



**GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL – HIDALGO
SEDE REGIONAL TULANCINGO DE BRAVO HIDALGO
UNIDAD UPN 131**



**TÍTULO: “TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA, UN RECURSO PARA EJERCITAR
LA MEMORIA DEL ADULTO MAYOR”**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

PRESENTA:

ANA LUISA CARBAJAL JARILLO



**GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL – HIDALGO
SEDE REGIONAL TULANCINGO DE BRAVO HIDALGO
UNIDAD UPN 131**



**TÍTULO: “TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA, UN RECURSO PARA EJERCITAR
LA MEMORIA DEL ADULTO MAYOR”**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA

PRESENTA:

ANA LUISA CARBAJAL JARILLO

QUIEN DIRIGE:

MTRO. JAIME FERNANDO RUBIO OCAMPO

TULANCINGO DE BRAVO HIDALGO

JUNIO 2024



IHE

INSTITUTO HIDALGUENSE
DE EDUCACIÓN



UPN/DT/Of. No. 100/2026-I
DICTAMEN DE TRABAJO

Pachuca de Soto, Hgo., 19 de febrero de 2026.

C. ANA LUISA CARBAJAL JARILLO
PRESENTE.

En mi calidad de Presidenta de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al **PROYECTO DE INTERVENCIÓN** intitulado: **"TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA, UN RECURSO PARA EJERCITAR LA MEMORIA DEL ADULTO MAYOR"**, presentada por su tutor **LIC. JAIME FERNANDO RUBIO OCAMPO**, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa, al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"


DRA. MARISOL VITE VARGAS
PRESIDENTA
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN

C.c.p.- Depto. de Titulación. - Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

MVV/JMVC/jahm*

Dedicatoria

La vida nos pone en caminos en los que a veces creemos que ya no volveremos a estar, las oportunidades se presentan una vez y es por ello que, se debe actuar con decisión antes de que está desaparezca, porque probablemente ya no se repita igual.

Con mucho cariño dedico este logro a mis padres, hermanas y hermano, quienes me brindaron palabras de aliento para motivarme durante el trayecto de mi formación profesional. Con aprecio a mi hermana Karen, quien me mostró que nunca es tarde para perseguir y cumplir nuestros sueños. Gracias familia por compartir mi felicidad al obtener nuevos logros.

Con amor para mis hijas, Karla y Zoe, quienes son mi fuerza y motivación para seguir adelante, gracias por preservar resilientes durante este trayecto, por comprender que mediante el proceso de formación tuve que sacrificar momentos únicos a su lado, por esperarme siempre con los brazos abiertos y sobre todo por creer en mí. Queridas hijas, nunca dejaré de luchar por ustedes, son la motivación principal para alcanzar este y más logros, deseo que lleguen mucho más lejos de lo que yo he llegado. Gracias por ser las mejores.

Índice

Introducción	6
Capítulo I El problema	8
1.1 Estimulación cognitiva para reforzar la memoria en el adulto mayor	8
1.2 Plan diagnóstico	12
1.3 Metodología del diagnóstico	13
1.3.1 Entrevista	17
1.3.2 Observación	18
1.4 Resultados de diagnóstico	19
1.4.1 Resultados del pilotaje de entrevista	19
1.4.2 Resultados de la preocupación temática	21
1.4.3 Árbol del problema	29
1.4.4 Planteamiento del problema	31
1.4.5 Ámbito de intervención	33
1.4.6 Descripción del ámbito de intervención	35
1.4.7 Objetivos	44
Capítulo II Fundamentación teórica	45
2.1. El adulto mayor	45
2.2 Cambios fisiológicos en el adulto mayor	47
2.3 Memoria humana	49
2.3.1 Procesos de la memoria humana	50
2.3.2 Estructuras de la memoria humana	52
2.3.4 Memorias a largo plazo	55
2.3.5 Memoria episódica y semántica	56
2.4 Sistema neurológico durante la edad tardía	56
2.5 Deterioro cognitivo del adulto mayor	58
2.6 Olvido en la tercera edad	59
2.7 Lenguaje verbal y envejecimiento	60
2.8 Estimulación de la memoria en el adulto mayor	62
2.9 Envejecimiento activo	63
Capítulo III “Taller de estimulación cognitiva para el adulto mayor”	65
3.1 La estrategia de intervención	65
3.2 Objetivos de la estrategia	66
3.3 Justificación de la estrategia	67
3.4 Metodología de las actividades	69
3.5 Organización general de las actividades	71
Capítulo IV Evaluación	120
4.1. Concepto de evaluación	120
4.2 Para qué sirve evaluar	121
4.3 Beneficios de la evaluación	122
4.4 Métodos de evaluación	122
4.5 Técnicas de evaluación	124
4.6 Criterios de evaluación	127
Conclusiones	
Consideraciones	
Referencias	
Anexos	

Introducción

El presente proyecto muestra el diseño de una estrategia de intervención titulada “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”, la cual se basa en estimulación cognitiva de personas que se encuentran viviendo la edad tardía. De acuerdo con García (2009) estimulación cognitiva es “el conjunto de técnicas y estrategias que optimizan la eficacia del funcionamiento de las capacidades y funciones cognitivas, mediante una serie de actividades concretas que se planean y estructuran en lo que se denomina programa de estimulación” (p.5).

De acuerdo al Órgano Informativo Oficial de la Universidad Pedagógica Nacional (2019), en el Capítulo IV, Artículo 21, se contempla al proyecto de intervención como modalidad de titulación para obtener el título en licenciatura, otorgado por la Universidad Pedagógica Nacional. Es así, que, lo que se busca con este tipo de proyectos es diseñar una propuesta de intervención que atienda la problemática detectada, a partir de una indagación y un diagnóstico en un contexto específico.

En este sentido, el capítulo 1 denominado “El Problema” muestra una contextualización acerca de lo que es la etapa de la tercera edad, dando a conocer cómo es que se vive el proceso de envejecimiento y los cambios fisiológicos que se presentan con el inicio de esta etapa, mostrando así qué es el deterioro cognitivo.

De igual manera, se muestra la metodología que se llevó a cabo para realizar el diagnóstico, dejando ver qué tipo de diagnóstico se realiza, qué paradigma se utiliza y qué técnicas e instrumentos son los que permiten obtener información. Asimismo, se muestran los resultados del diagnóstico, desde la elaboración de una sábana analítica, se presentan las cuatro categorías diseñadas para abordar la estrategia de intervención, así como el

planteamiento del problema, presentando el objetivo general, así como los específicos, los cuales son el fruto del proyecto.

Por su parte, el capítulo 2 trata sobre el ámbito de intervención, donde se da a conocer a qué ámbito socioeducativo pertenece el espacio en el cual se desarrolla la intervención, posteriormente se presenta el contexto del lugar a intervenir, mostrando la ubicación geográfica, de igual manera el tipo de organización que hay en la institución y las dimensiones de recursos humanos, materiales y técnicas.

Asimismo, el capítulo 3 muestra la fundamentación teórica, la cual tiene como finalidad sustentar la investigación, mostrando desde lo científico teorías y conceptos relevantes para el tema central del proyecto. Por otro lado, el capítulo 4 se basa en la metodología de intervención, dicho capítulo muestra toda la intervención diseñada para atender la necesidad detectada en el planteamiento del problema. Es así, que, como estrategia de intervención se diseña un taller de estimulación cognitiva para adultos mayores, en el cual se desprenden una serie de contenidos, los cuales permiten diseñar actividades para mejorar la situación en cuestión.

Por último, en el capítulo 5 se muestra el tipo de evaluación a utilizar, así como las técnicas de evaluación y los criterios a evaluar, dicho capítulo muestra el procedimiento que se sigue para verificar si se cumple con lo establecido en los objetivos. De igual manera, el proyecto muestra un apartado de conclusiones y un apartado de consideraciones finales; así como la amplia gama de referencias consultadas para su elaboración y por último se muestran los anexos que fueron diseñados por el interventor y que forman parte de la información complementaria.

Capítulo I El problema

1.1 Estimulación cognitiva para reforzar la memoria en el adulto mayor

A lo largo del ciclo vital los seres humanos atraviesan por distintas etapas de desarrollo que tienen una serie de cambios biológicos, físicos, emocionales, psicológicos y sociales. El ciclo de vida de una persona implica siete etapas de desarrollo humano, que son: fase prenatal o embarazo, infancia, niñez, adolescencia o pubertad, juventud, adultez y tercera edad, también denominada senectud o vejez. Todo ser humano atraviesa cada una de estas etapas, desde el nacimiento hasta la vejez de manera irreversible.

Dentro de este trabajo se abordará la última etapa del ciclo vital, la cual citaremos como la etapa de tercera edad.

Sucede pues que, la tercera edad es parte del ciclo vital y sigue a la adultez o madurez, en esta etapa las personas alcanzan el desarrollo máximo de su potencial, tanto a nivel biológico como emocional, intelectual y por su puesto el laboral. Desde la posición de Mendoza (s.f.) la tercera edad es “una etapa de la vida cuyo inicio lo establece la sociedad” (p.27). Es así que la Organización de las Naciones Unidas acordó que se les catalogue como viejos a las personas de 60 años y más en los países en desarrollo y a los de 65 años y más en los países desarrollados.

Debe señalarse que actualmente, el grupo de personas de sesenta y más años ha aumentado, alcanzando un elevado porcentaje sobre el total de la población. Colom (s.f), como se citó en Intervención Educativa UPN-H Antología (s.f.) sostiene que: “el aumento de los adultos mayores se debe a los adelantos médicos” (p.230). En relación con lo anterior, se puede deducir que los adelantos médicos han logrado acrecentar de manera satisfactoria la esperanza de vida en la especie humana.

Conviene subrayar, que, el proceso de envejecimiento es diferente para cada persona, y no hay una lista de acontecimientos que sucedan. Sin embargo, todas las personas pasan por los cambios relacionados con la edad. Empleando las palabras de Papalia et.al (2009) “los adultos mayores son físicamente activos, relativamente saludables, independientes y mentalmente alertas, aunque pueden experimentar cambios en su salud” (p.8). Es decir, en esta etapa del desarrollo humano se manifiestan síntomas de deterioro y aparecen enfermedades crónicas producto de los años.

Por otra parte, algunos adultos mayores tienen tiempo para cultivar relaciones personales, pero deben lidiar con el declive de algunas de sus facultades, deterioro de la salud, pérdida de la apariencia juvenil, el paso por el duelo ante la pérdida de familiares y seres queridos, y el tema de la muerte. Desde la posición de Alpízar (2011) señala que: “el impacto que puede tener para las personas la transición de una etapa activa a una menos activa puede desencadenar una serie de afecciones que puede ir en deterioro de la salud física, mental y emocional de la persona” (p.15). Sin embargo, las buenas relaciones con la familia y con los amigos cercanos puede servir de apoyo importante que favorece de manera general a la salud.

Dentro de este margen de ideas, los principales cambios que experimenta el adulto mayor ocurren dentro de los niveles fisiológicos, o sea, suceden cambios en todas las partes del cuerpo y ante esto, los procesos cognitivos en la memoria no pueden escapar. Puig (2001, como se citó en Jara, s.f.) afirma que “las funciones cognitivas experimentan una serie de cambios. Estos cambios pueden traducirse con la presencia de déficits cognitivos o de pérdida de memoria, que interfieren en la realización de actividades complejas” (p.4). En relación con lo anterior, se comprende que, a algunos adultos mayores les lleva más tiempo aprender cosas nuevas, también, olvidan realizar actividades, tienen problemas de

retención de información, no recuerdan donde guardan las cosas, y esto es consecuencia del deterioro cognitivo.

En relación con lo anterior, las personas mayores tienen un gran riesgo de padecer enfermedades que repercutan en la memoria. Este riesgo aumenta cuando las condiciones de su entorno son poco favorables, pues en muchos casos el adulto mayor no le da importancia a realizar actividades de estimulación que le permita no solo ejercitar la memoria, sino también cualquier aspecto fisiológico de su cuerpo.

Por esta razón, es pertinente que el adulto mayor pueda beneficiarse con estimulación cognitiva, para obtener una mejora en la calidad de vida; y al mismo tiempo disminuir el riesgo de enfermedades cognitivas.

Desde esta perspectiva, la selección de la preocupación temática ha de ayudar a formular acciones de intervención para dar respuesta a las necesidades detectadas dentro del ámbito del adulto mayor. Retomando las palabras de Barraza (2010), quien señala que: la preocupación temática refiere a “aquella área-problema que se presenta con evidencia ambigua ante el interventor educativo y que le indica la existencia de alguna situación problemática que no ha sido resuelta satisfactoriamente, mediante la práctica cotidiana” (p.36). Como consecuencia de lo anterior, esta preocupación se considera para trabajarla, descubriendo cuáles son sus síntomas y que es lo que se puede hacer para mejorarla.

De esta manera, la preocupación temática surge de las necesidades percibidas del grupo, por lo tanto, se sitúan dentro del entorno de investigación para que sean relevante al objeto de estudio. Asimismo, definir la preocupación temática implica una revisión de teoría, para poder detectar sucesos y establecer acciones de transformación que contribuyan a mejorar la situación.

En relación a lo anterior, interesados en atender las necesidades del adulto mayor en torno a estimular la memoria, se estipula que el origen de la preocupación temática es de carácter empírico, así como lo establece Barraza (2010) surge de “una situación concreta de la práctica profesional. Normalmente se enuncia con a la acción de alguno de los agentes educativos” (p.37). Por consiguiente, esta preocupación surge de la entrada al campo y de las observaciones realizadas al adulto mayor, delimitando la problemática y necesidades más primordiales y que favorezcan el bienestar general del adulto mayor.

Por otra parte, por lo que se refiere al nivel de concreción, se establece que este es específico. Tomando en cuenta las palabras de Barraza (2010) se da “cuando el conocimiento que se tiene del tema es tal que permite su concreción a través de la identificación del aspecto, o de los aspectos a abordar dentro del tema” (p.37), esto se basa en gran medida al conocimiento que el interventor tenga sobre el tema, ya que de eso depende la formulación y diseño de la estrategia para producir un cambio buscando la mejora en torno a la situación planteada.

Debido a lo expuesto anteriormente, la preocupación temática, por el respaldo implícito de supuestos que guíen la indagación empírica a desarrollar, es de tipo generadora de supuestos. Desde la posición de Barraza (2010) es cuando “el interventor educativo no ha realizado análisis previos que le ofrezcan de manera implícita algunas posibles suposiciones con respecto al problema” (p.38). Con base a lo anterior, se pretende conocer de manera detallada al adulto mayor, ya que el interventor no cuenta con ningún tipo de información previa del sujeto de estudio y sobre la preocupación temática para generar suposiciones. Para esto se exige un proceso teórico-metodológico analítico, que permita recolectar datos para describir, comprender e interpretar diversas conductas relacionadas con el adulto mayor.

A continuación, se muestra el proceso metodológico a seguir de la fase de diagnóstico, la cual permite obtener información específica de la preocupación temática.

1.2 Plan diagnóstico

El diagnóstico constituye una fase primordial dentro de la indagación, ya que descubre, describe y explica problemas de la realidad para buscar un posible cambio. Por esta razón un diagnóstico no puede realizarse de manera imperiosa, sino que, para ello es necesario establecer un plan diagnóstico, que permita la elaboración del mismo.

El plan diagnóstico permite establecer las actividades a realizar y los recursos con los que se debe contar para la indagación del problema. De acuerdo con Astorga y Van Der Bijl (1991) un plan diagnóstico es: “lo que se va a hacer, las técnicas o procedimientos para obtener información, fuentes de información y lugares, responsable que se encarga del trabajo, recursos que se necesitan y las fechas o plazos” (p. 71). Es decir, el plan diagnóstico permite establecer lo que se quiere lograr, teniendo en cuenta que supone múltiples tareas, su preparación parte desde una deliberación de lo que se quiere lograr, discutiendo sobre el objetivo que se persigue.

Para el presente trabajo se busca conocer la situación de la memoria del adulto mayor, para esto se realiza una investigación dentro de la Casa de Día “Años dorados”, del Municipio de Cuautepéc de Hinojosa, Hgo. Teniendo como técnicas de recolección de información la entrevista semiestructurada y la observación participante.

En la casa de día hay un total de 23 usuarios y por ello, se cree pertinente realizar seis entrevistas y seis observaciones a los informantes clave, quienes son los usuarios que con más frecuencia asisten. La recolección de información se realiza durante el mes de

noviembre, acoplándose a los días que tenían disponibles los usuarios de la casa de día, ya que en el mes de noviembre hubo eventos como convivio de día de muertos y suspensión por la misma festividad, coronación de la reina de la casa de día, ensayos para el desfile del 20 de noviembre y posteriormente el desfile.

Para ello, los días 10, 13, 14, 16, 23 y 24 de noviembre se aplican los instrumentos para obtener información, para ello, en cada uno de los días mencionados anteriormente se realizó una entrevista y una observación. Cabe mencionar, que, las preguntas de la entrevista surgen por medio de información recuperada de teoría y de conductas observadas que presentan los usuarios de la casa de día. La persona responsable de realizar cada una de las actividades planteadas en el plan diagnóstico es la Interventora Educativa Ana Luisa Carbajal Jarillo. (Ver anexo 1)

Una vez realizado el plan diagnóstico se procede a realizar la metodología del diagnóstico.

1.3 Metodología del diagnóstico

La fase del diagnóstico es pieza clave dentro de un proyecto de intervención o tal vez es la fase más importante, pues la elaboración y diseño de cualquier proyecto parte de la construcción de éste; el cual busca conocer la situación problemática o necesidad que dará origen al proyecto.

Rodríguez (2007) refiere que:

Diagnóstico es un estudio previo a toda planificación o proyecto y que consiste en la recopilación de información, su ordenamiento, su interpretación y la obtención de conclusiones e hipótesis. Consiste en analizar un sistema y comprender su

funcionamiento, de tal manera de poder proponer cambios en el mismo y cuyos resultados sean previsibles. (p.2)

En este sentido, el diagnóstico es una fase de estudio previo, que permite generar conocimiento de lo que sucede en un determinado contexto, para poder establecer cuáles son los elementos que influyen en la aparición de situaciones de conflicto. Por consiguiente, esta fase implica conocer a detalle las características del entorno en el que se sitúan los sujetos, y así determinar el método y técnicas de investigación a utilizar.

Así pues, un diagnóstico sirve como herramienta de comprensión de la realidad, ya que permite detectar los síntomas y sujetos que generan las situaciones problemáticas dentro de un determinado contexto; permitiendo así conocer la esencia de ese lugar. De manera que, conocer la realidad implica poder observar cada una de los conflictos para describir, comprender e interpretar la situación.

El objetivo del diagnóstico es: **“conocer la situación de la memoria del adulto mayor de la Casa de Día Años dorados”**. Con base a esto, el diagnóstico que se utiliza para la elaboración de este proyecto es de tipo socioeducativo; dado que, por medio de un proceso reflexivo permite conocer, descubrir e interpretar sucesos del entorno de la realidad, dentro del ámbito social del adulto mayor.

Pérez (2009) afirma que diagnóstico socioeducativo se entiende como:

Una fase del proceso de intervención que permite conocer y comprender la esencia del ámbito de la realidad en el que se va a llevar a cabo una transformación, tomando la realidad en un momento y espacio determinado, con ciertas situaciones conflictivas, a una realidad armónica y en equilibrio para todos los actores que existen en ella y que desempeñan una labor específica o que cumplen con un rol que les ha sido asignado. (p.132)

Dentro de este margen de ideas, el diagnóstico socioeducativo permite recabar información acerca de las situaciones conflictivas reales de la Casa de Día “Años dorados” para poder comprender qué tan grande es esa situación problemática o necesidades que existen dentro de este lugar y saber de qué manera afectan en el adulto mayor; descubriendo así detalladamente la realidad de los sujetos dentro de su ámbito.

Además de analizar la realidad y describir las situaciones conflictivas, así como explicar el por qué ocurren, esta fase permite también, tener conocimiento de los recursos con los que se cuenta para saber cómo generar acciones transformadoras con miras a mejorar aspectos sociales a beneficio y bienestar del adulto mayor.

Por otra parte, para sustentar el diagnóstico se requiere de un enfoque de investigación que permita recoger datos e información que sirvan de base para identificar las características y situaciones del sujeto en estudio. El enfoque de investigación requiere una serie de pasos y procedimientos para recurrir de manera sistemática a la realidad; del mismo modo, indica la naturaleza del estudio, es decir, establece el modo de investigar los acontecimientos sociales.

Para la elaboración de este proyecto de intervención se utiliza el enfoque de investigación cualitativa. Este enfoque metodológico se basa en comprender las características del grupo objeto de estudio a través de un conjunto de técnicas de investigación, que se utilizan para obtener una visión detallada del comportamiento de los sujetos. Martínez (2006) sostiene que: “la investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su estructura dinámica, aquello que da razón plena de su comportamiento y manifestación” (p.128).

Asimismo, el enfoque cualitativo permite describir, comprender e interpretar las conductas de los sujetos desde la perspectiva del mismo investigador. Es por ello, que se utiliza para obtener una visión general de la conducta y la percepción de las personas; además, sirve para guiar y estructurar la investigación de manera estructurada, garantizando que los resultados obtenidos sean confiables, pues la correcta utilización de esta metodología garantiza asertividad en la investigación.

Dentro de este margen de ideas, los datos que arroja el enfoque cualitativo son descriptivos y en forma de textos, que ayudan a comprender las acciones y actitudes de los informantes. Es decir, es información interpretada y utilizada principalmente como el primer acercamiento al problema ya que aporta sucesos del contexto analizado.

Por consiguiente, el desarrollo de la investigación se da por medio de métodos, técnicas, instrumentos, estrategias y procedimientos sistemáticos que llevan de manera rigurosa a la recopilación de información necesaria y suficiente y al análisis de datos, integrándolos en un todo coherente y lógico para conocer la situación de la memoria de los adultos mayores de la Casa de Día “Años dorados”.

En este sentido, para conocer con mayor claridad cuál es la situación de la memoria del adulto mayor, como ya se mencionó anteriormente, es necesario aplicar un conjunto de técnicas de recogida de datos, que son utilizados para que la información que se obtenga sea detallada y confiable. Al mismo tiempo, los datos obtenidos ayudan a identificar el problema principal y la importancia que este tiene de ser atendido.

Por lo que se refiere a técnicas de investigación estas son recursos que permiten obtener información para identificar y describir las cualidades del objeto de estudio, de igual manera, permiten explorar complejidades y características de los fenómenos; logrando con ello una comprensión clara y contundente de la realidad. Arias (2012) plantea que “se

entenderá por técnica de investigación, el procedimiento o la forma particular de obtener datos o información” (p.67). En este sentido, se comprende que las técnicas tienen la función de recuperar y analizar datos, con el objetivo de describirlos, comprenderlos e interpretarlos, para lograr estudiar el comportamiento de los sujetos de manera detallada.

Para la elaboración del diagnóstico socioeducativo, las técnicas están propuestas para ayudar en la elaboración de instrumentos de recogida de información y su principal característica es que ofrecen confiabilidad y validez. En lo esencial, las técnicas permiten analizar y observar variables, demostrar suposiciones, generar nuevos conocimientos acerca del objeto de estudio y analizar e interpretar los resultados obtenidos.

En este sentido, para cumplir con todo lo anterior, se utilizan las técnicas por excelencia del enfoque cualitativo que son la entrevista semiestructurada y la observación participante, buscando con ello cumplir con la comprensión e interpretación de la realidad, como lo señala el enfoque cualitativo.

1.3.1 Entrevista

La entrevista es una técnica primordial en la recolección de información, es utilizada para recabar datos que permiten adquirir conocimientos sobre aspectos de la vida de los informantes. Empleando las palabras de Tyler y Bogdan (1987), la entrevista “son encuentros reiterados cara a cara entre el investigador y los informantes, estos encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como lo expresan con sus propias palabras” (p.101). Por tanto, esta técnica establece una conversación entre iguales y no un intercambio formal de preguntas y respuestas.

La dinámica que se sigue al realizar una entrevista consiste en, que, el informante responda preguntas abiertas con sus propias palabras; de manera que el investigador tiene las preguntas y el sujeto de estudio las respuestas. Es así, que en la entrevista se buscan aprendizajes de conocimientos y actividades que no se pueden observar directamente.

Por consiguiente, la entrevista aporta información que se extrae únicamente del diálogo de los informantes, y para obtener esta información de manera clara y precisa se registra de forma adecuada y detallada todos los datos obtenidos; los cuales permitirán conocer aspectos relevantes sobre la memoria del adulto mayor.

De modo que, se realizan seis entrevistas por medio de un guion de preguntas abiertas, que permiten recolectar datos, que muestra cuál es la situación de la memoria del adulto mayor; así como saber cuáles son los cambios que han notado en su memoria con el transcurso de los años, del mismo modo si conocen los beneficios de estimular la memoria, permitiendo saber al investigador cómo ejercitan la memoria y si les agradaría realizar alguna actividad en relación a estimulación cognitiva. Asimismo, los entrevistados responde a una serie de preguntas donde deben evocar recuerdos y se realizan preguntas capciosas, diseñadas para sorprender a los entrevistados respondiendo desde su persuasión. (Ver anexo 2)

1.3.2 Observación

Como es bien sabido, para la recolección de datos, el investigador se introduce al campo para crear relaciones abiertas con los informantes y así poder integrarse a su actividad cotidiana para realizar observaciones pertinentes, enfocando la atención en situaciones conflictivas y necesidades que emergen de la realidad dentro del contexto.

Citando a Arias (2012), “La observación es una técnica que consiste en visualizar o captar mediante la vista, en forma sistemática, cualquier hecho, fenómeno o situación que se produzca en la naturaleza o en la sociedad, en función de unos objetivos de investigación preestablecidos” (p.68).

Así pues, se realizan seis observaciones de tipo participativa, porque permiten crear una interacción entre el investigador y el informante, accediendo a presenciar directamente los acontecimientos suscitados dentro del contexto donde se indaga sobre la temática a investigar. De ahí que la observación permite conocer mejor lo que protagonizan y ocurre en torno a los informantes.

A través del diseño y elaboración de un guion de observación, que surge de conductas presentadas por los usuarios de la casa de día, se realiza la recogida de datos por medio de indicadores con los que se extrae información que permite conocer en qué situación se encuentra la memoria del adulto mayor, así como percibir cualquier anomalía en la retención de información; además, presenciar cómo son las narraciones en torno a sucesos que relatan; de la misma manera, identificar si las narraciones del adulto mayor tienen una lógica coherente y secuencial y saber si recuerda sucesos que acaban de pasar. (Ver anexo 3)

1.4 Resultados de diagnóstico

1.4.1 Resultados del pilotaje de entrevista

Como parte de la metodología de investigación es necesario diseñar una Prueba Piloto que permita crear un acercamiento real con el objeto de estudio y con lo que se quiere indagar. Esta sirve como herramienta para saber si hay claridad y certeza en el instrumento

de recolección de información, y así poder validarlo. De igual manera, permite detectar y eliminar todo tipo de error, con la intención de saber si el instrumento es viable o no.

A juicio de Mayorga et al, (2020) la Prueba Piloto sirve para: “identificar si los instrumentos son complejos, ambiguos o confusos y de esta forma determinar la factibilidad de aplicación o validez” (p.70). Conviene subrayar, que, su principal función es averiguar si el sujeto de estudio comprende el instrumento, es decir, las preguntas de la entrevista para saber si estas son suficientes y claras; al mismo tiempo evalúa la coherencia del lenguaje y redacción, permitiendo saber si la información que se obtiene de ella es de relevancia con el tema de investigación.

Sin embargo, la prueba piloto no puede ser aplicada dentro del grupo objeto de estudio, es decir, no puede implementarse dentro de la casa de día donde se realiza la indagación, asimismo, debe ser aplicada a una escala menor de la que se pretende investigar.

Como caso práctico de este proyecto, se piloteó la entrevista previamente diseñada, la cual tenía como finalidad obtener información que permita conocer la situación de la memoria del adulto mayor. Por medio del pilotaje se verifica que las preguntas planteadas permitan establecer una relación de rapport entre el entrevistador y el informante, del mismo modo se busca que los datos que se obtengan sean totalmente verídicos.

De este modo, la entrevista piloteada consistió en un total de 34 preguntas de las cuales tres no resultaron relevantes para el tema de investigación. Las preguntas eliminadas fueron ¿con quién vive? ¿cómo disfruta la vida? ¿qué le daba miedo de niño? ya que de acuerdo a los intereses del interventor son preguntas que no aportan información relevante a conocer la situación de la memoria del adulto mayor

Vale la pena mencionar, que, la Prueba Piloto se aplicó a una persona de 72 años, edad comprendida dentro del grupo a investigar, esta persona es ajena a la casa de día y, además, mostró participación y disponibilidad respondiendo a cada una de las preguntas; logrando un encuentro cara a cara y obteniendo una conversación fluida. Al mismo tiempo, se comprobó si el instrumento arroja información de utilidad y relevancia para los resultados de diagnóstico, los cuales den sentido a la preocupación temática.

1.4.2 Resultados de la preocupación temática

En este apartado se realiza un análisis, interpretando la información obtenida en la fase de recolección de datos, proporcionando una comprensión profunda y detallada de lo registrado. En palabras de Bertely (2000), analizar es: “una orientación epistemológica, que se mueve en distintos niveles de reconstrucción, incorpora distintos enfoques interpretativos y se inicia a partir de la inscripción e interpretación de subjetividades” (p. 79). Es decir, es un proceso de selección, categorización, comparación, validación e interpretación de cada una de la información obtenida del objeto de estudio, que ayuda a darle sentido a la preocupación temática.

Dentro de este margen de ideas, el presente análisis de resultados se sustenta bajo una sábana analítica, que de acuerdo a Berthely (2000) es: “la objetivación concreta de procesos de indagación particulares, que permiten sintetizar momentos específicos derivados de la construcción objetual y muestran el status de validez de las inscripciones producidas” (p. 66). Para ello, se hizo el análisis de información recolectada por medio de entrevistas semiestructuradas y observaciones participante, y como resultado de esto frecuentemente se encontraron datos sobre cómo organizan y comunican ideas, cómo

recuperan información, cómo ejecutan indicaciones y cómo narran historias de vida a través de la evocación de recuerdos.

Los datos mencionados anteriormente se repiten con frecuencia, que retomando las palabras de Berthely (2000) son “factores recurrentes” (p.80). Para ello, se relacionó la información obtenida en la recolección de datos con un indicador, subrayándola con un color para no relacionarla con otro, lo que ayudó a encontrar cuatro categorías que se obtuvieron a partir de los indicadores de observación e información reunida de cada una de las entrevistas. (Ver anexo 4)

A continuación, se procede a hacer la triangulación de información, donde se hace usos de lo extraído tanto de las entrevistas, como de las observaciones y se consultan teoría de algunos autores y se hace uso del conocimiento adquirido del interventor durante la investigación.

Categoría 1. “La memoria del adulto mayor en la construcción de relatos”. De acuerdo con la investigación, en la construcción de discursos narrativos, el adulto mayor traspasa experiencias y conocimientos, que en su forma de narrarlos muestra dificultades para encontrar algunas palabras. Esto debido a lo recuperado en la siguiente conversación: “a mí no me gusta el celular, a mí me gusta hacer los números (sumas y restas) como antes, les digo a mis nietos ya nada más agarran la está (mueve sus manos tratando de decir algo) ¿cómo se llama dónde sacan las cuentas de rápido? Irmita dice “la calculadora”; la señora CHuy afirma “ándale esa”, sigue hablando la señora Chuy “les digo que pongan a trabajar su cabecita, que se quiebren la cabeza como los de antes, pero no me hacen caso” **(RO-02-13-11-23)**.

Otra conversación que se muestra es: “yo fui chofer de tráiler y operador de autobús, cuando andaba en el tráiler casi siempre andaba con mi ropa sucia y cuando andaba en el

Por las siglas **(RO-01-13-11-23)**, se comprenderá que es la primera observación realizada el trece de noviembre de 2023, en la Casa de Día para el adulto mayor.

autobús andaba bien limpio, recorrí muchos lugares del país. Un día, en el tráiler fui por allá al norte, a San Luis Río Colorado, por allá es desierto y llegué a comer a una fondilla y pedí cabrito, que me sirvieron con una salsa que por allá en el norte le llaman... hora verás... (se queda pensativo por unos segundos, agacha la mirada como si tratara de recordar algo) tatemada, salsa tatemada, que era de jitomate y chile mora asado, pero por allá en el norte le dicen tatemado" **(RO-02-13-11-23)**.

