunicación

López (2025) desarrolla que la psicopedagogía, entendida como la disciplina que estudia procesos de enseñanza y aprendizaje en todas las etapas de la vida, es fundamental al momento de diseñar estrategias que favorezcan el bienestar de las personas mayores logrando prevenir y fortalecer funciones cognitivas. La autora sugiere que las intervenciones psicopedagógicas a partir de la estimulación cognitiva tienen un papel muy importante ya que pueden lograr disminuir el impacto del deterioro cognitivo, promoviendo autonomía e integración social.

Asimismo, Romero (2006) explicita que la psicopedagogía puede dar respuesta a los procesos de aprendizaje de las personas mayores, para entender cómo se caracterizan, la manera en la que logran entender y aprender, cómo se sienten y cómo ayudarlos a aprender

teniendo en cuenta que los aprendizajes se dan a lo largo de toda la vida. La autora justifica que nuestra intervención como psicopedagogos/as debe estar relacionada con la capacidad de desplegar situaciones y recursos que favorezcan los procesos de aprendizaje con la finalidad de mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

Davicino et al. (2009) sostienen que resulta fundamental la participación activa de los psicopedagogos en la realización de estudios e investigaciones vinculadas con enfermedades, demencias y deterioro cognitivo, así como en la elaboración, ejecución y evaluación de planes o proyectos que permitan aplicar de forma continua diversas intervenciones y recursos terapéuticos.

Talleres grupales

La intervención grupal a través de Talleres implica el trabajo en pequeños grupos (de un mínimo de cuatro y un máximo de quince personas); la disposición espacial en forma semicircular para facilitar la comunicación entre los participantes; el uso de técnicas de trabajo adecuadas al momento de cada grupo; el respeto de los tiempos individuales de cada participante; la participación de los sujetos en la responsabilidad sobre sus aprendizajes; el trabajo con ansiedades y prejuicios vinculados al aprendizaje; la integración de experiencias personales en el proceso; y la intención de que lo aprendido tenga influencia en la vida cotidiana. (Custo, 2009, como se citó en Samter, 2021, pp. 137-138).

En esta misma línea, Samter (2021) también propone que los talleres de estimulación de la memoria deben ser coordinados por profesionales de diversas disciplinas ya que son dispositivos grupales para personas mayores sanas, es decir, sin deterioro cognitivo grave o demencia, y tienen un objetivo preventivo y social. La autora expresa que estimular la

memoria dentro de un grupo nos otorga muchas ventajas, es así ya que permite minimizar la ansiedad ante olvidos, compartir estrategias para disminuir fallas en la memoria, cuestionar prejuicios que se asocian directamente con la vejez, y fortalecer vínculos entre pares.

De acuerdo con el último punto, Arrigone (2025) fundamenta la importancia de los lazos sociales, ya que les otorgan identidad a las personas y lo incluyen a la cultura, estos lazos se construyen con la participación de un otro generando así un intercambio, reciprocidad y trama social en tiempo y espacio.

Vidal Martí (2012) afirma que los talleres de memoria tienen una finalidad terapéutica relacionada con el mantenimiento de la memoria, pero también son un excelente recurso para promover la integración de las personas mayores, ya que después de la jubilación suelen inscribirse a actividades a fines por temores con problemas en las diferentes áreas cognitivas, pero terminan validando y sintiendo la necesidad de relacionarse con pares.

Por su parte, Manna y Mandaradoni (2024) concluyen en que la socialización es uno de los aspectos más importantes que tenemos como humanidad pero que durante la vejez muchas veces tiende a desaparecer o verse inhibida ya sea por pérdidas de familiares o amigos, disminución de obligaciones laborales o por temor a lo desconocido, es por ello que las autoras expresan que pertenecer a un grupo es muy favorecedor ya que les permite volver a expresar sentimientos, comunicarse y romper el aislamiento de esta etapa.

Marco regional acerca de la vejez en Latinoamérica y España

En el análisis del estado de arte se incluyeron investigaciones desarrolladas en distintos países de Latinoamérica y en España, por lo cual resulta pertinente presentar un panorama general sobre cómo se concibe la vejez en estos contextos. La elección de la información se basa en el área demográfica, social y sanitaria de cada país con el objetivo de comprender

mejor las condiciones en las que se producen dichos estudios, incluyendo datos sobre envejecimiento cognitivo, acceso a programas para personas mayores y características propias de cada región.

Según la World Health Organization (WHO, 2025) y Ribeiro et al. (2022), el envejecimiento poblacional y la vulnerabilidad cognitiva constituyen fenómenos crecientes en América Latina y el Caribe. La elección de los países analizados permite observar cómo las características sociales, culturales y sanitarias influyen en la organización e implementación de estas intervenciones.

En Argentina, los datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC, 2022) evidencian un aumento sostenido del grupo poblacional de 60 años y más, lo que refleja un proceso de envejecimiento avanzado en el país.

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2022) explica que en Argentina existen organismos nacionales, provinciales y municipales dedicados a la atención y promoción de derechos de las personas mayores, aunque también señalan que persisten diferencias en la cobertura de servicios y disponibilidad de recursos entre zonas urbanas y rurales. El Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET, 2024) señala que en el país los centros de día y los espacios comunitarios destinados a personas mayores desarrollan actividades de recreación, prevención de la dependencia y estimulación cognitiva, orientadas al mantenimiento de las capacidades funcionales y a la promoción de la socialización.

El Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados (PAMI) es un organismo estatal argentino creado en 1971 destinado a brindar servicios, entre ellos prestaciones de salud y programas sociales, para personas jubiladas y pensionadas, además,

es considerada la obra social más grande de Latinoamérica. PAMI extiende a partir de la Red de Centros de Jubilados y Pensionados de todo el país diversas actividades o talleres grupales que tienen como objetivo mejorar la calidad de vida y promover un envejecimiento activo donde impulsan el movimiento, hábitos saludables, estimulación de funciones cognitivas, expresión artística, lazos, etc. (PAMI s.f.). Una de las iniciativas es el programa Universidad para Adultos Mayores Integrados (UPAMI) creado en 2005 pero nacionalizado en 2008 incorporando nuevas universidades en convenio (Radio Nacional 2020) el cual es una iniciativa educativa destinada a personas mayores afiliadas, sin requerir estudios previos donde se ofrecen cursos y talleres gratuitos en modalidades presencial, virtual o mixta, abarcando áreas como arte, literatura, informática, idiomas, salud, cultura y promoción del bienestar integral. Además, el programa incluye talleres de estimulación cognitiva, diseñados para fortalecer funciones mentales, mejorar la memoria y favorecer hábitos saludables, contribuyendo al desarrollo personal y la autonomía de los adultos mayores (PAMI s.f.).

El programa se desarrolla a partir de diversos convenios con universidades públicas y privadas de todo el país. Se hará énfasis en dos de ellas, por un lado la UNLPam (2022) explicita que en el caso de la Universidad Nacional de la Pampa (UNLPam) se formalizó el 5 de septiembre de 2022 un convenio específico de cooperación entre la universidad y la UGL XX de PAMI para la implementación del programa UPAMI, los cursos ofrecidos incluyen modalidades presencial, virtual o mixta y están destinados a las personas mayores afiliadas a la obra social, con el objetivo de generar espacios formativos vinculados al cuidado de la salud, al interés social y comunitario, y de reforzar aspectos como la autoestima, la autorrealización, la seguridad y la identidad de los participantes.

En el presente marco de referencia, la Universidad de Flores (UFLO) forma parte de las universidades en convenio con PAMI, ofreciendo una amplia variedad de talleres

presenciales y virtuales, entre ellos: Taller de prevención de caídas, Taller de Inteligencias Múltiples, Fortaleciendo lazos y construyendo comunidad y Taller de Estimulación Cognitiva.

