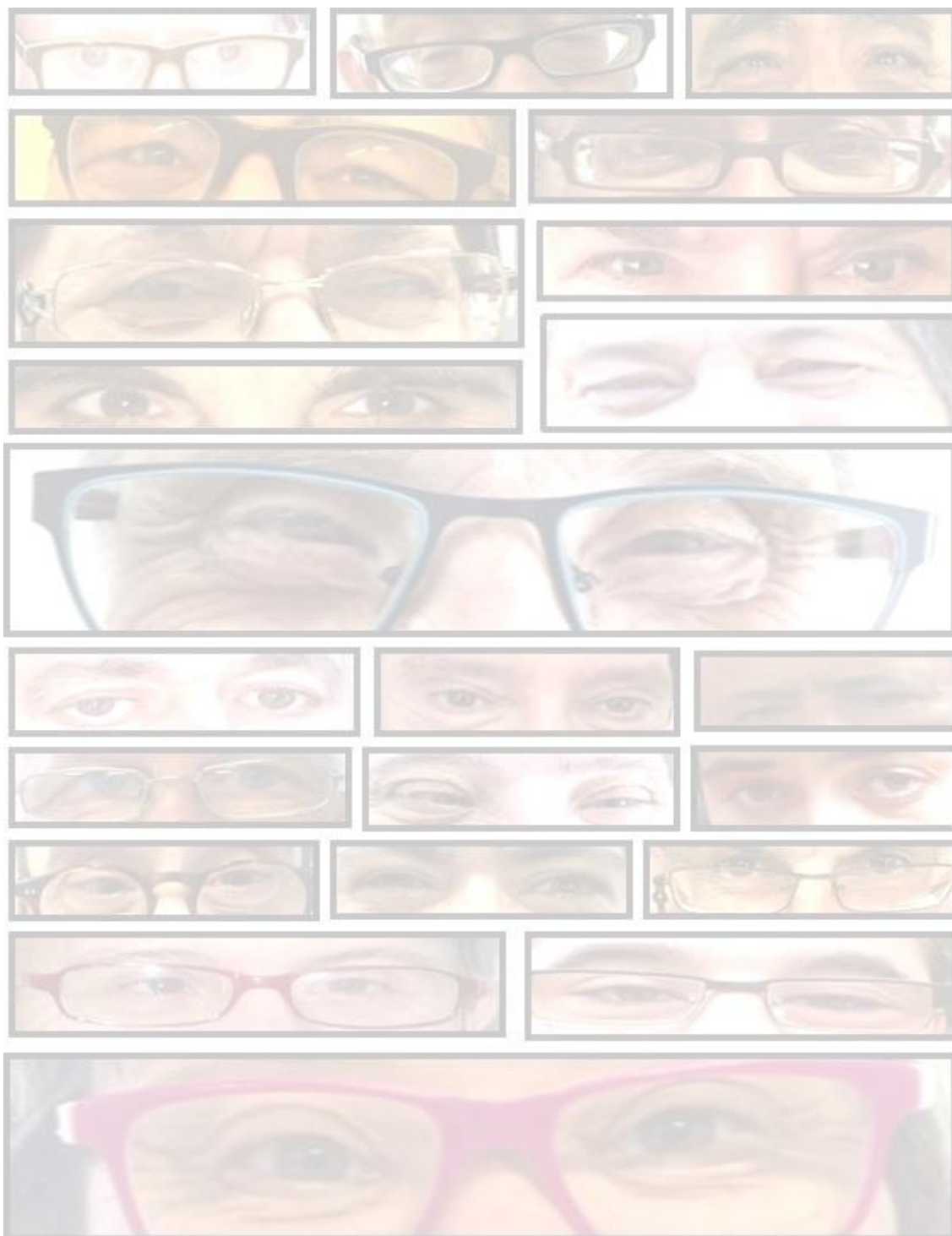


RECURSO PARA EDUCADORES SOCIALES: ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA



Patricia Espínola Rodríguez

RECURSO PARA EDUCADORES SOCIALES: ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Alumna: Patricia Espínola Rodríguez

Trabajo Final de Grado

Tutora: Elisabet Higuera Albert

Grado de Educación Social

Universidad de Barcelona

Curso académico: 2014-2015



Universitat de Barcelona

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	6
<u>BLOQUE 1: ACTIVIDADES PARA TRABAJAR EL DETERIORO COGNITIVO</u>	8
LEVE/INCIPIENTE	
ATENCIÓN/CONCENTRACIÓN	10
LENGUAJE	18
MEMORIA	24
PERCEPCIÓN	30
FUNCIONES EJECUTIVAS	36
<u>BLOQUE 2: ACTIVIDADES PARA TRABAJAR EL DETERIORO COGNITIVO</u>	42
GRAVE/AVANZADO	
ATENCIÓN/CONCENTRACIÓN	44
LENGUAJE	50
MEMORIA	58
PERCEPCIÓN	64
FUNCIONES EJECUTIVAS	70

INTRODUCCIÓN

El presente catálogo de actividades está diseñado con la finalidad de trabajar la estimulación cognitiva en las personas con discapacidad intelectual que están en proceso de envejecimiento y presentan deterioro cognitivo. Además de estimular las funciones cognitivas de la persona, el recurso propuesto tiene como objetivos ralentizar el proceso de envejecimiento en el que se encuentran así como mantener las capacidades de la persona mediante la utilización de las diferentes actividades que contempla. Cabe destacar, que las distintas actividades que aparecen así como alguna de las láminas para trabajar están extraídas de una guía y un libro de estimulación cognitiva¹. No obstante, aunque se encuentran adaptadas a los resultados obtenidos y a las personas protagonistas de la investigación, pueden servir también como recurso para otros centros ocupacionales en la que se detecte que existe una problemática similar a la expuesta en el trabajo.

En cuanto a su estructura, cabe destacar que ésta se encuentra dividida en dos bloques en función del perfil de deterioro cognitivo. En el primero, se recoge un conjunto de actividades clasificadas en diferentes procesos cognitivos – atención/concentración, memoria, lenguaje, percepción y funciones ejecutivas- para trabajar el deterioro cognitivo de tipo leve/incipiente. En el segundo, se encuentran actividades clasificadas en los mismos procesos cognitivos que aparece en el primero pero enfocadas a trabajar el deterioro cognitivo de tipo grave/avanzado. Las actividades se presentan mediante una ficha que contempla el nombre de la actividad, el desarrollo de la misma, una alternativa y finalmente aquellos aspectos que se trabajan con las personas que lleven a cabo dicha actividad. Seguidamente, aparecen las láminas

¹ Sardinero, A. (2009). *Estimulación cognitiva para adultos* Madrid: GrupoGesfomedia S.L.

Peña, J. (1999). *Intervención cognitiva en la enfermedad de Alzheimer*. Barcelona: Fundació “la Caixa”

correspondientes de cada una de ellas para complementar su desarrollo y facilitar la puesta en práctica de las mismas.

Cabe destacar que previamente a las actividades, concretamente en el inicio de cada bloque se muestran las características más relevantes de cada perfil de deterioro cognitivo para que los Educadores Sociales que utilicen dicho recurso, tengan nociones referente a cada uno de ellos y así poder escoger las actividades que se ajustan más a las alteraciones que muestra la persona, identificando a su vez el tipo de perfil de deterioro cognitivo que presenta.

BLOQUE 1: ACTIVIDADES PARA TRABAJAR EL DETERIORO COGNITIVO LEVE/INCIPIENTE

Las actividades que se encuentran en este primer bloque van dirigidas a aquellas personas que presentan deterioro cognitivo leve/incipiente. Éste se caracteriza por manifestar pequeñas alteraciones en las funciones cognitivas de las personas tales como pequeños despistes, olvido de las cosas, déficits relacionados con la orientación, cambios en el estado anímico, dificultades en la expresión verbal así como en la realización de algunas de las actividades o tareas cotidianas que llevan a cabo.

Nombre de la actividad	<i>Cancelación</i>
-------------------------------	---------------------------

Desarrollo

La actividad consiste en rodear con un círculo el estímulo que se propone. Éste puede ser una imagen, una letra, un número e incluso un símbolo. El elemento a buscar –la diana- aparece repetido en múltiples ocasiones y está entremezclado con otra información que debe ser ignorada –los distractores-

Alternativa

Rodear varios de los estímulos que aparecen, entremezclando imágenes, letras, números y símbolos.

Aspectos que se trabajan

- Atención selectiva
- Atención sostenida
- Atención dividida



A R K C O W O S Q O

D E M R T O O E O O

A C Q T O F O A X

I T F I L V R T M I L I B F I L T F I

T I L I L H Q W R L Y L I O P P L L L

A S D F G H J L Z X C L V B B B N N Q Q

L L L Q W W H L E R Y L K D F N L O L

Nombre de la actividad*Búsqueda por imágenes***Desarrollo**

La actividad consiste en la búsqueda de determinados objetos y detalles que aparecen en una fotografía de una escena compleja. A un lado de la lámina se muestra la foto y al otro la lista de objetos que debe buscar y señalar.