Como se puede observar, los adultos mayores presentan problemas de comunicación. A juicio de Wittig (2004) "los problemas de la construcción del discurso narrativo que evidencian algunos sujetos se relacionan con su menor capacidad narrativa, lo que en definitiva les impide trasladar satisfactoriamente la representación mental del episodio al plano del texto narrativo" (p.57). Como consecuencia de lo anterior, las personas mayores muestran dificultades para encontrar palabras en la construcción de sus relatos. Esto hasta cierto punto es normal porque en el envejecimiento hay una disminución progresiva de las capacidades cognitivas que se refleja en el plano lingüístico.

Es así, que, por la dificultad para decir palabras al momento de conversar, se puede observar en el adulto mayor que hay una afección lingüística que presenta debido a un problema de estructura del lenguaje, derivado del deterioro cognitivo.

Wittig (2004) sostiene que:

El adulto mayor presenta problemas en la producción de discurso narrativo. Estos problemas se manifiestan en una tendencia a la digresión, dificultades en el manejo de presuposiciones, errores en el mantenimiento de los referentes y una menor complejidad en la estructura sintáctica de los enunciados. (p.59)

En relación con la idea anterior, el deterioro en el proceso de la complejidad de narración de textos orales del adulto mayor está asociado con la disminución de la

capacidad de almacenamiento y un bajo procesamiento en la memoria. Es por ello, que, las fallas en el procesamiento de narraciones se deben a una menor capacidad de retención de información verbal en la memoria del adulto mayor.

Categoría 2. “Memoria a corto y largo plazo en el adulto mayor”. Con base a los datos obtenidos en la indagación, la pérdida de memoria tanto a corto como a largo plazo se caracteriza por la aparición de pequeños despistes, dificultad para rescatar sucesos del pasado u olvidos inusuales. Esto se puede comprobar en el siguiente caso: “Si, si, si, como quiera que sea, se me olvidan las cosas, luego estoy cocinando y voy al refrigerador y ya se me olvidó que cosa iba a sacar. De repente estoy lavando los trastes y cuando veo ya estoy en otra parte (se ríe), y digo, bueno estaba yo allá en esto ¿por qué estoy acá? También cuando voy al mercado compro cosas, las pago y las dejo olvidados en el puesto, cuando llego a mi casa digo porque no vienen en mi bolsa, pues la dejé en el puesto (se ríe)” **(E-06-24-11-23)**.

Otro caso que se muestra por medio de la observación es: “la señora Emmita pasa a pagar su desayuno, se va para el comedor, se sienta y después se levanta y se dirige al área de administración y le pregunta a la secretaria “¿sí me diste mi cambio?”. La secretaria responde: “si ya se lo di, lo guardó en su bolsa (señala la bolsa del chaleco que vestía Emmita); la señora Emmita mete la mano a la bolsa del chaleco y saca \$3.00 y dice a la secretaria: “ay discúlpame hija” (se va hacia el comedor) **(RO-01-10.11-23)**.

Retomando las palabras de Palacios y Morales (2011) “por memoria se entienden distintos procesos cerebrales que tienen por finalidad interpretar, almacenar y recuperar información” (p.17). En relación con lo anterior tanto la memoria a corto y largo plazo infieren en todos los procesos cognitivos que ayudan a crear el aprendizaje, la inteligencia y guardar los recuerdos.

Por las siglas **(E-01-24-11-23)** se comprende que es la primera entrevista realizada el veintiuno de noviembre de 2023, en la Casa de Día para el adulto mayor.

Es así que la memoria a corto plazo es la encargada de procesar información, que será almacenada por periodos muy breves. Palacios y Morales (2011) afirman que: “es un almacén temporal de la información proveniente de registros sensoriales, pudiendo mantenerse intacta o modificarse antes de su transferencia a la memoria de largo plazo. Asimismo, este tipo de memoria está activada permanentemente permitiendo, por ejemplo, recordar nombres de personas, direcciones, cifras numéricas, recordar restos o simplemente como se muestra en los casos acciones que acaban de suceder.

Si bien es cierto, la memoria a corto plazo permite almacenar información, por un lapso de tiempo que dura desde unos segundos hasta un minuto. Comprobando lo anterior con el siguiente caso. “Mi primer hijo... me dio mucho gusto cuando nació, nació al medio día, tiene 58 años, ¡ya los va a cumplir el lunes! Me llevaron al seguro y yo llego allá con la doctora y ya me daban los dolores, y que le digo ay doctora ya me siento remal tráigame un té de canela y sí que me lo lleva, tenía como... (titubea un poco) 23 años, cuando mi esposo se enteró estaba arreglando unos árboles que hasta la pala quebró de gusto” **(E-03-14-11-23).**

El siguiente caso muestra cómo la manera de guardar información permite conservarla durante años. “Ahhhh (se toca la frente con la mano izquierda), 55 39 25 52 94, no se me olvida porque lo relacioné con... así, por ejemplo, 55 pues es el número de la ciudad de México, el 39 porque yo nací en el 49 entonces diez años de diferencia, luego en el 25 y el 52 es al reveso y luego el 94 porque nací en el 49, o sea al revés, así fue como me lo aprendí, porque si me costó trabajo grabármelo.

Por su parte, Palacios y Morales (2011) mencionan que la memoria a largo plazo “corresponde a un almacén de experiencias, conocimientos, imágenes, conceptos, esquemas de comportamiento y estrategias de acción que se mantienen archivados y son traídos a la conciencia cuando se genera el recuerdo” (p.21). Es así, que la capacidad de

almacenar información y para mantenerla disponible sin que sea olvidada depende, por ejemplo, de la profundidad con la que esta se procesa, la asociación que se haya hecho para retenerla y la cantidad de veces que se haya recuperado la misma, comprobando así todo lo anterior con lo expuesto en las entrevistas.

Sin embargo, vale la pena mencionar que, la memoria a largo plazo, depende de la memoria a corto plazo, ya que esta es la puerta de entrada de toda información y si se repiten o refuerzan con regularidad pasan a formar parte de la memoria a largo plazo.

Categoría 3. “Proceso de comprensión de información en el adulto mayor”. En relación a la información obtenida, los adultos mayores tienen un desempeño bajo en actividades que requieren de un procesamiento comprensión o recuerdo de cualquier tipo de información. Esto se comprueba de la siguiente manera: “me falla en que, si me dan una indicación, mire estaba tomando unos cursos de inglés y el profesor me dice, me da la explicación, le entiendo perfectamente bien y a la hora de hacer el ejercicio ya no me acordaba, también para el baile me pasa lo mismo, porque el maestro me dice este paso hazlo así, tengo a la pareja y quiero hacerlo y ya no me acuerdo y le digo a mi compañera que si se acuerda y si no le digo al profesor “profesor, profesor corríjame y el profesor me corrige y eso me ha ayudado mucho” **(E-01-10-11-23)**.

Otro caso que se puede mostrar es el siguiente: “repita las siguientes palabra papel, bicicleta y cuchara ¿recuerdas las palabras? Papel, bic... lapicero (se ríe y hace gestos de que no recuerda)” **(E-02-13-11-23)**.

Así pues, se comprende que el adulto mayor, ante el declive cognitivo propio de la edad, tiene una disminución de velocidad en el procesamiento de información. Irisma (2017) refiere que: “el proceso de comprensión de información en el adulto mayor tiene una participación central en un amplio rango de habilidades y procesos de comprensión lectora,

la memoria de trabajo, la memoria episódica, la atención y el razonamiento” (p.23). En relación con lo anterior, esto sucede porque el envejecimiento debilita los procesos de atención sobre los contenidos de la memoria, afectando a la comprensión de información.

En relación con lo anterior, si el proceso de comprensión de información se debilita, puede suceder que mientras se esté procesando la información surjan pensamientos intrusivos o se hagan asociaciones no relevantes, que reduzcan la capacidad de funcionalidad en la memoria afectando la comprensión.

Para comprobar lo antes dicho se tienen dos casos extraídos de la observación. “oye hija, ¿a poco con estas piezas vamos a armar esas figuras?, digo, te pregunto porque yo nunca he jugado esto”. Los adultos mayores intentan armar algunas figuras, pero comienzan a desesperar porque no pueden lograrlo. La señora Yolanda intenta armar una copa, pero no logra embonar bien los triángulos para hacer la base, dice: “¡ay caray, si está medio difícil hacer esto!, la señora Mago expresa ¡yo cuando me estreso por no poder hacer algo me duele la cabeza y ahorita como que ya me quiere empezar a doler” **(RO-04-16-11-23)**.

Segundo caso: “Después de hacer sumas con los dados, realizan el mismo procedimiento, pero ahora para hacer restas, el hacer restar se le dificultó a doña Chuy, pues en lugar de restar ella seguía sumando, no comprendía que ahora en lugar de aumentar debía quitar, doña Chuy decía: “por eso ya le puse de más estos, ya se los conté” hasta que la maestra le mostró cómo tenía que realizar la actividad” **(RO-05-23-11-23)**.

En relación con lo anterior, la manera de almacenar y manipular información experimenta una disminución en la capacidad de trabajo, hecho que impone limitaciones en la habilidad de las personas mayores para comprender información. Ante esto, Andrade (2021) señala que: “el proceso de comprensión de información en el adulto mayor debe ser

autodirigido por el facilitador” (p.32). Pues como se puede observar en el último caso hasta que la maestra muestra cómo se debe realizar la actividad, el usuario comprende la información y realiza lo que se solicita.

Categoría 4. “Rememoración de recuerdos y experiencias en el adulto mayor”.

Con base a la información obtenida, la vida se compone de muchas experiencias y emociones que quedan guardadas en la memoria. Esto se comprueba de la siguiente manera: “Cuando era niña era muy feliz, porque me gustaba... bueno nos dejó mi papá y mi mamá tuvo que trabajar y nos dejó aquí con mis padrinos y cuando teníamos vacaciones, porque íbamos la escuela de la 18 y yo lo que me gustaba era el rancho, porque a mí me gusta mucho el campo, mis abuelitos, sea, mi abuelito y mis tíos tenían antes vacas, borregos, mi mamá un montón de gallinas, siempre íbamos cada ocho días, pero a mí me gustaba más cuando tenían las siembras porque tenían su yunta de bueyes y a mí me gustaba llevar la yunta, me gustaba porque la yunta de los bueyes van bien calmaditos y no como la yunta de caballo, que ahora ya ni existen, ahora puras máquinas” **(E-03-14-11-23)**.

Dentro de este margen de ideas, se puede decir que, las personas mayores viven llenas de recuerdos, por lo que en muchas ocasiones repiten la misma historia, solo por el placer de revivir ese momento de su vida. No obstante, la rememoración de recuerdos y experiencias no solo se basa en vivencias buenas, sino que también se hacen presentes las malas experiencias como lo es en el siguiente caso: “una de mis hijas se quitó la vida por un novio, a los 16 años, es muy difícil superar su pena, esa cosa creo que... a nadie se le desea porque era la mayor de mis hijas, a nadie se le desea eso que tuve que pasar y superarlo; pero lo superé y aquí estoy (se le rueda una lagrима por la mejilla), pero tenemos que salir adelante, porque somos humanos y tenemos que hacerle ganas porque le hacemos falta a los demás” **(RO-05-23-11-23)**.

Muchas veces las personas mayores e incluso cuando ya tienen problemas de memoria, suelen tener la capacidad de rememorar historias pasadas, una y otra vez, relacionadas con momentos importantes de su pasado.

García (2023) expresa lo siguiente:

“Hay personas mayores que repiten lo mismo muchas veces, porque les ayuda a mantener vivo su sentido de pertenencia al mundo que los rodea y a fortalecer su autoestima y dignificar su vejez, y porque las personas mayores recuerdan el pasado en ocasiones mejor que el propio presente, y esto es algo que es bastante normal”. (p.48)

En relación con lo anterior, se puede deducir que la codificación es el proceso de almacenar la información en el cerebro, de este modo, los recuerdos se recuperan más fácilmente si son significativos emocionalmente y repetidos.

Por otro lado, García (2023) alude que en el adulto mayor “las repeticiones de experiencias no se hacen a propósito y en algunos casos pueden ser indicios de trastornos cognitivos” (p.53). Es decir, cuando se presenta un trastorno cognitivo, el adulto mayor aparte de repetir siempre la misma historia, presenta problemas de lenguaje y de comunicación, o bien, también puede presentar desorientación en el tiempo y espacio.

1.4.3 Árbol del problema

Todo diagnóstico se basa en una necesidad real, la cual a futuro se pretende mejorar. Es por ello, que la identificación del problema es una fase que implica seguir un proceso de forma creativa que permita determinar prioridades, fijando con claridad y precisión el área o campo a intervenir.

Sandin (s.f) afirma lo siguiente:

Es necesario que el problema surja de las necesidades sentidas y percibidas del grupo, que sean relevantes para las personas implicadas, lo asuman como propio, que estén dispuestas a resolverlo, tengan aplicabilidad a corto plazo y los resultados conduzcan a la mejora y el cambio. (p.45)

En este sentido, se comprende que la identificación del problema surge de un análisis donde se llega a la sábana analítica, haciendo énfasis en aquellas situaciones problemáticas que se desean atender, tomando en cuenta los síntomas detectados dentro del contexto, convirtiendo así, la elección de problema en un proceso primordial, ya que el definir el problema da pauta a la propuesta de intervención.

De este modo, para la elección del problema el interventor hace uso del árbol de problema. Martínez y Fernández (2008) indican que el árbol del problema es: “una técnica participativa que ayuda a desarrollar ideas creativas para identificar el problema y organizar la información recolectada, generando un modelo de relaciones causales que lo expliquen” (p. 2). En relación con lo anterior, lo que se busca hacer con el árbol de problemas es identificar y organizar las causas y efectos que dan surgimiento a la preocupación temática.

Cabe considerar por otra parte, que la elaboración del árbol de problemas y la identificación del problema parten de lo analizado en la sábana analítica. Para la elaboración del árbol de problemas, el problema central se ubica en el tronco, las causas en la raíz y los efectos en las ramas. Por lo tanto, se identifica el problema por medio de las relaciones causas y efectos.

Para el árbol del problema de este diagnóstico el tema central que se analiza en el tronco es deterioro cognoscitivo en el adulto mayor, ubicando en la raíz las siguientes causas: disminución en la construcción de relatos, disminución de la memoria a corto y

largo plazo, dificultad para comprender indicaciones y reducción de la habilidad para recordar hechos concretos.

Por otro lado, los efectos que se ubican en las ramas son: pérdida de coherencia y secuencia en conversaciones y no saber continuar con lo que estaba diciendo, olvidos cotidianos, no poder entender con facilidad las indicaciones que se les dan y recuerdos vagos e imprecisos. (ver anexo 5)

1.4.4 Planteamiento del problema

Todo proceso de investigación comienza con la identificación de situaciones generadoras de conflictos, carencia o ausencias. Es así, que a partir de su identificación comienza el proceso de búsqueda e interrogación y con ello, viene el planteamiento del problema, el cual deriva de los resultados de la sábana analítica y que tienen que ver directamente con el objeto de estudio y con una serie de contradicciones no resueltas; para ello, se identifican las necesidades o carencias que afectan o limitan al objeto de estudio.

En este sentido, el planteamiento del problema en la investigación científica busca referentes actuales desde lo teórico y lo empírico que permitan conceptualizar la identificación y selección del mismo.

Sánchez (1993) refiere que el planteamiento del problema es:

Un proceso complejo a través del cual el investigador va decidiendo poco a poco lo que va a investigar, caracterizándose como: un fenómeno de cuestionamiento del investigador, un proceso de clarificación del objeto de estudio, un trabajo de localización o de construcción gradual del problema de investigación. (Sánchez, 1993, p.3)

En relación con lo anterior, se puede decir, que, el planteamiento del problema es un proceso que paulatinamente permite descubrir lo que se va a estudiar, está caracterizado por un periodo de cuestionamiento y clarificación de un problema que se pretende investigar y analizar para poder saber cómo actuar sobre él y así poder contribuir a mejorarlo. Este proceso inicia a través de la capacidad de observación, la obtención de datos, el análisis de datos y la experiencia del agente educativo, que por medio de ello le permite detectar una necesidad concreta y así poder plantear el problema.

Para la elaboración del presente diagnóstico el planteamiento de problema se lleva a cabo como proceso social en sí mismo que conduce a la obtención de datos fidedignos sobre el objeto de estudio; es decir, por medio del establecimiento de rapport se permite establecer relaciones abiertas con los informantes, asimismo, a través de reiterados encuentros entre los informantes y el agente educativo se obtiene información primordial sobre el objeto de estudio, mientras que la observación participante permitió reflexionar sobre el comportamiento e identificar necesidades, que aún no son atendidas.

Se plantea, que para problematizar se realiza una contextualización sobre la Casa de Día “Años Dorados” para así poder ubicar lo que se quiere investigar y se delimita e identifica la dirección y el sentido de una situación problemática; es decir, se analizan los problemas, se identifican las causas, consecuencias y la manera en que se puede llegar a intervenir para mediarlo. Siendo así, que, a través de la recopilación de antecedentes y el análisis de los mismo, se transforman datos en información útil para tomar decisiones

Lo que se busca principalmente es obtener vivencias, experiencias, estilos y hábitos de vida, situaciones, conflictos y formas de actuar de los usuarios de la casa de día. Una vez obtenida toda la información recopilada a través de los instrumentos de recolección de datos, se procede a realizar una sábana analítica, que con ayuda de esta y de la

triangulación de información se desprenden cuatro categorías situacionales del objeto de estudio.

Tomando en cuenta las cuatro categorías detectadas, surge la pregunta detonadora: ¿Cómo ejercitar la memoria del adulto mayor de la Casa de Día “Años dorados”?

Dado que en la etapa de la tercera edad es completamente normal que en los adultos mayores haya un declive cognitivo y que, sin embargo, en muchos de los casos esta área no sea estimulada para bienestar y prevención de trastornos cerebrales, se propone para atender esta necesidad un taller de estimulación cognitiva en la Casa de Día para el adulto mayor “Años dorados” perteneciente al Municipio de Cuautepec de Hinojosa, Hidalgo, pretendiendo alcanzar y hacer lo siguiente.

1.4.5. Ámbito de intervención

El hablar de ámbito, refiere a un espacio y a un conjunto de personas y cosas que juntas forman e integran un sitio donde se generan enseñanzas y conocimientos, se refuerzan habilidades y se integra a las personas de forma activa en espacios sociales.

Según Castillo y Cabrerizo (2011)

Entendemos por ámbitos de intervención social todos aquellos colectivos, personas, lugares o contextos en los que, dadas sus características, son susceptibles de que se desarrolle alguna intervención. En el campo de la educación social, se habla indistintamente de contextos, ámbitos, sectores, entornos de aplicación, etc. para referirnos a una determinada población en la que es necesario desarrollar una intervención. (p. 3)

En función de lo planteado, ámbito social es un espacio diseñado y apropiado que muestra un modelo de integración y participación, el cual busca satisfacer necesidades de los sujetos; comprendiendo que existen diversos tipos de ámbitos de intervención, cada uno con diferentes propósitos para atender necesidades de las personas en riesgo de exclusión o con mayor necesidad.

Para intervenir dentro de lo social existen los siguientes tipos de ámbitos: el de la identidad cultural, el de la relación con los otros y en la relación con el medio. Debe señalarse que cada uno de estos ámbitos determinan diferente perspectiva y por lo tanto su acción social es con diferente enfoque, ya que cada uno cuenta con diferentes recursos, programas y servicios disponibles para atender las necesidades de los grupos sociales.

La elaboración del presente trabajo se centra en el ámbito social en relación con el medio. Castillo y Cabrerizo (2011), sostienen que en este medio la intervención “actuará en las necesidades, intereses, limitaciones, carencias y barreras, y en los problemas relacionados con el bienestar y la calidad de vida de un grupo determinado o de la comunidad social (p. 131). En relación con lo anterior, lo que se quiere con el adulto mayor es que se desarrolle de manera integral, preservando y mejorando sus funciones cognitivas, para su bienestar general, autonomía, calidad de vida y participación social con los miembros de la comunidad.

Por esta razón, lo que pretende el ámbito en relación con el medio es que el adulto mayor desarrolle su máximo potencial y tenga una vida productiva de acuerdo a sus necesidades e intereses. En este sentido, lo que busca la casa de día para el adulto mayor “Mis años dorados” es la participación e incorporación activa del adulto mayor dentro de la comunidad, tomando en cuenta la realidad de los sujetos y realizando ajustes pertinentes a las necesidades de los actores sociales, brindando actividades que le permitan desarrollarse íntegramente, para que el adulto mayor disfrute de una vida larga, activa y

saludable, que le permita de una sana participación y convivencia con las personas de sus entorno.

1.4.6 Descripción del ámbito de intervención

Análisis del contexto es el estudio y valoración de los elementos que configuran el entorno de lugar donde se lleva a cabo la investigación, teniendo en cuenta aspectos internos y externos. Morales (2019) sostiene que:

Contexto deriva del latín, *contextus*, que significa lo que rodea a un acontecimiento o hecho. El contexto es un marco, un ambiente, un entorno, físico o simbólico, un conjunto de fenómenos, situaciones y circunstancias, no comparables a otras, que rodean o condicionan un hecho. (s.p.)

Por otro lado, los resultados de Noriega y et al (2021) indican que “se necesita conocer el contexto para comprender la correlación de fuerzas que existen en el lugar, las formas de organización, niveles de organización, cultura, aspectos económicos, ideológicos, ambientales, entre otros” (p. 79). En este sentido, este aspecto refiere a describir el lugar donde se presenta el problema a estudiar y el objeto de estudio, tomando en cuenta aspectos externos que permiten tomar conciencia de los hechos más significativos en el medio circundante y aspectos internos que dan a conocer la situación que viven las instituciones.

Desde una perspectiva más general, se puede decir que toda investigación se desarrolla dentro de un contexto social, por lo tanto, es de suma importancia saber cómo está constituido el lugar antes de realizar un diagnóstico.

Casa de día para el adulto mayor “Años dorados”

La casa de día del adulto mayor “Años dorados” es un espacio gratuito, diurno que atiende a la población de la tercera edad del Municipio de Cuauhtémoc de Hinojosa, Hidalgo. Se ubica en la calle Héroes de Nacozari s/n Col. Francisco I. Madero, Código Postal 43740, Municipio de Cuauhtémoc de Hinojosa; sus puertas están abiertas en un horario de atención de lunes a viernes de 09:00 am a 04:30 pm. Asimismo, la casa de asistencia de día está incorporada al sistema DIF municipal.

Esta casa de día surge como una petición de la Delegación 303 del Movimiento Unificador Nacional de Jubilados, Pensionados y Adultos Mayores del Municipio, su principal gestor fue el señor Manuel Ortiz Escorcia. La primera solicitud para la elaboración de este lugar se hizo en el año de 1999 al gobernador en turno del Estado de Hidalgo Manuel Ángel Núñez Soto, logrando con ello diez años después la inauguración de este espacio el 11 de junio del 2009, teniendo como principal fuente de financiamiento al Ayuntamiento del Municipio de Cuauhtémoc de Hinojosa, Hidalgo. (Ver anexo 6)

Actualmente la dirección de esta institución está a cargo de un Licenciado en Gerontología y en ella se encuentran inscritos 23 adultos mayores de los cuales 22 son mujeres y 1 hombre, todos provenientes de las diferentes localidades del municipio de Cuauhtémoc de Hinojosa. Los usuarios de la casa de día son personas mayores de sesenta años, son personas jubiladas y en el caso de las mujeres en su mayoría son viudas.

“Años dorados” es un espacio pequeño, pero bien diseñado para la atención del adulto mayor, la infraestructura es de una sola planta, es decir, no hay escalones, ni escaleras y en la entrada principal hay una rampa de acceso. Cuenta con un consultorio médico, el cual se encarga de brindar atención médica cuando los adultos mayores lo requieren, este espacio cuenta con una camilla y tiene instrumentos médicos. Es así, que

con frecuencia los usuarios de la Casa de Día recurren a este lugar para tratar problemas de salud relacionados con enfermedades respiratorias como la gripe, así como toma de presión arterial y glucosa.

Del mismo modo, existe un área de corte y confección la cual está equipada con máquinas de coser; también, hay un área de cómputo y un área de meditación. Cabe mencionar que recurrentemente el área de costura es visitada por los usuarios de la casa de día, ya que las señoras realizan en este lugar arreglos de cierre y de bastilla a su ropa personal. No obstante, el área de cómputo y meditación no se encuentran dentro del gusto de los usuarios, pues muestran desinterés por aprender sobre la tecnología y en el caso del área de meditación, mencionan que no acuden a este lugar porque la música que les ponen para relajarse hace que se queden dormidos. (Ver anexo 7)

Así pues, en la entrada principal hay tres bicicletas elípticas que a diario disponen los usuarios en su tiempo libre que tienen dentro de la Casa de Día o después del desayuno. Se cuenta con un área de usos múltiples donde se realizan actividades de coro, danza, activación física, pintura, juegos de mesa y en ella, se dan conferencias y pláticas. También hay una terraza interior, que cuenta con mesas y sillas de jardín donde se realizan actividades de lectura. A un lado de la entrada principal se encuentra una capilla con imágenes católicas, que son de gran significado para los adultos mayores, dado que a la hora de ingreso es el primer lugar visitado por los usuarios. Cabe mencionar que las actividades de coro, danza, activación física y pintura son del gusto de los usuarios, debido a que siempre hay participación activa en ellas. (Ver anexo 8)

En la parte de atrás de la casa de día, hay una bodega donde se guardan materiales como aros, pelotas, botellas con arena, caballetes, sillas y material para hacer limpieza. Se cuenta con dos sanitarios, uno para mujeres y otro para hombres, igual hay una oficina de jefatura y una oficina para el área administrativa. (Ver anexo 9)

Sin omitir, que, hay un área de cocina-comedor, que ofrece un desayuno-almuerzo a los adultos mayores y al personal de esta institución. Esta área esta acondicionada con todo lo necesario para su buen funcionamiento y el desayuno-almuerzo tiene un costo de \$17 por persona y este es el único servicio que se cobra en esta institución. (Ver anexo 10)

En este espacio lúdico-recreativo se ofrecen actividades de activación física, pícnic literario, juegos de mesa, coro y baile. Además, hay talleres artísticos, de elaboración de dulces mexicanos, corte y confección, danza folclórica y da atención de alfabetización y educación básica para los adultos mayares. Cabe mencionar que también dentro de este lugar se brindan conferencias sobre la importancia de realizar un testamento, se dan conferencias preventivas en cuanto al cuidado de salud, también se realizan campañas de vacunación para los adultos mayores de esta institución.

A continuación, se muestra la estructura en cuanto a la dimensión humana, técnica, material y social.

Dimensión Recursos Humanos

La dimensión de Recursos Humanos se refiere al personal que labora en esta institución y que está inserto dentro de la nómina; asimismo da cuenta de sus aptitudes, capacidades, funciones a desempeñar y formación profesional.

La jefatura de esta institución está a cargo de un Licenciado en Gerontología responsable de la casa de día, quien se encarga de mantener en pie, en condiciones óptimas y en buen estado este espacio. Así mismo, el área administrativa es atendida por un técnico administrativo, quien es encargada de inscribir a los adultos mayores, realizar documentos de gestión relacionados con la casa de día y llevar finanzas de entrada salida de dinero para los gastos de cocina.

Por su parte, el consultorio médico está a cargo de un médico general quien se encarga de brindar atención médica sin ningún costo cuando algún adulto mayor lo requiere, de igual manera, se encarga de la toma de signos vitales, toma de glucosa y la aplicación de inyecciones. Además, hay 17 expedientes médicos de usuarios quienes con frecuencia hacen uso de este servicio, dichos expedientes muestran cómo es el estado de salud de los adultos. Cabe resaltar que no todos los usuarios de la Casa de Día solicitan este servicio, ya que seis de ellos realizan su chequeo rutinario con su médico familiar.

Por otro lado, con la intención de que los adultos mayores se mantengan en movimiento, reduzcan el estrés y la ansiedad se realiza activación física, la cual se lleva a cabo por el instructor de educación física, quien se encarga todas las mañanas de realizar actividades de estiramiento de pies, brazos, muñecas y cuello; así como movimientos con aros, pelotas y botellas llenas de arena que se utilizan como pesas. Dentro de este margen de ideas, la parte recreativa está a cargo de una técnica gerontológica quien diseña y realiza actividades de meditación, pintura y juegos de mesa para entretener a los adultos mayores que no realizan actividades de danza o coro.

Asimismo, el área de cocina-comedor está a cargo de una cocinera, responsable de todo lo relacionado con el buen funcionamiento y mantenimiento de la misma, así como el diseño semanal de menús y la preparación de alimentos. Cuenta con un personal extra que funge como poyo, ya que colabora a la cocinera con la preparación de alimentos y la limpieza de esta. Asimismo, cuenta con una encargada de limpieza general de la casa de día y un encargado de jardinería.

Además, en esta institución también hay voluntarios con el perfil de psicólogo que trata temas sobre el estado de ánimo, ansiedad y depresión; nutriólogo brinda orientación alimenticia y junto con la cocinera elabora el menú de la Casa de Día; podólogo quien se encarga del cuidado de pies del adulto mayor y asesor jurídico que da orientación legal de

cualquier tema y la importancia de realizar un testamento, estas personas se unen a las actividades de esta Casa de Día por una remuneración simbólica.

Por otra parte, la relación de liderazgo que se observa por parte del director de la institución es buena ya que tiene una cordial relación con todo el personal, se muestra amable y empático hacia todos, trata de tener mucha comunicación de manera general con todo el personal. Trabaja en conjunto con el área administrativa, se interesa por los problemas de salud de los adultos mayores, está al pendiente de que no haga falta nada en la cocina, cuando algún adulto mayor solicita hablar con él, lo escucha de manera paciente, atento y respetuoso. Además, ayuda con las actividades recreativas de los adultos mayores pues él es quien lleva acabo la actividad de pícnic literario, la cual consiste en salir a la terraza con algún alimento para degustar mientras alguien lee en voz alta algún fragmento de un libro, revista, periódico o poema.

Dimensión Técnica

La Casa de Día del adulto mayor “Años dorados” está incorporada al sistema de DIF Municipal y al área de desarrollo humano del Ayuntamiento Municipal. Es por ello que esta institución recibe apoyo en especie del ayuntamiento de Cuauteppec de Hinojosa; para el área de cocina el ayuntamiento destina semanalmente una despensa que oscila entre los \$600.00 y proviene del área de tesorería, de igual manera la nómina, también, proviene del área de tesorería del ayuntamiento.

Por su parte, el director de la Casa de Día Jorge Armando Garrido Eguia se encarga de gestionar al ayuntamiento materiales o aparatos tecnológicos como pantallas, computadoras, impresoras, bocinas o algún otro material que se necesite para la institución. También, para los adultos mayores y por medio del DIF Municipal, el director gestiona

prótesis, sillas de ruedas, bastones, anteojos, aparatos auditivos o cirugías de cadera o de rodilla.

Dimensión Material

Esta dimensión da cuenta de los materiales de uso cotidiano que hay dentro de la casa de día, cuantos están en buen funcionamiento y cuantos no.

La Casa de Día para el adulto mayor “Años dorados” cuenta con el siguiente material de apoyo: en el área de cocina hay 6 mesas redondas que se utilizan al momento del almuerzo; 1 estufa con 5 quemadores, en buenas condiciones y en funcionamiento total; 1 cocina integral, en buen estado, que se utiliza para guardar tazas, platos, cubiertos y despensa de la Casa de Día. De igual manera, hay 1 refrigerador, en estado funcional, que permite conservar en buen estado embutidos, lácteos y verduras para los alimentos de los usuarios; 1 horno de microondas, en perfectas condiciones y estado funcional y 24 sillas plegables, todas en buen estado, que son utilizadas por los usuarios a la hora del desayuno.

Alrededor del área de usos múltiples se encuentran 6 sillones individuales, en buen estado; 1 dispensador de agua, en estado funcional, que, permite extraer agua caliente y fría; también, se cuenta con 2 pantallas, en estado funcional y con conectividad a internet, una se encuentra en el área de usos múltiples y la otra es utilizada como material de apoyo para dar conferencias o pláticas. En la bodega hay resguardadas 3 caminadoras descompuestas; en la entrada de la Casa de Día, hay 3 bicicletas elípticas, en estado funcional y que utilizan los usuarios en su tiempo libre; hay 1 espejo al tamaño de la pared del área de relajación, en buen estado; 4 mesas redondas de jardín con catorce sillas en buen estado. 3 minicomponentes, en estado funcional, uno se utiliza para el área de meditación, otro en el área de usos múltiples y uno más se encuentra dentro del comedor.