En Cuba, los datos de la Oficina Nacional de Estadística e Información (ONEI, 2023) evidencian un proceso avanzado de envejecimiento poblacional. Según Ulloa (2022), alrededor del 20,4 % de la población pertenece al grupo de personas mayores, observándose una elevada prevalencia de deterioro cognitivo leve. No obstante, el autor señala una limitada disponibilidad de programas de intervención terapéutica destinados a esta problemática. Según el Programa de Gerontogeriatría (s.f.), la atención integral al adulto mayor en Cuba se orienta a promover el bienestar, la autonomía y la calidad de vida a través de acciones preventivas, asistenciales y de rehabilitación, aunque aún se presentan múltiples desafíos que dificultan llevarlos a cabo a nivel social y económico. La CEPAL (2024) fundamenta que el país cuenta con un gran avance en cuanto a desarrollo de normativas y acciones que contemplan el envejecimiento a favor de la universalidad de derechos, participación y justicia social

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2022) reporta que en México las personas mayores representan un grupo en aumento, afectado por enfermedades crónicas y condiciones de vulnerabilidad, especialmente en áreas rurales e indígenas. El informe también reconoce la persistencia de la discriminación por edad como factor que incide en la participación social y el bienestar cognitivo. En relación con este último punto, la CEPAL (2022) también menciona que México implementa el Programa Nacional para una Sociedad Incluyente “Vivir sin Discriminación”, que contempla acciones específicas para las personas mayores.

López (2025) señala que en Costa Rica la atención a las personas adultas mayores se respalda en la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor N.º 7935, la cual garantiza derechos vinculados con la salud, la educación, la recreación y la participación social. Esta normativa establece la corresponsabilidad del Estado, la familia y la comunidad en el cuidado y la protección de este grupo etario. El Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) actúa como ente rector de las políticas públicas, promoviendo programas orientados al bienestar integral, la autonomía y la prevención del deterioro funcional. Además, se desarrollan propuestas interdisciplinarias en centros diurnos y comunitarios que incluyen actividades de estimulación cognitiva, acompañamiento emocional y fortalecimiento de habilidades sociales, en consonancia con el enfoque de envejecimiento activo propuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015).

Por otro lado, en Colombia, el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2024) describe un proceso sostenido de envejecimiento poblacional, con desigualdades territoriales y condiciones sociales diversas. La CEPAL (2022) señala que Colombia cuenta con la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez orientada a garantizar los derechos, la protección integral y la participación de las personas mayores. Dicha política incorpora un enfoque territorial y diferencial, que atiende las particularidades de los contextos urbanos y rurales, y promueve redes comunitarias que impulsan el envejecimiento activo y la inclusión social. Los datos muestran un aumento en la proporción de personas mayores, especialmente en regiones rurales, lo que plantea desafíos en la provisión de servicios y apoyos para la salud cognitiva y emocional.

De acuerdo con la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2022), el proceso de envejecimiento poblacional en América Latina y el Caribe se ha desarrollado con una velocidad significativamente mayor que en Europa, donde dicho

fenómeno ocurrió de manera más gradual. El informe contrasta ambas realidades y destaca especialmente el modelo europeo de Madrid y su Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento (2002), que sirvió como referencia para los países de la región. Mientras que en Europa el envejecimiento se produjo en un contexto de mayor preparación institucional y con un período más amplio para la adecuación de políticas públicas, en América Latina este proceso avanza en plazos más reducidos y en medio de marcadas desigualdades estructurales.

La comparación entre diferentes contextos socioculturales muestra que, si bien existen diferencias en cuanto a lo económico, la organización y el alcance de las estrategias de intervención, hay un consenso amplio en torno a la importancia de la estimulación cognitiva para sostener las funciones mentales y favorecer el bienestar integral en la vejez.

PLANIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Descripción y Focalización del Problema a Investigar

El envejecimiento en la sociedad actual representa uno de los principales desafíos, no solo a nivel salud sino también en lo social, psicológico y educativo. La Organización Mundial de la Salud (2024) reconoce que usualmente se da por hecho que las personas mayores son frágiles y dependientes siendo así una carga para la sociedad, por ello animan a que los profesionales de la salud y la sociedad en general detengan estas actitudes ya que pueden dar lugar a la discriminación y atentar contra la formulación de políticas y el crecimiento de oportunidades para que las personas mayores disfruten de un envejecimiento saludable. Es así como, el abordaje de las funciones cognitivas en personas mayores, con o sin deterioro cognitivo, se vuelve indispensable para favorecer la autonomía, la calidad de vida y la integración social.

En Santa Rosa, La Pampa, Argentina, la disponibilidad de espacios destinados a la estimulación cognitiva con una mirada integral y desde un enfoque psicopedagógico aún es limitada. Muchas de las propuestas pensadas para las personas mayores suelen llevarse a cabo únicamente desde ámbitos médicos o centrarse en habilidades puntuales, como por ejemplo los Talleres para la Memoria, dejando a un lado abordajes que contemplen el conjunto de funciones cognitivas, dimensiones emocionales y sociales. En este contexto, se vuelve necesario seguir generando y fortaleciendo iniciativas que promuevan la participación activa de dicho grupo etario y acerquen información clara y accesible a la sociedad acerca de la importancia de la estimulación cognitiva a lo largo del envejecimiento.

En relación a lo anterior, cabe decir que la población mayor presenta trayectorias muy diversas, es decir, no todas las personas atraviesan el mismo nivel de deterioro ni comparten

las mismas necesidades en lo emocional, cognitivo o social. Es por ello que se vuelve necesario pensar propuestas que puedan adaptarse, contemplen distintos ritmos, modos de participación y que ofrezcan alternativas acordes a la heterogeneidad del grupo.

Teniendo en cuenta dicha problemática se plantea la implementación de un taller grupal de estimulación cognitiva con intervención psicopedagógica, psicológica y motriz a través de una terapeuta ocupacional. El mismo se orienta a potenciar y mantener el desarrollo de capacidades mentales, promover el bienestar y la autonomía de quienes participan. La propuesta se basa en un enfoque interdisciplinario que articula estrategias cognitivas y motrices, dentro de un espacio de contención emocional y participación.

Planificación de las estrategias

La estrategia propuesta se centra en la planificación e implementación de un taller de estimulación cognitiva, desarrollado en un espacio privado con encuentros semanales de una hora y media de duración.

Además, se desarrolla desde una perspectiva interdisciplinaria, ya que quienes lo llevan a cabo son una psicopedagoga, una terapeuta ocupacional y una psicóloga. El trabajo conjunto permite contemplar distintas dimensiones que atraviesan la vida de las personas mayores y considerar las necesidades que pueden aparecer en lo cognitivo, emocional, vincular y cotidiano.

Se implementan ejercicios cognitivos, dinámicas lúdicas, propuestas creativas (mandalas, reflexión de frases motivadoras, etc.), tareas de atención sostenida, lenguaje, coordinación visomotora, memoria a corto y largo plazo, trabajo cooperativo y movimiento corporal. Cada ejercicio o actividad se adapta el nivel de complejidad de acuerdo con el grupo heterogéneo y se realizan intervenciones activas individuales.

La planificación contempla una entrevista inicial y un registro continuo mediante observaciones y fichas de seguimiento para evaluar los efectos de la intervención.

Explicación de las hipótesis de acción

Se plantean una serie de hipótesis que orientan el desarrollo del trabajo.

La primera hipótesis sostiene que, al generar instancias de acompañamiento psicopedagógico centradas en la estimulación cognitiva, se posibilita el sostenimiento de distintas funciones mentales en personas mayores. Esta hipótesis se apoya en la idea de que la plasticidad cerebral persiste a lo largo de la vida, y que la intervención psicopedagógica puede contribuir a reforzar capacidades existentes y desarrollar estrategias que compensen posibles dificultades cognitivas actuales o futuras.

La segunda hipótesis se basa en que la participación en un grupo favorece la socialización y el bienestar emocional de las personas mayores. El intercambio entre pares y el compartir experiencias personales en un clima que brinda seguridad y respeto facilitan el compromiso con las actividades, motivan la continuidad en el proceso y contribuyen a la percepción del envejecimiento activo.

Por último, la tercera hipótesis sostiene que el trabajo colaborativo entre profesionales de disciplinas afines, desde un enfoque interdisciplinario, enriquece significativamente la intervención psicopedagógica. Aunque la investigación se centra en el trabajo desde la psicopedagogía, es fundamental reconocer y dialogar con otros profesionales. De este modo, se pueden diseñar propuestas más integrales, que respondan de manera efectiva a las diversas realidades que enfrentan las personas mayores en su proceso de envejecimiento.