Alternativa

La búsqueda puede realizarse en base a diferentes objetos superpuestos coloreando uno de ellos.

Si la persona no sabe leer se puede realizar la actividad con el soporte del Educador Social de manera oral.

Aspectos que se trabajan

- Atención selectiva
- Atención sostenida
- Comprensión lectora
- Gnosis visual de discriminación figura
- Fondo y gnosis visual de cierre perceptivo



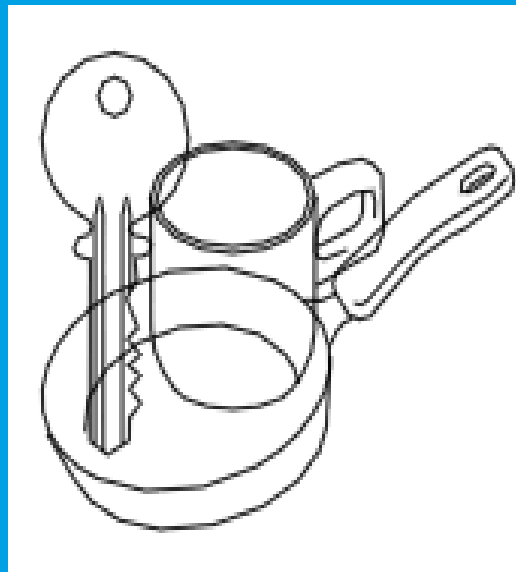
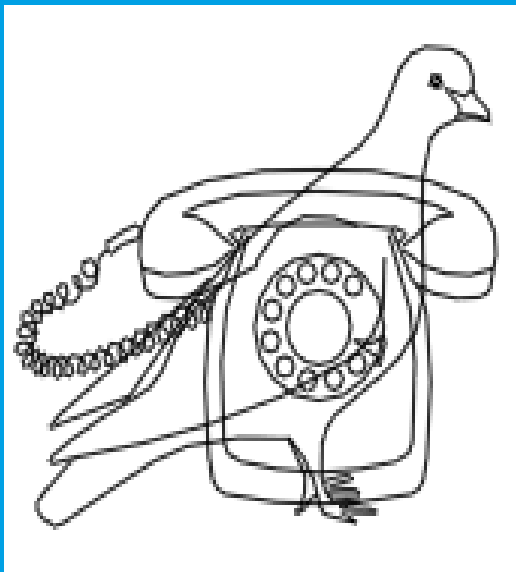
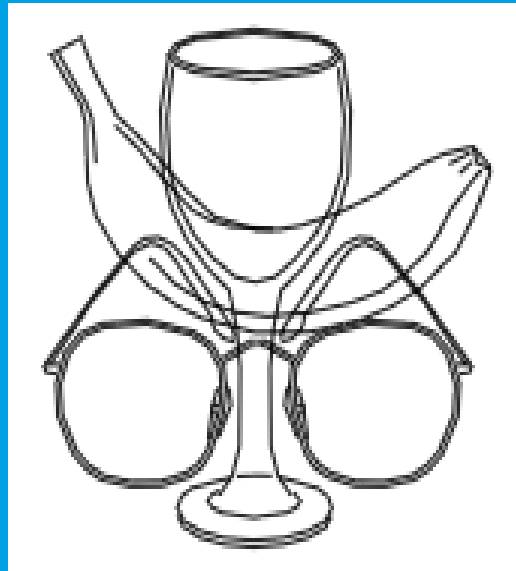
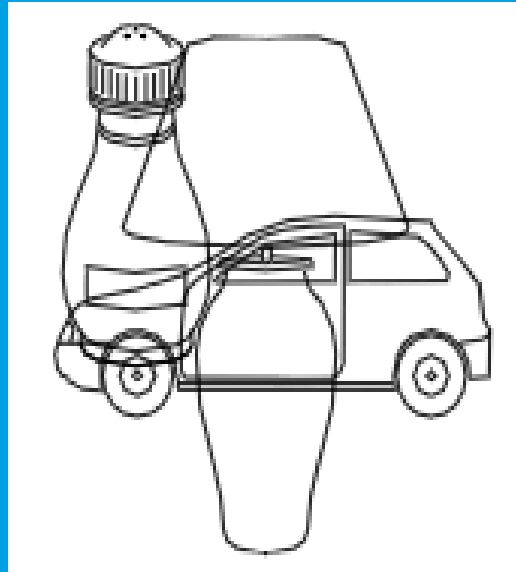
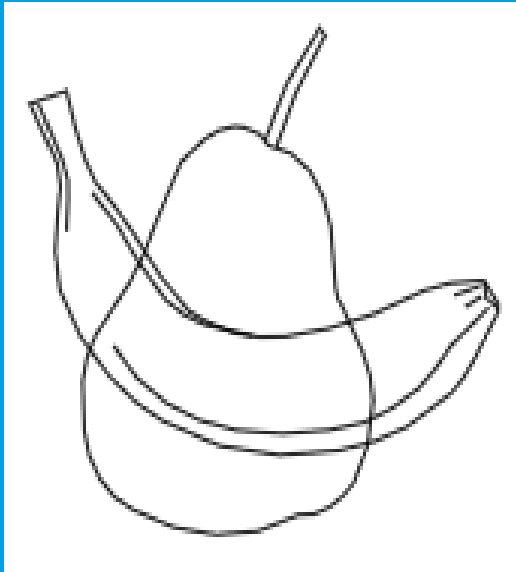
Pastilla de jabón

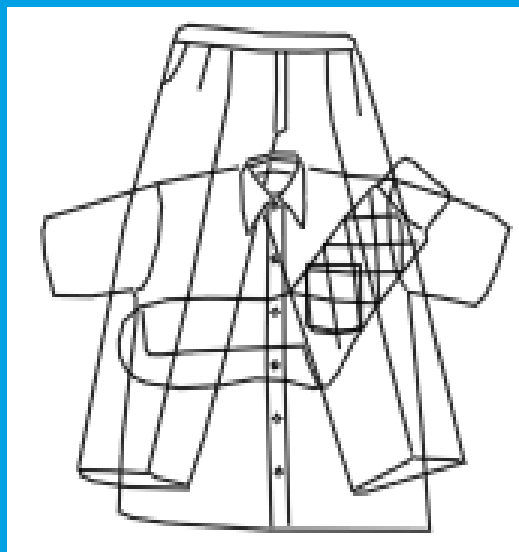
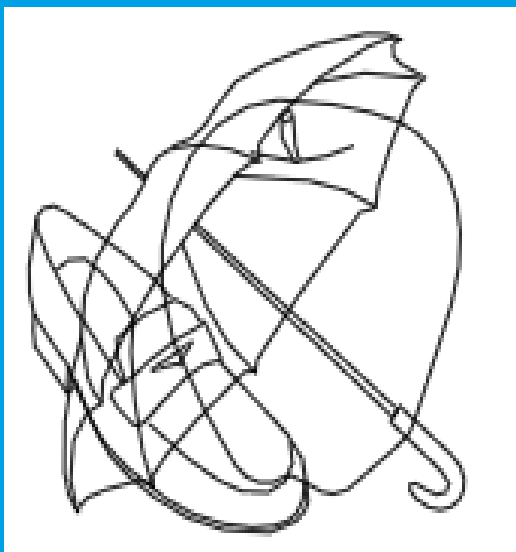
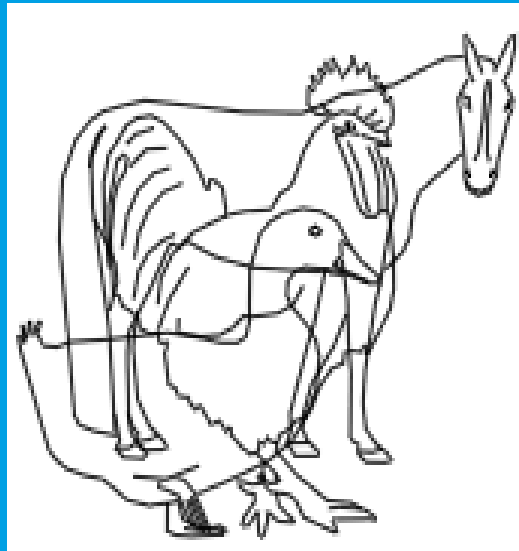
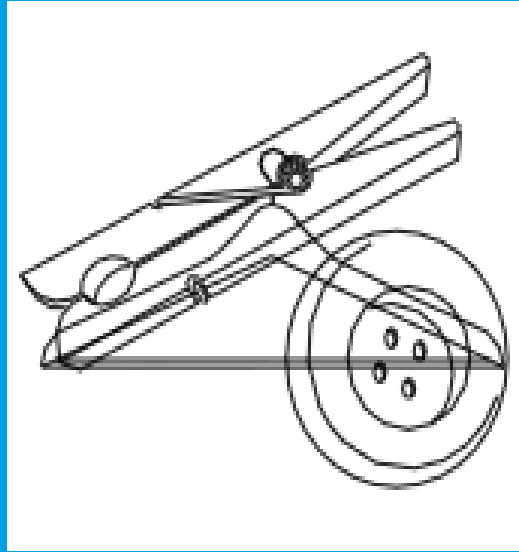
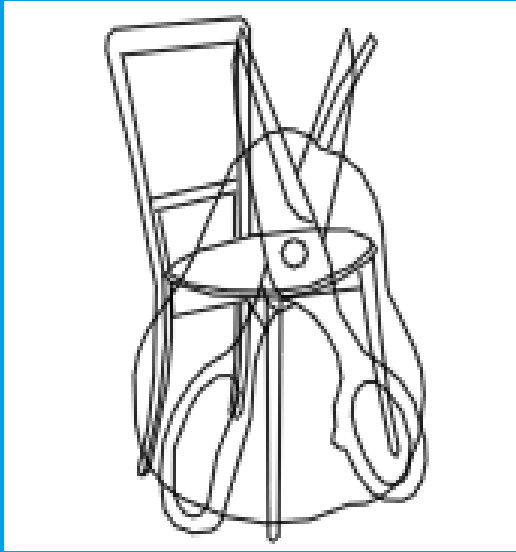
Cuchilla de afeitar