Asimismo, hay 9 muebles para computadora y 9 computadoras de las cuales 2 no funcionan; 12 máquinas de coser, todas en perfecto estado funcional, por la cantidad de usuarios de la Casa de Día tanto las máquinas de coser, como las computadoras no son suficientes para cubrir las necesidades de todos usuarios; 26 sillas planas, que se utilizan para la clase de coro; 1 proyector en estado funcional, que se utiliza para dar conferencias; 1 bocina en estado funcional que se utiliza para activación física; 2 computadoras en estado funcional, una se encuentra en el área de dirección y la otra en el área de administración y 2 impresoras en estado funcional, una para dirección y la otra para administración.

De acuerdo a lo observado por el interventor, los materiales para realizar actividades lúdicas y recreativas son 40 aros y 40 pelotas en buen estado, que se utilizan para activación física; 30 caballetes en buen estado, que se utilizan para la clase de pintura; 20 juegos de memoria, de los cuales 3 se encuentran incompletos; 20 juegos de lotería, 5 de ellos incompletos; 19 juegos de dominó, 7 de ellos están incompletos; 30 juegos de rompecabeza, 4 de ellos tienen piezas incompletas.

Dimensión social

Como ya se mencionó anteriormente hay 23 adultos mayores inscritos, que acuden con regularidad y frecuencia a la casa de día. Así mismo, en función de lo observado por el interventor y los datos obtenidos en la entrevista todos los adultos que asisten a este lugar se encuentran en un rango de edad de 60 a 84 años, y las características que presentan son signos de demencia, deterioro cognitivo, déficit en el manejo de la estructura narrativa, no comprenden con facilidad las indicaciones que se les dan, pérdida de coherencia en narrativas, olvidos cotidianos, no escuchan bien, no ven bien, tienen movilidad ilimitada, algunos usan bastón, unos pocos son viudos (as), de igual manera varios son analfabetas y solo unos cuantos tienen una preparación profesional. También, hay adultos mayores en

especial las mujeres atraviesan por el duelo de la pérdida de su cónyuge o de un hijo, además, 7 adultos mayores padecen enfermedades crónicas como diabetes e hipertensión.

Sin embargo, a pesar de todas estas dificultades, los adultos mayores se integran de manera autónoma y convencional a las actividades, establecen relaciones de amistad con sus compañeros, participan satisfactoriamente en todas las actividades, algunos tienen la confianza de acercarse a platicar con el director sus preocupaciones personales y mientras que otros se muestran reservados, serios y callados.

Cuando se forman para pagar su desayuno, los adultos mayores se acercan para saludarse unos a otros; algunos se saludan de beso y abrazo, mientras que otros solo se dan los buenos días. Al momento de saludarse también cruzan palabras y frases de interacción; por ejemplo, se dicen “ya llegué, ya estoy aquí para ver caritas nuevas”; “les digo a mis hijos que este es el único lugar donde no me critican”, por mencionar algunas de las frases que se dicen entre compañeros.

Una deficiencia que se observa dentro la Casa de Día es que no hay un rol de actividades establecido y, además, el personal con el que cuentan es muy reducido y no se realizan al 100% las actividades. Por ejemplo, los adultos eligen con libertad al área a la cual quieren pasar y en ocasiones se reúnen en dos áreas al mismo tiempo que son la de pintura y corte y confección, cuando esto sucede las clases de pintura no se realizan porque la encargada de llevarla a cabo atiende también la otra área y esto genera inconformidad por parte de los usuarios quienes con ánimo y gusto desean realizar su actividad de pintura.

De este modo y con este escrito es como llegamos al análisis del contexto para adentrarnos en las problemáticas detectadas y así poder brindar una posible solución.

1.4.7 Objetivos

Objetivo General: Diseñar un taller de estimulación cognitiva, con la finalidad de disminuir el deterioro de memoria en los adultos mayores.

Objetivos Específicos

1. Realizar una investigación previa sobre los cambios fisiológicos del adulto mayor y la estructura de la memoria humana.
2. Diseñar un taller de estimulación cognitiva para adultos mayores.

Capítulo II Fundamentación teórica

2.1. El adulto mayor

Adulto mayor es el término que se da a las personas que atraviesan por la última etapa del ciclo vital. Esta expresión se refiere a la edad máxima que puede alcanzar el ser humano, es una etapa vital porque se han vivido y experimentado diversas situaciones que generan aprendizajes o experiencias de vida. por esta razón, es que para muchas personas los adultos mayores representan sabiduría y son tratados con respeto, pues se consideran consejeros debido a su trayectoria de vida.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS,2022), el adulto mayor representa una construcción social y biográfica del último momento del curso vital y comprende las últimas décadas de vida de una persona, con un punto final marcado por la muerte. Dentro de este margen de ideas, y situándose cronológicamente se puede decir, que, una persona es adulto mayor a partir de los 60 años.

En relación con lo anterior, se clasifica a los adultos mayores de la siguiente manera: edad avanzada 60-74 años; viejos o ancianos 75-89 años; grandes viejos-longevos 90-99 años y centenarios más de 100 años. Esta clasificación existe porque las condiciones físicas, psicológicas y sociales son muy distintas cuando se estudia o compara a una persona de 60 años con una de 90 o 100. De acuerdo a la clasificación anterior y por su edad que se ubica dentro del rango de 60 a 84 años, el grupo de personas de adultos mayores que participan en la investigación se sitúan dentro del rango de edad avanzada y viejos o ancianos.

En relación con este tema, sucede que en México existe un acelerado crecimiento de la población en edad mayor. teniendo en cuenta los datos producidos por el Instituto Nacional de Estadísticas y Geografía (INEGI, 2021) en el país, por cada 100 niños o niñas

con menos de 15 años hay 48 adultos mayores, esto representa el 12% de la población total. Sin embargo, estas cifras estadísticas no aseguran la oportunidad de brindar mejores condiciones para que la vida de las personas mayores no solo sea más larga, sino mejor, atendiendo cada una de sus necesidades fisiológicas, de salud, seguridad, recreación y ocio, mejorando con ello la calidad de vida durante el envejecimiento.

Si bien es cierto, la adultez mayor es una etapa de la vida, inevitable y universal; pues el ser humano está destinado a llegar a esa etapa. El Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES, s/f) considera que “el envejecimiento es un proceso natural, gradual, continuo e irreversible, lleno de cambios a través del tiempo” (p.1). Argumentando con esto, que, la adultez mayor no solo es la suma de todas las experiencias de vida, sino que marca el inicio de una etapa donde las personas presentan condiciones vulnerables físicas, sociales y en algunos casos económicas.

Así pues, de manera general, el envejecimiento se caracteriza por una disminución en la eficiencia del funcionamiento de los órganos, el sistema fisiológico; así como el incremento del riesgo para adquirir enfermedades agudas y crónicas. Es por estas circunstancias, que, erróneamente se puede llegar a creer que la vejez es una enfermedad y al considerar así esta etapa de la vida se fomentan prácticas de edadismo y discriminación. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) el edadismo se produce cuando la edad se utiliza para categorizar y dividir a las personas provocando daños, desventajas e injusticias. En este sentido, se puede comprender que lamentablemente como sociedad se percibe de forma negativa al adulto mayor.

Dentro de este margen de ideas, en una sociedad que se centra en fuerza, agilidad y la obtención de bienes materiales se puede ver al adulto mayor de una manera despectiva, considerándolo diferente a los demás en sus opiniones, efectos y necesidades colocándolo con esto en estado de vulnerabilidad.

No obstante, hay adultos mayores que viven esta etapa de vida de forma natural como cualquier otra. Aponte (2015) afirma que “no todas las personas viven la vejez de la misma manera, pues su funcionamiento durante esta se encuentra relacionado con las acciones y omisiones que cada persona realiza durante el transcurso de su vida; es decir, la vejez se construye desde la juventud” (p.154). En consecuencia, cada persona vive el envejecimiento de diferente manera, ya que a través del tiempo se reflejan los cuidados o descuidados tenidos a lo largo de la vida.

Cabe resaltar que se tiene que considerar el rol social que juega el adulto mayor dentro de la sociedad, para ello es necesario reforzar sus habilidades y capacidades, al mismo tiempo estimular su autoestima, ya que son sujetos activos dentro de la sociedad. Sin antes mencionar que el adulto mayor es fundamental para la sociedad, ya que son transmisores de un legado de historia, cultura, valores, tradiciones y costumbres.

2.2 Cambios fisiológicos en el adulto mayor

El gozar de una salud en buenas condiciones radica cuando se atraviesa por la etapa de la adultez joven, pues la mayoría de las personas entre 15 y 44 años consideran en buenas condiciones su salud en comparación con los adultos de más de 60 años. La mayoría de la población de jóvenes y adultos tienen una salud relativamente buena, ya que, en este periodo de vida se posee mayor desarrollo físico y mental.

Por su parte los adultos mayores tienen cambios en su salud y suelen enfrentar desafíos como enfermedades crónicas, problemas de salud mental, deterioro cognitivo y cambios físicos asociados al paso de tiempo, es por ello, que los adultos mayores requieren de más cuidados médicos.

frecuentemente van al médico y en ocasiones son hospitalizados, gastando su dinero en cuidados médicos, algunos necesitan atención médica en casa y ayuda en actividades de la vida cotidiana.

En este sentido se comprende que los adultos mayores perciben una serie de cambios asociados al envejecimiento que determinan que su fisiología sea muy distinta a la de las personas en edad media. Empleando las palabras de Brizzolara (2021) “la persona envejece en función de cómo haya vivido: si la vida ha sido creativa, sociable, autónoma, el senescente mantendrá estas características”. En este sentido, la salud no solo es una cuestión que implica edad, sino también genes y estilo de vida.

Por consiguiente, conforme se envejece el sistema corporal experimenta cambios corporales y funcionales, es por ello, que las personas tienen que tomar decisiones todo el tiempo de cómo vivir, que comer y cómo manejar el estrés, pues de esto depende que el envejecer sea de una manera digna y sana, teniendo claro con esto que un envejecimiento saludable no es cuestión de buena suerte.

En relación con este tema, el adulto mayor se caracteriza por cambios que afectan a diferentes aspectos de su vida, siendo los más importantes los cambios fisiológicos que se traducen a cambios funcionales globales en el sistema corporal. Papalia, Sterns, Feldman y Camp (2009) señalan que durante la vejez “los tejidos y estructuras del cuerpo tienden a volverse menos elásticos y eficientes, y algunos cambios normales pueden anunciar disfunciones o trastornos más serios” (p.113). De este modo, los sistemas y órganos corporales se deterioran, por lo que se vuelven más susceptibles a problemas.

De acuerdo al tema, a continuación, se habla detalladamente sobre la memoria humana, sus procesos, estructura; se explica cómo es el sistema neurológico en la edad

tardía, qué es deterioro cognitivo, el olvido, cómo es el lenguaje en el envejecimiento, estimulación de la memoria del adulto mayor y qué es envejecimiento activo.

2.3 Memoria humana

Todo ser humano desde su nacimiento pone en práctica la memoria, pues a diario esta recibe una enorme carga de información sobre las personas en sí mismas y sobre el mundo que la rodea. Evidentemente esta constituye una amplia gama de recuerdos a los cuales se recurre constantemente porque constituyen todo lo que se ha aprendido o experimentado a lo largo del ciclo vital.

La labor esencial de la memoria es generar a todo ser humano conocimientos necesarios para asimilar el entorno que lo rodea. A juicio de Wingfield y Byrnes (1988), “memoria es la capacidad que los seres humanos tienen de retener información, reproducirla si la necesitan y reconocer las cosas familiares cuando posteriormente las ven o escuchan otra vez” (p.12). Dicho de otro modo, la memoria es la facultad intelectual que permite adquirir y guardar información, así como de recordarla cuando se necesita y reconocerla cuando se escucha o ve nuevamente.

Cabe considerar que la memoria no es un órgano que se pueda tocar o ver, sino que es un conjunto de habilidades y capacidades que permiten recordar eventos del pasado. Por ejemplo, una persona puede recordar su primer día de clase, un viaje de vacaciones, un número telefónico o simplemente acontecimientos importantes de su vida. De modo que, sin la habilidad de recordar, la realidad sería un episodio que se debe recrear constantemente, una serie de acontecimientos nulos, perdidos tan pronto como se reciben.

El sistema nervioso y más precisamente el cerebro es el que guarda en la intimidad de sus redes cerebrales los secretos de todo lo que hace de la vida del hombre una verdadera existencia: el pensamiento, el lenguaje, la memoria, la ciencia, las creencias, las emociones, el sentimiento, el amor, las pasiones, la moral. (Poirier, 1998, p.10).

En este sentido, la memoria contiene esencialmente la experiencia de las personas. Sin embargo, se podría decir que a veces la memoria es traicionera, pues guarda información que no es tan necesaria en nuestra vida y olvida cosas que son importantes y que en algún momento sería necesario recordar.

2.3.1 Procesos de la memoria humana

El ser humano construye y renueva sus representaciones del mundo a partir de un proceso cognitivo que permite la adquisición y el recuerdo de información. Wingfield y Byrnes (1988) mencionan que “las cuestiones relacionadas con los procesos de memoria se refieren a las actividades mentales que realizamos para hacer ingresar la información a la memoria, y a las actividades que posteriormente utilizan esa información” (p.15). En relación con este margen de ideas, la memoria archiva la información y para hacerlo lo hace por medio de tres procesos básicos que permiten recoger nueva información, organizar la información para que tenga un sentido significativo y recuperarla cada que se necesite recordar algo.

Así pues, el recuerdo de datos, sucesos, fechas, rostros, cantidades o palabras se hace a través de tres momentos: adquisición, retención y recuperación.

Adquisición. Establece que primero debe ser adquirida la información que sirve de apoyo para recordar. Los resultados de Wingfield y Byrnes (1988) indican que: “un

fracaso al recordar o reconocer puede ser resultado de la falta de atención durante la expresión original de una incompreensión de la misma” (p.15). Es por ello, que, si no se recuerda la información es porque hay problemas para recordar detalles y mayor dificultad para mantener la atención.

Pongamos por caso que hoy por la mañana viste a tu vecino ¿recuerdas de qué color era la playera que llevaba puesta? Tal vez no lo recuerdes, porque la memoria no codificó esta información, y esto sucede porque la atención es selectiva, es decir, centras la atención en un aspecto en el que estas interesado, omitiendo el resto. Probablemente puedes recordar qué palabras cruzaron durante el encuentro, pero no otros aspectos que no fueron relevantes.

Retención. Es el segundo proceso que contribuye al éxito o fracaso de desempeño de la memoria, este consiste en almacenar información en la memoria y utilizarla posteriormente. Desde el punto de vista de Wingfield y Byrnes (1988) “la información adquirida por la experiencia debe ser retenida se ha de servir de base para un acto posterior de recuerdo” (p.16). Dicho de otro modo, retención es la capacidad del cerebro que permite recordar hechos, recuerdos, ideas, sensaciones o cualquier cosa que se ha vivido o experimentado durante un periodo de tiempo después de que esta se ha codificado.

No obstante, el proceso de retención tiene dificultades para lograr el almacenamiento de información que ha sido exitosamente codificada, provocando con esto dificultad para recordar lo que se busca, sentirse confuso y tardar más tiempo en procesar nueva información.

Recuperación. Tercer proceso que responde a las estrategias de recuerdo. Es la forma en que se recurre a la información almacenada en la memoria, produciendo con

ello la capacidad de recordar. De acuerdo a Wingfield y Byrnes (1988), “si la información se ha codificado adecuadamente en el momento de su presentación y se ha retenido con éxito en el transcurso del tiempo, aun podríamos tener dificultades para recordarla al tratar de recordarla” (p.16). Esto pasa como consecuencia de que el cerebro recuerda y recupera información más lentamente.

En este sentido se comprende que la mejor forma recuperar información puede ser de manera espontánea que es cuando los recuerdos surgen de manera radical o voluntaria.

2.3.2 Estructuras de la memoria humana

La memoria registra los sucesos como recuerdos y los asocia con otros recuerdos, esto se debe a su buen funcionamiento, el cual se deriva de sus estructuras. Así pues, al investigar sobre las estructuras de la memoria se interesa en la forma y naturaleza del almacenamiento de información como resultados de los procesos de adquisición, retención y recuperación.

La memoria es un depósito de al menos tres “almacenes”, diferentes pero ligados: memoria sensorial, el punto de entrada inicial del sistema; memoria operativa, que guarda y manipula información a corto plazo; y memoria a largo plazo que almacena la información de manera permanente. (Papalia et.al 2009, p.158)

En este sentido se muestra que las estructuras de la memoria guardan la información durante diferentes momentos de tiempo y están eventualmente sujetos a diferentes causas de olvido; asimismo contienen diferentes tipos de códigos de memoria y tienen diferentes limitaciones en cuanto a la calidad de información que almacenan.

De manera general se considera que estas estructuras de memoria no son fijas, sino que son etapas sucesivas del procesamiento de información, que al llegar a la memoria a largo plazo se puede utilizar y recuperar.

Memoria sensorial

Es el primero de los tres tipos de almacenes estructurales de la memoria, este almacén registra temporalmente la información que proviene del ambiente externo como ver, escuchar, oler, saborear o tocar. Registrando con ello las sensaciones que permiten reconocer las características de los estímulos. Wingfield y Byrnes (1988) suponen que “esta forma de memoria de cierta manera actúa como un “eco” sensorial de la información visual o auditiva recién recibida, quizás tanto como lo hace como con la que proviene de otros sentidos” (p.19). En relación con la idea anterior se comprende que la memoria sensorial tiene un subsistema de almacenamiento para los sentidos.

Por ejemplo, la memoria icónica registra la información en forma de íconos, es decir, en forma de imágenes o figuras. Por otro lado, la memoria ecoica registra la información por medio de sonidos y palabras. Cabe resaltar que este almacenamiento de esta información es por un tiempo muy breve, ya que en la memoria ecoica la información permanece durante dos segundos; mientras que la memoria icónica lo hace por un segundo. De esta manera, si la información que llega a la memoria sensorial no es procesada en la memoria a corto plazo se olvida rápidamente.

Memoria de corto plazo

Este tipo de memoria se puede entender como la estructura que guarda información que se pide en el momento presente; característicamente, parece durar más tiempo que el instante que puede durar una imagen sensorial. Desde el punto de vista de Papalia et.al

(2009) “es un almacén intermedio de corto plazo o banco operativo para archivos activos: la información que tu mente codifica o recupera en el momento” (p.159). En efecto la memoria a corto plazo es una memoria de trabajo que integra todos los conocimientos y recuerdos que se necesitan en la situación presente.

De ahí que su función es organizar y analizar información y su capacidad de almacenamiento es limitada, porque solo permite retener de cinco a nueve elementos separados de información al mismo tiempo como números, letras o palabras. Del mismo modo, la duración temporal de la información es breve ya que solo dura entre 18 y 20 segundos, sin embargo, si la información se interpreta y organiza de forma lógica puede ser recordada por más tiempo.

Memoria a largo plazo

En este tipo de memoria se contiene los conocimientos del mundo físico, de la realidad social y cultural, los recuerdos que forman a cada persona, así como el lenguaje y el significado de los conceptos. Empleando las palabras de Wingfield y Byrnes (1988), “es la forma final de almacenamiento de la memoria, siendo la de mayor duración e implica codificación del verdadero significado de un acontecimiento” (p.20). En efecto, la información en este tipo de memoria está bien organizada, facilitando su acceso cuando es oportuno, por ello, este tipo de memoria es considerada como la base de datos permanente.

En relación con lo anterior, es menester mencionar que en la memoria a largo plazo si los conceptos se asocian significativamente, los recuerdos se mantienen por minutos, años e incluso toda la vida, pues estos resultan un elemento importante para la realización de las tareas diarias. Así pues, los sucesos se colocan en ella en el contexto de otros eventos o conceptos relacionados.

2.3.3 Memorias a largo plazo

Como ya se mencionó anteriormente, la memoria a largo plazo es el almacenamiento más permanente de información. A través de esta, el aprendizaje persiste en la memoria, organizando los conocimientos, y una vez organizados permiten dar sentido a la realidad, logrando con ello realizar actividades como: hablar, hacer operaciones matemáticas, manejar, jugar ajedrez, andar en bicicleta, bailar o simplemente pensar.

Memoria declarativa: se activa de manera automática e inconsciente, permitiendo así almacenar información y acontecimiento de hechos. Empleando las palabras de Molas (2023), “es un sistema de ejecución, en el que se encuentran las habilidades motoras que se han aprendido”. Es así como en este tipo de memoria el aprendizaje se adquiere progresivamente y se expresa a través de conductas involuntarias, esto sucede porque son procesos que una vez aprendidos no se olvidan y permanecen en la memoria.

Memoria procedimental: el aprendizaje se adquiere progresivamente a través de la ejecución de tareas y retroalimentación, expresándose por medio de conductas inconscientes. Arreguín (2013) sostiene que “es aquella que almacena información relacionada a procedimientos y estrategias que permiten interactuar en el medio ambiente, se considera como un sistema de ejecución donde se encuentran las habilidades motoras aprendidas, que nunca se olvidan” (p.149). De este modo, este tipo de memoria solo se activa ante la demanda de una tarea, que da como resultado la adquisición de hábitos y destrezas que el mismo sistema motor adquiere e incorpora a sus circuitos.

2.3.4 Memoria episódica y semántica

Existen dos tipos de memoria que son la episódica y semántica, refieren a la capacidad para codificar, almacenar y recuperar de manera afectiva cierta información aprendida o rescatada de un suceso vivido.

Memoria episódica: permite recordar hechos, fechas y episodios vividos en un determinado lugar. Piquero (2021) argumenta que en la memoria episódica se encuentra “el conocimiento relacionado con hechos de la vida de una persona, en circunstancias de tiempo y espacio”. Dicho de otra manera, es el tipo de memoria que permite recordar cómo, cuándo y dónde fue, por ejemplo, permite recordar el nombre de tus maestros, amigos de la infancia, dónde estabas cuando sucedió el sismo del 2017, etc. simple y sencillamente se puede considerar como la memoria de las anécdotas y las vivencias.

Memoria semántica: recupera información sin hacer referencia del tiempo o el lugar en que se adquiere el conocimiento. Citando a Piquero (2021), “es aquella en la que se encuentra el conocimiento acerca del mundo. Es la memoria que almacena la información relacionada con los conceptos. Participa también en procesos cognitivos complejos como el reconocimiento de objetos y/o el uso de lenguaje”. Es decir, a través de esta memoria se almacena el conocimiento del lenguaje y el mundo, independientemente de las circunstancias del aprendizaje; por ejemplo, almacenamos el conocimiento de qué es un martillo, para qué sirve una carretilla, en qué continente se encuentra México.

2.4 Sistema neurológico durante la edad tardía

El sistema neurológico es la ruta de comunicación entre las células y los órganos del cuerpo y es primordial en el funcionamiento de otros sistemas corporales como lo son la

percepción sensorial y el control muscular. De acuerdo con Briar et. al (2004) “está diseñado para detectar las características del medio ambiente interno y externo para después procesar esta información y utilizarla para dirigir la conducta y los procesos corporales” (p.3). En otras palabras, este sistema transmite señales entre el cerebro y el resto del cuerpo, incluidos los órganos internos. De esta manera, la actividad del sistema nervioso controla la capacidad de moverse, respirar, ver, pensar y más.

Otros autores afirman que:

El sistema neurológico está conformado por: el sistema nervioso central y el sistema nervioso periférico. El sistema nervioso central (cerebro y médula espinal) es responsable de las funciones de orden superior como la memoria, el lenguaje y el comportamiento inteligente, así como de los reflejos. El sistema nervioso periférico conecta al sistema nervioso central con el resto del cuerpo. (Papalia, et al, 2009, p.130)

No obstante, durante la tercera edad el cerebro presenta cambios a nivel neuronal provocados por el paso del tiempo. Esto sucede porque el cerebro pierde volumen debido a la pérdida de células nerviosas y neuronas que mueren todos los días y que estas no pueden reemplazarse unas a las otras; provocando con ello un deterioro en el sistema neurológico que muestra un declive de las funciones cognitivas.

Entre los problemas que puede originar el deterioro del sistema neurológico se encuentra: pérdida en el funcionamiento mental, y mal funcionamiento de la habilidad para aprender y recordar, reconocimiento de palabras escritas, y procesos de codificación y recuperación de información, que requieren la participación de distintas componentes de la memoria, como lo son el lenguaje, memoria a corto y largo plazo, atención y el recuerdo.

2.5 Deterioro cognitivo del adulto mayor

Como ya se mencionó anteriormente, el envejecimiento es un proceso de deterioro, en el cual los tejidos decaen, y en el caso de la memoria esta se ve afectada negativamente por el paso de la edad. Es por eso que el adulto mayor puede poseer menos recursos de atención para lograr manipular información.

Papalia, et al (2009), afirman que:

A una edad más avanzada, el recuerdo de episodios específicos comienza a desvanecer y los eventos tiende a mezclarse en la memoria. Por otra parte, la habilidad para recuperar un reconocimiento general aumenta, a diferencia de la habilidad para expresarlo verbalmente. (p.158)

Es así, que el deterioro de la memoria en el adulto mayor, es una situación que hace que las personas tengan más problemas de memoria o cambios en el pensamiento, que lo normal durante la época de su juventud. Por lo cual, en algunas ocasiones los síntomas de la pérdida de memoria no son graves y hasta cierto punto se consideran normales, a diferencia de cuando se presenta alguna enfermedad.

Entre las dificultades que padece la memoria en el adulto mayor se encuentran: dificultades para recordar las cosas que antes solía hacer con facilidad, así como no poder encontrar las palabras adecuadas cuando lo requiere, de igual manera olvidar dónde deja los objetos. En muchos casos, estos sucesos se deben a un proceso de envejecimiento normal, sin embargo, en algunos otros pueden ser una señal de alarma que probablemente sea causa de un proceso irreversible.

Por otro lado, las causas que pueden originar un deterioro cognitivo son: un deterioro frágil de salud, la presencia de alguna enfermedad, el declive atribuido a la edad; pero estas no solo son las únicas causas que producen un deterioro cognitivo, sino

también que la falta de estimulación, una educación pobre y la motivación para realizar actividades que refuercen la memoria. Cabe resaltar, que no todos los adultos mayores sufren los mismos efectos en los cambios a nivel neuronal de la misma manera o con la misma intensidad.

2.6 Olvido en la tercera edad

Durante los tres primeros años de vida, el cerebro humano triplica su tamaño y alcanza el doble de conexiones neuronales, permitiendo con ello que los niños realicen aprendizajes significativos. Sin embargo, a lo largo del ciclo vital el cerebro sufre una serie de cambios tanto en su estructura física, como en su capacidad para llevar a cabo diversas funciones, ya que, a medida que las personas envejecen se produce un declive en las funciones cerebrales, disminuyendo con ello la memoria del recuerdo y apareciendo el olvido.

Si bien es cierto, todo lo que alguna vez estuvo en la memoria y ya no está constituye a lo que se refiere como olvido. De acuerdo a MedlinePlus (2023), el olvido se entiende como “la pérdida o disminución de la capacidad para recordad información o experiencias” (s.p). En relación con lo anterior, se comprende como la habilidad con que recordamos nombres, fechas, hechos de la vida cotidiana; entendiendo con ello, que, la buena salud de la memoria depende del olvido, ya que este es fundamental para recordar.

Con base en Domínguez (2012) “el rendimiento en la memoria en mayores puede sufrir declive aun sin tener patología a nivel cognitivo, es lo que se denomina deterioro cognoscitivo relacionado con la edad o trastorno cognoscitivo leve” (p.1297). Por esta razón, y hasta cierto punto es normal que las personas mayares puedan sentir que no recuerdan las cosas tan bien como antes o que no pueden recordarlas tan rápidamente.

Visto de esta forma, los olvidos que ocurren durante el ciclo vital de la tercera edad son leves y hasta cierto punto normales, por lo tanto, estos no deben interferir en la vida cotidiana. No obstante, cuando los olvidos comienzan a afectar en las capacidades para desempeñar actividades vitales, así como en la socialización de las personas mayores, en su capacidad de trabajar, de vivir de manera independiente, o comienzan a vivir eventos como el no recordar el camino de vuelta a casa, es recomendable consultar a un especialista de la salud.

2.7 Lenguaje verbal y envejecimiento

El lenguaje verbal es una herramienta de comunicación que poseemos los seres humanos en nuestro día a día y forma parte de los procesos cognitivos. Este tipo de comunicación posibilita la interacción entre dos o más personas y al mismo tiempo permite expresar por medio de palabras ideas, opiniones, sentimientos, dolencias o conocimientos, generando así un intercambio de información que implica tener que hablar.

Ahora bien, envejecer constituye un proceso global de cambios que involucran todas las dimensiones del ser humano, y ante estos cambios el lenguaje de las personas mayores no pasa desapercibido, ya que también, esta función presenta un déficit producido por el deterioro cognitivo en la construcción y procesamiento del lenguaje.

Sucede pues, que, con la edad se produce un deterioro en la memoria operativa, la cual se encarga de almacenar y manipular información, afectando con ello la estructura del discurso. Empleando las palabras de Birren (1990, como se citó en Santiuste, 2007) “el cerebro gana conocimientos con la edad, pero pierde capacidad de

procesamiento produciéndose cambios en la actividad del cerebro y un mayor tiempo de reacción, es decir, un enlentecimiento de las capacidades cognitivas relacionadas con la comprensión y producción lingüística” (p.64). Así pues, durante la tercera edad el procesamiento del lenguaje es más lento de lo habitual, esto sucede porque la señal se desvanece antes de que se enlace a producir y/o comprenda el mensaje, que para poder codificarlo se necesita retener y procesar información.

De modo que, la memoria operativa sufre una disminución en su capacidad de trabajo que perjudica la habilidad de las personas mayores para comprender o producir oraciones. Desde la posición de Santiuste (2007) “el componente sintáctico se ve ligeramente alterado en la comprensión, repetición y uso espontáneo de oraciones complejas produciéndose una alteración en el orden de las palabras y en las estructuras oracionales, es decir un ligero agramatismo” (p.64). En este sentido, construir una representación mental del significado de una oración implica una estructura sintáctica y semántica a una serie de palabras, en la cual se requiere de la memoria para recibir un mensaje, así como para darlo.

De ahí que, la comprensión del lenguaje involucra recursos de procesamiento y almacenamiento. No obstante, si hay deficiencia en la memoria operativa se produce un déficit en el procesamiento sintáctico haciéndolo menos eficiente, observando en las personas mayores un bajo desempeño en tareas que requieren comprensión o recuerdo inmediato de oraciones.

Asimismo, la estructura del discurso también sufre cambios durante la tercera edad. Juncos y Pereiro (2002) plantean que “el léxico fonológico presenta dificultad del Formador para acceder desde la estructura semántica-sintáctica a la estructura fonológica. La dificultad tiene anomia que se produce en algunos casos de Afasia y con el fenómeno de la punta de la lengua” (p.388). De modo que, los adultos mayores durante

la construcción de su discurso sufren una alteración del lenguaje basada en la incapacidad para recordar palabras conocidas, aunque se tenga la sensación de que se está recordando.

Desde una perspectiva más general, la importancia del lenguaje radica en que pone a los seres humanos en ventaja comunicativa, ya que este permite a la memoria almacenar, recuperar y manipular información para construir el discurso verbal, en el cual, a través de los procesos cognitivos se forman ideas, así como representaciones mentales.

2.8 Estimulación de la memoria en el adulto mayor

A lo largo de la vida las funciones cognitivas presentan una serie de cambios, estos cambios pueden darse en la pérdida de memoria que se reflejan en la realización de actividades cotidianas. Si bien es cierto, los adultos mayores sufren de un deterioro cognitivo que requiere de estimulación de estas funciones para prevenir un declive mayor en la misma. Jara (s.f), postula que “el adulto mayor con algún deterioro cognitivo puede beneficiarse con la estimulación cognitiva, siendo evidente como primer resultado una mejor calidad de vida y disminuyéndose así, el riesgo a que este deterioro empeore” (p.7).

En relación con lo anterior, la estimulación cognitiva puede ayudar a mejorar las capacidades del lenguaje, memoria y atención. Para ello, es importante trabajar la memoria en el adulto mayor ya que esta se puede ver afectada por alguna enfermedad o simplemente por el paso de los años.

La estimulación cognitiva se centra en actividades dirigidas a reforzar las áreas del funcionamiento cognitivo como lo son lenguaje, la memoria, la atención, concentración, razonamiento, abstracción y cálculo, mediante distintas actividades. Así

pues, la aplicación actividades permite estimular y mantener las capacidades mentales existentes, con la intención de mejor o mantener el funcionamiento cognitivo y disminuir el deterioro y pérdida de las mismas.

Además, la estimulación cognitiva no solo favorece la memoria, sino que también tiene relevancia en aspectos del ser humano tales como la afectividad, lo conductual, lo social, lo familiar, buscando integrar a la persona mayor de forma integral.