DESARROLLO DEL PROCESO

Organización del Trabajo

La propuesta de intervención se llevó a cabo entre los meses de marzo y junio de 2025, con una frecuencia semanal de un encuentro de una hora y media, en un consultorio privado de la ciudad de Santa Rosa, La Pampa, Argentina. Debido a la demanda de cupos, se organizaron tres grupos en distintos horarios, manteniendo la misma dinámica y secuencia de actividades. La composición en cuanto a edades fue amplia ya que participaron personas de entre 57 y 87 años, con mayor cantidad de personas mayores de 80 años ($n = 9$), seguidos por participantes de más de 70 ($n = 6$), más de 60 ($n = 2$) y más de 50 ($n = 1$). La variedad de edades entre los participantes permitió incorporar experiencias, trayectorias y modos de participación distintos, lo que enriqueció el desarrollo grupal del taller.

El mismo fue coordinado por un equipo interdisciplinario compuesto por una Psicopedagoga, una Licenciada en Terapia Ocupacional y una Licenciada en Psicología. La colaboración profesional permitió abordar de manera integral y articulada las dimensiones cognitivas, motrices, expresivas, emocionales y vinculares del grupo.

El taller se organizó en torno a cuatro ejes de trabajo que guiaron la planificación y la selección de actividades:

- Orientación, memoria y narrativa
- Atención, lenguaje y pensamiento estratégico
- Creatividad, percepción y coordinación
- Reflexión y autopercepción

Estos ejes funcionaron como marco general para la distribución de las propuestas, que se desarrollaron de manera progresiva según los objetivos de cada encuentro.

Puesta en marcha de la acción

El taller inició con una entrevista semiestructurada a cada participante, con el objetivo de relevar aspectos de forma oral y personalizada (Bertomeu, 2016) como, datos personales (nombres, números de teléfono, contactos de emergencia) condiciones médicas y físicas, diagnósticos, nivel de autonomía, intereses personales y estado emocional.

El grupo inicial se conformó en 3 subgrupos que estuvieron integrados de 5 a 7 participantes divididos en los distintos horarios pautados: los lunes de 11:00 a 12:30, jueves de 16:30 a 18:00 y viernes de 9:30 a 11:00 en un ámbito privado. Cada participante asiste de manera voluntaria, ya sea por interés personal, recomendación médica o motivación familiar. A lo largo del proceso, se consideraron las diferentes necesidades individuales para asegurar apoyos adecuados.

Los primeros encuentros se organizaron en función a la conformación del grupo, la generación de un ambiente de confianza, conocer a las profesionales, y la introducción progresiva de actividades cognitivas. Con el paso de las semanas, se complejiza gradualmente el contenido proponiendo desafíos mentales mayores.

En algunos de los encuentros, al momento de finalizar, se propuso una frase inspiradora acompañada de una actividad creativa (como colorear mandalas) o se reflexiona acerca del taller y las perspectivas de cada participante, (algo que les gustaría agregar o cambiar, si notan cambios, etc.), como estrategia para generar sentido y darles un espacio donde sean escuchados y validados.

A continuación, se plantea lo desarrollado en cada encuentro:

Encuentro 1

El objetivo del primer encuentro fue relevar información general de los participantes. Para ello se realizaron entrevistas semiestructuradas individuales, permitiendo obtener datos relevantes sobre su memoria, atención y capacidades funcionales.

Encuentro 2

Para iniciar el encuentro se realizó la presentación del taller, orientada a favorecer la integración del grupo, y se trabajaron ejercicios de memoria y atención. Las actividades incluyeron la presentación personal de cada participante, seguida de un juego de memoria basado en lo escuchado. Luego, se propuso una actividad de escritura en la que cada participante registró cinco olvidos frecuentes, para luego compartir herramientas colectivas que facilitaran recordarlos, para finalizar la actividad se les entregó un cuadro con “Tips” para la memoria lo cual reforzó las herramientas que habían compartido entre ellos. Desde el área de Terapia Ocupacional, se realizó un juego con vasos tipo “Simón dice”. Finalmente, se entregó a cada participante una carpeta personal y un mandala con una frase motivadora, reforzando la integración y el bienestar emocional.

Encuentro 3

El encuentro tuvo como objetivo fortalecer la orientación temporal, la memoria episódica, las estrategias de afrontamiento del estrés y la coordinación motriz. Para iniciar se retomó lo trabajado en el encuentro anterior, hablamos sobre qué recordaban y qué perspectivas tenían. Luego, la primera actividad contó con el registro de la fecha actual y una actividad sobre actividades pasadas y futuras, promoviendo la evocación de recuerdos y la organización temporal. A continuación, se desarrolló una dinámica con una botella, en la que los participantes identificaron factores que les generan estrés y compartieron estrategias personales para afrontarlos, favoreciendo la expresión emocional y la reflexión colectiva.

Para finalizar, se realizaron dos juegos, uno de coordinación visomotriz utilizando papel higiénico y un vaso con agua, y otro oral con pelota, en el que debían seguir el abecedario nombrando palabras por turno. Ambas propuestas promovieron la atención, la memoria y la cooperación grupal desde una perspectiva lúdica y participativa.

Encuentro 4

El encuentro tuvo como objetivo estimular la memoria visual, la narrativa y la evocación de recuerdos significativos. Se inició con un juego de tarjetas con imágenes superpuestas que los participantes debían identificar y memorizar, ejercitando la observación, la atención y la memoria a corto plazo. Luego, a partir de esas imágenes, se elaboró una historia colectiva que permitió integrar la creatividad, la coherencia narrativa y la expresión oral. El encuentro finalizó con un pequeño picnic compartido, donde se posibilitó la evocación de recuerdos positivos y el intercambio de experiencias personales, favoreciendo un clima de socialización.

Encuentro 5

El objetivo del encuentro fue estimular diversas funciones cognitivas como la memoria, atención, percepción visual, velocidad de procesamiento, coordinación visomotora y regulación emocional. Para ello, se realizó un bingo tradicional en tres rondas con premios que incluían cuadernillos de actividades de estimulación cognitiva, sopas de letras, etc. Como cierre reflexivo se recordó cada actividad realizada durante el mes y se plantearon expectativas y cambios percibidos.

Encuentro 6

El encuentro tuvo como propósito estimular la creatividad, la memoria, la flexibilidad cognitiva, la coordinación grupal y el uso del lenguaje narrativo. La jornada comenzó con el juego “STOP”, en el que los participantes debían responder consignas con respuestas

absurdas, promoviendo la desinhibición, el humor y la ruptura de esquemas rígidos de pensamiento. A continuación, se desarrolló la actividad “Historias encadenadas”, en la que un integrante iniciaba un relato con distintos personajes y, por turnos, los demás continuaban la narración manteniendo coherencia y fluidez, favoreciendo la atención, la memoria de trabajo y la expresión oral. Luego se realizó un juego grupal de laberinto con hilos y fibrones, que implicó planificación conjunta, coordinación motriz y cooperación entre los participantes. Finalmente, se jugó una versión adaptada del clásico Tutti Frutti, integrando atención, vocabulario y agilidad mental en un clima participativo y distendido.

Encuentro 7

El encuentro tuvo como objetivo estimular el pensamiento lateral, la percepción táctil y la expresión emocional significativa. Comenzó con actividades destinadas a ejercitar la inteligencia lateral a través de la resolución de pequeños problemas y situaciones que requerían flexibilidad cognitiva. Posteriormente, se realizaron dos propuestas, una de reconocimiento de objetos mediante el tacto, orientada a trabajar la percepción sensorial y la atención, y otra de asociación de palabras con distintas características como “grande”, “duro” o “caro” para favorecer la categorización y el razonamiento abstracto. Como cierre, cada participante compartió con el grupo un objeto personal significativo, relatando su historia o el motivo de su elección. Este momento permitió integrar la memoria autobiográfica con la expresión emocional, generando un intercambio cercano y reflexivo entre los integrantes del taller.