Peine Azul

Cepillo de dientes

Esponja





Nombre de la actividad	<i>La palabra correcta</i>
-------------------------------	----------------------------

Desarrollo

La actividad consiste en, a partir de un listado de definiciones, saber identificar la palabra que corresponde a las mismas.

Alternativa

Identificar la palabra que corresponde a un listado de definiciones que se muestran. La persona debe escoger entre distintas alternativas aquella que se ajuste más a la definición.

Aspectos que se trabajan

- Comprensión oral/escrita
- Memoria semántica
- Evocación léxica
- Lectoescritura

1. Vehículo con motor, de cuatro ruedas, usado específicamente para el transporte de personas.

Palabra correcta:

2. Alimento hecho con harina, mezclada con agua y sal, que, después de amasada y fermentada por la acción de la levadura, se cuece al horno, con diversas formas y tamaños.

Palabra correcta:

3. Utensilio de mesa formado por un mango con tres o cuatro púas iguales, que sirve para clavarlo en los alimentos sólidos y llevarlos a la boca.

Palabra correcta:

4. Recipiente pequeño de forma cilíndrica, generalmente de vidrio, usado para beber.

Palabra correcta:

5. Pequeño trozo de paño o papel que se utiliza en la mesa para limpiarse los labios y las manos.

Palabra correcta:

1. Instrumento formado por una hoja de acero y de un corte solo, con mango.

Palabra correcta: cuchara vaso cuchillo

2. Pieza de tejido de felpa, de rizo de algodón o de otra tela esponjosa y absorbente que se utiliza para secarse después de lavarse.

Palabra correcta: pantalón toalla reloj

3. Asiento con respaldo, por lo general con cuatro patas, y en el que solo cabe una persona.

Palabra correcta: mesa tenedor silla

4. Recipiente bajo y generalmente redondo que se emplea en las mesas para servir los alimentos y comer en él.

Palabra correcta: plato vaso servilleta

5. Instrumento metálico para abrir o cerrar una cerradura.

Palabra correcta: camisa libreta llave

Nombre de la actividad	<i>Palabras funcionales</i>
-------------------------------	-----------------------------

Desarrollo

La actividad consiste en completar una frase utilizando artículos, determinantes, preposiciones o conjunciones. Algunas de las palabras funcionales que componen la frase han sido omitidas y la persona debe rellenar los espacios que aparecen con la opción que corresponda.

Alternativa

Omitir los verbos y/o sustantivos de una frase para que la persona rellene los espacios con el tiempo verbal o palabra adecuada. Pueden aparecer alternativas debajo de cada frase para que la persona escoja la opción correcta.

Aspectos que se trabajan

- Procesamiento gramatical y sintáctico
- Comprensión de oraciones escritas
- Amplitud de la memoria verbal inmediata
- Conjugación verbal

Es un jamón de jabugo

Hoy es lunes y mañana será martes

Yo tengo un gato recién nacido

Patricia es la madre de Ricardo

Nosotros _____ de frío

tiemblos

temblamos

tiemblan

El _____ por el paso de peatones

cruzamos

corre

cruzará

Matilde _____ su casa el año pasado

peinó

pintó

pintamos

Ellos no _____ casi en verano

sudamos

sudasteis

sudan

Nosotros _____ vinagre en la ensalada

echamos

hicimos

pensamos

Nombre de la actividad	<i>Las relaciones entre objetos</i>
-------------------------------	-------------------------------------

Desarrollo

La actividad consiste en mostrar varias imágenes de objetos que tengan relación y que se encuentren agrupadas de dos en dos. Tras transcurrir un período de tiempo determinado, se seleccionan diferentes imágenes y la persona debe buscar, entre varias, aquellas que tenga relación con las expuestas y que previamente ha visualizado.

Alternativa

Mostrar varias imágenes de objetos, o con el nombre del mismo, que tengan relación y que se encuentren agrupadas de dos en dos durante un período de tiempo determinado. Una vez transcurrido, retirar las imágenes y mezclarlas con otras de tal forma que queden dispersas. La persona debe encontrar las parejas de imágenes que tengan relación entre sí.

Aspectos que se trabajan

- Memoria inmediata
- Memoria demorada
- Retención
- Gnosis perceptiva
- Reconocimiento de imágenes con objetos reales

lámpara



aceite



clavo



Nombre de la actividad	<i>La categorización</i>
-------------------------------	--------------------------

Desarrollo

La actividad consiste en mostrar diferentes imágenes en el que aparece el nombre escrito de distintos objetos. Durante un período de tiempo determinado la persona debe memorizar los nombres que aparecen. Posteriormente se ofrece una ficha en la que se muestra el título de diferentes categorías semánticas o grupos de significado. La persona debe escribir el nombre de los objetos que ha retenido dentro del grupo que corresponda.

Alternativa

Mostrar diferentes imágenes de objetos y memorizar durante un período de tiempo determinado. Ofrecer una ficha en la que aparezcan imágenes de diferentes categorías. La persona debe recordar las imágenes que ha memorizado y verbalizar o anotar el nombre en la categoría que corresponda.

Aspectos que se trabajan

- Memoria verbal inmediata
- Memoria verbal demorada
- memoria semántica
- procesamiento ejecutivo de la clasificación semántica
- comprensión lectora
- Retención
- Reconocimiento de imágenes y/o objetos reales
- Gnosis perceptiva

Traje

Pinzas

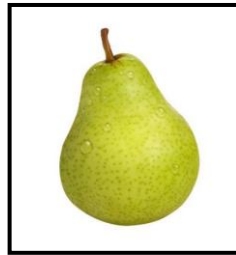
Guante

Colador

Rallador

Bufanda

Ropa	Útil de cocina
<i>Traje</i> <i>Guante</i> <i>Bufanda</i>	<i>Rallador</i> <i>Pinzas</i> <i>Colador</i>



Nombre de la actividad	<i>Los tamaños</i>
-------------------------------	--------------------

Desarrollo

La actividad consiste en identificar diversas imágenes de determinados objetos entre varias que contemplan los mismos pero en distintos tamaños. La persona debe señalar cuál de las distintas alternativas que aparecen tiene el mismo tamaño que las imágenes de referencia.

Alternativa

Identificar diversas imágenes de determinados objetos entre varias que contemplan la sombra de los mismos en el mismo tamaño.