2.9 Envejecimiento activo

El envejecer es un proceso universal que se da a toda persona, actualmente se tiene en cuenta que gracias a los avances de la ciencia y la tecnología la población vive más años en comparación con décadas pasadas. Siendo las cosas así, el término envejecimiento activo hace referencia a la participación continua de las personas mayores en forma individual y colectiva, en los aspectos sociales, económicos, culturales, espirituales y cívicos

El término envejecimiento activo no es un invento social, sino que este término es acuñado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) y lo define como “proceso de optimización de oportunidades en salud, participación y seguridad, con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”.

En este sentido lo que se busca con el envejecimiento activo es el reconocimiento de los derechos humanos de las personas mayores, reconociendo con ello la igualdad de oportunidades y un buen trato en todos los aspectos de la vida a medida que se envejece. Garantizando con todo lo anterior el acceso de todas las personas mayores a una vida,

digna, independiente, sana; reconociendo sus necesidades de manera importante como las de cualquier otra persona.

El envejecimiento activo se aplica tanto a los individuos como a los grupos de población, permitiendo a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital, mientras participan en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, proporcionándoles protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia (Giró, 2006, p.67).

Es por eso que brindar una atención integral para el adulto mayor se tiene que volver una prioridad, ya que con ello se contribuye a romper con el paradigma de ver a la etapa del envejecimiento como un problema, para convertirlo, así en una oportunidad que conlleve a mantener una vida activa en la etapa vital de la adultez tardía.

Capítulo III “Taller de estimulación cognitiva para el adulto mayor”

Para realizar una intervención es necesario contar con una estrategia, la cual se basa en plantear soluciones, que permiten crear acciones centradas en el hacer. Estas se construyen a través de la toma de decisiones acertadas y son destinadas a diversos espacios, con el propósito de producir determinados cambios.

El presente capítulo muestra la estrategia de intervención “Taller de estimulación cognitiva para el adulto mayor”, la cual es diseñada con el único propósito de atender la necesidad detectada.

3.1 La estrategia de intervención

Una estrategia es una acción planificada, es una metodología que indica lo que se va a hacer y el cómo actuar dentro del proyecto de intervención. Tomando en cuenta las palabras de Martinic (1996), estrategia es: “el medio o camino, que, a juicio de los autores del proyecto, resultan más adecuados y efectivos, para alcanzar los objetivos o cambios planteados” (p.57). Por ello, una estrategia siempre necesita ser intencionada e ir dirigida a las necesidades del contexto y al logro de los objetivos previamente establecidos.

Asimismo, la intervención es una manera de actuar de forma planeada y fundamentada, que se basa en buscar la transformación. De acuerdo a Ardoino (1981), intervención es “venir entre, interponerse, relacionada con la mediación, con la idea de ayuda, de apoyo, de cooperación” (p.13). Es decir, la intervención es una forma de actuar, orientada siempre a ayudar, a mejorar necesidades o problemas que enfrenta la sociedad.

De esta manera, la estrategia de intervención es un conjunto de acciones, que buscan mejorar las necesidades o problemas que presentan un determinado grupo social. Se considera parte fundamental del proyecto de intervención, ya que, es intencionada a partir de la aplicación del diagnóstico, el cual permite determinar la problemática, mediante la identificación de las necesidades del contexto a intervenir.

En este sentido, seleccionar la estrategia de intervención, depende de la situación que se desea atender, ya que designa el conjunto de actividades a realizar de manera convencional y organizada, para responder a las necesidades y actuar en el grupo social, generando un impacto favorable y al mismo tiempo cumplir los objetivos.

Dentro de este margen de ideas, la estrategia que se presenta es diseñada para intervenir con adultos mayores de la Casa de Día “Años dorados”, espacio elegido para realizar prácticas profesionales. Se ubica en el Municipio de Cuauhtémoc de Hinojosa y es un lugar de encuentro, entretenimiento e interacción social en los adultos mayores del Municipio mencionado.

En relación con lo anterior, la presente estrategia de intervención es un “taller de estimulación cognitiva para el adulto mayor”, que tiene el propósito de ejercitar los procesos cognitivos en el adulto mayor. Con esta estrategia se busca que el adulto mayor se desarrolle integralmente, así mismo, tenga una vida activa que le permita una participación y convivencia, de acuerdo a sus necesidades e intereses.

3.2 Objetivos de la estrategia

Objetivo General: Que el adulto mayor de la Casa de Día “Años Dorados” ejercite los procesos cognitivos, para disminuir el deterioro de la memoria.

Objetivos Específicos

1. Que el adulto mayor estimule el lenguaje para organizar y comunicar ideas, mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal.
2. Que el adulto mayor mejore la destreza de la memoria a corto y largo plazo para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y agilidad mental.
3. Que el adulto mayor favorezca la habilidad de concentración para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.
4. Que el adulto mayor ejercite la memoria episódica para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de historias de vida.

3.3 Justificación de la estrategia

Actividades directrices y la implementación de talleres son modalidades de intervención a través de las cuales se atienden al problema detectado, la elección de una de ellas depende de la metodología que se emplee para llevarla a cabo. No obstante, cualquier forma que se utilice para intervenir debe tener la finalidad de ocuparse de los problemas que presenta el contexto.

En este sentido, la modalidad que se elige para la estrategia de intervención es un taller, ya que, las técnicas aplicadas en la realización del diagnóstico permiten reconocer que el adulto mayor se desarrolla en espacios físicos, psicológicos y sociales.

En palabras de Kac (2023), un taller es “un espacio social, organizado para facilitar un marco de actuaciones sobre un eje temático, o un proyecto concreto que permite a los participantes el vínculo entre su actividad directa y la construcción social de los

conocimientos” (sp). Dentro de este margen de ideas, el taller funge como una actividad de tiempo ilimitado, con objetivos y actividades focalizadas, es decir, relacionadas coherentemente con el objetivo general y con los específicos.

Al pasar por la adultez tardía, hay un deterioro de memoria; por esta razón, se realizar un taller de estimulación cognitiva, que será de apoyo para ejercitar la memoria del adulto mayor. García (2009) define estimulación cognitiva como “el conjunto de técnicas y estrategias que optimizan la eficiencia del funcionamiento de las capacidades y funciones cognitivas, mediante una serie de actividades concretas que se planean y estructuran en lo que se denominan programas de estimulación (p.5). Así pues, el taller de estimulación cognitiva se basa en un conjunto de actividades diseñadas para mantener o mejorar las funciones cognitivas del adulto mayor.

La importancia de la creación del taller de estimulación cognitiva radica en que permite favorecer la autonomía del adulto mayor, así como llevar a nivel óptimo sus funciones cognitivas, mostrando un mejor desempeño en las actividades del día a día. Además, esta estrategia metodológica parte de la propia experiencia de los participantes, asimismo, permite la integración e interrelación entre ellos, teniendo como base fundamental la participación de cada uno.

Cabe resaltar, que, el presente proyecto se basa en una práctica estructurada en actividades, diseñadas para involucrar la participación dirigida de las distintas funciones cognitivas como lo son el lenguaje, memoria a corto y largo plazo, atención y memoria episódica, esta última a través de la evocación de recuerdos, teniendo como principales beneficiarios a los adultos mayores, usuarios de la Casa de Día “Años Dorados”. El nombre que se le da al taller es: “Estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.

3.4 Metodología de las actividades

La estrategia de intervención está marcada por una metodología fundamentada en cartas descriptivas, que, contienen una serie de pasos que permiten alcanzar los objetivos del proyecto. Arnaz (1993), plantea que consisten en “diseñar los propósitos generales de cada curso, elaborar los objetivos específicos de los cursos y definir los criterios y medios para la evaluación de los mismos” (p.17). En este sentido, las cartas descriptivas se consideran una herramienta de trabajo, que orienta los contenidos de manera ordenada y planeada a fin de atender las necesidades y lo planteado en los objetivos establecidos.

De los cuatro objetivos específicos se desprende una serie de contenidos, vinculados entre sí. El primer objetivo es, “que el adulto mayor estimule el lenguaje para organizar y comunicar ideas, mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal”. En palabras de Chávez et al (2013) semántica, sintaxis y fluidez verbal son “la capacidad para generar palabras siguiendo una consigna y se considera una tarea cognoscitiva compleja, pues se sabe que precisa no solo de la intervención de procesos lingüísticos, sino también de mnésicos” (sp). En relación con lo anterior, las sesiones de este contenido pretenden que el adulto mayor haga ejercicios de palabras enlazadas, construya oraciones, denomine objetos y funciones, permitiendo al adulto mayor aumentar la velocidad de procesamiento verbal, organizar palabras y frases e identificar categorías y nombres de objetos.

El segundo objetivo es, “que el adulto mayor mejore la destreza de la memoria a corto y largo plazo para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y agilidad mental”, este objetivo se basa en los contenidos de memoria semántica, memoria episódica, memoria procedimental y agilidad mental, que, de acuerdo con Carrillo (2010) son: “sistemas de memoria que permiten codificar, almacenar y recuperar información de

manera voluntaria o deliberada” (p.28). En este sentido, las sesiones de este contenido pretenden que el adulto mayor realice ejercicios de seriación, complete frases, evoque canciones, entre otras, que le permitan dar continuidad a secuencias numéricas, evocar acontecimientos y, también, evocar canciones.

Por su parte, el tercer objetivo busca “que el adulto mayor favorezca la habilidad de atención para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración”. Los contenidos que se toman en cuenta para este objetivo son tres: atención focalizada, atención dividida y atención sostenida; Carrillo (2010) refiere que son: “la capacidad de generar, seleccionar, dirigir y mantener un nivel de activación adecuado para procesar la información relevante” (p.32). Con estos contenidos se pretenden que el adulto mayor unas figuras iguales, realice ejercicios de letras y números y series numéricas, que le permitan focalizar la atención en un estímulo, atender dos estímulos al mismo tiempo y deducir patrones en series.

Por último, el cuarto objetivo es, “que el adulto mayor ejercite la memoria episódica para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida”. Este objetivo toma en cuenta los siguientes tres contenidos: datos autobiográficos, recuerdos de vivencias familiares y ubicación en el tiempo y espacio. En palabras de Arévalo “ayuda a estimular la expresión de vivencias pasadas, así como la capacidad de autorreconocimiento” (p.27). Para ello, las sesiones de este contenido pretenden que el adulto mayor elabore una autobiografía, evoque recuerdos por medio de fotografías, recuerde fechas importantes y se ubique en tiempo y espacio, todo esto por medio del recuerdo de vivencias y experiencias

3.5 Organización general de las actividades

De manera sintética, se muestra la organización y contenido general de la estrategia de intervención; así como, cada una de las cartas descriptivas diseñadas.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.		
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.		
Objetivo Especifico	Contenido	Actividades
Bloque I. Que el adulto mayor estimule el lenguaje para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	Semántica	1. Palabras enlazadas 2. Palabras enlazadas por sílabas
	Sintaxis	3. Construcción de oraciones 4. Denominación de objetos y funciones
	Fluidez verbal	5. Descripción de láminas temáticas 6. Transmitir ideas a partir de imágenes
Bloque II. Que el adulto mayor mejore la destreza de la memoria a corto y largo plazo para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental	Memoria semántica	7. Series 8. Unir objetos que se relacionan
	Memoria episódica	9. Episodios 10. Descripciones
	Agilidad mental	11. Ejercicios visuales 12. Ejercicios matemáticos
Bloque III. Que el adulto mayor favorezca la habilidad de atención para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración	Atención focalizada	13. Unir figuras iguales 14. Encontrar la misma figura
	Atención dividida	15. Ejercicios de letras y números 16. Lectura y preguntas
	Atención sostenida	17. Series numéricas 18. Encerrar números contiguos
Bloque IV. Que el adulto mayor ejercite la memoria episódica para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de historias de vida	Datos autobiográficos	19. Autobiografía 20. Árbol genealógico
	Recuerdos de vivencias familiares	21. Evocar recuerdos a través de fotografías 22. Recuerdos de paseos
	Ubicación en el tiempo y espacio	23. Línea del tiempo 24. Reloj de manecillas

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque I. Estimular el lenguaje del adulto mayor para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	
No. de sesión: 1	Título: “Palabras enlazadas”
Objetivo de la sesión	Optimizar el procesamiento verbal, para reconocer y responder de forma asertiva a encadenamiento de palabras.
Apertura (10 min.) Los participantes se sientan en filas y el interventor piensa en una palabra o frase y escribe la primera y última letra. Los participantes adivinan las letras faltantes, según lo que sugieran por letras y dentro de un cierto número de oportunidades. Por cada letra que se mencione y no forme parte de la palabra o frase se forma el cuerpo del ahorcado, una vez formado completamente el cuerpo será la señal de que los participantes han perdido. Las palabras, frases y oraciones que pueden adivinar son: guitarra, comedor, estufa, teléfono, casa de día, la vida es cuestión de actitud y el cuerpo logra lo que la mente cree. Desarrollo (15 min.) El interventor comienza diciendo la primera palabra, por ejemplo, gato. El primer participante dice una palabra que comience por la letra final de la anterior, por ejemplo, oveja, abeja, alimento, ogro, y así sucesivamente. El participante que no continúe con la cadena de palabras recita un poema, verso o trabalenguas a sus compañeros y da inicio a la cadena de palabras. Cierre (10 min.) Se le da a cada uno de los participantes una hoja que de lado izquierdo contiene una imagen y del lado derecho palabras incompletas, a las cuales los participantes escriben las letras que faltan y unirlas con la imagen que corresponde. (Ver anexo 11)	
Materiales	• Pizarrón • Marcadores • Hojas con palabras incompletas
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Evoca letras	Identifica, lee y escribe de manera asertiva las letras.	Identifica y lee, aunque no conoce todas las letras.	Identifica algunas letras.	No identifica letras.
Encadenamiento de palabras	Encadena palabras de manera rápida, espontánea y asertiva.	Encadena palabras de manera espontánea y asertiva.	Encadena palabras de manera asertiva.	No continua con el encadenamiento de palabras.
Procesamiento verbal	Velocidad y claridad al articular palabras.	Menor velocidad y claridad al articular palabras.	Claridad al articular palabras.	Articula palabras de manera pausada.
Asociar imágenes con palabras	Reconoce y asocia la imagen con la palabra y a completa asertivamente la palabra.	Reconoce y asocia la imagen con la palabra, pero no a completa la palabra.	Reconoce la imagen, pero no la asocia con la palabra y no a completa la palabra.	No reconoce, ni asocia la imagen con la palabra y no a completa asertivamente la palabra.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque I. Estimular el lenguaje del adulto mayor para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	
No. de sesión: 2	Título: “Palabras enlazadas por sílabas”
Objetivo de la sesión	Recuperar el máximo número de palabras enlazadas, para incrementar la velocidad de procesamiento en la memoria.
Apertura (10 min.) Todos tomamos asiento en el área de usos múltiples para jugar basta de objetos, el interventor indica una letra y los participantes escriben en una hoja de papel un animal, comida, cosa de madera, cosa roja, y cosa de metal que inicie con esa letra. (Ver anexo 12) El interventor invita a que los participantes indiquen qué letra se va a utilizar. Desarrollo (15 min.) Realizan el juego de palabras enlazadas por sílabas, para ello, el interventor dice la primera palabra que es casa y cada uno de los participantes mencionan una palabra que comienza con las sílabas que terminan las palabras que se enlazan con la primera, por ejemplo, casa, sapo, popote, terreno, norte y así sucesivamente. El participante que no continúe enlazando palabras menciona características del objeto al que se refiere la palabra con la que ya no pudieron continuar, por ejemplo, casa: es grande, tiene un jardín, la habita una familia, es anaranjada. Cierre (10 min.) Ahora los participantes enlazan palabras por categorías, para ello, el interventor dice una palabra, por ejemplo, pantalón y los participantes la enlazan diciendo, por ejemplo, bolsillo, botón, cierre, mezclilla.	
Materiales	• Hojas blancas
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Habilidad para encontrar palabras con la inicial	Escribe espontáneamente 5 palabras que inicien con la misma letra.	Escribe con menor velocidad 5 palabras que inician con la misma letra.	Escribe de forma limitada palabras que inician con la misma letra.	No escribe palabras que inicien con la misma letra.
Encadenamiento de palabras por silabas	Da continuidad al encadenamiento de palabras por silaba, con facilidad y espontaneidad.	Da continuidad al encadenamiento de palabras por silabas	Da continuidad al encadenamiento de palabras de forma pausada.	No da continuidad al encadenamiento de palabras.
Velocidad verbal	Rapidez para articular palabras y encadenarlas asertivamente.	Encadena palabras con facilidad.	Enlentecimiento para encadenar palabras de manera fluida.	No recupera palabras para encadenar.
Encontrar palabras por categoría	Enlaza palabras de manera fluida de acuerdo a la categoría, sin repetir las que ya han mencionado.	Enlaza palabras de manera fluida de acuerdo a la categoría, pero repite las que ya mencionaron.	Requiere ayuda para enlazar palabras por categoría.	No enlaza palabras de acuerdo a la categoría.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque I. Estimular el lenguaje del adulto mayor para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	
No. de sesión: 3	Título: “Construcción de oraciones”
Objetivo de la sesión	Organizar palabras y frases, para formar oraciones y expresar ideas.
Apertura (10 min.) El interventor reparte a los participantes un globo que adentro contiene un papel con una oración descompuesta. Los participantes juegan con el globo impulsándolo hacia arriba con una sola mano, sin que se les caiga al suelo. Después de tres minutos de jugar con el globo lo rompen, sacan el papel, ordenan la oración y la dicen a sus compañeros. Las oraciones descompuestas son: Rosa cosió y planchó su falda y después lavó los trastes; Martha quiere ir al cine, pero Carlos prefiere ver una película en casa; Martín vendrá mañana, pero su novia no lo sabe; Laura no fue a la fiesta, su madre no se sentía bien; yo compré aguacates en el mercado, porque quería comer guacamole y mi hermano hizo pastes y nadie los comió. Desarrollo (15 min.) El interventor menciona una palabra y los participantes, uno por uno, agregan otra palabra para formar una oración. Por ejemplo, el interventor dice: “el niño”, el siguiente participante dice: “el niño camina”, otra persona añade: “el niño camina en el jardín”, uno más dice: “comiendo” y un último agrega “palomitas”. Ahora se ha formado la oración “El niño camina en el jardín comiendo palomitas. Si el participante tiene alguna complicación, el interventor lo puede guiar con preguntas como: ¿qué hace el niño? ¿Dónde camina el niño? Cierre (10 min.) Ahora, el interventor presenta a los participantes imágenes revueltas de categorías de alimentos, productos de limpieza, herramientas, materiales médicos, para que ellos las clasifiquen de acuerdo a su categoría.	
Materiales	• Hojas blancas • Globos • Lapicero • Pizarrón • Plumín
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de un guion de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Ordenar oraciones de manera escrita	Ordena de manera coherente y asertiva las seis oraciones.	Ordena de manera coherente y asertiva de cinco a cuatro oraciones.	Ordena de manera coherente y asertiva de tres a dos oraciones.	Ordenar de manera coherente y asertiva de dos a una oración.
Formar oraciones	Expresa ideas, organiza palabras y frases y formar oraciones.	Organiza palabras, frases y formar oraciones.	Requiere ayuda para organizar frases y formar oraciones.	No expresa ideas, no organiza frases y tampoco forma oraciones.
Crear oraciones de manera verbal	Da continuidad verbal a una línea de ideas para formar oraciones, aunque haya interrupciones.	Da continuidad verbal de manera pausada para formar oraciones.	Requiere ayuda para continuar verbalmente a una línea de ideas y formar oraciones.	Expresa verbalmente ideas de manera desorganizada.
Clasificar imágenes de acuerdo a su categoría	Identifica imágenes de distintas categorías y las agrupa de acuerdo a sus elementos y características que comparten entre sí.	Clasifica imágenes de acuerdo a su categoría.	Requiere ayuda para clasificar imágenes de acuerdo a su categoría.	No identifica, ni clasifica imágenes de acuerdo a su categoría.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque I. Estimular el lenguaje del adulto mayor para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	
No. de sesión: 4	Título: “Denominación de objetos y funciones”
Objetivo de la sesión	Identificar categorías y nombres de objetos, para evocar su función.
Apertura (10 min.) Los participantes se sientan en filas y observan por tres minutos tarjetas que se les presentan identifican y mencionan el objeto que frecuentemente utilizan en su vida cotidiana. Las tarjetas contienen imágenes de animales, colores, frutas, artículos de limpieza, artículos de aseo personal; instrumentos musicales, herramientas; útiles escolares; electrodomésticos. (ver anexo13) Desarrollo (15 min.) Los participantes identifican cada uno de los objetos que se presentan en tarjetas, los agrupan por categorías y responde a la pregunta ¿qué tienen en común? Después mencionan el nombre de los objetos y describen para qué sirve. Cierre (10 min.) Los participantes describen de qué material están hechos, mencionan si lo han utilizado y dónde lo adquirieron.	
Materiales	• Tarjetas con imágenes
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Reconocimiento de objetos	Al observar cada uno de los objetos los reconoce instantáneamente, tan rápido como sea posible.	Con menor velocidad reconocer los objetos al observarlos.	Reconoce los objetos con ayuda de pequeñas pistas.	No reconoce objetos.
Utilidad de los objetos	De manera clara y fluida menciona detalladamente si en algún momento ha utilizado alguno de los objetos presentados, cómo lo utilizó y dónde lo adquirió.	De manera clara menciona detalladamente si en algún momento ha utilizado los objetos presentados, cómo los utilizó y dónde los adquirió.	De manera clara, pero limitada menciona si en algún momento ha utilizado los objetos presentados, cómo los utilizó y dónde los adquirió.	De manera pausada menciona si en algún momento ha utilizado, cómo lo utilizó y dónde lo adquirió.
Agrupación de categorías	Hábilmente agrupa cada una de las imágenes a la categoría que corresponde, de acuerdo a sus elementos y características que comparten entre sí.	De manera lenta agrupa cada una de las imágenes a la categoría que corresponde, de acuerdo a sus elementos y características que comparten entre sí.	Con ayuda agrupa las imágenes con la categoría que corresponde.	No agrupa imágenes.
Descripción de objetos	Describe y da características de manera asertiva y coherente de cada uno de los objetos que se le presentan.	Describe y da características de manera asertiva de cada uno de los objetos que se le presentan.	Describe y da características de cada uno de los objetos que se le presentan.	Describe de manera limitada algunos de los objetos que se le presentan.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque I. Estimular el lenguaje del adulto mayor para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	
No. de sesión: 5	Título: “Descripción de láminas temáticas”
Objetivo de la sesión	Reforzar la eficiencia del lenguaje, para expresar ideas de manera efectiva.
Apertura (10 min.) Los participantes se sientan en círculo, al azar se le da a cada uno de los participantes un trabalenguas el cual deben leer y pasar entre sus compañeros. Los trabalenguas que se leen son: Pepe pica papas, Pablito y la calva del calvito, Tres tristes tigres, Cuando cuentas cuentos, Juan tuvo un tubo y Me han dicho un dicho. Desarrollo (15 min.) El animador invita a que cada uno de los participantes tomen al azar una lámina, que contiene imágenes y expliquen a sus compañeros alguna vivencia relacionada con la imagen. Las imágenes que contienen las láminas son: ferrocarril, mercado, escuela, fiesta, feria, radio, televisión. (Ver anexo 14) Cierre (10 min.) El animador invita a que los participantes tomen la lámina que más recuerdos les traiga y lo narren a sus compañeros.	
Materiales	• Trabalenguas • Láminas con imágenes de ferrocarril, mercado, escuela, helado, fiesta, feria, radio, televisión, catrina
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Claridad en la pronunciación	Pronuncia con facilidad, de forma clara y precisa y sin cometer errores de vocalización de palabras.	Pronuncia con menor velocidad, de forma clara y precisa y sin cometer errores de vocalización de palabras.	Pronuncia de forma comprensible, pero comete algunos errores de vocalización de palabras,	Presenta errores de vocalización de palabras y no se le entiende claramente.
Relato	Construye un relato a través de imágenes y lo transmite de forma coherente.	Construye un relato a través de imágenes y lo transmite con algunas incongruencias que no afecta su comprensión.	Con ayuda construye un relato y lo transmite con algunas incoherencias que no afecta su comprensión.	Construye un relato con incoherencias que afectan a su comprensión.
Fluidez verbal	Uso adecuado del tono, ritmo y velocidad de la narración.	Menor tono, ritmo y velocidad de la narración, pero no afecta su comprensión.	Ritmo bajo y velocidad baja para articular palabras.	Dificultad para articular palabras y tono de voz muy bajo.
Eficiencia de lenguaje	Transmite información de manera sencilla, clara y entendible.	Transmite información con tartamudeo que no afecta a su comprensión.	Transmite información de manera limitada y tiene la sensación de que va a recordar una palabra, pero no lo logra.	Presenta problemas para decir lo que quiere decir de forma correcta.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque I. Estimular el lenguaje del adulto mayor para organizar y comunicar ideas mediante ejercicios de semántica, sintaxis y fluidez verbal	
No. de sesión: 6	Título: “Transmitir ideas a través de imágenes”
Objetivo de la sesión	Estimular el lenguaje para expresar ideas de forma coherente por medio de imágenes.
Apertura (10 min.) Los participantes se colocan en círculo, con las palmas enlazadas hacia arriba para dar palmadas mientras mencionan objetos pertenecientes a categoría. El juego comienza diciendo: “la casa de día presenta nombre de herramientas, por ejemplo, martillo y da una palmada en la mano del participante de a lado, el que sigue hace la misma acción, pero nombrando otra herramienta y así sucesivamente. Pierde el participante que se quede callado y realiza un castigo como cantar, bailar o recitar un poema. Cuando pierda un participante se da inicio a otra categoría. Las categorías que se mencionan son: herramientas, nombres de telenovelas, nombres de películas, prendas de vestir, meses del año, nombres de comidas mexicanas. Desarrollo (15 min.) Se le presenta a las participantes láminas con imágenes de situaciones, por ejemplo, una fiesta, una carrera atlética, una mujer cocinando, un auto descompuesto en medio de la carretera y una función de cine. (ver anexo 15), las cuales los participantes deben explicar qué está sucediendo en cada una de las imágenes. Cierre (15 min.) Los participantes juegan basta, para ello, el animador escoge una letra del abecedario al azar, en un tablero anotan categorías que inicien con esa misma letra, el primero que termine grita basta y los demás participantes ya no deben escribir. Las categorías que deben anotar son: personaje famoso, cantante o grupo musical, película, telenovela, canción. (Ver anexo 16)	
Materiales	• Láminas de situaciones • Hojas blancas • Lápices
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Juego de palabras	Menciona palabras de acuerdo a la categoría que se pide de manera rápida y espontanea sin repetir palabras.	Con menor velocidad menciona palabras de acuerdo a su categoría y sin repetirlas.	Con menor velocidad menciona palabras de acuerdo a su categoría, pero repite palabras mencionadas.	No continua con el juego de palabras
Conexión entre ideas y narración de un relato	Al observar la imagen expresa ideas de manera fluida y organizada a través de narraciones.	Al observar la imagen expresa ideas de manera organizada a través de narraciones.	De forma limitada expresa ideas de manera organizada a través de narraciones.	No construye narración.
Coherencia	Construye un relato coherente, fluido y organizado.	Construye un relato con algunas contradicciones que no afectan a su comprensión.	Con ayuda de pequeñas pistas construye un relato.	Hay dificultad para construir un relato, aun brindando ayuda.
Diálogo	Produce palabras o pensamientos que pueden ser reales o imaginarios, siguiendo un orden cronológico.	Produce y transmite un discurso claro y eficaz.	Produce un discurso que presenta incongruencias cronológicas, pero no afecta a su comprensión.	Hay incongruencias en el discurso que lo hacen poco claro, eficaz y comprensible.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque II. Mejorar la destreza de la memoria a corto y largo plazo del adulto mayor para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental.	
No. de sesión: 7	Título: “Series”
Objetivo de la sesión	Identificar y seguir patrones, lógicas y secuencias, para dar continuidad a secuencias numéricas y patrones abstractos.
Apertura (10 min.) Los participantes se colocan en forma de círculo y escogen un número, ejemplo, el 3, comienzan a contar de manera consecutiva. Cuando vayan a mencionar el numero 3 o algún múltiplo de este deben dar una palmada y decir uy, uy. Cuando se equivoquen se inicia con otro número. Desarrollo (15 min.) El interventor reparte a cada uno de los participantes hojas con series de lógica con figuras para resolver. Cada hoja contiene cuatro patrones de figuras, los participantes deben observar cuidadosamente las tres primeras series para averiguar el patrón que sigue y saber indicar cuál es la cuarta figura, que se encuentra camuflada en otras opciones incorrectas que funcionan como elementos distractores. (ver anexo 17) Cierre (10 min.) En una hoja blanca los participantes realizan series numéricas que van de 2 en 2, 5 en 5 y 8 en 8. (ver anexo 18)	
Materiales	• Series de figuras • Series numéricas
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Anexo 17 recuperado de:

https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.ecognitiva.com%2Flogica%2Fseries-logicas%2F&psig=AOvVaw3zNW0_9I5R_zu4xCakhPHT&ust=1732249844061000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBcQjhxqFwoTCJCw3PvL7IkDFQAAAAAdAAAAABAE

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Identificación del patrón	Identifica correctamente el patrón de figuras en la secuencia y da continuidad de manera correcta y tan rápido como puede.	Identifica el patrón de figuras y de manera lenta da continuidad a la secuencia.	Con ayuda identifica el patrón de figuras en la secuencia y de manera lenta da continuidad a la secuencia.	Con ayuda, aún presenta dificultad para identificar el patrón
Secuencia de figuras	Realiza secuencia de figuras correctamente, siguiendo un patrón lógico.	De manera lenta realiza secuencia de figuras correctamente, siguiendo un patrón lógico.	Con ayuda realiza secuencia de figuras y presenta algunos errores al seguir el patrón lógico.	No encuentra el patrón lógico y no continua con la secuencia de figuras.
Finalización de la secuencia	Completa la secuencia de manera correcta y ordenada tan rápido como puede.	Con lentitud completa la secuencia y presenta algunos errores que no interfieren.	Con ayuda completa la secuencia.	Con ayuda aún presenta dificultad para completar la secuencia.
Identifica la secuencia numérica	Identifica e indica la secuencia numérica de forma ascendente y puede escribirla correctamente.	Identifica e indica correctamente la secuencia numérica de forma ascendente y presenta algunos errores que no interfieren.	Con ayuda identifica la secuencia numérica, pero no la escribe.	No logra identificar correctamente la secuencia numérica.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque II. Mejorar la destreza de la memoria a corto y largo plazo del adulto mayor para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental.	
No. de sesión: 8	Título: “Unir objetos que se relacionen”
Objetivo de la sesión	Relacionar objetos con colores y categorías, para estimular la percepción visual.
Apertura (5 min.) El interventor entrega a cada participante una hoja, que de lado izquierdo contiene imágenes de objetos como: manzana, árbol, flor, estrella, diente y de lado derecho tiene una lista de colores. El participante debe unir cada objeto con el color que le pertenece. (ver anexo 19) Desarrollo (15 min.) El interventor reparte a cada participante una hoja que contiene grupos con distintos objetos y el participante debe agrupar los objetos que se relacionan. (ver anexo 19) El adulto mayor debe dar alguna característica de los objetos que ha encontrado en cada grupo. Cierre (10 min.) Se presenta a los participantes imágenes de un tomate y una papa, un águila y un avión, un arete y un guante, un pájaro y un pollo, un plato y una licuadora, el agua y el aire, una canción y una escultura y una flauta y un globo y los participantes deben mencionar en qué se parecen.	
Materiales	• Hojas con imágenes para relacionar • Hojas con grupos de objetos • Imágenes de tomate, papa, águila, avión, arete, guante, pájaro, pollo, plato, licuadora, agua, aire, canción, escultura, flauta y globo
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	30 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Identificar objetos	De manera individual y tan rápido como puede identifica y relaciona objetos de acuerdo a su silueta y características y los une asertivamente con el color que corresponde.	De manera lenta, pero individual identifica y relaciona objetos de acuerdo a su silueta y características y los une asertivamente con el color que corresponde.	De manera lenta, pero individual identifica y relaciona objetos de acuerdo a su silueta y características y los une con algún color. Presenta un mínimo de tres errores.	Requiere ayuda para identificar y relacionar objetos de acuerdo a su silueta y características y unirlos con algún color.
Agrupar objetos	Agrupar correctamente objetos de acuerdo a su uso, función o categoría.	Agrupar la mayoría de objetos de acuerdo a su uso, función o categoría, aunque puede omitir algunas relaciones.	Requiere ayuda de pequeñas pistas para agrupar objetos de acuerdo a su uso, función o categoría.	Tiene dificultad para agrupar los objetos, mostrando poca congruencia en identificar su uso, función o categoría.
Describir características de los objetos.	Describe con precisión las características de los objetos y proporciona detalles específicos.	Describe correctamente algunas características de los objetos, aunque puede omitir algunos detalles.	Describe los objetos proporcionando poca información.	Requiere ayuda para describir características de los objetos y lo hace de manera limitada.
Que tienen en común los objetos	Observa las imágenes y de acuerdo a las características y atributos que comparten entre sí identifica qué tienen en común.	Requiere más tiempo para reconocer las características y atributos que comparten entre sí las imágenes e identifica qué tienen en común.	Requiere ayuda de pequeñas pistas para reconocer las características y atributos que comparten entre sí las imágenes e identificar qué tienen en común.	No reconoce las características y atributos que comparten entre sí las imágenes y tampoco identifica qué tienen en común.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque II. Mejorar la destreza de la memoria a corto y largo plazo del adulto mayor para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental.	
No. de sesión: 9	Título: “Episodios”
Objetivo de la sesión	Recuperar información del pasado, para evocar acontecimientos precisos.
Apertura (10 min.) El interventor pregunta a los participantes ¿qué tiene en casa? y los participantes deben evocar cualquier objeto que tengan en casa y hacer una descripción de cómo es, si alguien se lo regaló o dónde lo compró. Los objetos que se podrían mencionar son: cortina, cuadro, fotografía, planta, lámpara, jarrón, sillón, mesa, mascota. Desarrollo (15 min.) En una hoja de papel los participantes deben responder a las siguientes preguntas: ¿Cuál es su fecha de cumpleaños y cómo lo celebró la última vez?, ¿Qué desayunó el día de ayer?, ¿Cuándo y a dónde fue su último viaje?, ¿Cuál fue la última película que vio?, ¿Con quiénes y cómo celebró el fin de año pasado?, ¿Cuál era su juego favorito en la niñez y por qué era? En plenaria se leen cada una de las respuestas dadas. Cierre (10 min.) La educadora muestra a los participantes el video del cuento titulado “Las dos hermanas”, después responden a las siguientes preguntas: ¿cómo se llaman las niñas?, ¿cuántos años tienen?, ¿dónde viven?, ¿con quién viven?, ¿cómo es Carmen?, ¿cuál es el juego favorito de Carmen?, ¿cómo es Julia?, ¿cuál es el juego favorito de Julia?, ¿qué les gusta mucho a las dos hermanas?	
Materiales	Video del cuento titulado “Las dos hermanas” https://youtu.be/8H0PFX9Y8TI • Hojas blancas • Lapiceros
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Fuentes audiovisuales del cuento titulado “Las dos hermanas”:

<https://youtu.be/8H0PFX9Y8TI>

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Recordar artículos de casa	Menciona tan rápido como puede qué artículos de los que tiene en casa y con claridad y facilidad da características de ellos.	A menor velocidad menciona qué artículos tiene en casa y con claridad da características de ellos.	Menciona artículos que tiene en casa y da características de ellos, aunque omite algunos detalles.	Menciona algunos artículos que tiene en casa y describe limitada mente detalles de ellos.
Eventos personales	Evoca recuerdos de momentos, lugares, emociones y da detalles de manera clara y a grandes rasgos de experiencias vividas.	Evoca algunos recuerdos de momentos, lugares, emociones y da detalles de manera clara, aunque omitir algunos detalles.	Evoca algunos recuerdos de momentos, lugares y emociones proporcionando poca información.	Evoca algunos recuerdos de momentos, lugares y emociones, pero tiene algunas confusiones.
Responder preguntas	Responde de manera espontánea y con detalles específicos responde a preguntas relacionadas con episodios de su vida.	De manera pausada, pero eficiente responde a preguntas, dando detalles de episodios de su vida	Responde a preguntas relacionadas con episodios de su vida, pero omite algunos detalles.	Al responder a las preguntas genera algunas confusiones o prolonga el tiempo para responder.
Retención de información	Recuerda de manera nítida lo que ha leído y responde asertivamente a todas las preguntas.	Recuerda lo que ha leído y responde las preguntas presentando algunos errores.	Recuerda poco lo que ha leído y responde asertivamente pocas preguntas.	Con ayuda de pequeñas pistas recuerda poco lo que ha leído y no responde a las preguntas.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque II. Mejorar la destreza de la memoria a corto y largo plazo del adulto mayor para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental.	
No. de sesión: 10	Título: “Descripciones”
Objetivo de la sesión	Relacionar sucesos de la vida con episodios de película, para recuperar acontecimientos vividos.
Apertura (10 min.) Se le da a cada uno de los participantes una revista, la cual deben abrir y observar cualquier página. Después de dos minutos cierran la revista e intentan recordar y describir lo que han visto, por ejemplo, pueden recordar que número de página, qué hay, cuántas personas hay, cómo visten las personas, cómo es el peinado, de qué color es el cabello, el color de piel.	
Desarrollo (20 min.) Se proyectan escenas de la película “Enamorada”. Después de ver las escenas los participantes evocan sucesos de su vida relacionados con la película, por ejemplo, si los paisajes de la película le recuerdan a algún lugar donde hayan vivido o que hayan visitado en algún momento, qué medio de transporte de los que salen en la película usaban, si la vestimenta de los actores les trae algún recuerdo, si alguna vez entraron a alguna de las tiendas que salen en la película, ¿Qué compraron?	
Cierre (10 min.) Ahora, cada uno de los participantes deben mencionar qué película o telenovela les trae momentos asociados a su vida ¿cuáles son ese momento? y ¿Por qué?	
Materiales	• Revistas • Película “Enamorada”, año 1946 • https://www.facebook.com/100064869042048/videos/%EF%B8%8F-enamorada-pel%C3%ADcula-de-1946-con-mar%C3%ADa-f%C3%A9lix-y-pedro-armend%C3%A1riz/268475138148929/
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Fuentes audiovisuales de la película Enamorada, 1946

<https://www.facebook.com/100064869042048/videos/%EF%B8%8F-enamorada-pel%C3%ADcula-de-1946-con-mar%C3%ADa-f%C3%A9lix-y-pedro-armend%C3%A1riz/268475138148929/>

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Retención visual	Describe de manera clara lo que observa en la revista, sin omitir detalle.	De manera lenta describe lo que observa en la revista, sin omitir detalle.	De manera lenta describe lo que observa en la revista, aunque puede omitir algunos detalles.	De manera limitada describe lo que observa en la revista.
Escenas de película	Rescata alguna escena de la película y de manera nítida hace una comparativa con algún momento de su vida, narrándolo detalladamente.	Rescata alguna escena de la película y hace una comparativa con algún momento de su vida, pero no lo narra detalladamente.	Rescata alguna escena de la película y hace una comparativa con algún momento de su vida, pero lo narra limitadamente y omite algunos detalles.	Rescata algún episodio de la película y hace una comparativa con algún momento de su vida, pero al narrarlo lo hace con algunas confusiones.
Coherencias	Muestra una alta coherencia al narrar momentos de su vida	Muestra coherencia en la mayoría de las narraciones que realiza sobre momentos de su vida,	Muestra algo de coherencia en las narraciones que realiza sobre momentos de su vida.	Carece de coherencia al realizar narraciones sobre momentos de su vida.
Memoria emocional	En las narraciones de momentos de su vida, expresa con facilidad emociones tanto positivas como negativas y de manera detallada.	En las narraciones de momentos de su vida, expresa emociones, aunque puede omitir algunos detalles.	En las narraciones de momentos de su vida, expresa algunas emociones.	En las narraciones de momentos de su vida, lo hace de manera muy limitada que no expresa ninguna emoción.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque II. Mejorar la destreza de la memoria a corto y largo plazo del adulto mayor para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental.	
No. de sesión: 11	Título: “Ejercicios visuales”
Objetivo de la sesión	Estimular la agilidad mental, mediante ejercicios visuales.
Apertura (10 min) 1.- Los participantes deben realizar ejercicios de acertijos visuales y encontrar las diferencias en imágenes aparentemente iguales. (Ver anexos 20) Desarrollo (20 min) 1.- El interventor pone en la mesa distintos objetos y solicita a los participantes a que los observen detalladamente. Los participantes que cierran los ojos durante 5 segundos, mientras que retira de la mesa dos objetos y altera el orden en el que se encuentran. Se solicita a los participantes a que abran los ojos y mencionen qué objetos son los que se han retirado. 2.- Los objetos se presentan a los participantes son: sacapuntas, tijeras, encendedor, taparrosca, cuchara, color, gafas, tarjeta, plumón, dado, pirinola. Cierre (10 min) 1. Los participantes juegan memorama, para ello, se muestran todas las tarjetas a los participantes durante 5 min. y de acuerdo a su turno comienzan a voltearlas de dos en dos, al encontrar una pareja el participante que la encontró se queda con ellas, sino las vuelve a voltear y toca el turno a la siguiente persona de hacer lo mismo.	
Materiales	• Acertijos visuales • Imágenes con diferencias • Diversos objetos • Hoja blanca • Colores
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Anexo 20 recuperado de:

https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fm.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DAyqHaB289mY%26pp%3DygUUI2RpZmVyZW5jaWFzZGVqdWVnb3M%253D&psig=AOvVaw3HbBErKBraEN_IUligmnTs&ust=1732250574662000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJj-krPO7IkDFQAAAAAdAAAAABAE

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Percepción visual	Reconoce y determina las características exactas de una figura comparada con otra, de acuerdo a su forma, colores y características que puede o no tener.	De manera lenta reconoce y determina las características exactas de una figura comparada con otra, de acuerdo a su forma, colores y características que puede o no tener.	Con ayuda reconoce y determina las características exactas de una figura comparada con otra, de acuerdo a su forma, colores y características que puede o no tener.	Reconoce y determina las características exactas de una figura comparada con otra, de manera muy baja.
Rastreo visual	Diferencia entre figuras con formas parecidas y reconoce lo que se busca.	De manera lenta diferencia entre figuras con formas parecidas y reconoce lo que se busca.	Requiere ayuda para diferencia entre figuras con formas parecidas.	No diferencia entre figuras con formas parecidas.
Agilidad mental	Observa detalladamente y de manera rápida identifica qué objeto es el que falta.	Observa detenidamente los objetos y requiere más tiempo para identificar qué objeto es el que falta.	Requiere ayuda de pequeñas pistas para identificar qué objeto es el que falta.	No identifica qué objeto es el que falta.
Memoria visual	Facilidad para recordar asertivamente la ubicación de las cartas durante el juego.	Muestra gran esfuerzo por recordar la ubicación de las cartas durante el juego, aunque presenta un mínimo de errores.	Durante el juego intenta recordar la ubicación de cartas, pero tiene algunos errores de asertividad.	No logra ubicar asertivamente par de cartas durante el juego.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque II. Mejorar la destreza de la memoria a corto y largo plazo del adulto mayor para recuperar información, mediante ejercicios de recuerdo y habilidad mental.	
No. de sesión: 12	Título: “Ejercicios matemáticos”
Objetivo de la sesión	Ejercitar la mente a través de desafíos matemáticos.
Apertura (10 min) 1.- Los participantes resuelven ejercicios de cálculo mental en el menor tiempo posible. 2.- Los ejercicios que resuelven son operaciones de suma. (Ver anexo 21). Desarrollo (20 min) 1.- Los participantes resuelven ejercicios de cálculo mental a través de la pirámide matemática, donde, cada cuadro es la suma de los cuadros inferiores. Mediante cálculo de sumas y restas es posible averiguar y completar los cuadros vacíos de encima y de abajo. (Ver anexo 22) Cierre (10 min) 1.- Con ayuda de material didáctico de billetes y monedas los participantes realizan ejercicios de manejo de dinero. Los ejercicios que realizan son contar dinero, pagar en una tienda y calcular cuánto dan de cambio.	
Materiales	• Láminas con sumas y restas • Láminas con sumas en serie • Láminas con pirámides matemáticas • Láminas con circuitos matemáticos • Billetes y monedas didácticas
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Anexo 22 recuperado de:

<https://i.pinimg.com/736x/bb/ac/1e/bbac1e5940eb3eb93e305b7e0bb5b12c.jpg>

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Habilidades de calculo	Realiza cálculos con precisión y rapidez, aplicando correctamente las operaciones matemáticas necesarias.	Realiza cálculos con precisión, aplicando correctamente las operaciones matemáticas necesarias, aunque puede tomarle más tiempo.	Realiza cálculos, pero puede cometer algunos errores en la aplicación de las operaciones matemáticas.	Tiene dificultad para realizar cálculos y requiere apoyo.
Resolución de problemas	Resuelve problemas complejos en pirámides numéricas de manera precisa y eficiente utilizando estrategias de resolución de problemas.	Resuelve problemas en pirámides numéricas de manera precisa, utilizando estrategias de resolución de problemas, aunque puede requerir más tiempo.	Resuelve problemas en pirámides numéricas de manera adecuada, pero puede cometer algunos errores ocasionales o necesita apoyo.	No comprende cómo realizar los ejercicios de pirámides numéricas.
Equivalencia de monedas y billetes	Resuelve problemas relacionados con equivalencias de monedas y billetes de forma correcta y eficiente.	Resuelve problemas relacionados con equivalencias de monedas y billetes de forma correcta, pero puede requerir más tiempo o ayuda.	Resuelve problemas relacionados con equivalencias de monedas y billetes de forma parcial o con algunos errores.	No puede resolver problemas relacionados con equivalencias de monedas y billetes.
Operaciones básicas en cálculos de monedas y billetes	Utiliza correctamente las operaciones básicas para realizar cálculos con monedas y billetes de forma precisa y eficiente.	Utiliza correctamente las operaciones básicas para realizar cálculos con monedas y billetes, aunque puede tener algunos errores.	Utiliza las operaciones básicas para realizar cálculos de monedas y billetes de forma limitada o con dificultad.	No puede utilizar correctamente las operaciones básicas para realizar cálculos con monedas y billetes.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque III. Favorecer la habilidad de atención en el adulto mayor, para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.	
No. de sesión: 13	Título: “Unir figuras iguales”
Objetivo de la sesión	Mantener la atención en un solo estímulo, mediante actividades focalizadas.
Apertura (10 min) 1.- Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que contiene un dibujo en cuadrícula, el cual deben reproducir tomando en cuenta cada uno de sus detalles como separación, tamaños de las líneas y colores. (Ver anexo 23) Desarrollo (20 min) 1.- Se proporciona a cada uno de los participantes una hoja que contiene distintas figuras. El participante debe buscar el par de cada una de las figuras y unirlas con su igual, evitando que las líneas se crucen. (ver anexo 24) Cierre (10 min) 1.- Los participantes arman rompecabezas, colocando las piezas de manera correcta para obtener una imagen que aparece cuando todas las piezas están correctamente unidas.	
Materiales	• Láminas con dibujos en cuadrícula • Colores • Lápices • Láminas con figuras • Rompecabezas
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Anexo 23 recuperado de:

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.shutterstock.com%2Fes%2Fsearch%2Fcomplete-drawing&psig=AOvVaw3OHyzR12Tod2-ckB6HnBf9&ust=1732251200283000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCNCrrufQ7IkDFQAAAAAdAAAAABAJ>

Anexo 24 recuperado de:

www.incmnsz.mx

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Patrones visuales	Completa el dibujo fragmentado de manera asertiva, reproduciendo cada una de sus características.	Termina el dibujo fragmentado, pero presenta un mínimo de errores al reproducir sus características.	Requiere ayuda para reproducir el dibujo fragmentado.	Reproduce el fragmento con algunos errores y/o omitiendo algunas de sus características.
Identificar diferencias y similitudes	Observa y analiza el tamaño, orientación, color, así como diferencias y similitudes en cada figura.	Observa y analiza el tamaño, orientación, color, pero tiene algunos errores al encontrar diferencias y similitudes en cada figura.	Requiere ayuda para encuentra diferencias y similitudes en cada figura.	De manera limitada encuentra diferencias y similitudes en cada figura.
Centrar la atención	Centra la atención y la mantiene por algún tiempo prolongado, sin desviar el foco de atención.	Tiene algunas distracciones, pero no desvía el foco de atención en lo que está haciendo.	Mantiene por corto tiempo la atención y requiere ayuda para continuar con lo que estaba haciendo.	Con facilidad se distrae y pierde el foco de atención de lo que estaba haciendo.
Sopa de letras	Busca, reconoce, encuentra y recuerda palabras dentro de un conjunto de letras.	A un ritmo lento busca, reconoce, encuentra y recuerda palabras dentro de un conjunto de letras.	Encuentra un número bajo de palabras dentro de la sopa de letras.	Requiere ayuda para encontrar dentro de la sopa de letras palabras.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque III. Favorecer la habilidad de atención en el adulto mayor, para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.	
No. de sesión: 14	Título: “Encontrar la misma figura”
Objetivo de la sesión	Estimular la atención focalizada, mediante identificación de figuras.
Apertura (10 min) 1.- En parejas los participantes juegan tripas de gato de figuras geométricas. Debe unir con una línea cada figura geométrica con su par, con la condición de que ninguna línea pase por encima de otra ni que choquen. Desarrollo (25 min) 1.- Se reparte a cada uno de los participantes una lámina que contiene múltiples figuras de estrellas, de las cuales encierran en círculo únicamente la estrella de seis picos. (ver anexo 25) 2.- En una hoja blanca se escribe una lista de números, la cual los participantes deben encerrar en un círculo rojo todos los números 5 que aparezcan, colocar una línea roja debajo de todos los números 2, marcar con un círculo azul todos los números 7 y con una línea azul los números 8. (ver anexo 26) Cierre (10 min) 1.- Se le da a cada participante una lámina que contiene diferentes letras en mayúsculas y minúsculas, de las cuales los participantes deben encerrar únicamente la letra “t” minúscula. (ver anexo 27)	
Materiales	• Lámina con figuras geométricas • Lámina con figuras de estrellas • Lámina con letras • Lámina con imágenes de plátanos • Lámina con lista numérica
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Anexo 25 recuperado

www.incmnsz.mx

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Atención focalizada	Mantiene la atención durante un periodo prolongado de tiempo, sin distraerse o desviar su enfoque.	Mantiene la atención durante la mayoría del tiempo asignado, con pocas distracciones o desviaciones de enfoque.	Mantiene durante gran parte del tiempo asignado, con algunas distracciones o desviaciones de enfoque.	Muestra dificultad para mantener la atención, con constantes distracciones y desviaciones de enfoque.
Rastreo	Identifica y une asertivamente las figuras que son iguales con una línea, sin que esta se cruce.	Identifica y une con una línea las figuras que son iguales, pero tiene algunos errores o cruza las líneas.	Identifica y une con una línea las figuras, pero presenta mayor número de errores.	Requiere ayuda para identificar y unir asertivamente con una línea las figuras que son iguales.
Discriminación visual	Identifica asertivamente del resto de los demás y encierra la figura que se indica.	Presenta algunos errores al identificar del resto de los demás la figura que se indica.	Requiere ayuda para identificar y encierra la figura que se indica.	En su mayoría encierra figuras que no se indican.
Búsqueda de estímulo	Identifica los números que se solicitan y los encierra asertivamente con el color que se indica.	Presenta un mínimo de errores al encerrar el número con el color que se indica.	Requiere ayuda para identificar y encerrar números con los colores que se indican.	Presenta un mayor número de errores al encerrar números con el color que se indica.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque III. Favorecer la habilidad de atención en el adulto mayor, para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.	
No. de sesión: 15	Título: “Ejercicios de letras y números”
Objetivo de la sesión	Estimular funciones ejecutivas, a través de toma de decisiones.
Apertura (10 min) 1.- Se le da una hoja blanca a cada participante, en el lado izquierdo deben escribir una lista de números, esos mismos números de lado derecho los escriben como si se estuvieran mirando en el espejo ambos números, es decir, si en el lado izquierdo escribe el número dos, de lado derecho de debe escribir espalda con espalda de cada número. 2.- Después de escribir los números, el participante con ambas manos debe remarcarlo con dirección diferente, dividiendo la atención hacia ambos hemisferios en diferentes sentidos. Desarrollo (20 min) 1.- A cada participante se le entrega una hoja que contiene una casilla, en esa casilla hay letras y a cada letra le corresponde un número de 0 al 9. Los participantes deben colocar en el lugar en blanco el número o letra que corresponde. (Ver anexo 28) Cierre (10 min) 1.- Los participantes resuelven sopas de letras, donde deben encontrar palabras. Las palabras están organizadas en deferente dirección vertical, horizontal, diagonal y en cualquier sentido a la derecha o al revés. Las palabras que encuentran son: sombrero, chamarra, esfera, comal, molino, canasta, estufa, arena y pimienta.	
Materiales	• Lámina con tableros para resolver • Sopas de letras
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Concentración	Mantiene la concentración y realiza lo que se le solicita de manera efectiva, aun cuando hay distracciones o fatiga.	Se distrae, pero puede continuar y seguir con lo que se solicita de manera efectiva.	Con facilidad se distrae y necesita acompañamiento o para realizar lo que se solicita.	No puede concentrarse y con dificultad atiende lo que se le solicita.
Memoria de trabajo	Retiene y utiliza la información de manera consistente para realizar lo que se solicita.	Retiene información y la utiliza para realizar lo que se solicita, pero muestra algunas dificultades al manipularla o aplicarla en tareas complejas.	Tiene problemas recurrentes para retener información, olvida instrucciones y necesita repetidas aclaraciones.	No puede retener ni utilizar la información, incluso después de varias explicaciones y no realiza lo que se solicita.
Resolución de problemas	Busca soluciones de manera dependiente y perseverante, incluso cuando enfrenta dificultades.	Resuelve problemas de manera efectiva, pero puede requerir apoyo para terminar o realizar tareas complicadas.	Tiene dificultades para abordar problemas complejos y requiere orientación para soluciones, mostrando perseverancia.	No puede resolver problemas sin apoyo continuo y no muestra perseverancia en encontrar soluciones.
Toma de decisiones	Elige una opción entre diferentes alternativas de manera eficiente.	Al elegir una opción entre diferentes alternativas tiene de uno a dos errores.	Al elegir una opción entre diferentes alternativas tiene de tres a cuatro errores.	La mayoría de las opciones que elige no son asertivas.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque III. Favorecer la habilidad de atención en el adulto mayor, para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.	
No. de sesión: 18	Título: “Lectura y preguntas”
Objetivo de la sesión	Atender dos estímulos al mismo tiempo, mediante ejercicios de atención dividida.
Apertura (10 min) 1.- Se reparten dos hojas a los participantes, las cuales contienen líneas en forma de diagonal. Los participantes deben pasar los dedos sobre las líneas como si las estuvieran dibujando, después una hoja se coloca de forma horizontal y otra de forma vertical y los participantes deben marcar con los dedos ambas formas, pero ahora en diferente dirección. 2.- Se reparte dos hojas a los participantes, que contienen trazos en forma de zigzag para que repinten el ejercicio anterior. Por último, los participantes toman una hoja de cada trazo y la colocan de forma horizontal y vertical para remarcar las líneas con una ficha de refresco y después con los dedos. Desarrollo (20 min) 1.- Los participantes deben leer el fragmento del cuento titulado “La mejor elección de Alicia” y deben responder a las siguientes preguntas: ¿Cuántas veces aparece la palabra Alicia en el texto?, ¿Qué es lo que Alicia buscaba?, ¿A dónde se dirigía Alicia?, ¿Qué pasó cuando comenzó a llover?, ¿Qué conmovió a Alicia?, ¿Qué hizo Alicia con el perro?, ¿Qué lección de vida tuvo Alicia? Cierre (10 min) 1.- Se da a cada uno de los participantes un tablero que contiene cuadros de distintos colores. Después, deben responder a las siguientes preguntas: ¿Qué colores se encuentran en diagonal a color amarillo?, ¿Hay algún cuadrado del mismo color que se encuentren juntos?, ¿Cuántos cuadrados de color azul hay?, ¿Hay algún cuadrado que sea más grande que otro?	
Materiales	• Lámina con tableros para resolver • Sopas de letras
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Referente bibliográfico del cuento titulado “La mejor elección de Alicia”:

www.incmnsz.mx

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Atención dividida	Atiende dos o más estímulos al mismo tiempo.	De manera lenta atiende dos o más estímulos al mismo tiempo.	Requiere acompañamiento para guiar la atención y atender dos estímulos al mismo tiempo.	No logra atender dos estímulos al mismo tiempo.
Velocidad de procesamiento de información	Capta, comprende y responde información de manera rápida.	Procesa información a un ritmo más lento, pero si la comprende y responde a ella asertivamente.	Procesa información a un ritmo más lento y muestra dificultad para seguir instrucciones y terminar lo que se solicita en un tiempo determinado.	Con dificultad comprende y responde a información.
Inhibición	Genera respuestas a través de la atención y razonamiento, ignorando respuestas impulsivas.	Requiere tiempo para generar respuestas a través de la atención y razonamiento y no de manera impulsiva.	Requiere ayuda para guiar la atención y/o razonamiento y atender lo que se solicita.	Genera respuestas de modo impulsivo y presenta algunos errores de asertividad.
Discriminación de figuras	Discrimina de manera precisa y efectiva las figuras de acuerdo a su forma, dimensión, posición o color, mostrando un alto nivel de habilidad en esta capacidad.	Discrimina de manera adecuada los objetos de acuerdo a su forma, dimensión, posición o color, mostrando habilidad en esta capacidad.	Puede discriminar algunos objetos de acuerdo a su forma, dimensión, posición o color, pero su capacidad es limitada en algunos casos.	No es capaz de discriminar objetos de acuerdo a su forma, dimensión, posición o color, o muestra poco interés en hacerlo.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque III. Favorecer la habilidad de atención en el adulto mayor, para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.	
No. de sesión: 17	Título: “Series numéricas”
Objetivo de la sesión	Focalizar la atención, para discernir el patrón que da continuidad a la serie.
Apertura (10 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que contiene imágenes de gallos, los cuales poseen diferentes características. Los participantes deben identificar cuántas imágenes distintas hay de acuerdo a su tamaño, color o posición, contarlas y escribir el número que hay de cada una. (Ver anexo 29) Desarrollo (20 min) Los participantes realizan series alfabéticas de manera aumentativa progresivamente. Por ejemplo, se presenta la siguiente serie B,D,F,H y los participantes deben deducir qué patrón es el que da continuidad a la serie, en este caso el patrón que da continuidad es una serie de 2 en 2. La dificultad de las series aumenta, ahora los participantes deben deducir la siguiente serie E,F,H,K,Ñ. en este caso a la letra E se le ha asignado el número 5 y se le va sumando progresivamente los números cardinales, por ejemplo 5 (+1) 6 (+2) 8 (+3) 11 (+4) que da como resultado E,F,H,K,Ñ. Por último, los participantes realizan la siguiente serie que va L,M,M,J. Los participantes deben deducir que los patrones de letras corresponden a cada uno de los días de la semana y así poder dar continuidad. En caso de que el participante requiera ayuda el interventor lo puede guiar. Cierre (10 min) Los participantes realizan series numéricas de forma descendente, es decir, en lugar de aumentar ahora la serie debe disminuir. Los participantes parten del número 500 y disminuyen de 5 en 5, nuevamente parten del número 500 y disminuyen de 10 en 10 y parten del número 200 y disminuyen de 2 en 2.	
Materiales	• Hojas con imágenes de frutas, autos, gafas, zapatos y verduras. • Hojas blancas • Lápices
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	40 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Anexo 29 recuperado de:

<https://www.ecognitiva.com/atencion/sostenida/>

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Fijar atención	Fija atención para identificar correctamente imágenes de acuerdo a sus característica y tan rápido como puede, habiendo distracciones o fatiga.	Fija la atención para identificar correctamente imágenes, aunque requiere de más tiempo.	Requiere ayuda para identificar imágenes de acuerdo a sus características.	Se distrae con facilidad y tiene errores al identificar imágenes.
Razonamiento	Identifica y explica el orden lógico que sigue cada una de las secuencias.	Identifica el orden lógico de las secuencias, pero puede tener dificultad para explicarlos.	Identifica el orden lógico de algunas secuencias, pero comete errores al explicarlo.	No logra identificar correctamente los patrones en las secuencias.
Secuencias ascendientes	Puede identificar, y completar correctamente las secuencias de forma ascendiente.	Identifica la secuencia numérica y la completa cometiendo algunos errores.	Con ayuda identifica la secuencia e intenta completar, pero comete errores en el cálculo del orden lógico.	No logra identificar y completar la secuencia.
Secuencia descendiente	Puede identificar, y completar correctamente las secuencias de forma descendiente.	Identifica la secuencia numérica y la completa cometiendo algunos errores.	Con ayuda identifica la secuencia e intenta completar, pero confunde si es ascendente o descendente.	No logra identificar y completar la secuencia.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque III. Favorecer la habilidad de atención en el adulto mayor, para ejecutar indicaciones, mediante ejercicios de concentración.	
No. de sesión: 18	Título: “Encerrar números contiguos”
Objetivo de la sesión	Seleccionar números y letras, para realizar conjeturas.
Apertura (10 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que contiene un tablero con diferentes letras a las cuales se les ha asignado un color específico para que las encierren de acuerdo a su color. (Ver anexo 30) Desarrollo (15 min) Se presenta a los participantes un tablero que contiene números aleatoriamente. Los participantes deben encerrar todos los pares de números contiguos que sumen 7, por ejemplo, 4+3. (Ver anexo 31) Cierre (10 min) Se les presenta a los participantes una sopa de letras en la cual deben encontrar las siguientes palabras: abeja, libélula, luciérnaga, catarina, gusano, grillo, tarántula, mariposa, hormiga, mosca. (ver anexo 32)	
Materiales	• Tablero de letras • Tablero de números • Sopa de letras
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Concentración	Mantiene la concentración en un solo estímulo por un periodo de tiempo e incluso cuando hay distracciones o fatiga.	Se distrae, pero recupera la concentración y no afecta en su actividad.	Con facilidad se distrae y necesita acompañamiento para realizarla actividad.	No puede concentrarse, se desespera y no lleva a cabo la actividad.
Relacionar colores con letras	Encierra las letras con el color que se indica sin tener errores.	Tiene un mínimo de tres errores al encerrar letras con el color que se indica.	Requiere ayuda para encerrar letras con el color que se indica.	Aún con ayuda tiene cuatro o más errores al encerrar letras con el color que se indica.
Identificar pares de números	De manera individual observa e identifica todos los pares de números que al sumarlos dan de resultado siete, tan rápido como puede.	De manera lenta, pero solo observa e identifica todos los pares de números que al sumarlos dan de resultado siete.	Requiere ayuda para identificar pares de números que al sumarlos dan de resultado siete.	Aún con ayuda tres o menos pares de números que al sumarlos dan de resultado siete.
Paciencia	Muestra paciencia para enlazar letras y formar todas las palabras que puedan estar en cualquier dirección o sentido.	De manera lenta, pero solo enlaza letras y forma mínimo cinco palabras que puedan estar en cualquier dirección o sentido.	Requiere ayuda para enlazar letras y formar palabras que puedan estar en cualquier dirección o sentido.	Se desespera con facilidad y encuentra pocas palabras.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque IV. Ejercitar la memoria episódica del adulto mayor para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida.	
No. de sesión: 19	Título: “Autobiografía”
Objetivo de la sesión	Evocar periodos de vida, para recuperar recuerdos extendidos.
Apertura (10 min) El interventor solicita a cada uno de los participantes que evoquen el lugar donde nacieron, su dirección actual, su número telefónico y el número telefónico de algún familiar. Desarrollo (25 min) Se reparte a cada uno de los participantes una ficha para que la llenen con sus datos autobiográficos. Los datos que deben poner son: nombre lugar y fecha de nacimiento, donde vive actualmente, con quien vive, cual es el nombre de sus padres, a que escuela asistió, que empleo o profesión desempeño en su juventud, nombre de su esposo o esposa, en donde lo o la conoció, a qué edad se casó, nombre de sus hijos, nombre de sus amigos y donde los conoció, hechos importantes que han sucedido en su vida y le han hecho feliz, como fue su infancia, cuáles son sus pasatiempos y cuáles son las personas más importantes en su vida. Cierre (10 min) En plenaria comparten a sus compañeros su autobiografía.	
Materiales	• Hoja de autobiografía
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Orden para narrar sucesos	Hay un orden en el que se narran sucesos más importantes, desde el nacimiento hasta el momento actual.	De manera pausada narra sucesos más importantes, desde el nacimiento hasta el momento actual, siguiendo un orden.	No presenta un orden cronológico, pero si narra sucesos importantes, desde el nacimiento hasta el momento actual.	Hay incongruencias en la narración que lo hacen poco claro, eficaz y comprensible.
Anécdotas y recuerdos	Hace uso de anécdotas y recuerdos de manera efectiva.	Utiliza algunas anécdotas y recuerdos de manera limitada que podría ampliarlo.	Intenta usar anécdotas y recuerdos, pero no de manera efectiva,	De manera muy limitada menciona anécdotas y recuerdos.
Claridad y coherencia	Narra de manera clara y coherente, manteniendo una secuencia lógica en las ideas.	Narra de manera comprensible y coherente, pero comprensible, aunque no hay organización de ideas.	Intenta ser claro y coherente, pero hay algunas confusiones en la narración.	Tiene dificultades para narrar de manera clara y precisa.
Fechas	Evoca con facilidad fechas importantes y narra a grandes rasgos lo que sucedió.	Evoca fechas importantes y narra de manera limitada lo que sucedió.	Hay confusiones al presentar fechas y sucesos.	No evoca fechas.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque IV. Ejercitar la memoria episódica del adulto mayor para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida.	
No. de sesión: 20	Título: “Árbol genealógico”
Objetivo de la sesión	Evocar a los miembros de su familia, para relacionarlos históricamente entre sí.
Apertura (10 min) El interventor realiza las siguientes preguntas a las participantes relacionadas con la familia y lugar donde vivió: ¿la mujer de mi hermano es mi? ¿el hermano de mi madre es mi? ¿el padre de mi abuela es mi? ¿la suegra de mi padre es mi? ¿el marido de mi hija es mi? ¿quiénes fueron sus parientes de mayor edad que conociste personalmente? ¿hubo alguna persona que no fuera miembro de su familia viviendo en su casa? ¿vivían otros familiares cerca de su casa? ¿sus padres relataban historias de sus antepasados? Desarrollo (25 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que contiene una imagen de un árbol y en él aleatoriamente recuadros con palabras de papá, mamá, hermanos, marido, hijos, nietos, esposo (a). De igual manera, dentro del árbol se encuentran recuadros vacíos donde se escribirá, los nombres de sus familiares y los participantes los unen con el recuadro que indica el parentesco que tienen. Cierre (10 min) En plenaria comparten a sus compañeros los nombres de sus familiares y el parentesco que tienen con ellos, dando detalles relevantes sobre su familia.	
Materiales	• Hoja de autobiografía
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Lugares donde vivó y personas con quien vivió	Relata a grandes rasgos en qué lugares vivó, con quien vivió y alguna historia sobre sus antepasadas.	Relata de manera sencilla pero entendible en qué lugares vivó, con quien vivió y algún relato sobre sus antepasadas.	Relata sobre algunos lugares donde vivó, con quien vivió y alguna historia sobre sus antepasadas.	No hay relato sobre los lugares donde vivó, con quien vivió y algún relato sobre sus antepasadas.
Reconocimiento de los miembros de la familia	Reconoce correctamente a todos los miembros de su familia y los coloca en su posición correcta en el árbol genealógico.	Reconoce correctamente a la mayoría de los miembros de su familia y los coloca en su posición correcta en el árbol genealógico.	Reconoce algunos miembros de su familia y los coloca en su posición correcta en el árbol genealógico.	Dificultad para reconocer a los miembros de su familia y colocarlos en su posición correcta en el árbol genealógico.
Detalles relevantes sobre su familia	Menciona detalles relevantes sobre su vida y la de su familia, como fechas importantes y anécdotas.	Incluye algunos detalles relevantes sobre su vida y la de su familia, pero no a grandes rasgos.	Incluye pocos detalles relevantes sobre su vida y la de su familia.	No incluye detalles relevantes sobre su vida y la de su familia.
Conoce las relaciones existentes entre los diferentes miembros de la familia	Explica de manera fluida y a grandes rasgos su relación con cada miembro de su familia.	Explica de manera fluida su relación con sus padres y hermanos, abuelos, hijos y nietos.	Explica, pero no a grandes rasgos la relación que tiene con sus parientes más cercanos.	No explica la relación que tiene con sus parientes.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque IV. Ejercitar la memoria episódica del adulto mayor para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida.	
No. de sesión: 21	Título: “Evocar recuerdos a través de fotografías”
Objetivo de la sesión	Rescatar historias vividas, para mantener experiencias activas en la memoria del adulto mayor, a través de fotografías.
Apertura (10 min) El interventor muestra a las participantes imágenes de los cinco sentidos: gusto, tacto, olfato, vista y oído, y pide que evoquen recuerdos a través de los sentidos, es decir, que recuerdo pueden recuperar a través del oído, alguna canción o sonido; que recuerdo pueden recuperar a través de la vista, del olfato, algún olor en especial por el gusto, alguna comida en específico, etc. Desarrollo (25 min) Previamente se solicita a los participantes que lleven dos fotografías que más recuerdos le traigan. El participante pasa al frente con su fotografía y platica al grupo en qué lugar está, con que personas está, si era alguna fecha importante, que celebraban, en qué año fue, de igual manera que comparta sensaciones y emociones que vivió en ese momento. El participante vuelve a repetir la acción, pero ahora explicando lo de la segunda fotografía. Cierre (10 min) Se reparte a cada uno de los participantes un juego de crucigrama de festividades para que lo resuelvan. (Ver anexo 33)	
Materiales	• Imágenes de los sentidos • Fotografías • Crucigrama de festividades • Lápiz
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Evocación de recuerdos a través de los sentidos	Recuerda eventos del pasado a través de cinco a cuatro sentidos del cuerpo humano.	Recuerda eventos del pasado a través de tres de los cinco sentidos del cuerpo humano.	Recuerda eventos del pasado a través de dos de los cinco sentidos del cuerpo humano.	Recuerda eventos del pasado haciendo uso de uno de los cinco sentidos del cuerpo humano.
Verbalizar historias	Pone en palabra historias acontecidas en las fotografías que presenta, expresa experiencias pasadas y manifiesta emociones vividas.	Pone en palabra historias acontecidas en las fotografías que presenta, expresa experiencias pasadas y manifiesta emociones vividas de manera limitada.	Pone en palabra historias acontecidas en las fotografías que presenta, expresa experiencias pasadas, pero no manifiesta emociones vividas.	Pone en palabra historias acontecidas en las fotografías que presenta y expresa de manera limitada experiencias pasadas.
Reconoce historias vividas al visualizar una imagen fotográfica	A través de la imagen se autorreconoce y detalla momentos específicos, mencionando el lugar donde estaba, la ropa que utilizaba, el clima, que momento estaba viviendo y las personas que estaban presente.	A través de las imágenes detalla momentos específicos, mencionando el lugar donde estaba, la ropa que utilizaba, el clima, que momento estaba viviendo y las personas que estaban presente.	A través de las imágenes menciona momentos específicos, pero no detalla a grandes rasgos lo vivido en la fotografía.	A través de las imágenes se autorreconoce y reconoce a las personas que estaban presente, pero no detalla lo vivido en la fotografía.
Reconocimiento de festividades	Escribe asertivamente de 8 a 7 festividades de acuerdo a las pistas que se le dan.	Escribe asertivamente de 6 a 5 festividades de acuerdo a las pistas que se le dan.	Escribe asertivamente de 4 a 3 festividades de acuerdo a las pistas que se le dan.	Escribe asertivamente de 2 a 1 festividades de acuerdo a las pistas que se le dan.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque IV. Ejercitar la memoria episódica del adulto mayor para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida.	
No. de sesión: 22	Título: “Recuerdos de paseos”
Objetivo de la sesión	Narrar recuerdos de paseos, para mantener recuerdos específicos.
Apertura (10 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que contiene de lado izquierdo imágenes de las estaciones del año y de lado derecho los nombres de cada una de ellas. Los participantes deben relacionar cada imagen con la estación que corresponde, asimismo, mencionar el orden en que suceden las estaciones, señalar características y describir lo que ocurre en ellas. (Ver anexo 34) Desarrollo (25 min) Cada uno de los participantes narra recuerdos de paseos, haciendo referencia a recuerdos concretos, así como evocar escenas, lugares, personas, conversaciones. Cierre (10 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que contiene de lado izquierdo imágenes de lugares turísticos y de lado derecho los nombres de esos lugares. Los participantes deben unir con una línea las imágenes con el nombre del lugar que pertenece. (Ver anexo 35)	
Materiales	• Hojas con imágenes para relacionar las estaciones del año • Hojas con imágenes para relacionar lugares turísticos
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Estaciones del año	Relaciona cada imagen con la estación que corresponde, menciona el orden en que suceden y menciona características de las estaciones del año de manera coherente.	Relaciona las imágenes con la estación que corresponde y menciona características de las estaciones del año de manera coherente, pero no menciona el orden en que suceden.	Menciona características de las estaciones del año, pero no las relaciona con la imagen, ni menciona el orden en que suceden.	No relaciona las imágenes con las estaciones del año, ni menciona el orden en que suceden y tampoco características de las estaciones del año.
Narraciones de recuerdos	Narra recuerdos específicos, mencionando congruentemente momentos y lugares determinados.	Narra recuerdos específicos, mencionando momentos y lugares.	Narraciones pausadas y pierde el hilo de la narración.	No realiza narraciones
Evocación de recuerdos	Rememora eventos de paseos a grandes rasgos, mencionando lugares, personas, algún santuario, monumentos o lugar turístico que haya visitado.	Evoca momentos de paseos, mencionando lugares, personas, santuarios, monumentos o lugares turísticos, pero no detalladamente.	Evoca momentos de paseos, pero no especifica, lugares, personas, monumentos o santuarios.	De manera limitada evoca momentos de paseos.
Reconocer lugares turísticos	Reconoce, ubica mentalmente y escribe el nombre de todos los lugares turísticos que se le muestran.	Reconoce, ubica mentalmente y escribe el nombre de cuatro lugares turísticos.	Reconoce, ubica mentalmente y escribe el nombre de dos lugares turísticos.	No reconoce, ni ubica y tampoco escribe el nombre de lugares turísticos.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque IV. Ejercitar la memoria episódica del adulto mayor para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida.	
No. de sesión: 23	Título: “Línea del tiempo”
Objetivo de la sesión	Localizar mentalmente hechos o situaciones en distintos momentos, para ubicar al adulto mayor en día, mes y año.
Apertura (5 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja que tiene el calendario reivindicado, en el cual deben escribir todos los meses del año empezando por el mes de abril e iluminan el mes en el que cumplen años. (ver anexo 36) Desarrollo (15 min) El interventor escribe en un pizarrón un lapso de años, en los cuales los adultos mayores narran anécdotas que hayan vivido durante ese periodo de tiempo, por ejemplo, el interventor escribe en el pizarrón 1970-1975 y los participantes narran algún acontecimiento, anécdota o experiencia personal o a nivel social que hayan teniendo en ese periodo de tiempo. Cierre (10 min) Se reparte a cada uno de los participantes una hoja, en la cual de lado izquierdo ha fechas de celebraciones y del lado derecho características que se realizan durante estas. Por ejemplo, comer pozole, se relaciona con la festividad del grito de independencia. Las festividades que se presentan en la hoja son: día de las madres, día de reyes, día de la candelaria, de del amor y la amistades, día de la primavera, grito de independencia, fieles difuntos, navidad, año nuevo. (Ver anexo 37)	
Materiales	• Hojas con imágenes para relacionar las estaciones del año • Hojas con imágenes para relacionar lugares turísticos
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Evocar meses del año	Recuerda con facilidad y escribir todos los meses del año partiendo del mes de abril e identifica en que mes es su cumpleaños.	Con ayuda recuerda y escribe los meses del año partiendo del mes de abril e identifica en que mes es su cumpleaños.	Recuerda y escribe de forma limitada los meses del año y lo hace iniciando por el mes de enero e identifica en que mes es su cumpleaños.	No recuerda los meses del año y tampoco identifica el mes de su cumpleaños.
Ubicación en tiempo y espacio	Sitúa momentos concretos, mencionando con exactitud día, mes, año y lugar específico, dando características del lugar.	Sitúa momentos concretos mencionando día, mes, año y lugar.	Sitúa momentos específicos y el lugar, pero no recuerda día, mes o año.	No evoca momentos.
Orientación personal	Recuerda con exactitud con que personas estaba, y algún dato específico, si eran familiares o amigos y en caso de ser algún evento social el que evocan, mencionan que personas se involucraron.	Recuerda con exactitud con que personas estaba, si eran familiares o amigos y en caso de ser algún evento social el que evocan, mencionan que personas se involucraron.	De manera limitada recuerda con que personas estaba y en el caso de ser un movimiento social lo describe limitadamente.	No recuerda con que personas estaba.
Festividades	Relaciona las festividades con el día, mes y evoca algún recuerdo de ellas.	Con ayuda relaciona las festividades con día, mes y evoca algún recuerdo de ellas.	No relaciona las festividades con día y mes, pero evoca recuerdos de ellas.	No relación festividades y tampoco evoca recuerdos.

Nombre de la estrategia: “Taller de estimulación cognitiva, un recurso para ejercitar la memoria del adulto mayor”.	
Objetivo General: Ejercitar los procesos cognitivos cognitivos, para disminuir el deterioro de memoria en el adulto mayor.	
Bloque IV. Ejercitar la memoria episódica del adulto mayor para evocar recuerdos, mediante la construcción de narraciones de vida.	
No. de sesión: 24	Título: “Reloj de manecillas”
Objetivo de la sesión	Interpretar y manejar el tiempo a través del reconocimiento de la posición de las manecillas en el reloj.
Apertura (5 min) El interventor pregunta a los participantes ¿Qué es un reloj de manecillas? ¿Cuáles son sus partes y cómo funciona? ¿Tuvieron un reloj de manecillas? ¿Tuvo algún valor sentimental? ¿En qué día estamos? ¿En qué mes? ¿En qué año? ¿Qué estación del año eta cursando? y menciones tres festividades que se aproximen. Desarrollo (15 min) El interventor reparte a cada uno de las participantes hojas que contienen imágenes de reloj a las cuales los participantes deben posicionar las manecillas de manera asertiva, indicando la hora que se solicita o viceversa, deben escribir la hora que indica el reloj de manecillas. Las horas que deben escribir son: las cinco menos veinticinco, la una menos cuarto, las ocho y veinte, las cuatro y media. Las horas que deben representar dibujando las manecillas en el reloj son: las diez y cuarto, las cinco y media, las dos menos veinticinco, las ocho en punto, las siete menos cinco y las tres menos diez. (Ver anexo 38) Cierre (10 min) Los participantes deben responder los siguientes ejercicios de cálculo, observando el reloj de manecillas. Estela toma el tren a las nueve de la mañana y llego a la ciudad a las tres con veinte minutos de la tarde ¿Cuántas horas duro su camino? Juan llega con el médico a las doce del día y sale a las dos y media ¿Cuántas horas tardo con el médico? Josefina fue al cine, la película comenzó a las cinco y cuarto de la tarde y terminó a las 8 de la noche ¿Cuánto tiempo duró la película?	
Materiales	• Hojas con imágenes de reloj • Lápices
Responsable	LIE Ana Luisa Carbajal Jarillo
Tiempo	35 min.
Evaluación	Por medio de una rúbrica

Nombre:				
Indicadores	Niveles de logro			
	Excelente (4 puntos)	Idóneo (3 puntos)	Promedio (2 puntos)	Limitado (1 punto)
Orientación temporal	Menciona asertivamente y tan rápido como puede que día es, que mes es, en que año estamos, en que estación y tres festividades próximas a celebrar.	Menciona con menor velocidad que día es, que mes es, en que año estamos, en que estación y tres festividades próximas a celebrar.	Con ayuda de pequeñas pistas menciona que día es, que mes es, en que año estamos, en que estación y tres festividades próximas a celebrar.	Con ayuda de pequeñas pistas menciona que día es, que mes es, en que año estamos, en que estación y tres festividades próximas a celebrar, pero comete errores.
Colocación de manecillas	Identifica la posición de las manecillas de manera asertiva, reconociendo que manecilla indica las horas y cual los minutos,	Identifica la posición de las manecillas de manera asertiva,	Requiere ayuda para identificar la posición de las manecillas del reloj.	Requiere ayuda para reconocer que manecilla indica las horas y cual los minutos.
Leer horas en el reloj de manecillas	Lee tan rápido como puede y correctamente la hora en el reloj de manecillas, comprende cómo se presentan las horas y hace uso de la media hora, cuarto de hora y minutos.	Lee a menor velocidad y correctamente la hora en el reloj de manecillas, comprende cómo se presentan las horas y hace uso de la media hora, cuarto de hora y minutos.	Con ayuda lee la hora en el reloj de manecillas, comprende cómo se presentan las horas y hace uso de la media hora, cuarto de hora y minutos.	No comprende cómo se presentan las horas y tiene dificultad para hacer uso de la hora, media hora, cuarto de hora y minutos.
Cálculos de horas	Realiza cálculos simples de manera autónoma, asertiva y con rapidez relacionados con la duración de actividades usando la hora, media hora, cuarto de hora y minutos.	Con menor velocidad realiza de manera autónoma y asertiva relacionados con la duración de actividades usando la hora, media hora, cuarto de hora y minutos.	Con ayuda y de manera asertiva realiza cálculos simples relacionados con la duración de actividades usando la hora, media hora, cuarto de hora y minutos.	Con ayuda, pero con errores realiza cálculos simples relacionados con la duración de actividades usando la hora, media hora, cuarto de hora y minutos.

Capítulo IV Evaluación

La importancia de un proyecto de intervención consiste en ayudar a mejorar un problema o atender una necesidad que afecta a un determinado grupo social, y para ello, no basta con asegurar un buen diseño en la metodología de intervención, sino que, se deben implementar metodologías de evaluación, que, permitan comparar los efectos del proyecto con las metas que se proponen alcanzar.

A continuación, se muestra la metodología de evaluación, la cual permite valorar objetivamente en qué grado se han alcanzado los objetivos establecidos y al mismo tiempo, ayuda a mejorar la toma de decisiones dentro del proyecto.

4.1. Concepto de evaluación

La evaluación es una herramienta que le permite al interventor analizar el diseño, la implementación y los resultados del proyecto de intervención, pues permite conocer y comparar todo el proceso que se ha llevado a cabo desde el inicio, durante y al final de la estrategia utilizada.

De este modo, la evaluación es un factor esencial al propio desarrollo del proyecto de intervención, ya que permite conocer cómo progresa la intervención y en caso de ser necesario reorientarla hacia los fines postulados. Desde la posición de Castillo y Cabrerizo (2011) evaluación es “un proceso de valoración y toma de decisiones sobre el grado de consecución de los objetivos propuestos en una intervención socioeducativa” (p.64). Es decir, es un proceso sistemático y objetivo, que, permite medir hasta qué punto se han alcanzado ciertos objetivos, así como mejorar las actividades en marcha y ayudar en la planificación, programación y toma de decisiones futuras.

De manera que, evaluar es un juicio de valor que identifica, obtiene y proporciona información suficiente, con la finalidad de aumentar la racionalidad con la que se toman las decisiones de mejora, beneficiando con ella las formas de actuar dentro de la metodología de intervención.

4.2 Para qué sirve evaluar

Si bien es cierto, evaluar es un proceso que tiene como fin planear, recoger y obtener información utilizable, para comprobar en qué medida se han logrado los resultados previstos en los objetivos y al mismo tiempo tomar decisiones alternativas dentro del proyecto de intervención.

Así pues, se evalúa para responder a preguntas específicas sobre el diseño, la implementación y los resultados del proyecto. Castillo y Cabrerizo (2011) sugieren evaluar para “establecer en qué medida se han alcanzado los objetivos fijados; sirviendo como punto de partida para las posteriores modificaciones y correcciones en el proceso de consecución de dichos objetivos” (p.71). Esto quiere decir, que, la evaluación colabora en el mejoramiento y reforzamiento del proyecto de intervención.

De esta manera, la evaluación permite determinar la eficiencia, eficacia e impacto de todas las actividades del proyecto, al mismo tiempo, mejorar los procesos, reajustar los objetivos, revisar métodos y recursos, para facilitar la máxima ayuda en la orientación del proyecto, en caso de que sea necesario; todo en torno a los objetivos previamente establecidos. Cabe resaltar, que, la evaluación es una valoración y que se evalúa siempre para tomar decisiones sobre dicha valoración.

4.3 Beneficios de la evaluación

Ahora bien, la finalidad de la evaluación es descubrir alternativas que optimicen el logro de los objetivos buscados. Empleando las palabras de Castillo y Cabrerizo (2011) la evaluación beneficia en: “identificar necesidades con realismo, prudencia, moderación y eficiencia” (p.70). Visto de esta forma, la evaluación dentro de su utilidad y practicidad genera al interventor educativo respuestas relacionadas con el diseño, la ejecución, los resultados e impactos del proyecto.

Dentro de este orden de ideas, la evaluación es rica en el sentido que permite crear un plan que establezca el qué, cómo, cuándo, con qué y quién evaluará; exponiendo el impacto del proyecto, así como, identificar resultados y consecuencias no deseadas. De igual manera, analiza la sostenibilidad de los resultados del proyecto y lo mejor de todo es, que, identifica debilidades y oportunidades para mejorar su efectividad.

4.4 Métodos de evaluación

Existen distintos tipos y métodos de evaluación con diferentes características y utilizar cualquiera de ellas depende del objetivo que plantee la evaluación. En este sentido, para realizar una adecuada evaluación del proyecto de intervención se debe determinar de manera clara y concisa qué es lo que se quiere evaluar y por ende cuál o cómo será esa evaluación.

Empleando las palabras de Castillo y Cabrerizo (2011), quienes mencionan, que en cuanto a los métodos de evaluación “es importante seleccionar aquel método de evaluación que refleje la realidad concreta con alto grado de objetividad” (p.115). En lo esencial, los

métodos de evaluación contribuyen a la mejora, crecimiento, innovación, cambios y calidad de la intervención, garantizando con ello, la calidad del proyecto de intervención.

Por consiguiente, Castillo y Cabrerizo (2011) proponen los siguientes métodos de evaluación: a) evaluación por objetivos, b) evaluación por escalas, c) evaluación por rubricas, d) evaluación abierta, e) evaluación por hechos significativos, f) evaluación espontánea, g) evaluación 360°, h) autoevaluación y i) evaluación basada en criterios de competencia profesional. Sucede pues, que, cada uno de estos métodos son un proceso sistematizado mediante que determinan si la ejecución del proyecto es conveniente o no para quien lo lleva a cabo.

Dentro de este margen de ideas, para la evaluación del presente proyecto de intervención se hace uso de los métodos de evaluación por objetivos y evaluación abierta. El método de evaluación por objetivos regula los resultados de cada uno de los participantes en relación con los objetivos establecidos previamente. Si bien es cierto, el proyecto de intervención cuenta con un objetivo general, así como con cuatro objetivos específicos y para cumplir con ellos, en cada una de las actividades diseñadas se han planteado objetivos que son completamente evaluables y que ayudarán a lograr tanto los objetivos específicos como el general.

Vale la pena señalar, que los objetivos son una construcción de coherencia lógica y real, que implican una armonización y ordenamiento de cada uno de ellos, ayudando así a cumplir el con objetivo general. En relación con lo anterior, con este método de evaluación se determina el progreso y el éxito en la construcción de los objetivos, verificando cuáles de ellos fueron alcanzados.

Por su parte, el método de evaluación abierta permite emitir por escrito una valoración e interpretación individual del desempeño de cada uno de los participantes del proyecto, para

ello, el evaluador determina lo que es importante evaluar estableciendo criterios de evaluación.

De esta manera, el interventor fija lo que quiere desarrollar en los participantes, así como, las evidencias que son suficientes para establecer un desempeño activo en el contenido a evaluar, es decir, se evalúa y compara en función de las sensaciones que se tiene del desempeño de cada uno de ellos. Siendo así, que, este tipo de evaluación se limita al control y verificación de la actuación de los participantes, habiendo tres tipos de agentes a evaluar, según su desempeño sea bajo, medio o alto.

4.5 Técnicas de evaluación

Para realizar la evaluación es necesario establecer el tipo de metodología que se va a seguir; si bien es cierto, los modelos más usuales son el cuantitativo y el cualitativo. No obstante, para efectuar la evaluación del presente proyecto de intervención se hace uso del modelo cualitativo, el cual permite evaluar desde la perspectiva de los actores involucrados. Por lo tanto, se requieren técnicas de evaluación que permitan obtener información variada y significativa, que al mismo tiempo garanticen objetividad en la información recogida.

Desde el punto de vista de Castillo y Cabrerizo (2011)

Los datos son válidos cuando han sido recogidos con precisión, con la técnica adecuada y con el rigor necesario para garantizar su veracidad, por otro lado, hablamos de fiabilidad para referirnos, a que la información con la que trabajamos es realmente la adecuada para valorar el objeto de estudio. (p.82)

En relación con lo anterior, para realizar una evaluación se debe contar con los datos más oportunos, ya que, solo teniendo datos válidos y fiables el análisis durante el proceso

de evaluación será más adecuado, pues lo que se busca es comparar las metas establecidas con lo realmente logrado.

Es así, que, las técnicas deben ser empleadas para facilitar un conocimiento continuo del desarrollo del proyecto. Castillo y Cabrerizo (2011) mencionan lo siguiente “el concepto de técnica encierra en sí mismo la habilidad, el arte, la pericia, etc. con la que somos capaces de proceder o actuar en una intervención, sirviéndonos de uno o varios instrumentos según lo requiera cada situación” (p.180). Por consiguiente, las técnicas tienen la finalidad de recabar información, permitiendo valorar en cada momento los logros del proyecto, tomando en cuenta aspectos del proceso y resultados; es por ello, que, para la evaluación del presente proyecto se utilizan las técnicas de observación y entrevista.

De acuerdo con Castillo y Cabrerizo (2011) la observación “se basa en la percepción y análisis de la realidad y de los comportamientos que manifiestan los sujetos sometidos a estudios” (p.185). En relación con lo anterior, los datos o información sobre los comportamientos o conductas serán recogidos mediante una serie de observaciones que a través de una rúbrica permiten evaluar cada una de las actividades, observando lo siguiente: si el adulto mayor enlaza palabras de manera espontánea por sílabas; si identifica y agrupar objetos por categoría; de igual manera, si realiza series numéricas de manera ascendente y descendiente; también, si evoca acontecimientos de su vida de manera nítida; asimismo, si resuelve retos visuales y evoca recuerdos.

Por otro lado, Castillo y Cabrerizo (2011) plantean que la entrevista “son situaciones en las que se establece un diálogo entre personas a fin de conseguir unos datos informativos concretos” (p.200). En este sentido, la entrevista consigue datos que expresan las opiniones de los adultos mayores, así como la percepción que tienen en cuanto a los beneficios que han obtenido del proyecto.

Para conseguir estos datos se realiza una entrevista de opinión a cada uno de los beneficiarios del proyecto, permitiendo conocer cómo fue su experiencia al participar en el taller; de igual manera, si las actividades fueron significativas para los participantes; además, qué actividades les gustaron y cuáles no; también, conocer qué actividades les fueron difíciles de comprender. Asimismo, para saber si se están logrando los objetivos del proyecto es necesario conocer con qué actividades evocaron recuerdos, estimularon el lenguaje, atención y la memoria y saber si después de participar en el taller, los adultos mayores redujeron sus olvidos cotidianos y si mejoraron las habilidades de lenguaje y atención.

Sin antes mencionar, que para la evaluación del proyecto forma parte fundamental conocer la percepción que tienen los participantes del taller, para ello, se solicita a los adultos mayores que en una escala del 0 al 10 califiquen el contenido del taller; también, conocer con qué palabra definirían el proyecto y saber si en caso de volver a tener la oportunidad de participar en el taller lo harían. (Ver anexo 39)

Así pues, se considera parte fundamental evaluar el diseño del proyecto y para ello se han realizado una serie de preguntas que permiten conocer si el objetivo general tiene relevancia con el título del proyecto; saber si los objetivos específicos son congruentes con el objetivo general; de igual manera, comprender cómo los contenidos de las actividades se relacionan con el objetivo general, así como con los específicos. De igual manera, estas preguntas permiten averiguar si cada una de las actividades atienden a la problemática detectada y discernir si las técnicas de evaluación son acordes al tipo de proyecto que se realiza. (Ver anexo 40)

4.6 Criterios de evaluación

Toda evaluación requiere una orientación que apoye su metodología, indicando los aspectos más importantes en los que se debe incidir para llevar a cabo el proceso de evaluación. Si bien es cierto, la evaluación presenta fases, modalidades y métodos, al mismo tiempo se realiza en función de distintos criterios de evaluación, en este sentido, en relación con el método y las técnicas de evaluación a utilizar se aportan los criterios de calidad a la evaluación.

Así pues, los criterios para evaluar son aspectos en los que se debe fijar la atención al momento de la valoración. Castillo y Cabrerizo (2011) plantean que criterios de evaluación son “son aquellos elementos de juicios o normas de discernimiento en función de los cuales, se fundamenta la evaluación de un proyecto en su totalidad, o de alguno de los elementos que lo configuran” (p.83). De este modo, el procedimiento evaluador debe estar relacionado con lo que se quiere evaluar, por este motivo, es necesario establecer parámetros que permitan una medición objetiva, relacionándose directamente con los resultados que se desean.

Para analizar los logros en función de juicios Castillo y Cabrerizo (2011) establecen los siguientes criterios: planificación, diseños, efectividad, eficacia, eficiencia, evalaubilidad, meta, viabilidad, pertinencia e impacto (p.151). Por lo tanto, estas pautas deben llevar a considerar los logros o deficiencias del proyecto.

Por su parte, planificación, permite evaluar en dónde se está en función a los objetivos, así mismo, el diseño evalúa los componentes fundamentales que constituyen el proyecto de intervención, como lo son: el planteamiento de los objetivos respecto a las necesidades que atienden o la finalidad que tiene el proyecto. De igual manera, efectividad valora si hay relación entre los objetivos con los resultados finales, es decir, si las acciones

están produciendo algún efecto favorable en relación a los objetivos. Asimismo, eficacia verifica el grado en que se alcanzan los objetivos propuestos.

Al mismo tiempo, eficiencia analiza los recursos gastados para alcanzar la meta; en cuanto a la evaluabilidad permite identificar si el proyecto está en condiciones de ser evaluado, es decir, que cuente con determinadas características en su diseño y planificación que le permitan producir información de calidad durante su aplicación. Por otro lado, meta se centra en medir el cumplimiento de los resultados específicos; también, viabilidad da a conocer la probabilidad de llevarse a cabo o concretarse el proyecto, de acuerdo a las circunstancias y características con que cuente, visualización el éxito o fracaso del mismo.

En este sentido, la pertinencia es un análisis de los posibles cambios, valorando en qué medida la intervención puede adaptarse para seguir siendo pertinente. Por último, el impacto predice o interpreta los beneficios o cambios que las actividades producirán durante y después de la ejecución de la intervención, contemplando los efectos que se producen a largo plazo y que tienen mayor alcance que los que se contemplaban en los criterios de eficacia.

Sucede pues, que, los criterios determinan si la evaluación consigue sus propósitos empleando sus medios idóneos, si logra hacer efectivo sus propósitos, si es práctica o útil o si tiene impacto en el lugar donde se ejecutó, pues bien, pueden representar limitaciones o un grato éxito.

Conclusiones

Una vez finalizado este proyecto de intervención socioeducativo, puedo decir que este fue de satisfacción personal, ya que la intervención educativa me dio la oportunidad de ver más allá de un campo de intervención, involucrándome en el área de la tercera edad y al mismo tiempo, aprendí a comprender las necesidades de quienes están a mi alrededor.

El poder intervenir brindando atención a las necesidades detectadas no fue una tarea fácil, ya que requirió una ardua dedicación, compromiso y esfuerzo, siendo adquiridas desde el primer momento en que decidí trabajar con los adultos mayores de la Casa de día “Años dorados”, del Municipio de Cuautepéc de Hinojosa, Hgo.

El trabajar con personas de la tercera edad reafirmó mi vocación de servicio a favor de la sociedad, ya que es un sector que requiere de proyectos de intervención que atiendan sus necesidades, que permitan la incorporación y participación activa del adulto mayor y que favorezca a su bienestar.

Es importante mencionar que, para elaborar un proyecto de intervención es necesario adentrarse a un contexto, donde se pueda realizar una indagación científica con los sujetos del lugar, pues la elaboración de un proyecto de intervención no se cimienta de suposiciones o corazonadas, sino de acontecimientos reales.

Así mismo, es necesario conocer el contexto para comprender las formas y niveles de organización, cultura, aspectos económicos, ideológicos y cada uno de los elementos internos que dan a conocer la situación que vive la institución y así saber el tipo de organización que hay dentro del lugar.