Encuentro 8

El encuentro tuvo como objetivo favorecer el trabajo grupal, la creatividad, la resolución de problemas y el pensamiento estratégico. Para comenzar se llevó a cabo el juego “Desafío Mix” con categorías de imitación, dibujo, adivinanza y tarareo, seguido de un juego de fútbol con tela en equipos, promoviendo la coordinación y la cooperación. Luego, se trabajó la

resolución de una situación hipotética relacionada con la organización de un viaje, integrando pensamiento estratégico y colaboración grupal. Como cierre, se les entregó unos mandalas para pintar junto a una frase reflexiva y motivadora y se conversó acerca de las perspectivas de cada uno, que cambios venían sintiendo desde que iniciaron el taller, si habían tenido en cuenta los “tips” para la memoria que habíamos trabajado anteriormente y si en sus casas hacían actividades o ejercicios que les permitan estimular su mente. El objetivo de esta conversación también fue hacerlos parte, que tengan una participación activa en el desarrollo del taller.

Encuentro 9

A través de diversas actividades se buscó estimular el lenguaje, la atención y la memoria. Se inició con una actividad de escritura con restricciones de letras, denominada “letras prohibidas” por categorías. Al terminar, realizaron memotest táctiles y memotest de refranes en grupos, promoviendo atención, memoria y trabajo en equipo. Luego se llevó a cabo una actividad auditiva donde debían escuchar sonidos transmitidos a través de un parlante y luego poder recordarlos en el orden en el que se escucharon. Para finalizar realizaron una actividad de anagramas.

Encuentro 10

En el inicio del encuentro se planteó el objetivo de favorecer la atención, la concentración, el lenguaje y la resolución de problemas mediante propuestas lúdicas. Se realizaron juegos de atención selectiva, donde debían encontrar palabras completas entre letras mezcladas, y de formación de palabras con sílabas desordenadas. Luego se desarrolló un juego “decilo con mímica” para trabajar la expresión y la interacción grupal. Para cerrar el encuentro, se completaron consignas individuales adaptadas en complejidad, centradas en lenguaje, cálculo, memoria y orden alfabético.

Encuentro 11

El encuentro inició con una breve dinámica de activación acompañada por música, destinada a favorecer la atención, la disposición grupal y la relajación. A continuación, se propusieron distintas actividades orientadas al trabajo de la memoria, la atención, el lenguaje y el pensamiento flexible. En primer lugar, se realizó un ejercicio de reconocimiento y evocación de figuras para estimular la memoria visual y la percepción. Luego, se desarrolló un bingo musical en el que los participantes identificaron canciones, asociándolas con el artista y con el nombre de las mismas, lo que permitió ejercitar la percepción auditiva, la memoria y el lenguaje. Finalmente, se llevó a cabo un juego grupal oral en el que debían ejecutar acciones contrarias a las instrucciones dadas, promoviendo la concentración, la inhibición de respuestas automáticas y la coordinación.

Encuentro 12

El encuentro comenzó con una actividad de reflexión donde debían describir su trayectoria por el taller en una palabra, las escribimos en un afiche y conversamos sobre ellas. Luego, hicimos una ronda y cada uno pudo expresar que pensaban de las actividades realizadas, si les habían servido, cual les había gustado más y si se cumplían sus expectativas. Por último, se generó un espacio de diálogo y reflexión conjunta, en el que todos expresaron su interés en continuar con el taller y aportaron ideas para futuras propuestas, considerando sus experiencias, necesidades y expectativas.

Recogida de la información

Con el propósito de valorar la relevancia de la intervención psicopedagógica en talleres grupales de estimulación cognitiva, se recaban datos que aporten evidencias acerca de

la efectividad y la calidad del curso de acción implementado (Rodríguez García et al., 2011). En el marco de la presente investigación acción, se utilizaron diversas técnicas de recogida de información con el fin de obtener una comprensión profunda y contextual del proceso desarrollado.

Entre ellas, se empleó la observación participante. Se adoptó dicho rol al coordinar los talleres de estimulación cognitiva y observar las dinámicas que se utilizaron durante su desarrollo porque de esta forma se logra involucrarse en la situación estudiada, participando activamente de las actividades para comprender las conductas, significados e interacciones del grupo. (Sampieri, Fernández-Collado y Baptista, 2014).

Asimismo, se elaboraron notas de campo, las cuales posibilitaron organizar y analizar las observaciones, reflexiones y momentos relevantes ocurridos durante el taller. Dicho procedimiento permitió la identificación de aspectos significativos en cuanto al proceso grupal y a la construcción integral del desarrollo del taller.

Por último, se llevó a cabo la elaboración de una entrevista semiestructurada dirigida a los integrantes del taller. Según (Tonon, 2011), la entrevista semiestructurada se caracteriza por su flexibilidad y por otorgar al sujeto entrevistado un papel protagónico dentro del proceso investigativo. En dicha entrevista se buscó recolectar información respecto a las expectativas, la efectividad del taller, experiencia personal e importancia de trabajo interdisciplinario. Una vez finalizadas se procedió a reflexionar acerca de los datos obtenidos.

El taller grupal que permitió el desarrollo de la investigación acción se llevó a cabo entre los meses de marzo y junio de 2025, período en el cual se planificaron, implementaron y observaron las distintas instancias de intervención psicopedagógica. Si bien el mismo continuó posteriormente como parte de la práctica profesional del equipo a cargo, el recorte temporal del estudio se circunscribe exclusivamente a ese período.

Las entrevistas semiestructuradas se realizaron en octubre del 2025, con el objetivo de recuperar las percepciones y valoraciones de los participantes sobre el proceso vivido durante los primeros doce encuentros del taller. Si bien fueron administradas con posterioridad, las preguntas estuvieron centradas en evaluar la experiencia desarrollada en esa etapa inicial, abordando aspectos como la participación, los aprendizajes, la efectividad de las actividades y el impacto de la intervención.

De esta forma, las entrevistas complementaron la información obtenida mediante la observación participante y las notas de campo, aportando una visión más completa y reflexiva sobre el desarrollo del proceso investigado.

De acuerdo con los principios éticos se utilizó un Consentimiento Informado que se les entregó a cada entrevistado donde se explica detalladamente en qué consiste la investigación, el objetivo y confidencialidad de los datos. Losada (2014), justifica que el Consentimiento Informado asegura que se respeten todos los derechos de las personas que participan de la investigación, además se otorga la libertad de participar del estudio de manera voluntaria y se asegura que tienen la posibilidad de retirarse del mismo en cualquier momento.

REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN

Recopilación y Representación de la Información

Con el objetivo de organizar y dar sentido a la información obtenida a través de las observaciones, entrevistas y notas de campo, se decidió agrupar los datos en torno a tres ejes de análisis. Los ejes surgen de las hipótesis de acción formuladas durante la planificación de las estrategias, y permiten revisar distintos aspectos del proceso desarrollado en el taller: las funciones cognitivas trabajadas, la dimensión grupal y la colaboración interdisciplinaria.

Dicha forma de organización busca facilitar la lectura e interpretación de los registros, recuperando las voces de los participantes y los hechos observados en relación con cada eje. A través del análisis fue posible identificar situaciones, percepciones y modos de participación que aportan información relevante sobre el recorrido del grupo y los efectos del acompañamiento psicopedagógico.

Integración e interpretación de datos

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a partir de la interpretación de la información recolectada mediante la entrevista semiestructurada, observaciones participantes y notas de campo. Como se mencionó con anterioridad, el análisis se organiza en tres ejes derivados de las hipótesis de acción. Cada eje busca reflexionar sobre la correspondencia entre los supuestos teóricos y la práctica desarrollada.

La primera hipótesis de acción sostiene que, al generar instancias de acompañamiento psicopedagógico centradas en la estimulación cognitiva, se posibilita el sostenimiento de distintas funciones mentales en personas mayores. Los datos obtenidos muestran coincidencia con este supuesto, la mayoría de los participantes, alrededor de 14 de 18, manifestaron haber percibido mejoras en la memoria, la atención, la organización y la capacidad de resolver tareas diarias. *“Si, percibo cambios, me noto más atenta y mi memoria mejora poco a poco,*

desde que comencé el taller sentí que volví a la escuela cuando volví a escribir y dibujar.”

(E2). *“Si, percibo cambios en la concentración, en la forma de resolver actividades diarias y en cuanto a la memoria puedo recordar palabras, reordenar letras, identificar y calcular, construir frases, reproducir figuras luego de observarlas para poder recordarlas.”* **(E5).**

Estos resultados se corresponden con las observaciones registradas en las notas de campo, donde se registraron aspectos como mayor participación, autonomía, atención sostenida y retención de la información en el desarrollo de las actividades grupales e individuales.