Aspectos que se trabajan

- Gnosis perceptiva de tamaño
- Atención selectiva
- Percepción visual





Nombre de la actividad	<i>Los colores</i>
-------------------------------	--------------------

Desarrollo

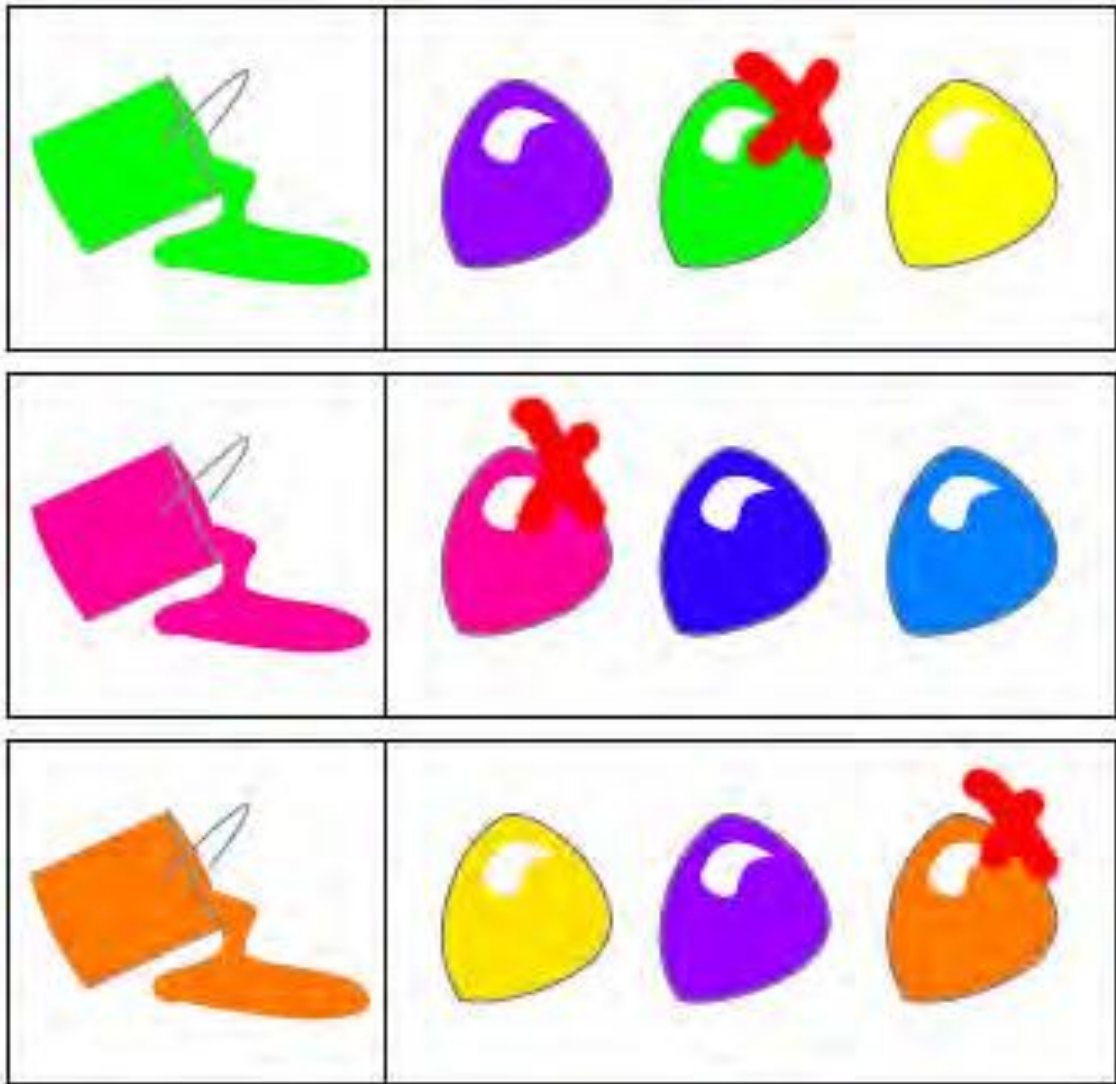
La actividad consiste en identificar un color determinado que aparece como imagen a la izquierda. A la derecha aparecen distintos colores y la persona ha de señalar aquel que corresponda con la imagen de la izquierda.

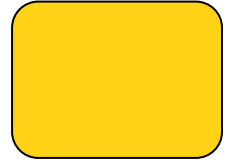
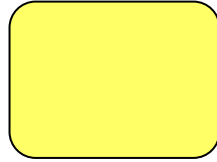
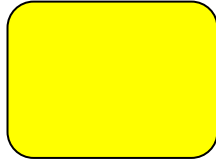
Alternativa

Identificar el color que aparece a la izquierda en una determinada imagen, ente varias tonalidades del mismo.

Aspectos que se trabajan

- Gnosis perceptiva de color
- Atención selectiva
- Percepción visual





Nombre de la actividad	<i>Las diferencias</i>
-------------------------------	------------------------

Desarrollo

La actividad consiste en mostrar una secuencia de imágenes relacionadas entre sí por su significado. En cada secuencia aparece una imagen que se aparta de las demás ya que tiene otro significado distinto. La persona debe identificar la imagen que es diferente y que no guarda relación con las demás.

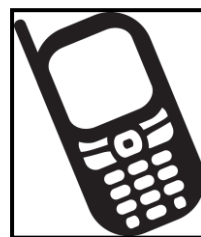
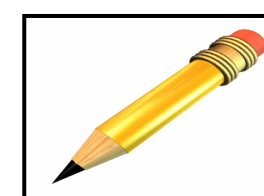
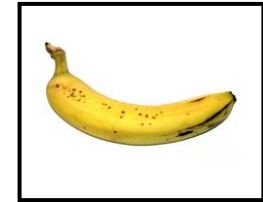
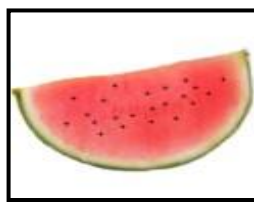
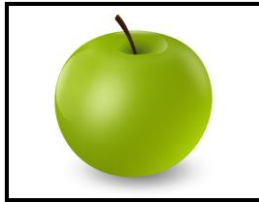
Alternativa

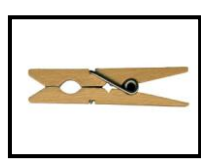
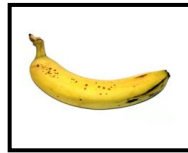
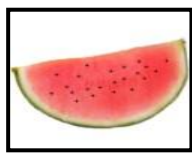
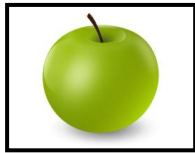
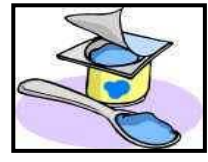
Mostrar una secuencia de imágenes relacionadas entre sí por su significado. En cada secuencia aparecen varias imágenes que se apartan de las demás ya que tienen otro significado. La persona debe identificar las imágenes que son distintas y que no tienen relación alguna con las demás.

Aspectos que se trabajan

- Clasificación semántica
- Memoria operativa
- Razonamiento lingüístico
- Comprensión lingüística
- Discriminación de objetos reales

MATERIAL PARA TRABAJAR: Láminas





Nombre de la actividad*Razonamiento sobre las secuencias***Desarrollo**

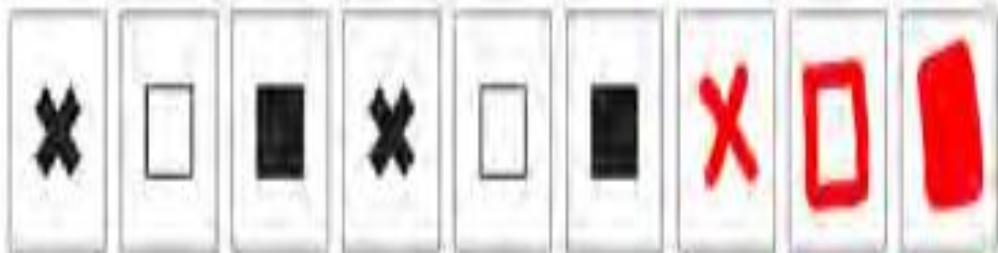
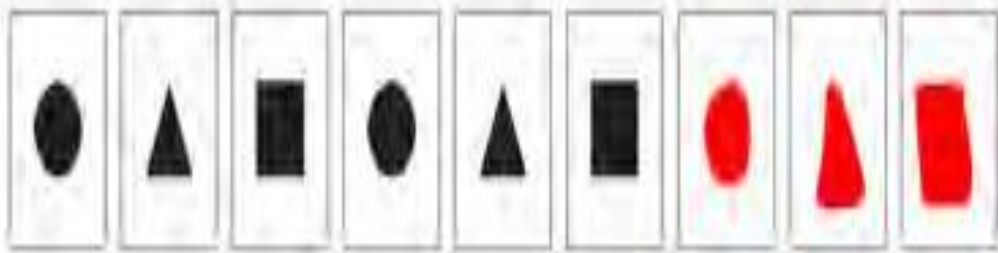
La actividad consiste en repartir unas secuencias donde aparecen unos estímulos que suceden a otros, repitiéndose en el mismo orden. La persona debe observar la lista de estímulos, extraer cuál es el patrón de repetición y continuar la lista añadiendo los estímulos que corresponda.

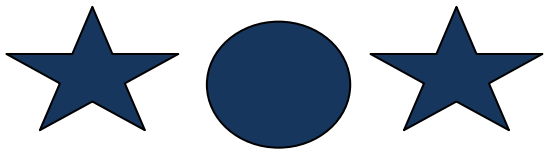
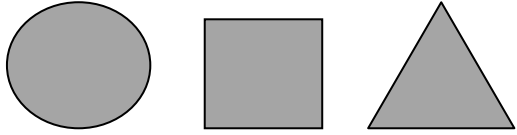
Alternativa

Observar los estímulos que aparecen en la secuencia e integrar uno nuevo en la misma, extraer el patrón identificado de repetición y continuarla añadiendo los estímulos que corresponda.

