

XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2019.

# Taller de estimulación cognitiva con adultos mayores: Proyecto para una vida saludable.

Petino Zappala, María Luz, Stazone, Natalia, González, Federico Martín, Martínez, Matias y Bossi Parrilla, Belén Macarena.

Cita:

Petino Zappala, María Luz, Stazone, Natalia, González, Federico Martín, Martínez, Matias y Bossi Parrilla, Belén Macarena (2019). *Taller de estimulación cognitiva con adultos mayores: Proyecto para una vida saludable. XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-111/316>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ecod/mp9>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA CON ADULTOS MAYORES: PROYECTO PARA UNA VIDA SALUDABLE

Petino Zappala, María Luz; Stazone, Natalia; González, Federico Martín; Martínez, Matias; Bossi Parrilla, Belén Macarena  
Universidad de Buenos Aires. Argentina

## RESUMEN

Según la OMS (2017) la proporción de personas mayores de 60 años está aumentando rápidamente, provocando un reto para la sociedad que debe encarar un sistema de salud acorde a las necesidades que plantea este fenómeno. Durante el envejecimiento se generan daños moleculares que aumentan el riesgo de enfermedades y disminuyen la capacidad de las personas (OMS, 2015), y las mejoras en salud pública pueden ayudar a que este proceso sea más saludable. Ante esta necesidad, resulta imperioso implementar un dispositivo de intervención preventivo que permita brindar a la población un espacio donde se pueda trabajar con los factores de riesgo modificables, específicamente, la inactividad cognitiva. El Programa de Extensión “Taller de Estimulación Cognitiva”, dirigido por la Dra. Mikulic, se llevó a cabo durante el 2018 realizándose 10 encuentros con adultos mayores en los cuales se trabajaron las áreas de memoria, atención, funciones ejecutivas, lenguaje y visoconstrucción, con la finalidad de ejercitar dichas funciones. El mismo tuvo un desarrollo acorde a los objetivos planteados, logrando promover un envejecimiento más saludable, generando una mejora en el estado funcional general, brindando herramientas a los participantes para entrenar el cerebro. El objetivo de este poster es presentar y explicitar las características de la experiencia realizada en este taller.

## Palabras clave

Taller - Adultos mayores - Estimulación cognitiva - Envejecimiento - Saludable

## ABSTRACT

WORKSHOP COGNITIVE STIMULATION WITH OLDER ADULTS:  
PROJECT FOR A HEALTHY LIFE

According to the WHO (2017), the proportion of people over 60 years of age is rapidly increasing, causing a challenge for society that must face a health system according to the needs posed by this phenomenon. During aging, molecular damages are generated, and this increase the risk of diseases and diminish the capacity of people (WHO, 2015). Improvements in public health can help make this process healthier. Given this need, it is imperative to implement a preventive intervention device that provides the population with a space where they can work with modifiable risk factors, specifically, cognitive inacti-

vity. The Program “Workshop of Cognitive Stimulation”, directed by Dra. Mikulic, was carried out during 2018 with 10 meetings with older adults in which the areas of memory, attention, executive functions, language and visoconstruction were worked, in order to exercise these functions. The same had a development according to the proposed objectives, achieving to promote a healthier aging, generating an improvement in the general functional status, providing tools to the participants to train the brain. The objective of this poster is to present and explain the characteristics of the experience carried out in this workshop.

## Key words

Workshop - Eldery - Older adults

## BIBLIOGRAFÍA

- Fernández, G.L., Stazone, N., Pérez Dalto, M.B., Petino Zappala, M.L., Valdez Paolasini, M.G. (2018). *Evaluación psicológica en el contexto neuropsicológico. Ficha de la Cátedra*. Departamento de Publicaciones, Facultad de Psicología.
- OMS (2015). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Disponible en: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873\\_spa.pdf;jsessionid=44E6203AB4E707774B2EBBED0750340D?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf;jsessionid=44E6203AB4E707774B2EBBED0750340D?sequence=1)
- OMS (2017). La salud mental y los adultos mayores. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>