

# **Programa Más Adultos Mayores Autovalentes**

## **Taller de Estimulación de Funciones Cognitivas**



**Gobierno  
de Chile**

**Daniela Villalobos Bustamante**  
**Terapeuta Ocupacional**  
**Diplomada en Rehabilitación Basada en la Comunidad**  
**Programa Más Adultos Mayores Autovalentes**  
**Ilustre Municipalidad de Providencia**



# OBJETIVO

**Estimular las funciones cognitivas de los adultos mayores a través de actividades significativas que favorezcan la integración y participación activa en las sesiones, para contribuir a mantener o mejorar la autovalencia de los participantes.**

# FUNCIONES COGNITIVAS

Orientación, Gnosias, Praxias, Memoria,  
Atención (Velocidad de procesamiento),  
Lenguaje, Cognición Social, Habilidades  
Visoespaciales, Funciones Ejecutivas.

Estimulación Cognitiva  
(Preventivo- Promocional)





# CONSIDERACIONES GENERALES

- Grupo Heterogéneo (Edad, Sexo, Funcionalidad, nivel socioeconómico, etc).
- Intereses de los adultos mayores.
- Cantidad de Participantes.
- Historia de la Participación Social de los integrantes
- Importancia de participación dupla

- Todos deben participar.
- Estructura de taller reconocible por todos.
- Explicación de “lo que se trabaja”
- Si es necesario confeccionar material que sea en el tamaño adecuado, con contraste de color
- Contemplar material alternativo.
- Considerar déficits sensoriales.
- Entrega de instrucciones en forma clara y con lenguaje acorde
- Flexibilidad en el monitoreo de la actividad.





# PLANIFICACION DEL TALLER

- Seleccionar la actividad orientada a estimular una o más funciones cognitivas.
- Definir metodología a utilizar.
- Considerar la progresión de dificultad (en la misma sesión y en las siguientes)
- Preparar material.
- Definir Tiempo destinado a la realización de la actividad.
- Consideración y disposición del espacio.
- Plan B



# FORMATO DE ESTRUCTURA DE SESION

- Bienvenida y explicación de la sesión
- Entrada en calor o rompe hielo
- Actividad(es) Centrales
- Vuelta a la calma o relajación
- Plenaria para recoger opiniones.





# ESTRATEGIAS UTILIZADAS PARA LA ENTREGA DE INFORMACION Y DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

- Actividades con nombres explicativos
- Explicación de la actividad.
- Realizar ejemplo básico.
- Incorporar instrucciones una a una y siguiendo nivel de dificultad (simple a compleja)
- Finalizar con explicación de lo que se trabaja y recomendación para el trabajo de las distintas funciones cognitivas de manera individual, en la casa



# EJEMPLOS DE ACTIVIDADES

# “La pelota caliente”

Estimular memoria,  
atención y fluidez del lenguaje.

Todos participan.

Se tira la pelota y cada vez que llega a tus manos debes decir una palabra de acuerdo a la categoría seleccionada, la mayor cantidad de veces sin repetir, ni equivocarse.



# “Si no lo digo lo aplaudo”

Estimular atención, praxias.

Todos participan.  
Se comienza a contar en  
orden. Cada persona dice  
un número a la vez. Se  
incorpora la primera regla:  
todos los números que  
tengan el 2 no se dicen sino  
que se aplauden.  
(12.20.21...)



# “Te invito a mi casa”

Estimular la orientación,  
función visoespacial y lenguaje.

Trabajo en parejas.  
Cada persona debe indicar  
a la otra persona como  
llega a su casa desde el  
lugar del taller, debe  
incorporar lugares de  
referencia y se puede  
ayudar con el dibujo de un  
mapa.



# “Escribiendo con el cuerpo”

Estimular lenguaje y praxias.

Se realiza en grupos pequeños, se escriben palabras de 4 letras (dependiendo del tamaño del grupo) cada persona debe dibujar una letra con su cuerpo. el resto del grupo debe leer la palabra escrita.



# Memoria numerica

Estimular memoria, praxias y cálculo

Todos participan.

Se asignan señas a cada número del 1 al 5. Las personas se desplazan por la sala y el facilitador comienza a decir los números a lo que las personas deben responder con las señas acordadas.





**MUCHAS GRACIAS**