Aspectos que se trabajan

- Secuenciación
- Razonamiento visual
- Atención/concentración





BLOQUE 2: ACTIVIDADES PARA TRABAJAR EL DETERIORO COGNITIVO GRAVE/AVANZADO

Las actividades que se muestran en este segundo bloque van dirigidas a aquellas que tienen deterioro cognitivo de tipo grave/avanzado. Éste se caracteriza por manifestar alteraciones mucho más pronunciadas, mostrando un elevado grado de afectación en las funciones cognitivas. Las personas que presentan este tipo de deterioro cognitivo presentan pérdidas significativas en los procesos cognitivos como la memoria, la atención, la percepción y la atención que atañen en el lenguaje, la orientación, la resolución de problemas, el razonamiento, la realización de algunas actividades o tareas. Cabe destacar que dichas alteraciones generan variabilidad en los estados de ánimo que se manifiestan en la persona provocando delirios, labilidad emocional, apatía y desidia.

Nombre de la actividad	<i>La repetición</i>
-------------------------------	----------------------

Desarrollo

La actividad consiste en mostrar diferentes imágenes en las que aparezcan distintos estímulos como letras, números u objetos y la persona ha de detectar aquellos que se repitan dos veces.

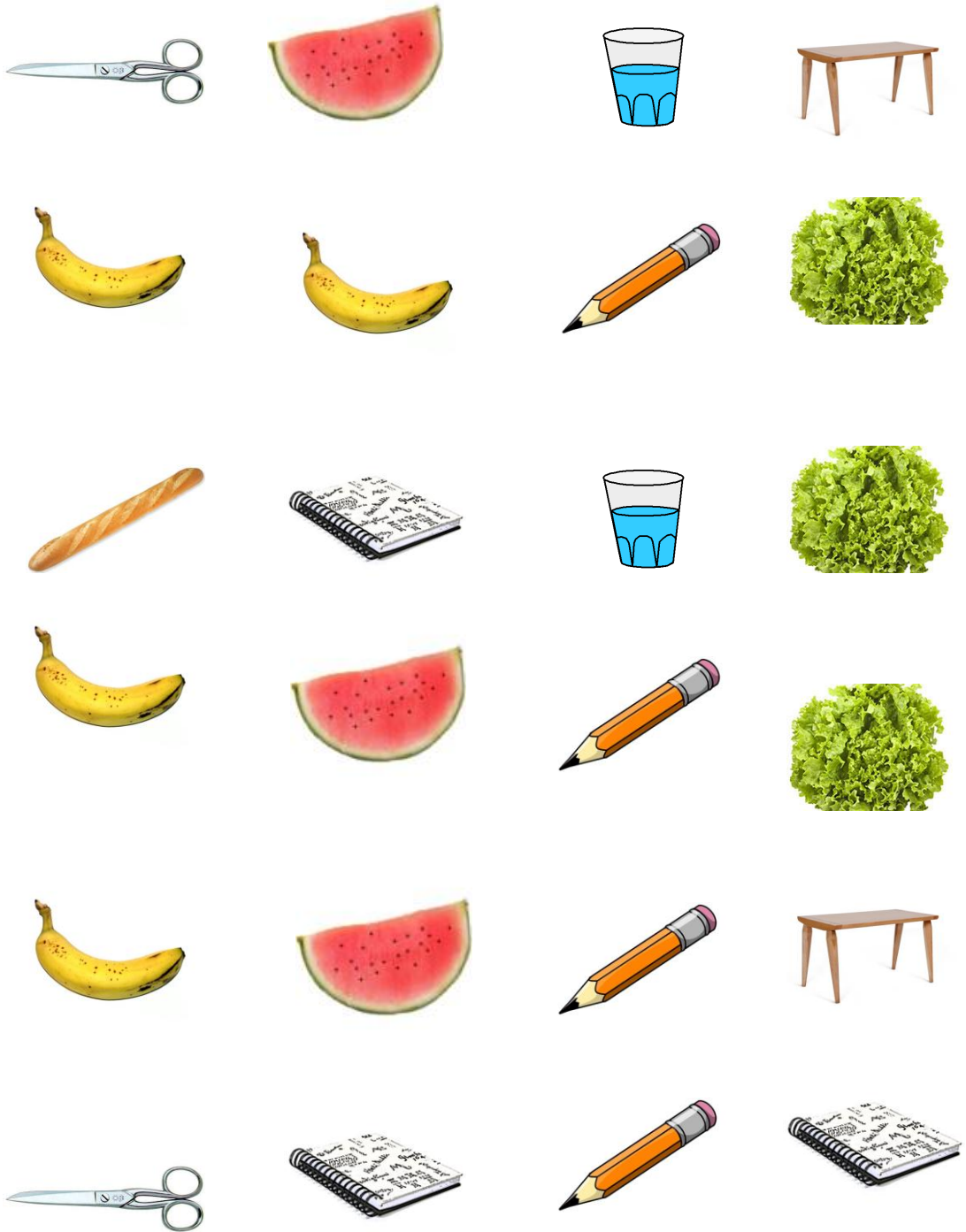
Alternativa

Mostrar diferentes imágenes de estímulos repetidos como letras, números u objetos y la persona ha de identificar aquellos que aparezcan más veces.

Aspectos que se trabajan

- Atención selectiva
- Atención sostenida
- Control atencional
- Iniciación al cálculo





Nombre de la actividad	<i>La repetición</i>
-------------------------------	----------------------

Desarrollo

La actividad consiste en mostrar una plantilla con una imagen a la derecha de un determinado objeto y seguidamente exponer varias del mismo, en la izquierda, pero con algunas diferencias. La persona debe identificar entre éstas aquella imagen con las mismas características que la expuesta en la parte derecha de la plantilla.

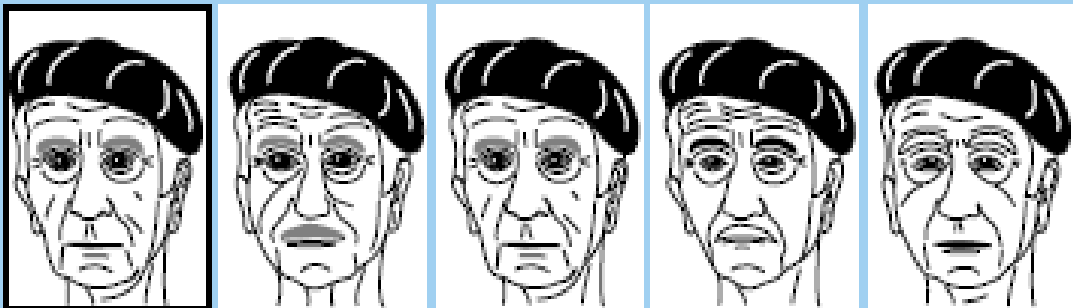
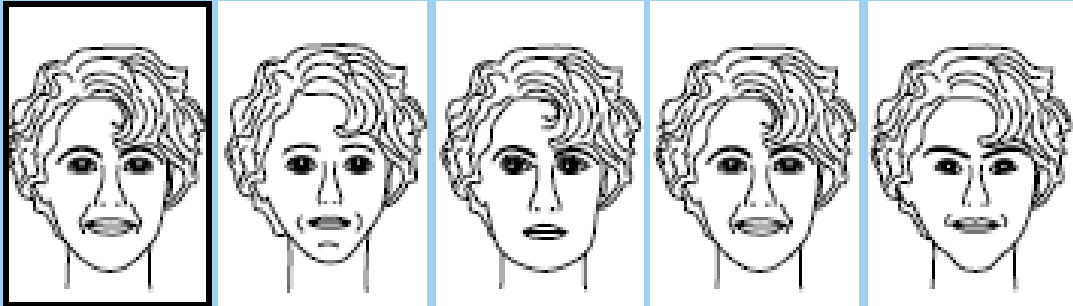
Alternativa

Mostrar una plantilla con una imagen de un rostro de persona en la parte izquierda y seguidamente escoger entre varios rostros que aparecen en la parte derecha aquel que corresponde con el que aparece en la imagen de la izquierda.