No obstante, en cuatro de los dieciocho casos los participantes expresaron no haber percibido cambios significativos en sus funciones cognitivas, uno de ellos atribuyó esta idea a su asistencia irregular durante el proceso. *“Lo que me juega a mí en contra es que por ahí he faltado a varios encuentros, pero lo sólido es que salgo del taller con el aire renovado.”* **(E9)**

La segunda hipótesis de acción sostiene que la participación activa en un grupo favorece la socialización y el bienestar emocional de las personas mayores. Este eje presentó una coincidencia unánime entre los testimonios de los participantes y las observaciones de las coordinadoras del taller.

De las 18 entrevistas, la totalidad de los participantes mencionó la importancia del espacio compartido, la posibilidad de vincularse con otros, sentirse escuchados y participar activamente en las actividades del taller. En los relatos se destacan expresiones que hacen referencia al encuentro semanal como una instancia de interacción y acompañamiento, asociada a sensaciones de bienestar, pertenencia y reconocimiento personal.

“Para mi tiene mucha importancia, es una experiencia muy linda y me ha ayudado mucho para poder hablar y soltarme un poco.” **(E6).** *“Para mí es muy importante, me encanta intercambiar ideas, reírnos, si siento que me ha ayudado mucho.”* **(E14)** *“Es muy importante y enriquecedor, además se formó un grupo muy lindo y compañero, nos reímos*

mucho, charlamos, hacemos buen equipo. Nunca tuve problemas para relacionarme con otras personas, pero como ya dije anteriormente, al jubilarme y pasar a otra etapa de mi vida es muy valioso poder conocer personas nuevas y compartir estos espacios. (E18)

Las notas de campo corroboran dichas percepciones, registrando mayor expresividad afectiva entre ellos, humor compartido y apoyo mutuo. Se visualiza como quienes al inicio se mostraron más reservados o inseguros lograron integrarse con rapidez al grupo. En las entrevistas algunos participantes refirieron sentirse más motivados, acompañados y con mayor disposición para compartir. *“El salir de mi casa para venir al taller ya me levanta el ánimo y cambia el resto de mi día, por eso espero siempre a que llegue el día de venir porque suele ser mi única salida.” (E11)*

La tercera hipótesis plantea que el trabajo colaborativo entre profesionales de disciplinas afines, desde un enfoque interdisciplinario, puede aportar a la construcción de intervenciones psicopedagógicas más integradas. En relación con este eje, las entrevistas reflejaron percepciones coincidentes en los participantes, los 18 mencionaron aspectos vinculados a la complementariedad entre las profesionales, la articulación de las distintas áreas durante el desarrollo del taller y en la vida diaria en general. *“Si, esta experiencia me ha hecho ver que cada profesión aporta cosas muy importantes y variadas y todo suma la verdad.” (E13).* *“Si, es realmente importante, por lo menos acá en la ciudad no abundan lugares donde se trate al adulto mayor, o a cualquier persona en realidad, de manera integral, a veces pareciera que solo somos partes y no somos personas íntegras, enteras. Es muy bueno que el taller lo den profesionales de áreas distintas ya que se complementan muy bien.” (E18).* *“Si es muy importante que los profesionales se unan para trabajar en conjunto, en Santa Rosa no hay lugares donde se vea esto y es importante, ojalá que se pueda lograr.” (E1).* *“Si creo que así debería ser siempre es muy importante, muchas veces hay que pasar*

por un montón de médicos para que te vean toda y a esta edad cansa mucho. Poder trabajar con distintas miradas o pensamientos todos somos distintos y se necesita más acompañamiento y acá lo recibimos.” (E4).

Desde la observación participante, se constató que la interacción entre la psicopedagoga, la terapeuta ocupacional y la psicóloga permitió articular las dimensiones cognitivas, motrices y emocionales dentro de las actividades del taller. La articulación entre las profesionales se evidenció en la planificación conjunta de las propuestas y en la complementariedad de los enfoques, lo que demostró las distintas formas de abordar las necesidades del grupo de manera coordinada.

La información obtenida a través de las entrevistas, la observación participante y las notas de campo permite afirmar que la pregunta de investigación encuentra respaldo en la experiencia desarrollada. Las personas mayores que participaron del taller pusieron en palabras, y también en práctica durante las actividades, diversas maneras de activar, sostener o reforzar procesos mentales vinculados con la atención, la memoria, la organización y la resolución de situaciones cotidianas, mencionando cambios como “recordar más”, “estar más atentos” o “sentirse más organizados” en su día a día. A su vez, la dinámica grupal favoreció la interacción y el intercambio entre ellos, aspectos que los propios participantes reconocieron como significativos en su proceso de aprendizaje.

Considerando la información recolectada se concluye que las intervenciones psicopedagógicas implementadas en el taller sí contribuyeron al propósito central de la investigación, en tanto acompañaron el desarrollo y sostenimiento de funciones mentales en personas mayores, y se adecuaron a los distintos niveles cognitivos de cada uno de los participantes.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El cierre del proceso permitió recuperar los principales efectos del taller y reflexionar sobre el recorrido realizado junto al grupo de personas mayores. A continuación, se presentan los aspectos más significativos para comprender el alcance de la intervención y sus implicancias para futuras acciones.

Efectos de las acciones

Durante el desarrollo del taller se implementaron diversas actividades dirigidas al trabajo de la atención, la memoria, el lenguaje, la percepción visual, el razonamiento lógico y las funciones ejecutivas. A lo largo de los encuentros se registraron distintas formas de abordar las consignas, tanto en los tiempos de respuesta como en las maneras de resolver las tareas.

En las primeras instancias se requirió acompañamiento frecuente y explicaciones reiterativas por parte de las coordinadoras; con el transcurso de las semanas se identificaron estrategias personales y colaborativas en el abordaje de las actividades, como el intercambio de sugerencias o recordatorios entre los participantes. Con el tiempo, fue habitual escuchar expresiones como “anotalo para no olvidarte”, “hagámoslo por partes”, “volvamos a leer la consigna” las cuales dan cuenta del uso de estrategias de apoyo y organización orientadas a sostener la atención, interpretar y facilitar el recuerdo.

En las entrevistas finales, varios participantes mencionaron que la participación en el taller se vinculó con la posibilidad de “mantener la cabeza activa” o “recordar más cosas cotidianas”, mientras que otros expresaron sentirse “más organizados” en su rutina diaria. Estas manifestaciones permiten reconocer la manera en que los propios participantes perciben su funcionamiento y el sentido que atribuyen a la continuidad del taller.

Desde la observación profesional, se advirtió que las consignas que requerían mayor planificación, flexibilidad cognitiva o toma de decisiones presentaban un mayor nivel de complejidad en relación con otras actividades del taller. En dichos casos, varios participantes tendieron a mantener esquemas de respuesta más estructurados o a buscar alternativas consideradas “correctas”. Se observó particularmente en el encuentro seis, durante la dinámica desarrollada: el juego “*STOP*”, en la cual las consignas implicaban responder de manera “absurda” o alejada de lo literal. La propuesta exigía modificar patrones habituales de pensamiento, lo que derivó en expresiones de duda o necesidad de mayor aclaración antes de responder.

Una situación semejante se registró en el encuentro ocho, donde la tarea consistía en planificar un viaje, decidiendo destino, medios de transporte y recursos necesarios. En tal caso, la dificultad se manifestó al anticipar pasos, coordinar ideas y organizar la información, funciones relacionadas con la planificación y la flexibilidad mental. Las dificultades observadas pueden estar relacionadas con características del envejecimiento cognitivo, como la tendencia a mantener rutinas conocidas o a evitar situaciones con múltiples posibilidades de respuesta, que requieren un esfuerzo adicional de abstracción y reorganización mental. Es así como se puede retomar lo fundamentado en el marco teórico a partir de Lepe Martínez et al. (2020) y Ferreyra et al. (2023) justificando que la flexibilidad cognitiva presenta una mayor vulnerabilidad en las personas mayores pero que mediante intervenciones eficaces se puede contribuir al sostenimiento funcional.