Para realizar un diagnóstico es necesario establecer un plan diagnóstico, en el cual se establezca lo que se va a hacer, las técnicas o procedimientos para obtener información,

lugares, responsable del trabajo, recursos que se necesitan, así como fechas o plazo en que se llevará a cabo.

Por otro lado, dentro del proyecto de intervención el diagnóstico es una fase importante para la elaboración de este, porque permite conocer a fondo la situación, problema o necesidad que da origen a la intervención, pues clarifica, delimita y desentraña las causas y consecuencias del problema o necesidad dentro del contexto.

Ahora bien, sin un enfoque de investigación no sería posible obtener información que permita realizar la indagación, ya que esta orienta el camino que el interventor va a utilizar; estableciendo el paradigma, técnicas e instrumentos de recolección de datos y el modo de interpretarlos. Asimismo, permite recoger información que sirva como base para identificar las características y situaciones del sujeto de estudio.

Cabe mencionar, que, el problema debe surgir de las necesidades percibidas e identificadas dentro del grupo, que sean relevantes para las personas, que tenga viabilidad para los implicados, que estén dispuestos a resolverlo y los resultados conduzcan a la mejora o cambio de la situación planteada.

Por consiguiente, una vez que se tiene claro que es lo que se va a investigar, es fundamental sustentar el trabajo desde una teoría, es decir, desde una información y conceptos científicos, que generen conocimiento del tema y que sirva de guía para centrarse en el problema y no desviarse de él.

Si bien es cierto, la estrategia de intervención es la metodología centrada en acciones que van encaminadas a ayudar o mejorar el problema o necesidad detectada, por lo tanto, está siempre debe ser intencionada e ir dirigida a las necesidades del contexto y al lograr los objetivos previamente establecidos.

No obstante, no basta con asegurar un buen diseño en la metodología de intervención, sino que, se deben implementar metodologías de evaluación, que, permitan comparar los efectos del proyecto con las metas que se proponen alcanzar, mostrando siempre efectividad, eficiencia y eficacia.

Consideraciones

La intervención es factor de transformación, pues su propósito es atender las necesidades sociales, culturales y educativas, para ello, no basta con diseñar una buena estrategia de intervención; más bien, para generar un cambio en los sujetos se necesita que las personas implicadas asuman el problema o necesidad como propio y que estén dispuestos a resolverlo.

Para realizar una investigación es necesario adentrarse al contexto de estudio y establecer rapport, creando una relación abierta de confianza y empatía entre investigador e informantes, para apropiarse de datos verídicos, detallados, confiables y fidedignos, que den credibilidad a la investigación.

Ahora bien, la elaboración y diseño de cualquier proyecto de intervención parte de la elaboración de un diagnóstico, el cual sirve como herramienta de comprensión de la realidad, sin él sería imposible conocer y comprender la esencia de los sujetos dentro de su ámbito.

Con base al diagnóstico, se puede saber que los adultos mayores de la Casa de Día no consideran la estimulación cognitiva como una necesidad, ya que piensan que el deterioro cognitivo es parte de los cambios fisiológicos que genera la tercera edad y no lo ven como un problema, sino como algo normal.

Por otro lado, la observación es una técnica de recolección de información, que permite ver y oír atentamente para seleccionar hechos de los sujetos de estudio, registrarlos y posteriormente analizarlos para detectar recurrencias que permitan delimitar y encontrar un problema o necesidad.

En cuanto al guion de entrevista que se elabora para obtener información, es importante diseñar una prueba piloto que sirva como herramienta para saber si hay claridad

y certeza en el instrumento, así como detectar y eliminar todo tipo de error, con la intención de saber si el instrumento es válido o no.

El problema detectado debe estar íntimamente relacionado con el título del proyecto y los objetivos tanto general como específicos; solo así se asegura la efectividad entre diseño, implementación y resultados obtenidos, así como eficacia en el grado en que se alcanzan los objetivos.

Es importante considerar, que, la estrategia de intervención es una acción planificada, que sigue una metodología que indica cómo actuar y que hacer dentro del proyecto de intervención. Es por ello, que la estrategia siempre debe ser intencionada e ir dirigida a las necesidades del contexto y al logro de los objetivos previamente establecidos.

Así pues, seleccionar la estrategia de intervención, depende de la situación que se desea mejorar, ya que esta designa el conjunto de actividades a realizar de manera convencional y organizada, para responder a las necesidades del grupo, generando resultados de mejora.

Por su parte, la evaluación es una herramienta que permite analizar el diseño, la implementación y los resultados de la intervención, pues a través de esta fase se puede conocer y comparar todo el proceso que se ha llevado a cabo desde el inicio, durante y al final de la estrategia utilizada.

Cabe resaltar, que, para garantizar objetividad en el proceso de evaluación, se debe elegir un paradigma a seguir, el cual va a permitir saber si la evaluación va a ser cuantitativa o cualitativa, y al mismo tiempo saber qué tipo de información se va a recabar, registrar y analizar.

Finalmente, por medio de los criterios de evaluación se conoce si se ha logrado con efectividad el cumplimiento de los objetivos, de igual manera, si la intervención genera

impacto a los beneficiarios del proyecto e incluso se puede determinar el fracaso o éxito del proyecto de intervención.

Referencias

- Alpízar Jómenez, I. (2011). Juvilación y Calidad de Vida en la Edad Adulta Mayor. *Revista de la Facultad de Ciencias Sociales Universidad Nacional* .
- Andrade León, J. R. (2021). *Características del Adulto Mayor en Situación de Aprendizaje*. Ediciones Aljibe.
- Aponte Daza, V. C. (2015). *Calidad de Vida en la tercera edad*.
- Ardonio, J. (1981). La intervención: ¿imaginario o cambio de lo imaginario? México: Folios.
- Arias, F. G. (2012). *El Proyecto de Intervención*. Episteme.
- Arreguín-González, I. J. (2013). Sinapsis y Memoria Procedimental. *Arch Neurocién*, 18(3).
- Astorga, A., & Van Der Bijl, B. (1991). *Manual de Diagnóstico Participativo*. HVMANITAS.
- Barraza Macías, A. (2010). *Propuesta de Intervención Educativa*. Universidad Pedagógica de Durango.
- Bertely Busquets, M. (2000). *Conociendo Nuestras Escuelas*. Paidós.
- Brizzolara, A. (2001). *Cambios Fisiológicos de la Tercera Edad*.
- Castillo Arredondo, S., & Cabrerizo Diego, J. (2011). La evaluación de la intervención socioeducativa. Madrid: Pearson Educación.
- Colom Cañedas, A. J. (s.f.). Diferentes Modelos de Intervención . En *Intervención Educativa LIE UPN UPN-H Antología* .
- Domínguez Orozco, M. E. (Diciembre de 2012). Olvidos Cotidianos En Adultos Mayores. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4).
- García Sevilla, J. (2009). Introducción a la estimulación cognitiva. Universidad de Murcia. Obtenido de <http://ocw.um.es/cc.-de-la-salud/estimulacion-cognitiva/material-de-clase-1/tema-1-texto.pdf>
- García, L. (2023). *El Poder de la Reminiscencia en Personas Mayores*. Cuidum.
- Giró Miranda, J. (2006). *Envejecimiento Activo, Emvejecimiento en Pacivo*. España: Universidad de la Rioja.
- INEGI. (2021). *Estadísticas a Próposito del Día Internacional de las Personas Adultas Mayores*.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (s.f.). *Situación de las Personas Adultas mayores en México*.
- Irismar, A. (2017). *Inhibición Cognitiva en Adultos Mayores*. Universidad Cooperativa de las Colombia.
- Jara Madrigal, M. (s.f.). La estimulación cognitiva en personas adultas mayores. *Revista Cúpula*.

- Juancos Rabadán, O., & Pereiro Rozas, A. (2002). Problemas De Lenguaje En La Tercera Edad. En *Orientaciones y perspectivas De La Logopedia*.
- Kac, M. (13 de septiembre de 2023). *El taller como estrategia metodológica del trabajo grupal*. Obtenido de <https://es.linkedin.com/pulse/el-taller-como-estrategia-metodol%C3%B3gica-del-trabajo-lic-carlos>
- Martínez M., M. (2006). La Investigación Cualitativa. *Revista Facultad de Psicología*.
- Martínez, R., & Fernández, A. (s.f.). *Árbol del Problema y Áreas de Intervención*.
- Martinic, S. (1996). Evaluación de proyectos . En C. y. aprendizaje. México: Colectivo mexicano de apoyo a la niñez.
- Mayorga Ponce, R. B., Virgen Quiroz, A. K., Martínez Alamillo, A., & Salazar Valdez, D. (2007). *Prueba Piloto*. Salud y Educación.
- MedlinePlus Información de salud para usted. (28 de septiembre de 2023). Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/atherosclerosis.html>
- Mendoza Núñez, V. (s.f.). *Envejecimiento y Vejez*. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/http://inger.gob.mx/pluginfile.php/96260/mod_resource/content/355/Archivos/C_Promocion/Unidad_1/Lecturas_Complementarias/Envejecimiento%20y%20vejez.pdf
- Molas, X. (18 de Mayo de 2023). *PsicoActiva.com*. Obtenido de <https://www.psicoactiva.com/blog/memoria-procedimental/>
- Nacional, O. I. (219). Reglamento Para La Obtención Del Título De Licenciatura De La Universidad Pedagógica Nacional. *Gaceta*(139).
- Organización Mundial de la Salud. (1 de Octubre de 2022). *Envejecimiento y Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health#:~:text=Todos%20los%20pa%C3%ADses%20del%20mundo,en%202020%20a%201400%20millones.>
- Palacios Expósito, V., & Morales Ruíz, J. C. (2011). *La Memoria en el Anciano*. Colombia: Intechel.
- Papalia, D. E., Sterns, H. L., Feldman, R. D., & Camp, C. J. (2009). *Desarrollo del Adulto y la Vejez* . Ciudad de México: MCGrawHill.
- Pérez Aguilar, N. (2009). *Diagnóstico Socioeducativo y su Importancia para el Análisi de la Realidad Social* .
- Piquero, I. (12 de Abril de 2021). *psicologia-online.com*. Obtenido de <https://www.psicologia-online.com/diferencia-entre-memoria-episodica-y-semantic-5594.html>
- Rodríguez Cuaqueva , J. (2007). *Guía de Elaboración de Diagnóstico*.
- Sánchez, R. (2009). *Didáctica de la problematización en el Campo Científico de la Educación*. México D.F.: Universidad Autónoma de México.
- Sandin Esteban, M. P. (s.f.). *Tradiciones en la investigación Cualitativa*.

Santuiste Bemejo, V. (2007). El Lenguaje En La Vejez Eugenésica. *Psicología y Mayores*, 1(2)

Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a lo Métodos Cualitativos de Investigación*.

Tolosa, A. (2018). *Como afecta la edad al funcionamiento del sistema inmunitario*.

Wingfield, A., & Byrnes, D. L. (1988). *Psicología u Memoria Humana*. Trillas.

Wittig, F., (2004). Estructura narrativa en el discurso oral de adultos mayores. *Revista Signos*, 37(56), 91-101

ANEXO 1

Día Actividad	Viernes 10 de noviembre	Lunes 13 de noviembre	Martes 14 de noviembre	Jueves 16 de noviembre	Jueves 23 de noviembre	Jueves 24 de noviembre	Responsable
Entrevista							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Observación							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Entrevista							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Observación							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Entrevista							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Observación							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Entrevista							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Observación							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Entrevista							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Observación							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Entrevista							Ana Luisa Carbajal Jarillo
Observación							Ana Luisa Carbajal Jarillo

ANEXO 2



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO
SEDE TULANCINGO



GUION DE ENTREVISTA

Objetivo: El siguiente guion de entrevista se desarrolla con la finalidad de obtener información que nos permita conocer cuál es la situación de la memoria del adulto mayor de la casa de día “Años dorados”.

Fecha:

Nombre:

Edad:

Género:

☐ F

☐ M

- 1.- ¿Cómo disfruta la vida?
- 2.- ¿Se siente satisfecho con su vida? ¿Por qué?
- 3.- ¿Qué hace en su tiempo libre? ¿Qué más le gustaría hacer?
- 4.- ¿Le gustan los juegos de mesa? ¿Cuáles?
- 5.- ¿Qué actividades realiza para cuidar su salud?
- 6.- ¿Ha notado cambios o dificultades en la memoria? ¿Cuáles?
- 7.- ¿Conoce los beneficios de ejercitar la memoria? ¿Cuáles?
- 8.- ¿Cómo ejercita su memoria?
- 9.- ¿Le agradecería realizar actividades para ejercitar la memoria? ¿Para qué?
- 10.- ¿Hay una actividad que se le dificulte hacer? ¿Cuál?
- 11.- Platíqueme una experiencia buena que haya tenido en su vida
- 12.- Platíqueme una experiencia mala que haya tenido en su vida
- 13.- Mencione el nombre de tres amigos de la infancia

- 14.- Platíqueme sobre el nacimiento de su primer hijo
- 15.- ¿Cuál es su número de teléfono?
- 16.- ¿Qué fecha es hoy?
- 17.- ¿En qué año estamos?
- 18.- ¿Qué día de la semana es hoy?
- 19.- ¿En dónde nos encontramos?
- 20.- ¿En qué país?
- 21.- ¿En qué Estado?
- 22.- ¿En qué municipio?
- 23.- Repita las siguientes palabras: papel, bicicleta, cuchara
- 24.- Mostrar un lapicero y un reloj ¿Qué es esto?
- 25.- ¿Recuerda las tres palabras de antes?
- 26.- Repita los siguientes números: 5, 9, 2
- 27.- En un trigal había tres tigres
- 28.- ¿Recuerda los tres números de antes?
- 29.- Una manzana y una pera ¿Qué son?
- 30.- ¿Qué son el rojo y el verde?
- 31.- ¿Cuántos tigres había en el trigal?
- 32.- ¿Qué son un perro y un gato?
- 33.- tome este papel con la mano derecha, dóblelo a la mitad y póngalo sobre la mesa
- 34.- Lea esto y haga lo que dice: CIERRE LOS OJOS

Agradezco por su participación y tiempo dedicado, reiterando que la información obtenida en esta entrevista es información confidencial. ¡Gracias !

ANEXO 3



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO
SEDE REGIONAL TULANCINGO HIDALGO

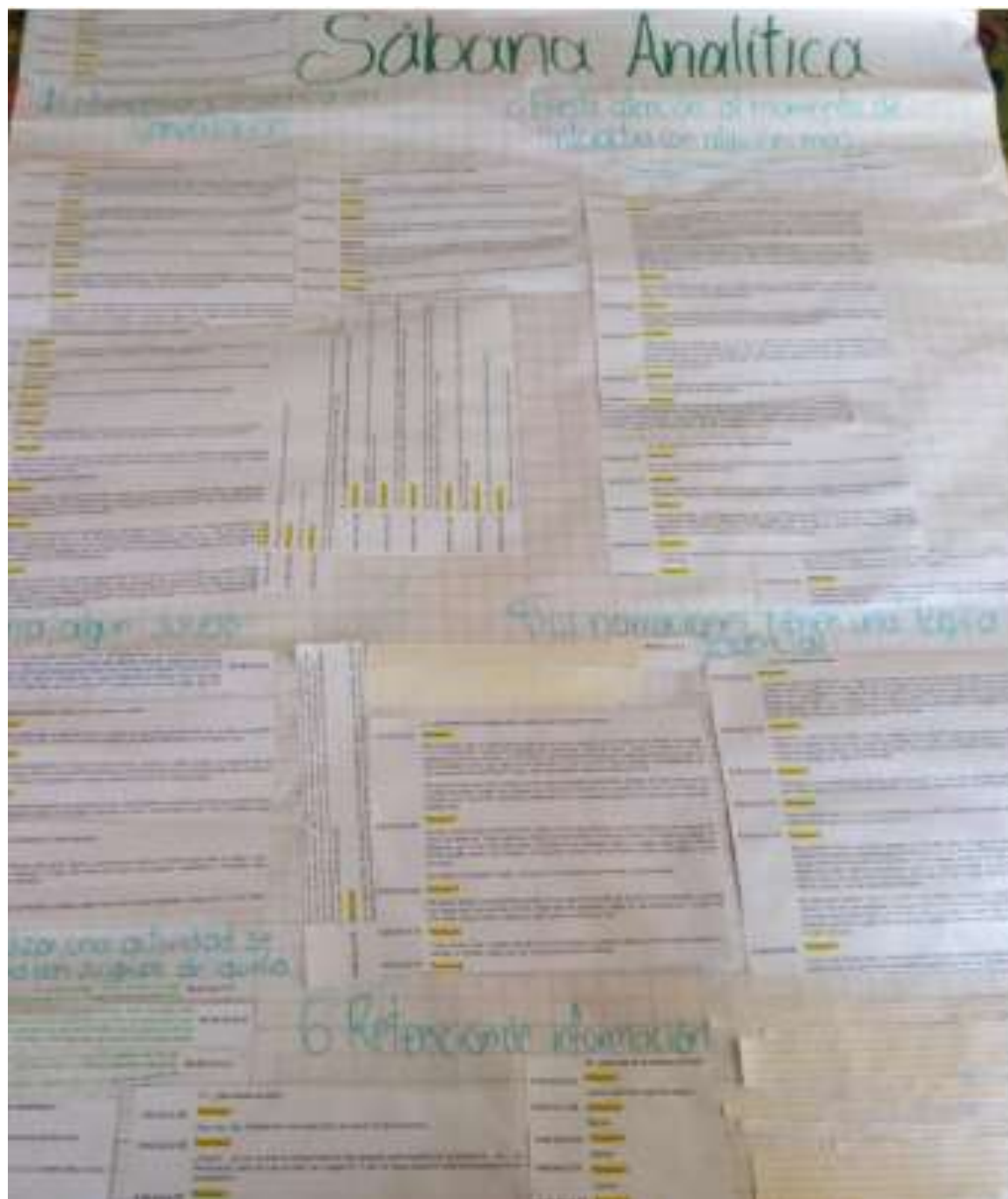


INDICADORES DE OBSERVACIÓN

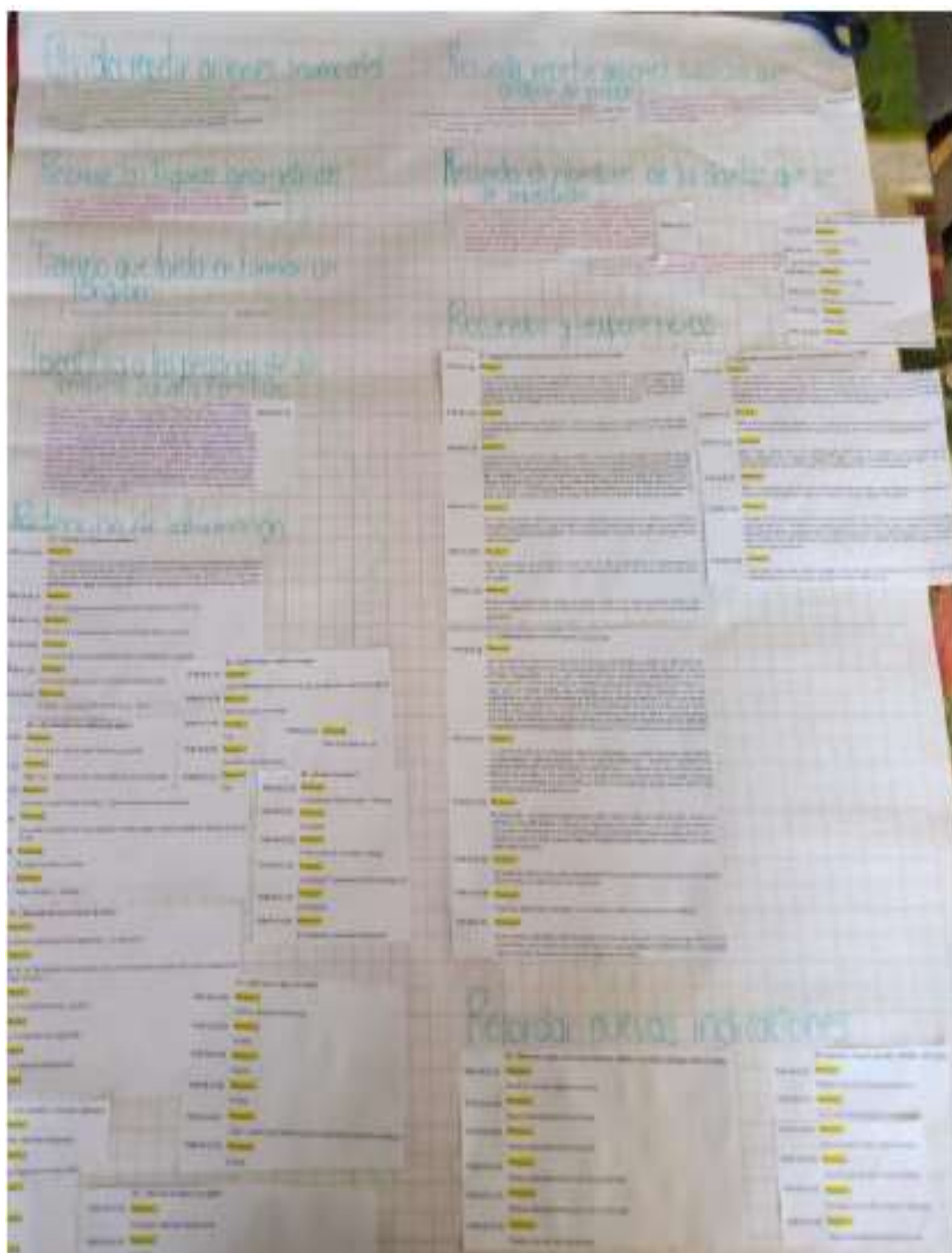
Objetivo: Los siguientes instrumentos de observación permiten conocer la situación de la memoria del adulto mayor de la casa de día “Años dorados”.

- 1.- Coherencia y secuencia en conversación
- 2.- Presta atención al momento de interactuar con alguien más
- 3.- Narra algún suceso
- 4.- Sus narraciones tienen alguna lógica secuencial
- 5.- Al realizar una actividad interacciona con su grupo de iguales
- 6.- Retención de información
- 7.- Acciones secuenciales
- 8.- Recuerda repetir acciones o sucesos que acaban de pasar
- 9.- Recuerda el nombre de sus compañeros
- 10.- Identifica las letras de su nombre
- 11.- cuanto tiempo tarda en resolver una sopa de letras
- 12.- Cuanto tiempo tarda en resolver un crucigrama
- 13.- Reconoce las figuras geométricas
- 14.- Cuanto tiempo tarda en formar una figura con tangram
- 15.- Menciona el nombre de los objetos que se le muestran

ANEXO 4

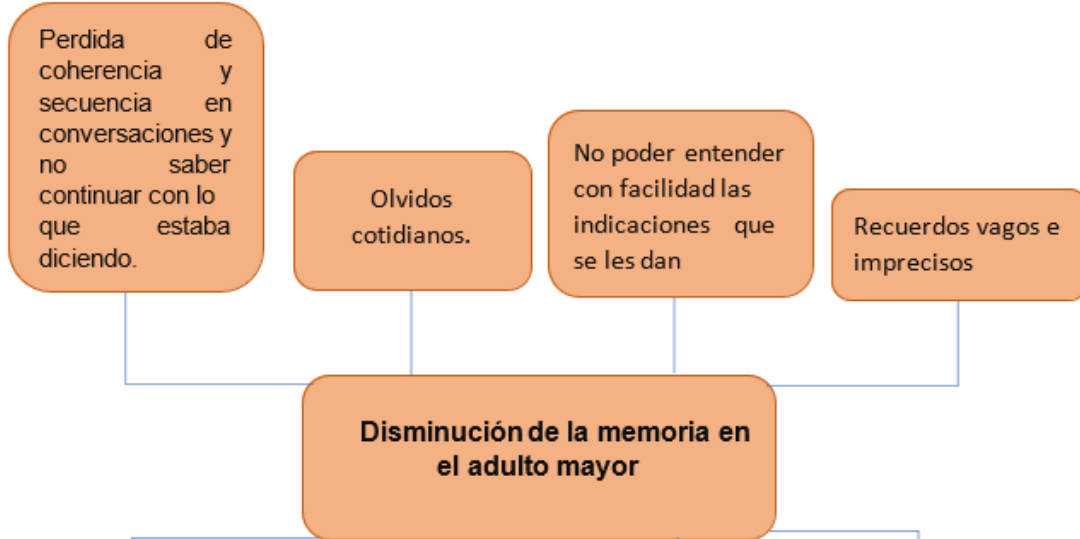


ANEXO 4

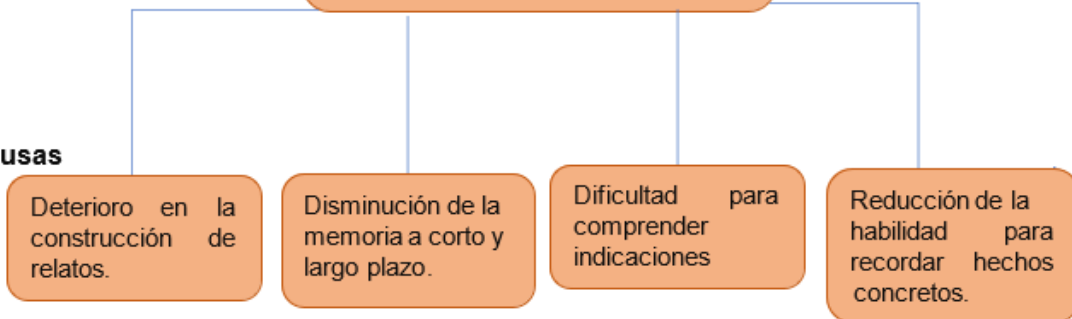


ANEXO 5

Efectos



Causas



ANEXO 6



Entrada Cada de Día "Años Dorados"

ANEXO 7



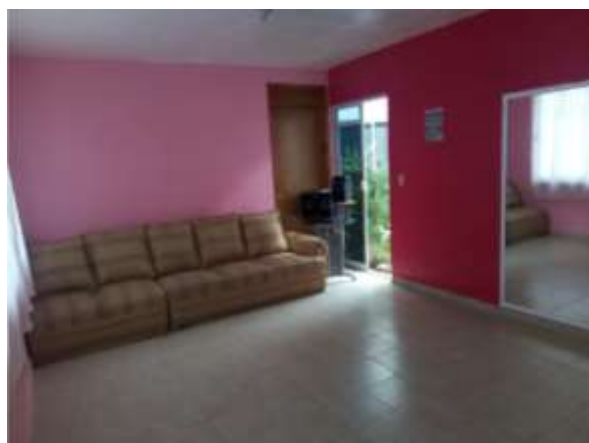
Consultorio



Área de corte y confección



Area de computo

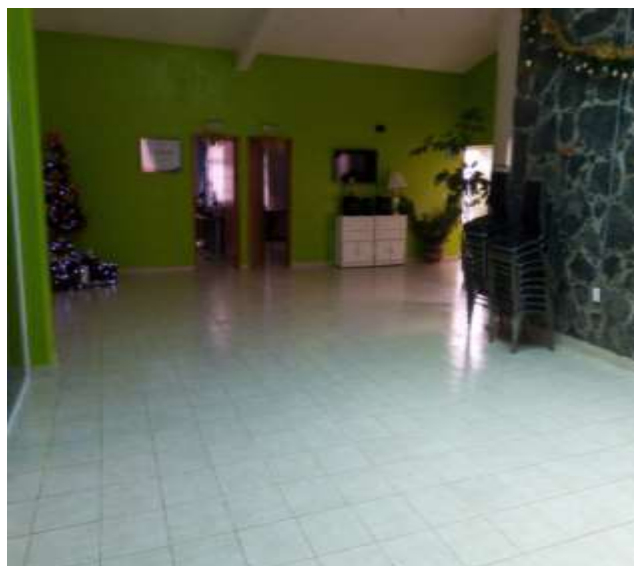


Área de meditación

ANEXO 8



Bicicletas elípticas



Área de usos múltiples



Jardín terraza



Capilla

ANEXO 9



Bodega



Jefatura

ANEXO 10



Área cocina-comedor

ANEXO 11

Complete las siguientes palabras y únalas con la imagen que corresponde.