Aspectos que se trabajan

- Atención selectiva
- Atención sostenida
- Control atencional
- Discriminación de objetos/rostros
- Concentración





Nombre de la actividad	<i>La identificación</i>
-------------------------------	--------------------------

Desarrollo

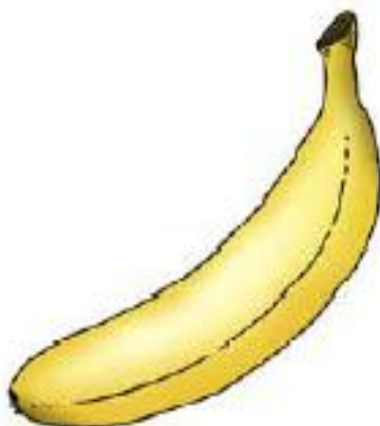
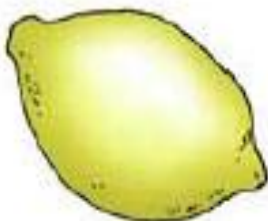
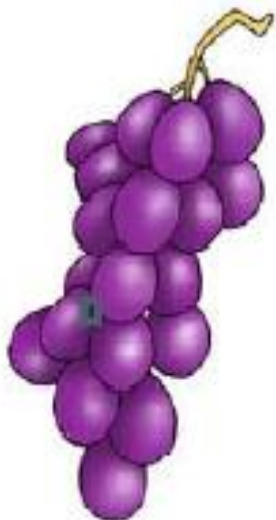
La actividad consiste en identificar cada objeto que aparece en la imagen expuesta mediante su escritura o verbalización.

Alternativa

Completar la palabra referida a una imagen con un objeto determinado. Si la persona no sabe escribir puede verbalizar el nombre que corresponda.

Aspectos que se trabajan

- Evocación léxica
- Memoria semántica
- Memoria implícita
- Comprensión oral/escrita







ár bol



fí or

Nombre de la actividad	<i>El dictado de palabras</i>
-------------------------------	-------------------------------

Desarrollo

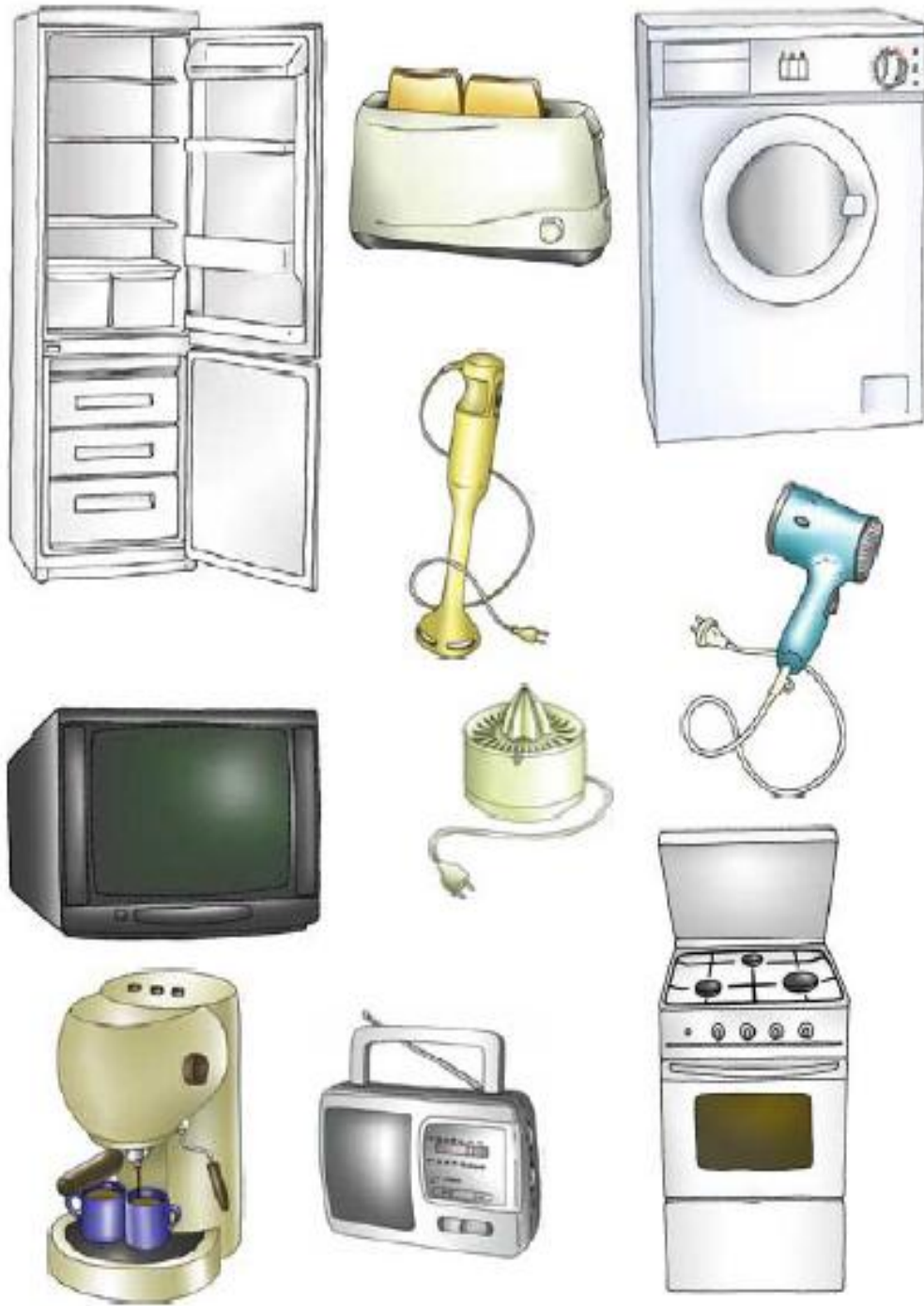
La actividad consiste en señalar, entre varias imágenes diferentes, el objeto verbalizado. La persona debe identificar entre varios estímulos aquel que ha sido verbalizado por el educador social.

Alternativa

Si la persona sabe escribir además de señalarlo puede anotar el nombre debajo de cada objeto verbalizado.

Aspectos que se trabajan

- Memoria semántica
- Memoria implícita
- Comprensión oral/escrita
- Lectoescritura





Nombre de la actividad	<i>Las parejas</i>
-------------------------------	--------------------

Desarrollo

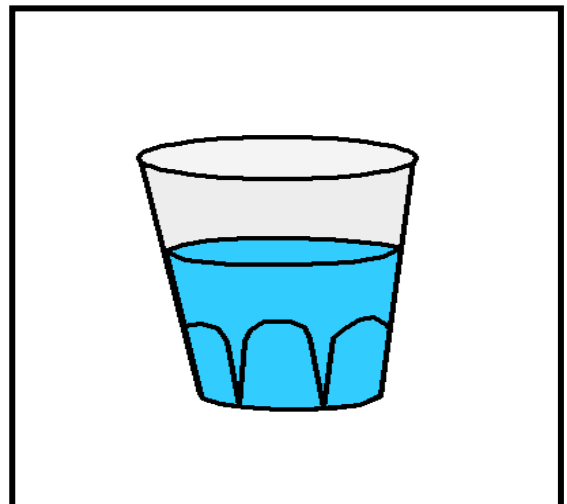
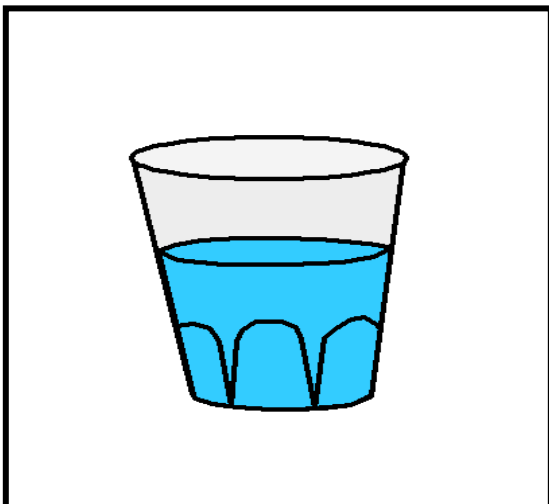
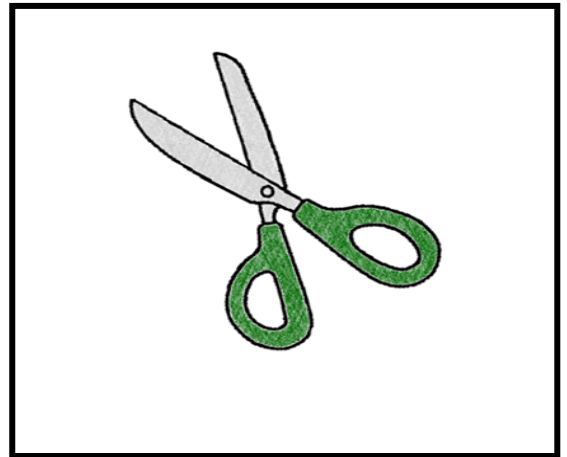
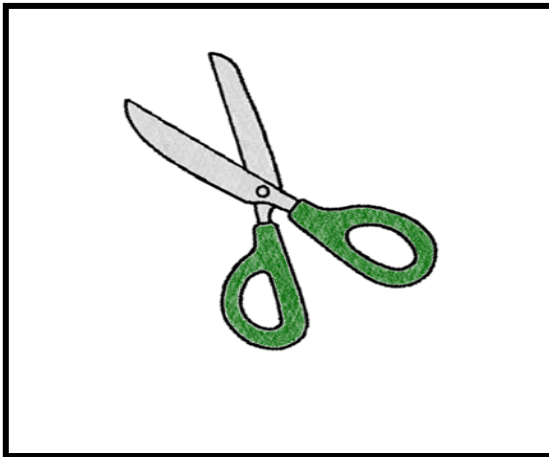
La actividad consiste en poner sobre la mesa y hacia arriba diferentes imágenes con objetos. Tras un período de tiempo determinado y dedicado a la memorización de las imágenes expuestas, la persona debe encontrar el conjunto de parejas con las imágenes situadas hacia abajo.