Retomando los resultados obtenidos en la presente investigación se puede señalar que en las actividades mencionadas se observaron, en un primer momento, situaciones de frustración por no poder responder a las consignas, pero también momentos de intercambio

grupal en los que los participantes compartieron ideas, se rieron de las respuestas y colaboraron en la búsqueda de alternativas posibles para resolverlas.

Desde el rol psicopedagógico, el acompañamiento implicó observar, registrar y adaptar las propuestas según las respuestas y necesidades del grupo. En cada encuentro se buscó sostener un espacio flexible, donde las estrategias pudieran ajustarse y las consignas se adecuaran al ritmo y a las posibilidades de los participantes.

En conjunto, las acciones desarrolladas a lo largo del proceso se reflejaron en la participación sostenida del grupo, en los intercambios entre pares y en la utilización de distintas estrategias para abordar las actividades. Los registros muestran una apropiación gradual de las dinámicas del taller y del valor de compartir experiencias, ofreciendo indicios sobre cómo la intervención psicopedagógica puede acompañar el mantenimiento de las funciones cognitivas y, al mismo tiempo, propiciar espacios de encuentro y continuidad para las personas mayores.

Efectos formativos en las personas

El desarrollo del taller permitió reconocer aprendizajes que no solo tuvieron que ver con aspectos estrictamente cognitivos. A partir de las entrevistas, las observaciones y los registros, fue posible identificar que el espacio grupal se constituyó en una oportunidad para que los participantes se expresaran, intercambiaran ideas y socialicen con pares teniendo en cuenta el respeto mutuo, la capacidad de escucha y paciencia tanto con sus compañeros como con ellos mismos. Las conversaciones y las reflexiones compartidas durante los encuentros revelaron un interés creciente por participar, aprender y sostener una rutina de encuentro semanal.

En el proceso, la dimensión formativa se manifestó no sólo en la adquisición de estrategias cognitivas, sino también en la recuperación de hábitos de organización, en la

apertura al trabajo grupal y en la posibilidad de reconocerse como sujetos activos dentro de una propuesta común.

Desde el rol psicopedagógico, dichos efectos también implicaron un aprendizaje profesional vinculado a la observación constante, la flexibilidad para adaptar las consignas y la necesidad de integrar las dimensiones emocionales y sociales en la planificación. El desarrollo del taller permitió que se profundice sobre la comprensión de cómo los procesos cognitivos se entrelazan con la historia, los vínculos y las vivencias personales de quienes participan, reafirmando la importancia de un abordaje integral e interdisciplinario.

En síntesis, los efectos formativos se reflejaron en los vínculos creados, en los aprendizajes compartidos y en la reflexión constante sobre la práctica. El taller se configuró como un espacio de encuentro y crecimiento mutuo, donde cada experiencia aportó nuevos sentidos al trabajo psicopedagógico con personas mayores.

Nuevas problematizaciones y nuevos planes de acción

A partir del proceso realizado, surge la necesidad de seguir pensando en la importancia de sostener y ampliar los espacios de estimulación cognitiva para personas mayores en Santa Rosa, La Pampa, Argentina. La experiencia dio cuenta de que las propuestas accesibles y continuas pueden favorecer el acompañamiento de este grupo etario en sus dimensiones cognitivas, emocionales y sociales, considerando que forman parte de su vida cotidiana y de sus modos de vincularse con el entorno.

La práctica también llevó a repensar el lugar del acompañamiento psicopedagógico en contextos de salud, identificando la necesidad de fortalecer el trabajo interdisciplinario y de promover instancias de formación y reflexión conjunta entre profesionales. Lo trabajado hasta el momento invita a pensar en nuevas estrategias que articulen la evaluación, la

planificación y el seguimiento de los procesos de estimulación cognitiva, sosteniendo una mirada preventiva y participativa.

Asimismo, se plantea como proyección continuar con la implementación del taller, considerando las perspectivas y sugerencias manifestadas por los propios participantes tanto en las entrevistas finales como en las conversaciones diarias. El interés por la continuidad evidencia el valor que los grupos atribuyen a estos espacios y la necesidad de sostenerlos como ámbitos de encuentro, aprendizaje y acompañamiento mutuo.

Para concluir, el presente recorrido expone la necesidad de continuar profundizando en las intervenciones psicopedagógicas dirigidas a personas mayores, para promover una revisión constante de las prácticas y de los contextos en los que se desarrollan. De tal modo, se sostiene el compromiso profesional de acompañar los procesos de aprendizaje y bienestar en la vejez desde una mirada integral y situada.

REFERENCIAS

Acuña, M. M., & Risiga, M. (2001). *Talleres de activación cerebral y entrenamiento de la memoria*: Guía para profesionales que trabajan con pacientes añosos (2ª ed.). Paidós.

Aguilar Navarro, S. G., Gutiérrez Gutiérrez, L., & Samudio Cruz, M. A. (2018). *Estimulación de la atención y la memoria en adultos mayores con deterioro cognitivo*. Editorial Permanyer.

Alvarado, A. M. y Salazar, Á. M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. Recuperado de Scielo.org: <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v25n2/revision1.pdf>

Araujo, F., Ruiz, D., & Alemán, M. (2010). Programa de entrenamiento cognitivo en adultos mayores. *Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación*, 22(1), 26-31.

Arrigone, L. (2025). Participación e impacto de los talleres gerontológicos en la salud de las personas mayores. *Revista Sociedad*, (50).

Artunduaga, M. M. (2009). Estimulación cognitiva: un reto en Colombia. *Acta neurológica colombiana*, 25(4), 241-243.

Benavides-Caro, C. A. (2017). Deterioro cognitivo en el adulto mayor. *Revista Mexicana de anestesiología*, 40(2), 107-112.

Binotti, P., Spina, D., De la Barrera, M. L., & Donolo, D. (2009). Funciones ejecutivas y aprendizaje en el envejecimiento normal. Estimulación cognitiva desde una mirada psicopedagógica. *Revista chilena de neuropsicología*, 4(2), 119-126.

Casals Serra, P., Gich Fullá, J., Diéguez Vide, F., & Busquets Izquierdo, E. (2005). *Taller de memoria: Ejercicios prácticos (Cuaderno para el análisis 19)*. Horsori Editorial.

Casanova-Sotolongo, P., Casanova-Carrillo, P., & Casanova-Carrillo, C. (2004). *La memoria. Introducción al estudio de los trastornos cognitivos en el envejecimiento normal y patológico*. WordPress. <https://norozcocorbacho.wordpress.com/wp-content/uploads/2014/10/alzheimer11.pdf>

Calatayud, E., Gómez-Cabello, A., & Gómez-Soria, I. (2021, December). Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal: ensayo clínico aleatorizado. In *Anales del Sistema Sanitario de Navarra* (Vol. 44, No. 3, pp. 361-372). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud.

Cauas, D. (2015). Definición de las variables, enfoque y tipo de investigación. *Bogotá: biblioteca electrónica de la universidad Nacional de Colombia*, 2, 1-11.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2022). *Envejecimiento en América Latina y el Caribe: inclusión y derechos de las personas mayores* (Informe). <https://www.cepal.org/es/publicaciones/48567-envejecimiento-america-latina-caribe-inclusion-derechos-personas-mayores>

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). (2024). *Políticas públicas/sociales y cuidado en Argentina: las personas mayores y la salud mental*. CONICET. <https://ri.conicet.gov.ar/>

Davicino, N. A., Muñoz, M. S., de la Barrera, M. L., & Donolo, D. (2009). El rol psicopedagógico en la estimulación cognitiva de pacientes con demencia tipo Alzheimer. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 4(1), 6-11.

Delgado-López, M. (2025). Estimulación cognitiva y psicopedagogía, intersección de abordajes para la mejora de la calidad de vida de personas adultas mayores. *Revista*

Electrónica Calidad En La Educación Superior, 16(1), 167–209.

<https://doi.org/10.22458/caes.v16i1.5798>

de Oca Zavala, V. M. Buenas prácticas en el ámbito de las políticas públicas para las personas mayores con un enfoque de derechos humanos.