_____ 2 _____

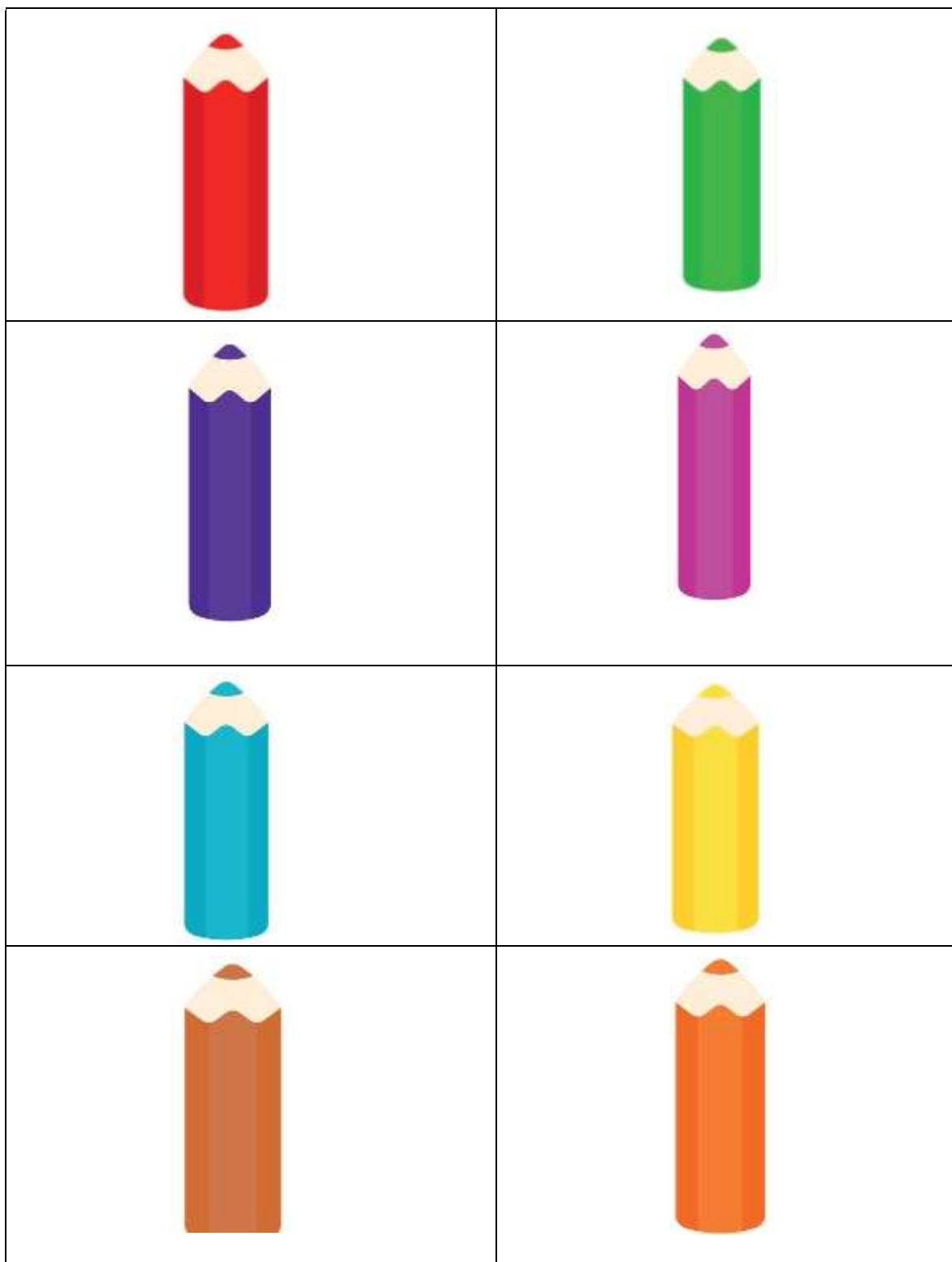
ANEXO 12

Animal	Comida	Cosa de madera	Cosa roja	Total

ANEXO 13



ANEXO 13



ANEXO 13



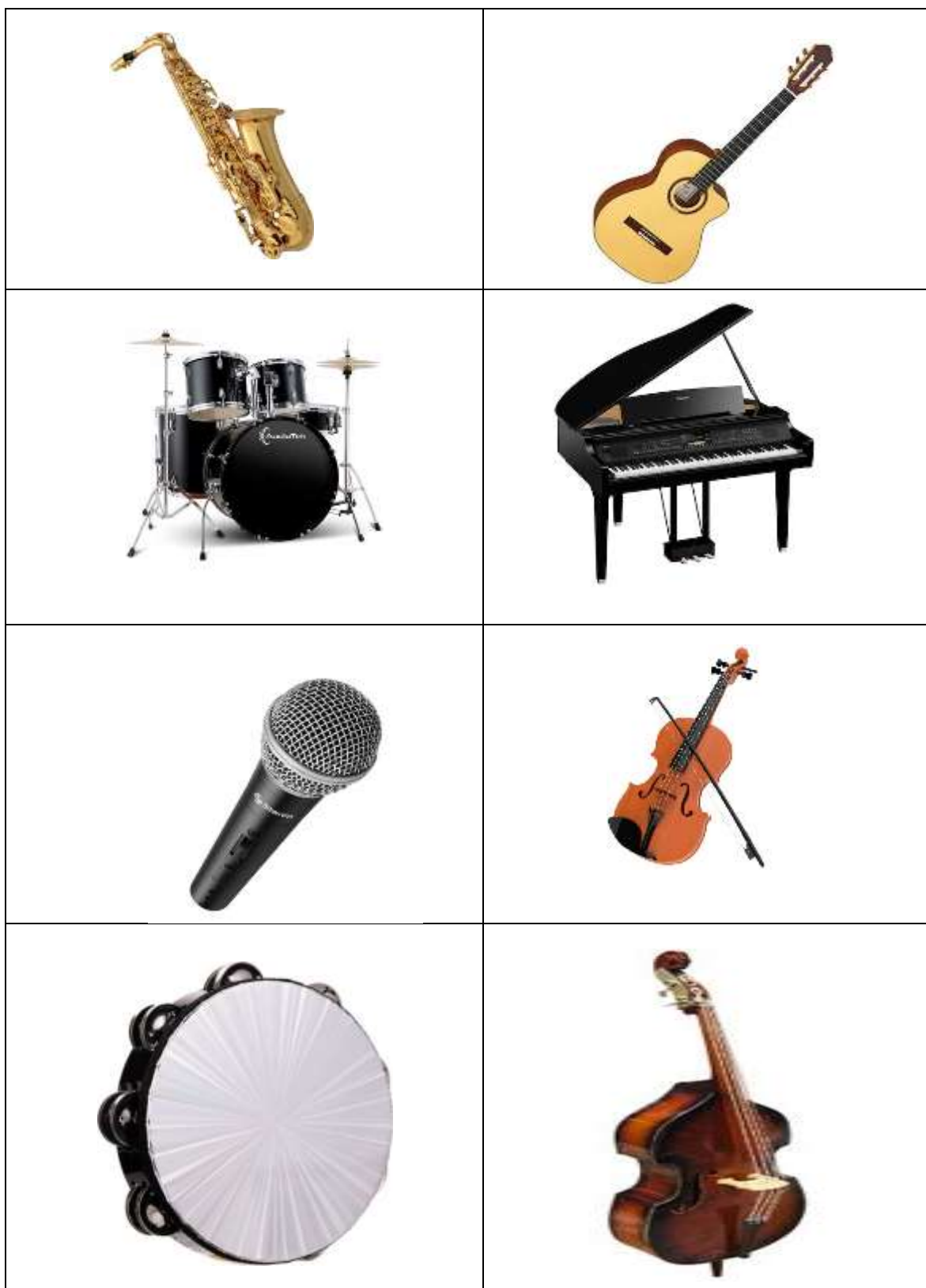
ANEXO 13

ANEXO 13

ANEXO 13



ANEXO 13

ANEXO 14



ANEXO 14



ANEXO 14



ANEXO 14



ANEXO 15



ANEXO 15



ANEXO 16

Personaje famoso	Cantante o grupo musical	Película	Telenovela	Canción	Total

ANEXO 17

Marque con una X la opción correcta

			
 ☐	 ☐	 ☐	 ☐

			
 ☐	 ☐	 ☐	 ☐

ANEXO 18

Realice la siguiente serie numerica de 2 en 2

2			8				16
---	--	--	---	--	--	--	----

Realice la siguiente serie numerica de 5 en 5

	10				30		
--	----	--	--	--	----	--	--

Realice la siguiente serie numerica de 5 en 5

			32				64
--	--	--	----	--	--	--	----

ANEXO 19

Relacione la imagen con el color que corresponde



Verde



Rojo



Blanco



Rosa



Amarillo

ANEXO 20

Con lápiz encierre las cuatro diferencias



ANEXO 21

Resuelva las siguientes sumas

$$\begin{array}{r} 3012 \\ + 7485 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6320 \\ + 1452 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 9874 \\ + 2441 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3021 \\ + 7411 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3002 \\ + 7415 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6521 \\ + 6874 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3201 \\ + 4178 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3652 \\ + 7999 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6521 \\ + 4025 \\ \hline \end{array}$$

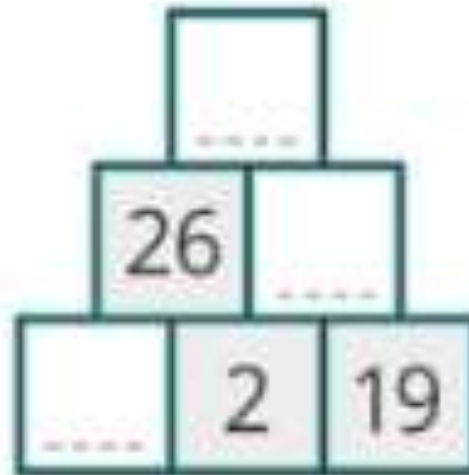
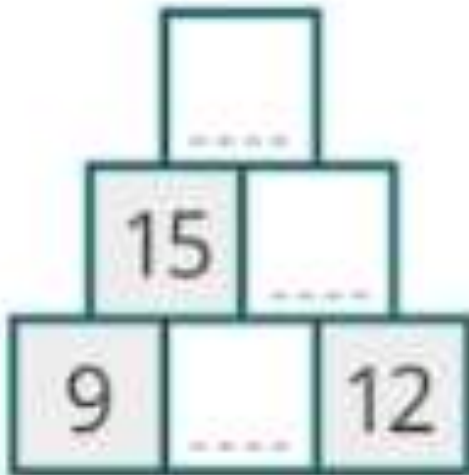
$$\begin{array}{r} 9365 \\ + 8412 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6324 \\ + 8777 \\ \hline \end{array}$$

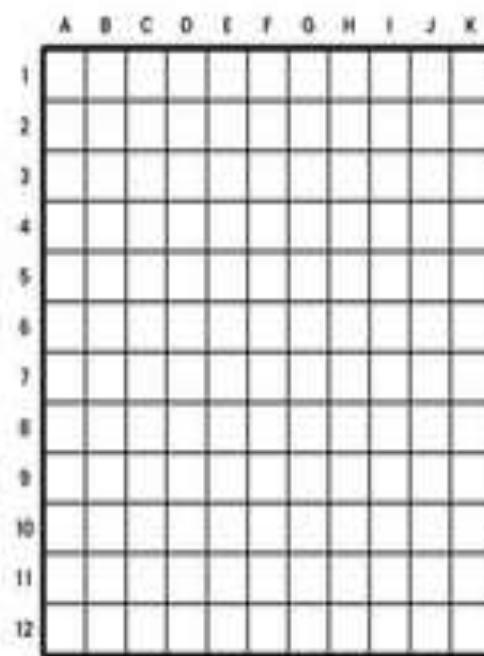
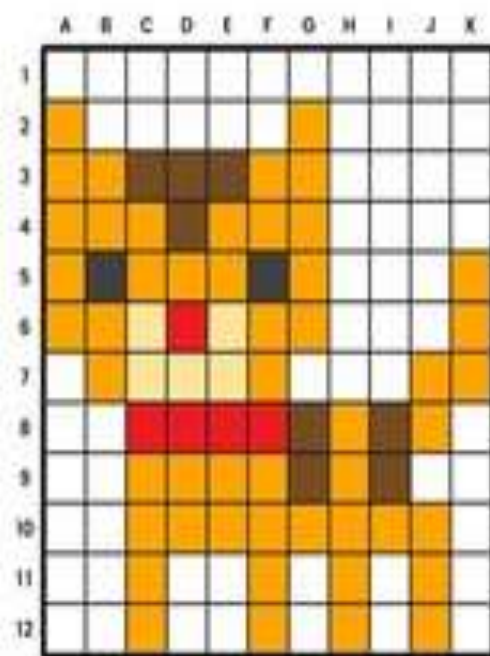
$$\begin{array}{r} 8600 \\ + 4123 \\ \hline \end{array}$$

ANEXO 22

Complete las siguientes pirámides matemáticas

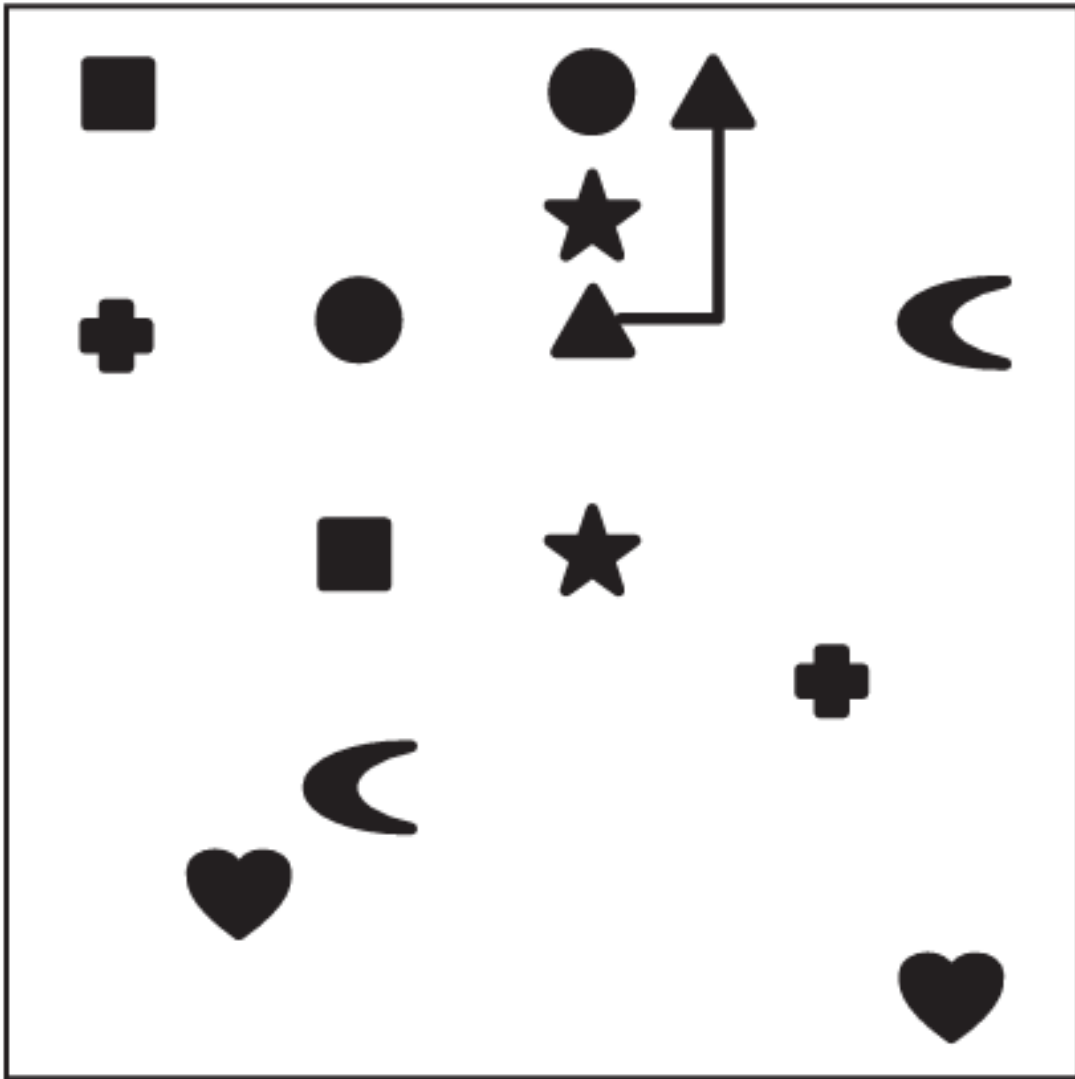


ANEXO 23



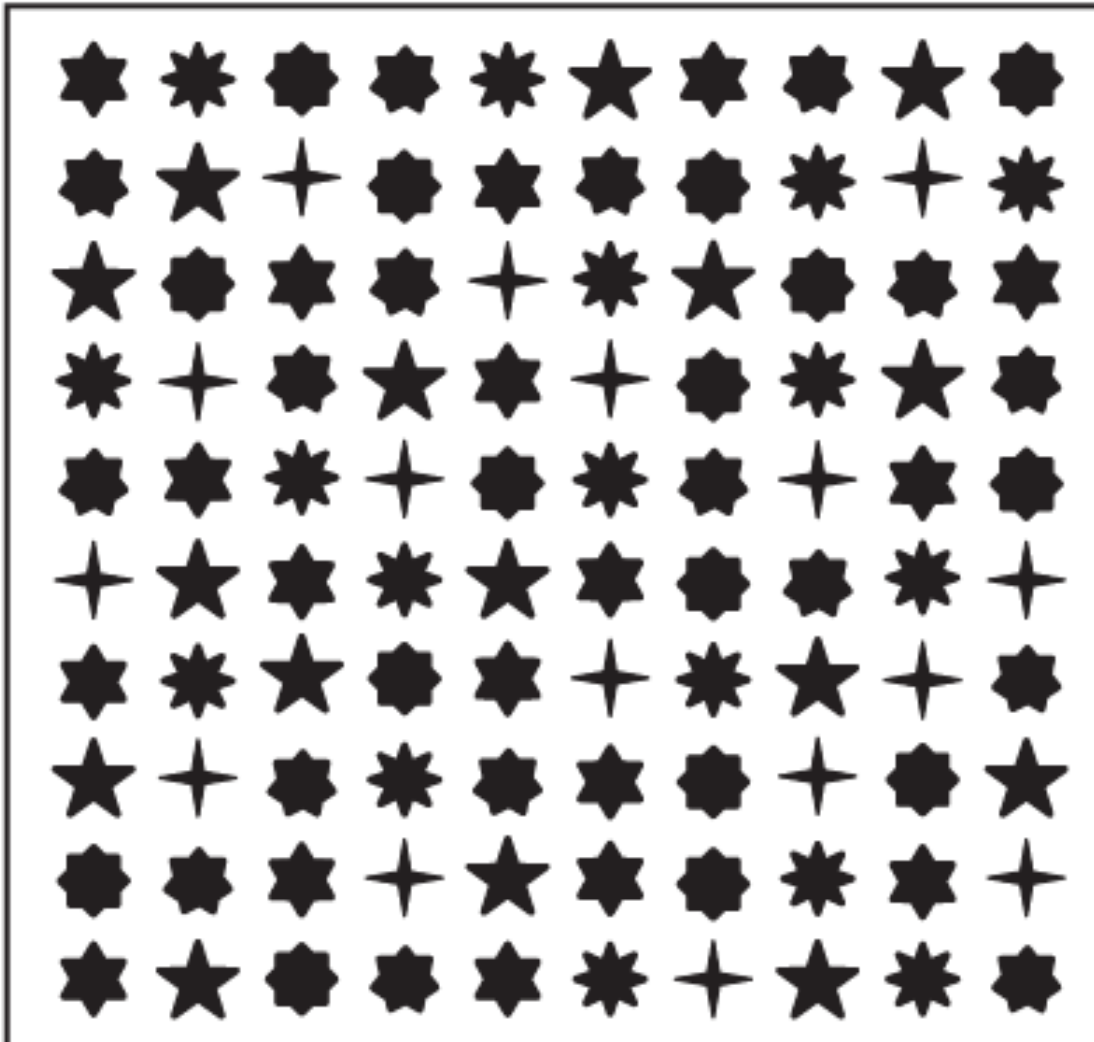
ANEXO 24

Con una línea una las figuras iguales, evitando que las líneas se crucen.



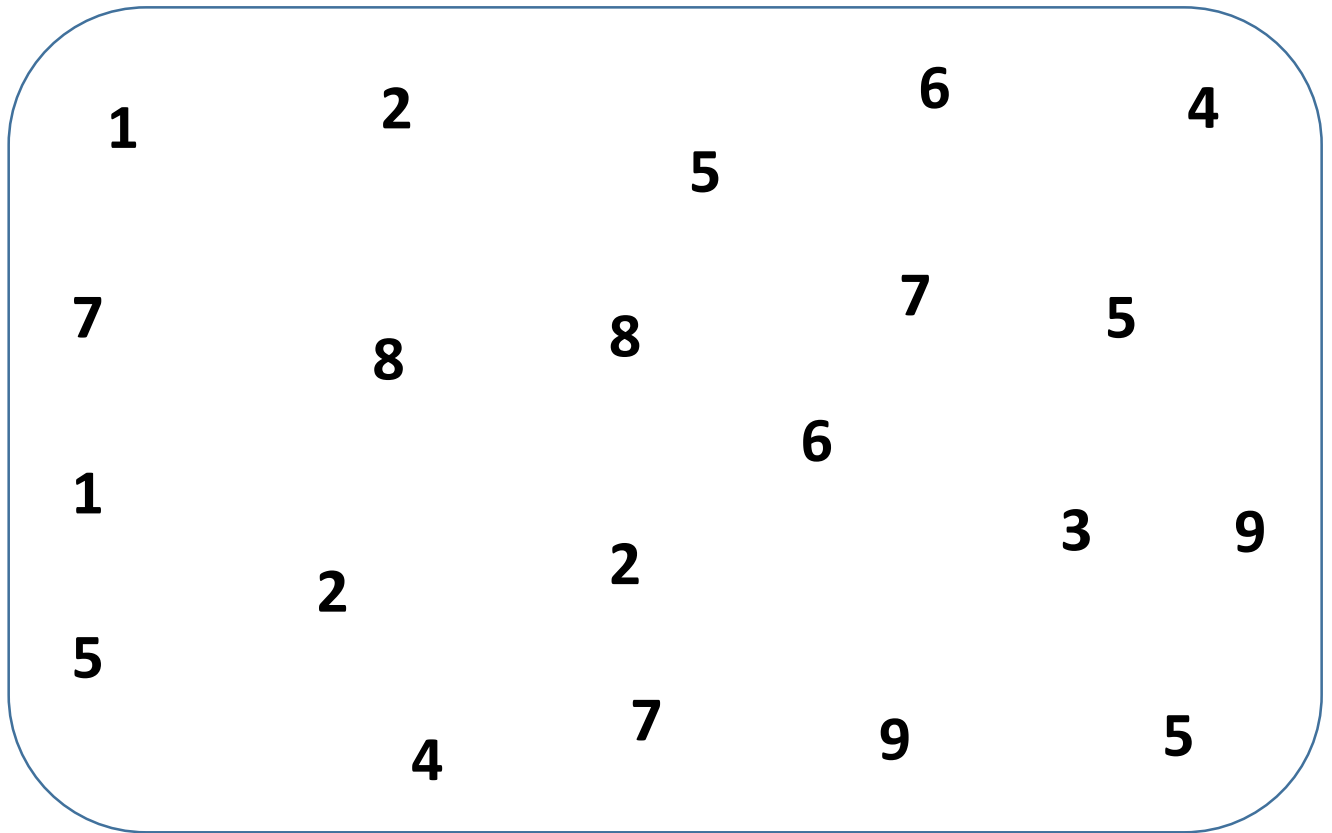
ANEXO 25

Encierre en un círculo la estrella de 6 picos, como la que se muestra aquí.



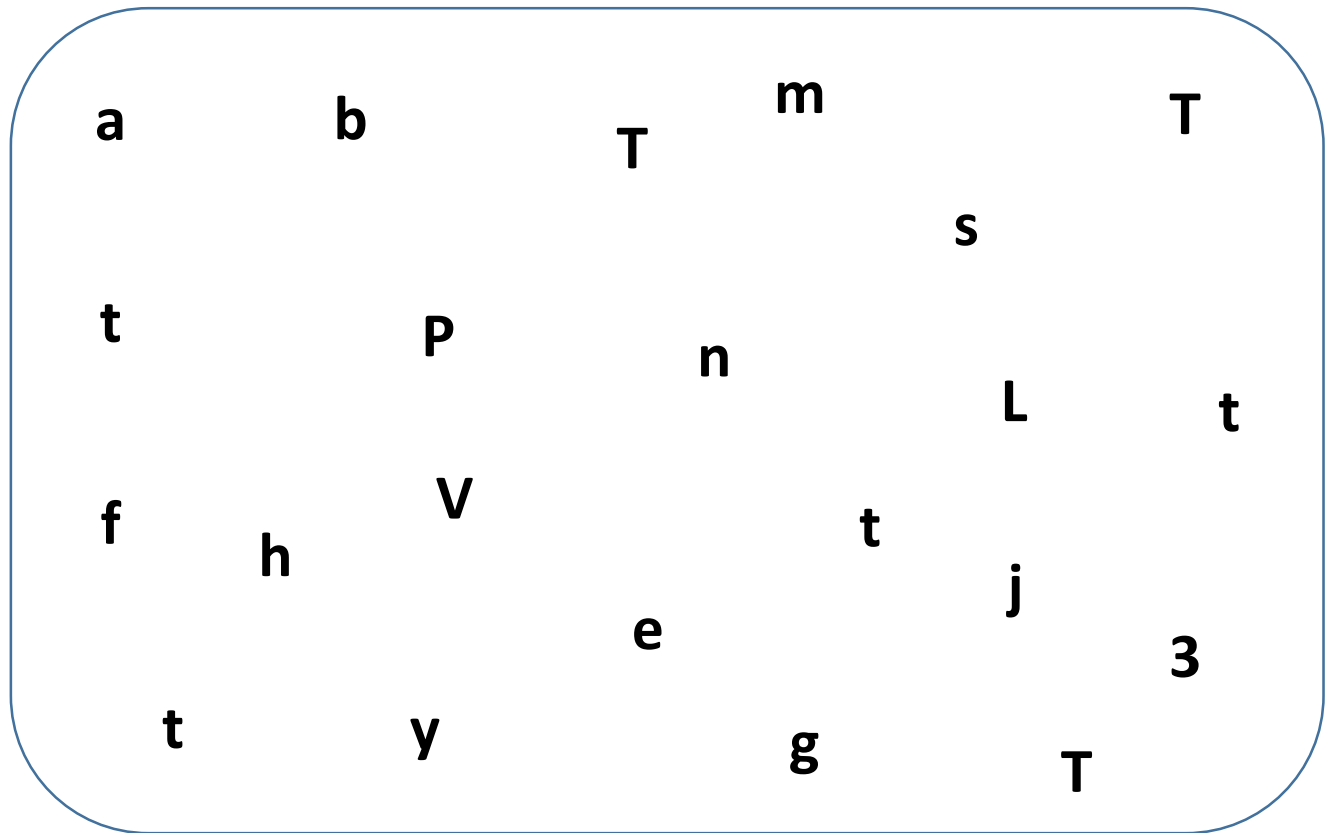
ANEXO 26

Encierre con color rojo todos los números 5, coloque una línea roja debajo del número 2 y ponga una letra X sobre el número 7.



ANEXO 27

Encierre con un círculo todas las letras T y t.



ANEXO 28

En las siguientes casillas hay letras y a cada una de ellas le corresponde un número de 0 al 9

A	D	H	K	J	M	P	S	E	V
2	6	4	8	0	9	5	3	1	7

Coloque el número a letra que corresponde a cada espacio

V	4	E	M	0	J	S	3	6	E
2	J	0	P	4	A	8	E	9	H
1	2	K	L	7	D	5	A	M	V
0	1	6	V	P	H	S	0	6	1
8	V	K	A	6	4	J	2	0	7
6	D	8	4	H	S	1	P	A	J
V	M	S	5	J	1	H	5	6	A
S	D	H	8	M	0	2	V	E	6
H	J	K	4	5	6	V	0	P	5

ANEXO 29

Contar figuras



ANEXO 30

Encierre cada letra con el color que se indica

a	c	k	V	l	n	q	X	f	A
a	ñ	E	l	m	o	i	a	H	x
O	w	V	A	x	e	r	B	e	v
L	p	o	K	i	u	X	y	t	r
Q	ñ	D	l	L	D	k	j	h	p
b	v	c	x	z	a	s	d	f	g
n	X	H	G	m	n	A	b	P	V
X	f	d	L	s	O	a	z	x	c

Letra A/a



Letra L/l



Letra X/x



ANEXO 31

Encierre en un círculo todos los pares de números contiguos que sumen 7. Por ejemplo, $4+3=7$

1	4	3	5	8	2	9	5	7	5
5	1	4	1	9	6	1	8	3	2
2	6	1	8	2	1	7	3	4	7
8	5	7	2	1	9	5	2	4	8
9	4	3	7	8	6	1	9	3	7
7	9	6	2	8	4	3	6	6	1
5	2	4	1	7	9	1	3	9	4
1	3	3	6	4	9	6	4	6	3

ANEXO 32

Encuentra las siguientes palabras en la sopa de letras

q	W	e	r	T	y	g	c	u	l
l	l	b	e	L	u	l	a	o	l
m	P	ñ	l	S	k	j	t	m	u
a	S	d	a	F	g	h	a	o	c
r	A	n	z	X	c	v	r	s	i
i	O	l	ñ	M	n	b	i	c	e
p	K	j	h	G	f	d	n	a	r
o	S	a	b	E	j	a	a	o	n
s	A	q	h	O	r	m	i	g	a
a	R	e	w	O	l	l	i	r	g
t	A	r	a	N	t	u	l	a	a

1. Abeja

2. Libélula

3. Luciérnaga

4. Catarina

5. Gusano

6. Grillo

7. Tarántula

8. Mariposa

9. Hormiga

10. Mosca

ANEXO 34

Una con una línea la imagen con la estación de año que corresponde



Otoño



Verano



Invierno



Primavera

ANEXO 35

Relacione con una línea la imagen con el lugar turístico que corresponde



**Los Prismas
Bálticos**



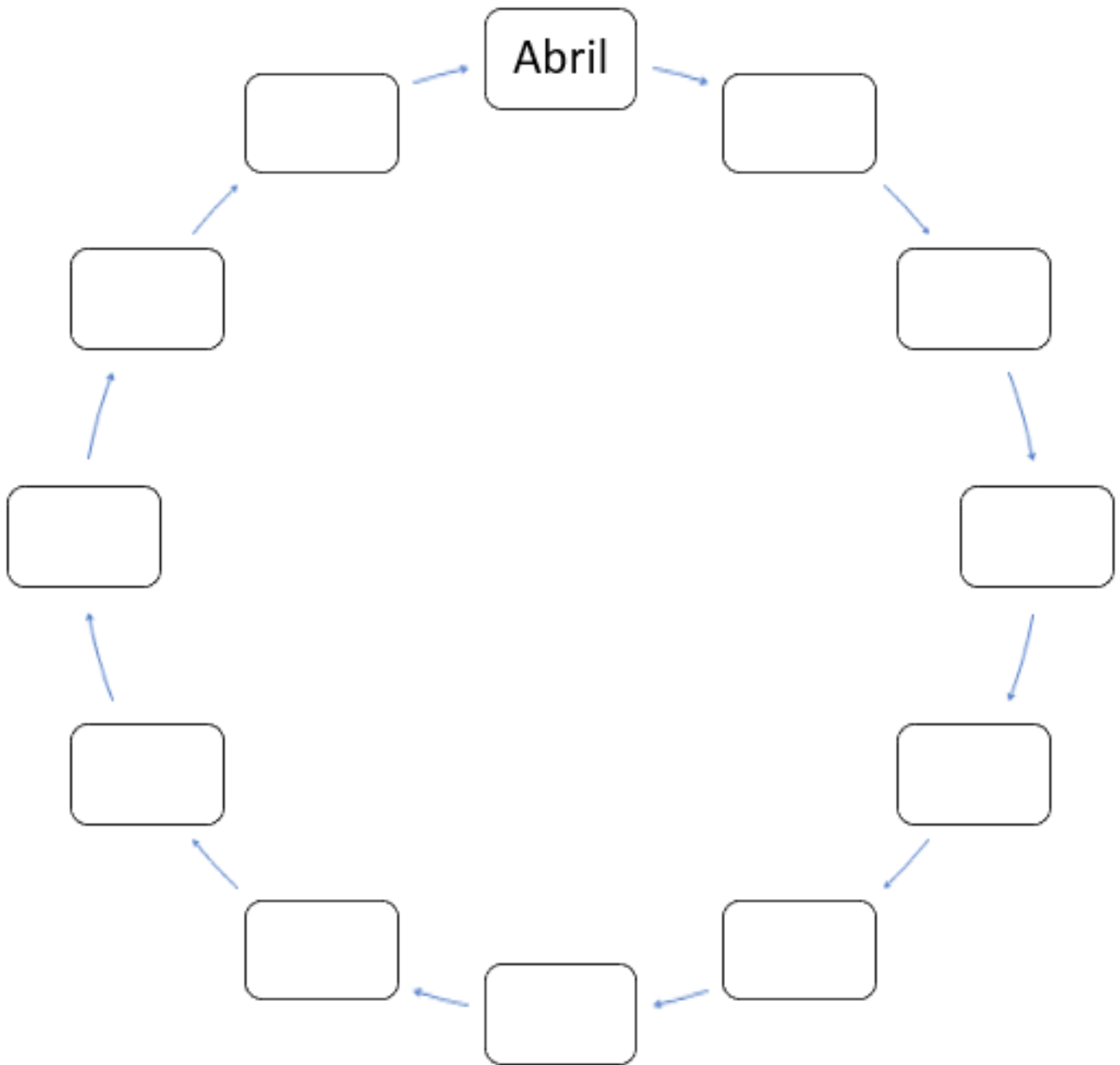
**San Juan de
los Lagos**



Acapulco

ANEXO 36

Escriba los nombres de los meses iniciando por el mes de abril e ilumine el mes de su cumpleaños



ANEXO 37

Relacione la festividad con la característica que corresponde

14 de febrero	Festejamos el nacimiento de Jesús.
16 de septiembre	Comemos rosca y los niños reciben regalos.
25 de diciembre	Festejamos el cariño, apoyo y compromiso de las mamás.
06 de enero	Comemos 12 uvas y pedimos deseos.
31 de diciembre	Regalamos flores o chocolates y damos abrazos
10 de mayo	Comemos platillos típicos como pozole o chiles en nogada

ANEXO 38

Dibuje las manecillas representando la hora que se indica



1:15



05:30



02:25



08:00



07:50



03:45

ANEXO 39



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO
SEDE REGIONAL TULANCINGO
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA



GUIÓN DE ENTREVISTA

Objetivo: El siguiente guion de entrevista se desarrolla con la finalidad de obtener información que permita conocer la opinión de los participantes respecto al proyecto, así como evaluar el impacto que genera el proyecto de intervención.

1. ¿Cuál fue su experiencia al participar en el taller de estimulación cognitiva?
2. ¿Estas actividades fueron significativas para usted? ¿Por qué?
3. ¿Qué actividades le gustaron?
4. ¿Qué actividades no fueron de su agrado? ¿Por qué?
5. ¿Qué actividades le fueron difíciles de comprender? ¿Por qué?
6. ¿Qué otras actividades le gustaría que se agregaran?
7. ¿Con qué actividad evocó recuerdos?
8. ¿Con que actividad estimuló el lenguaje?
9. ¿Con qué actividad estimuló la atención?
10. ¿Con que actividad estimuló la memoria?
11. ¿Notó algún cambio en usted después de participar en el proyecto? ¿Cuál?
12. Después del proyecto ¿han reducido sus olvidos cotidianos?

13. En una escala del 0 al 10 ¿cómo calificaría del contenido del taller?

14. ¿Con que palabra definiría el proyecto?

15. En una escala del 0 al 10 ¿cómo calificaría el desempeño del interventor?

16. Si tuviera la oportunidad de volver a participar en el taller ¿lo haría? ¿Por qué?

Agradezco su participación y tiempo dedicado, reiterando que la información obtenida en esta entrevista es para tomar decisiones que contribuyan al mejoramiento del taller. ¡Gracias!

ANEXO 40



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO
SEDE REGIONAL TULANCINGO
LICENCIATURA EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA**



GUIÓN DE ENTREVISTA

1. ¿El objetivo general tiene relación con el título del proyecto?
2. ¿Los objetivos específicos son congruentes con el objetivo general?
3. ¿Cada uno de los contenidos se relacionan con el objetivo general, así como con los objetivos específicos?
4. ¿Cada una de las actividades atiende a la problemática detectada?
5. ¿Las técnicas de evaluación son acordes al tipo de proyecto que se realiza?