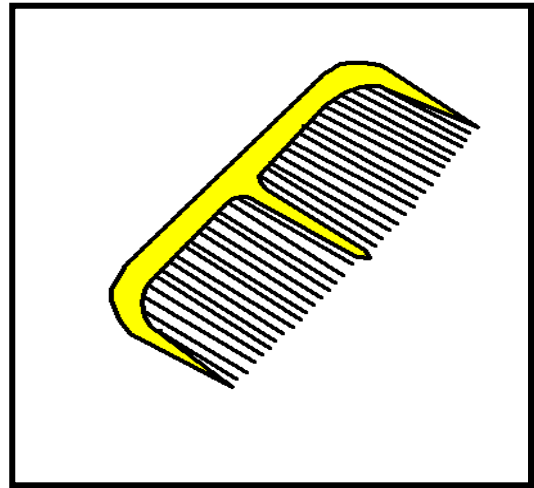
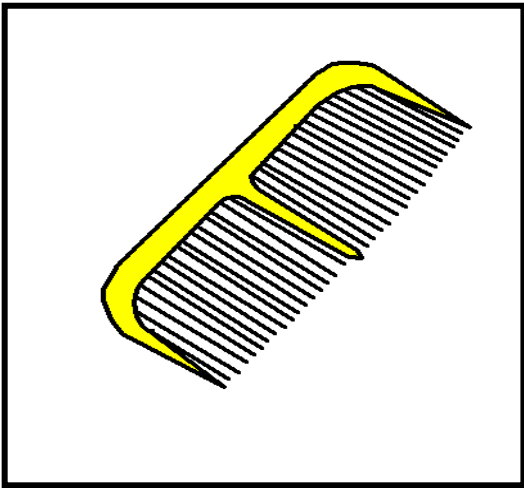
Alternativa

Si la persona sabe escribir además de encontrar el conjunto de parejas puede anotar en una hoja el nombre que corresponda a la imagen encontrada.

Aspectos que se trabajan

- Memoria semántica
- Memoria implícita
- Comprensión escrita
- Lectoescritura
- Retención
- Memoria inmediata
- Gnosis perceptiva
- Reconocimiento de objetos reales





Nombre de la actividad*El reconocimiento de formas geométricas***Desarrollo**

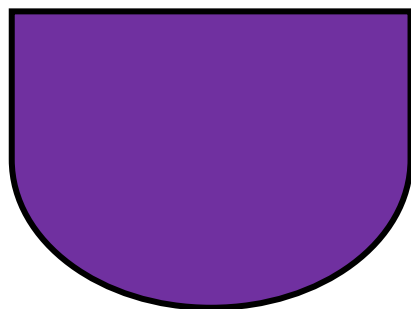
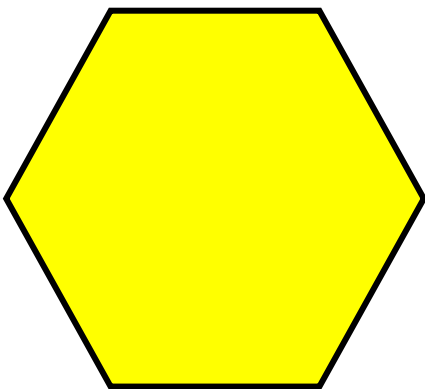
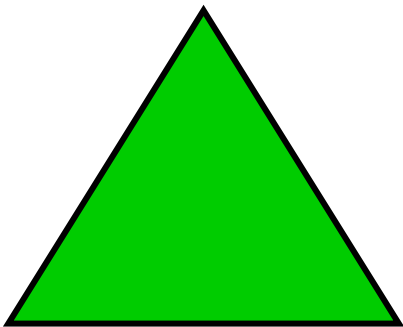
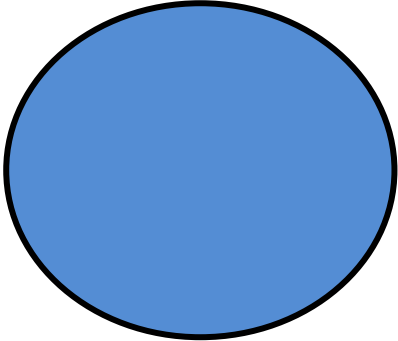
Se presenta una plantilla con diferentes formas geométricas de distintos colores. Tras un período de tiempo transcurrido para la memorización de las mismas se presenta otra plantilla en la que aparecen distintas imágenes con diferentes formas geométricas. La persona debe observar los dibujos y reconocer aquellos que inicialmente ha visualizado.

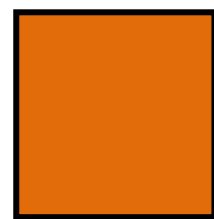
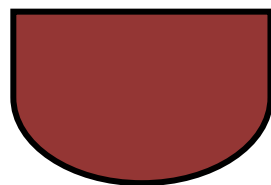
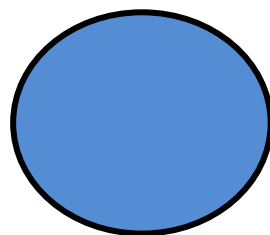
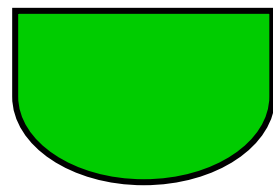
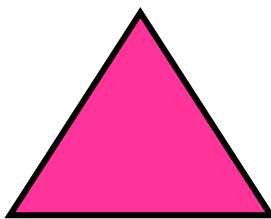
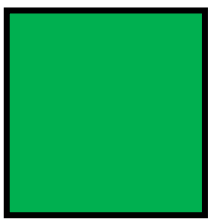
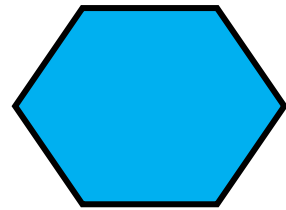
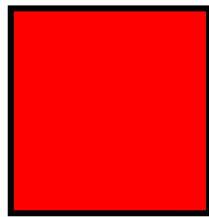
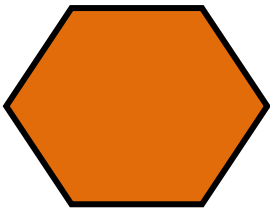
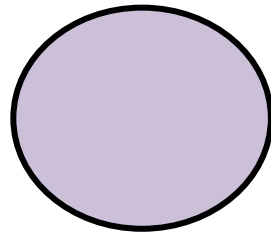
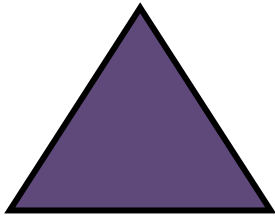
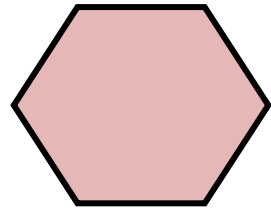
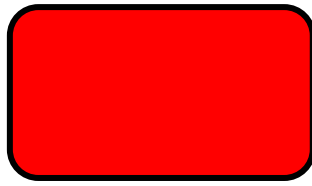
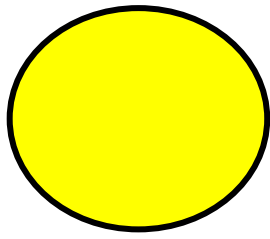
Alternativa

Si la persona sabe escribir además de reconocer las distintas formas geométricas puede anotar el nombre que corresponde a la misma.

Aspectos que se trabajan

- Memoria visual
- Memoria inmediata
- gnosia visual de forma color y tamaño





Nombre de la actividad	<i>Las imágenes en movimiento</i>
-------------------------------	-----------------------------------

Desarrollo

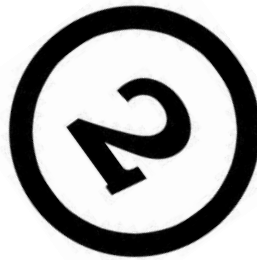
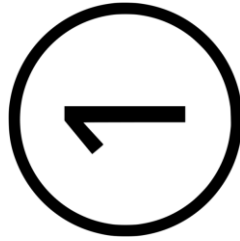
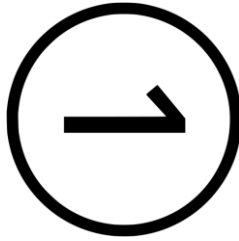
A la izquierda de la plantilla está la imagen de referencia. A la derecha las opciones de respuesta, cada una con un ángulo de giro o ángulo de rotación distinto. La actividad consiste en que la persona detecte y señale cuál de las propuestas comparte la misma orientación que la imagen de referencia.