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE). (2024). *Boletín técnico: Personas mayores*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/oct-2022-nota-estadistica-personas-mayores-en-colombia.pdf>

De Toscano, G. T. (2009). La entrevista semi-estructurada como técnica de investigación. *Graciela Tonon (comp.)*, 46, 45-73.

Díaz, R. R., Acevedo-Duque, Á. E., Guanilo-Gómez, S. L., y Cruz-Ayala, K. (2021). Ruta de Investigación Cualitativa – Naturalista: Una alternativa para estudios gerenciales. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVII (Especial 4), 334-350.

Duque, P. A., Ramírez, D. H., & Trujillo, O. M. H. (2022). Efectividad de un programa de estimulación cognitivas en la prevención del deterioro mental en los adultos mayores: estimulación cognitiva en adultos mayores. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 22(1).

Encalada Ojeda, M. C., & Varguillas Carmona, C. S. (2023). Programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor mediante la lúdica . *Prometeo Conocimiento Científico*, 3(2), e46. <https://doi.org/10.55204/pcc.v3i2.e46>

Ferreira, F. A., Barrio, D., Krzemien, D., & Richard's, M. M. (2023). *Planificación y flexibilidad cognitiva en personas adultas y mayores sin deterioro cognitivo. Diseño e implementación de un programa de entrenamiento informatizado con validez ecológica.*

Anuario de Proyectos e Informes de Becarías de Investigación, Universidad Nacional de Mar del Plata. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/239693>

Folgueras Bertomeu, P. (2016). *La entrevista*. Universidad de Barcelona.
<https://hdl.handle.net/2445/99003>

Fridman, G. A. (2005). Enfoque filosófico-histórico de la interdisciplina en las ciencias de la salud. *Acta Farmacéutica Bonaerense*, 24(1), 149-154.

Gómez Álvarez, José Enrique. (2019). Interdisciplinariedad en gerontología. La calidad de vida como criterio integrador de la interdisciplina. *Medicina y ética*, 30(4), 1357-1383.
Epub 21 de agosto de 2023. <https://doi.org/10.36105/mye.2019v30n4.05>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill/Interamericana Editores.

Hernández Triana, M. (2014). Envejecimiento. *Revista Cubana de Salud Pública*, 40, 361-378.

Herros Sánchez, I. G., & Jarvio Fernández, A. O. (2022). Fomento de lectura y escritura en adultos mayores. *LiminaR*, 20(1).

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC). (2022). *Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2022: Indicadores demográficos / Grupos etarios*.
<https://www.indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-Tema-2-21-130>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2022, 30 de septiembre). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Personas Adultas Mayores* (Comunicado de prensa núm. 568/22).

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_ADULMAY2022.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), Ecuador. (2022). *Censo Nacional de Población y Vivienda 2022 - Resultados*. <https://www.censoecuador.gob.ec/>

Lara-Díaz, M. F., Beltrán-Rojas, J. C., & Araque-Jaramillo, S. M. (2019). Resultados de un programa de estimulación lingüística y cognitiva dirigido a adultos mayores y su impacto en la calidad de vida. *Revista de la Facultad de Medicina*, 67(1), 75-81.

Lepe-Martínez, N., Cancino-Durán, F., Tapia-Valdés, F., Zambrano-Flores, P., Muñoz-Veloso, P., González-San Martínez, I., & Ramos Galarza, C. (2020). *Desempeño en funciones ejecutivas de adultos mayores: Relación con su autonomía y calidad de vida*. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 29(1), 92-103. <https://revecuatneurol.com/wp-content/uploads/2020/07/2631-2581-rneuro-29-01-00092.pdf>

Lennox-Chhugani N. (2023). Inter-Disciplinary Work in the Context of Integrated Care - a Theoretical and Methodological Framework. *International journal of integrated care*, 23(2), 29. <https://doi.org/10.5334/ijic.7544>

López Fernández, R. (2021). Diferentes estrategias interdisciplinarias para el estudio, atención, educación e investigación, de las personas adultas mayores. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 13(3), 54-65. <https://doi.org/10.22201/fesi.20070780e.2021.13.3.76362>

Lopez Moreno, M. C., Nicotra, M. G., Rotta, A. M., Revollo Sarmiento, E. A., Roumec, B., Vivas, J. R., & Vivas, L. Y. (2023). Efectividad de facilitadores del uso de dispositivos tecnológicos en tareas de estimulación cognitiva en adultos mayores.

Losada, A. V. (2014). Uso en Investigación y Psicoterapia del Consentimiento Informado. En B. Kerman, & M. R. Ceberio (Comps.). *En búsqueda de las ciencias de la mente. Investigación en Psicología sistémica, cognitiva y neurocientífica* (pp. 159-167). Ediciones Universidad de Flores.

Lubrini, G., Periañez, J., Ríos-Lago, M., & Muñoz, E. (2009). Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica. *E. Muñoz, Estimulación cognitiva-Módulo Didáctico, 1.*

Manes, F., & Torralba, T. (2005). Funciones ejecutivas y trastornos del lóbulo frontal. *Revista de psicología, 1(2), 30-52.*

Manna, A., & Mandaradoni, G. (2024). *Recreación "a lo grande": Juegos de estimulación cognitiva y secuencias lúdicas para el trabajo con personas mayores.* Editorial Ted.

Manchola, E. A., Pardo, C. C., Pérez, A. F., Mongil, R.L., Trigo, J. A. L., Palomo, S.M., Rodríguez, J.O.(2017). *Deterioro cognitivo leve en el adulto mayor: documento de consenso.* Sociedad Española de Geriátría y Gerontología.

Maroto Serrano, M. Á. (s. f.). *La memoria: Programa de estimulación y mantenimiento cognitivo.* Instituto de Salud Pública, Consejería de Sanidad, Comunidad de Madrid.

Márquez Terraza, A. V., Azzolino, J. M., & Jofré Neila, M. J. (2020). Relación entre actividades recreativas declaradas y capacidades cognitivas y funcionales en adultos mayores. *Revista Cubana de Salud.*

Monje, E. A., & San Lucas, M. F. (2021). La necesidad de establecer políticas públicas gubernamentales en Ecuador para garantizar el derecho a la salud de los adultos mayores. *Revista Espacios*, 42(23), 40-50.

Montecinos, J. P. (2000). Adquisición y desarrollo del lenguaje y la comunicación: una visión pragmática constructivista centrada en los contextos. *Límite: revista de filosofía y psicología*, (7), 54-66.

Moreno Carrillo, C., & López Restrepo, F. (2009). Efectos de un entrenamiento cognitivo de la atención en el funcionamiento de la memoria de trabajo durante el envejecimiento. *Acta Neurológica Colombiana*, 25(4).

Moreno-Noguez, M., Castillo-Cruz, J., García-Cortés, L. R., & Gómez-Hernández, H. R. (2023). Factores de riesgo asociados a deterioro cognitivo en adultos mayores: estudio transversal. *Revista médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 61(Suppl 3), S395-S406. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8319815>

OEA, A. G. (2017). Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores. *Cuaderno Jurídico y Político*, 2(7), 65-89.

Oficina Nacional de Estadística e Información (ONEI). (2023). *El envejecimiento de la población. Cuba y sus territorios-2023*.

Oliva, M. M. A., Morales, E. V., & Mora, M. G. (2007). Deterioro cognitivo en el Adulto Mayor. *Ciencias Holguín*, 13(4), 1-11.

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Envejecimiento y salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Organización Mundial de la Salud (2021). *El mundo no está abordando el reto de la demencia*. <https://www.who.int/es/news/item/02-09-2021-world-failing-to-address-dementia-challenge>

PAMI. (s. f.). *Cursos universitarios UPAMI*. Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados. <https://www.pami.org.ar/talleresycursos/cursos-upami>

PAMI. (s. f.). *Historia*. Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados. <https://www.pami.org.ar/historia>

Pérez, C. A. S., & Walton, S. M. (2020). Efectos de la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 24(3), 1-10.

Pérez, J., Ramiro, D., Aceituno, P., Escudero, J., Bueno López, C., Castillo, A. B., ... Villuendas Hijosa, B. (2023). *Un perfil de las personas mayores en España, 2023: Indicadores estadísticos básicos* (Informes Envejecimiento en Red, CSIC). <https://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2023.pdf>

Preciado, A. M. S., Bermeo, F. I. Z., Saraguro, A. B. A., & Dias, P. A. P. (2022). Funcionamiento Cognitivo de la Vejez y la Dependencia del Adulto Mayor. *Dominio de las Ciencias*, 8(3), 722-734.

Puzzi, M. L., & Cardellicchio, E. (2022). *Otra mirada sobre las personas mayores: Continuar con proyectos es posible* (1ª ed.). Editorial Bonum.

Radio Nacional. (2020). *15 años de los cursos UPAMI, "un programa espectacular"*. <https://www.radionacional.com.ar/15-anos-de-los-cursos-upami-un-programa-espectacular/>

Ramírez, M. D. R. R., & Castillo, H. I. O. (2020). Funciones cognitivas y motivación en el aprendizaje de las matemáticas. *Naturaleza y tecnología*, (2).

Ribeiro, F., et al. (2022). *Prevalence of dementia in Latin America and the Caribbean: systematic review & meta-analysis*.

Rodríguez García, S., Herráiz Domingo, N., Prieto de la Higuera, M., Martínez Solla, M., Picazo Zabala, M., Castro Peláez, I., & Bernal Escámez, S. (2011). *Investigación-acción*. Universidad Autónoma de Madrid.

Romero, M. (2006). *La memoria en la vejez: Características y estrategias para su optimización*. PsicoMundo. <https://www.psicomundo.com/tiempo/tiempo19/romero.htm>

Rodríguez Román, F. J., Salazar Jiménez, M. del C., & Carrera García, K. J. (2023). *Manual de estimulación cognitiva en PAMS*. Gobierno de México. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/891719/Manual_de_Estimulaci_n_Cognitiva_en_PAMS.pdf

Saá, N. (2006). Lenguaje y envejecimiento. *Pontificia Universidad Católica de Chile, Escuela de Medicina, Departamento de Neurología*. cit. <http://escuela.med.puc.cl/publ/cuadernos/2006/lenguaje.pdf>.

Samter, N. (2021). Trabajo Social con abordaje grupal: Los Talleres de estimulación de la memoria para Personas Mayores. *Evidencias Internacionales de Trabajo Social en Gerontología*, 135.

Sánchez Gil, Isis Yvonne, & Pérez Martínez, Víctor T. (2008). El funcionamiento cognitivo en la vejez: atención y percepción en el adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina*

General Integral, 24(2) http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252008000200011&lng=es&tlng=es.

Sardinero Peña, A. (2010). *Estimulación cognitiva para adultos: Presentación y guía didáctica*. Grupo Gesfomedia S.L.

Sobral, M. C., EFyC, E. I. R., de la Torre, B. E., Alonso, P. V., & MFyC, M. I. R. (2025) Efectividad de un programa grupal de estimulación cognitiva en pacientes con deterioro cognitivo leve.

Soliverez, C., & Bozzi Favro, N. (s.f.). *La interdisciplina: Una alternativa frente a la adversidad en la que trabajan los equipos gerontológicos*. Facultad de Psicología, Grupo de Investigación en Evaluación Psicológica.

Ulloa, E. H. (2022). *Programa de intervención terapéutica en personas mayores: modalidades de estimulación cognitiva y entrenamiento en actividades de la vida diaria* (Actas / ponencia). Convención Salud.

<https://convencionsalud.sld.cu/index.php/convencionsalud22/2022/paper/download/1214/785>

Universidad Nacional de La Pampa. (2022) *Convenio específico por Programa Universidades para Personas Adultas Mayores Integrados "UPAMI"*.

<https://www.unlpam.edu.ar/newnovedades/convenio-unpam-upami>

Vélez, E. E. E., Centeno, M. R. F., Zevallos, M. G. V., & Vélez, J. A. S. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *RECIMUNDO: Revista Científica de la Investigación y el Conocimiento*, 3(1), 58-74.

Vidal Ledo, M., & Rivera Michelena, N. (2007). *Investigación-acción: una herramienta metodológica para el abordaje de problemas sociales*. Revista Cubana de Salud Pública, 33(1).

Vidal Martí, C. (2012). Los talleres de entrenamiento de la memoria: un ejemplo de buena práctica para la promoción de la inclusión social en personas mayores. *Revista de Educación Social*, 2012, num. 14, p. 1-6. <https://hdl.handle.net/2445/175418>

World Health Organization (WHO). (2025). *Dementia (fact sheet)*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>

ANEXOS

Anexo n°1 - FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Ciclo Complementario de la Licenciatura en Psicopedagogía de UFLO Universidad, desean conocer la “Intervención psicopedagógica en talleres de estimulación cognitiva para adultos y personas mayores con y sin deterioro cognitivo”. Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer e indagar ¿Cómo influye la intervención psicopedagógica desde la estimulación cognitiva en el sostenimiento de las funciones cognitivas y el bienestar de las personas mayores? Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se me entregarán a continuación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto.

Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Flores – Ciclo Licenciatura en Psicopedagogía- y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar (o equipo responsable)

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación.

Firma:

Firma Profesional Informante:

Aclaración:

Aclaración:

DNI:

DNI:

Fecha:

Protocolo N°:

Anexo n°2 – Entrevistas

Entrevista inicial:

Fecha:

Nombre y Apellido:

Edad:

Teléfono de contacto:

Persona de contacto en caso de emergencia:

Relación:

Teléfono:

1. Salud General

¿Tiene algún diagnóstico médico relevante? (Ej.: hipertensión, diabetes, artrosis, etc.)

¿Cuál(es)?

¿Toma medicación de forma regular? ¿Cuáles?

¿Ha tenido alguna cirugía o intervención médica importante? ¿Cuál y cuándo?

¿Presenta dificultades en la movilidad? ¿Usa bastón, andador u otro apoyo?

¿Tiene antecedentes de caídas en el último año? ¿Cuántas y en qué circunstancias?

¿Tiene alguna condición neurológica diagnosticada? (Ej.: deterioro cognitivo leve, Alzheimer, Parkinson, ACV) ¿Cuál?

2. Aspectos Cognitivos y Emocionales

¿Ha notado cambios en su memoria o atención en los últimos años? ¿En qué aspectos?

¿Le interesa participar en actividades que estimulen sus habilidades cognitivas?

¿Cómo se siente emocionalmente en su día a día? (Ej.: tranquilo/a, ansioso/a, triste, con energía, etc.)

¿Ha tenido diagnóstico de ansiedad, depresión o algún otro trastorno emocional?

3. Hábitos y Actividad Física

¿Realiza alguna actividad física regularmente? ¿Cuál?

¿Cuánto tiempo dedica al movimiento en su día a día?

¿Cómo describiría su nivel de energía diaria?

¿Cómo duerme normalmente?

4. Expectativas sobre el Taller

¿Qué le motivó a inscribirse en el taller?

¿Qué espera lograr con esta experiencia?

¿Hay alguna actividad que le gustaría que incluyéramos?

¿Alguna sugerencia o consideración especial que debemos tener en cuenta?

Entrevista semiestructurada

1. ¿Qué lo/la motivó a inscribirse en el taller de estimulación cognitiva?
2. ¿Cuáles eran sus expectativas cuando comenzó a participar?
3. ¿Cómo describiría su experiencia?
4. ¿Percibe cambios en su memoria, concentración o forma de resolver actividades diarias desde que comenzó el taller?
5. ¿Qué tipo de ejercicios o actividades del taller considera más útiles para cuidar su memoria?
6. ¿Ha incorporado alguna actividad de estimulación cognitiva en su casa o rutina diaria?

7. ¿Qué importancia tiene para usted compartir este espacio con otras personas de su edad? ¿Siente que participar le ha ayudado a relacionarse mejor con otras personas?

8. ¿Cómo cree que influye el taller en su estado de ánimo o en su motivación diaria?

9. ¿Qué sugerencias daría para mejorar las actividades o la forma de trabajar en el taller?

10. ¿Cree que es importante que distintos profesionales trabajen juntos en el desarrollo de actividades para personas mayores? ¿Por qué?

Anexo n° 3 - Acceso digital a entrevistas y consentimientos informados

<https://drive.google.com/file/d/1ey35aAXtBhVFgBFvSTqhsQown5Ah7Xp/view?usp=s>

[haring](#)