Alternativa

Para disminuir el nivel de dificultad en la imagen de referencia se puede añadir algún detalle como pista para facilitar a la persona el proceso de detección e identificación de la imagen en las opciones que aparecen.

Aspectos que se trabajan

- Gnosis perceptiva
- Orientación de líneas
- Rotación mental
- Atención selectiva



A

A

A

A

B

B

B

B

C

C

C

C

Nombre de la actividad*El agrupamiento***Desarrollo**

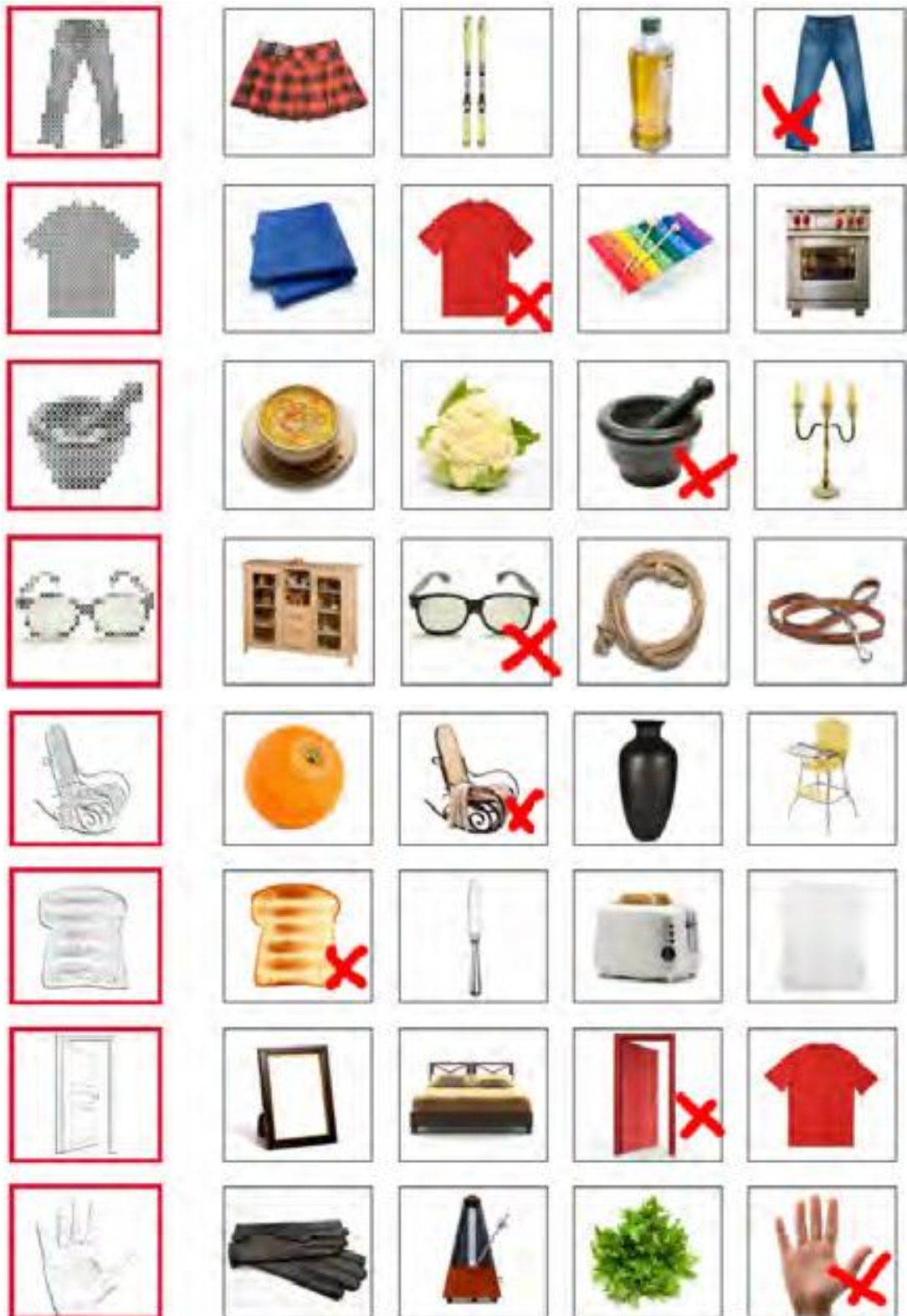
En una parte de la plantilla se presenta la imagen de muestra y a su lado las opciones de respuesta. La imagen de muestra está en blanco y negro y las opciones de respuesta se encuentran en color. La persona debe encontrar aquella imagen que corresponda con la que aparece como muestra.

Alternativa

Presentamos la imagen de un objeto detrás de un enrejado de cuadrados o de círculos, que actúa dificultando su percepción íntegra. A su lado aparecen las opciones de respuesta, que muestran los objetos sin ningún tipo de interferencia ni enrejado. La persona debe seleccionar la opción que se corresponde con el mismo objeto que el que se esconde detrás del enrejado.

Aspectos que se trabajan

- Percepción global
- Percepción de contraste de colores
- Atención selectiva
- Análisis de rasgos
- Discriminación del objeto





Nombre de la actividad	<i>Ordenar las acciones</i>
-------------------------------	------------------------------------

Desarrollo

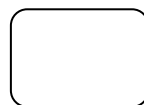
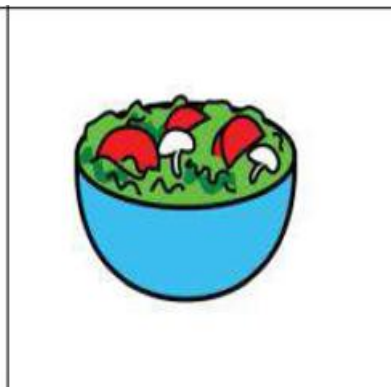
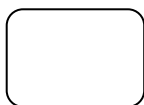
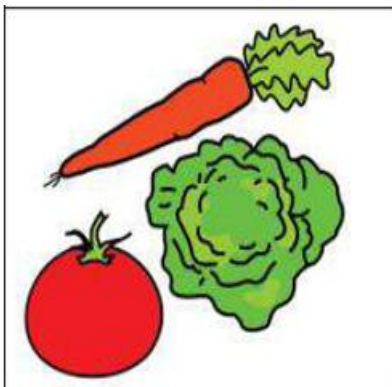
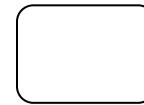
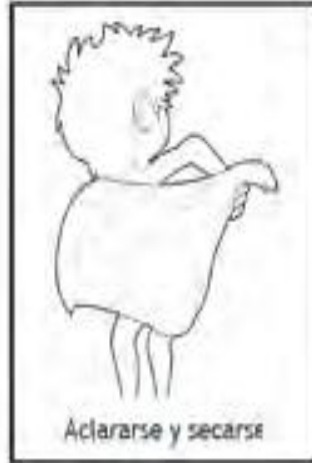
Mostramos una lista de pasos que son pertinentes para desempeñar cierta tarea o actividad y alcanzar una meta en particular, pero están desordenados. La persona debe ordenar las imágenes en una sucesión temporal lógica. Cada paso es un pre-requisito para el siguiente, de tal modo que sólo puede alcanzarse el objetivo global si se disponen en la secuencia correcta.

Alternativa

Si la persona sabe leer se puede realizar la misma actividad pero substituyendo las ilustraciones que se exponen por texto escrito.

Aspectos que se trabajan

- Función ejecutiva secuenciación
- Función ejecutiva planificación
- Memoria operativa
- Comprensión lingüística



Comprar los alimentos y productos que parecen en la lista

Hacer la lista de la compra

Observar que productos y alimentos hace falta ir a comprar

Entrar y comprar el pan

Sacar dinero

Ir a la panadería

Lavar los platos

Cenar

Recoger la mesa

Abrir la pasta de dientes y ponerla en el cepillo

Ir al lavabo y coger el cepillo de los dientes

Terminar de comer y recoger

Nombre de la actividad	<i>Averigua el criterio</i>
-------------------------------	------------------------------------

Desarrollo

En la parte superior de la plantilla mostramos una tabla con cuatro casillas. Todas las casillas contienen un dibujo a excepción de la última. Los dibujos van cambiando de una celda a otra siguiendo un criterio. La persona debe averiguar cuál es el criterio por el que cambian las figuras y elegir en la parte inferior de la plantilla la opción adecuada para completar la tabla.

Alternativa

Utilizar figuras con formas geométricas para que mediante el tacto y su visualización facilitar a la persona el desarrollo de la actividad.

Aspectos que se trabajan

- Razonamiento visual
- Secuenciación visual
- Rotación mental de imágenes
- Orientación visual

