



**CENTRO LABORAL
LAMASTELLE**
Servicio Laboral-Ocupacional y de Apoyo
Personal y Social a Personas con
Discapacidad Intelectual

CUADERNOS DE ACTIVIDADES GRUPALES

Av. Rosalía de Castro, 12 C. P. 15173-Oleiros
Tfno.- 981-61.08.50 / Fax.- 981-63.13.93
e-mail: lamastelle@aspronaga.net
Web corporativa: aspronaga.net

Código del Documento
CLLO-D-5

Edición
1

ACTIVIDAD GRUPAL DE

ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Nº ACTIVIDAD/ CUADERNO: 3	FECHA: Septiembre 2007	ELABORADO POR: Cristina Díaz Álvarez, Psicóloga
--	---	--

INDICE

	Página
1.JUSTIFICACIÓN	
2. OBJETIVOS	
3. CONTENIDOS	
4. METODOLOGÍA	
5. TEMPORALIZACIÓN	
6. ACTIVIDAD Y ACCIONES A DESARROLLAR	
7.RECURSOS	
8.EVALUACIÓN	

1.JUSTIFICACIÓN.

El Programa de Psicoestimulación Cognitiva para personas con Síndrome de Down mayor de 35 años y personas con discapacidad intelectual sin Síndrome de Down mayor de 55 años . El Programa de Estimulación Cognitiva se podría definir como una estrategia terapéutica, fundamentada en la neuroplasticidad* cerebral y basada en la neuropsicología cognitiva y en las terapias de modificación de conducta. Se utiliza el término “Programa” ya que se determinan unas pautas de actuación global preestablecidas para cada grupo de personas con Síndrome de Down. El término Psicoestimulación se refiere a las intervenciones terapéuticas mediante la estimulación y rehabilitación de determinadas funciones cognitivas.

Las personas con Síndrome de Down se caracterizan genéticamente por tener un cromosoma 21 extra. Esto produce anomalías estructurales y funcionales en el Sistema Nervioso Central que dan como resultados diversos tipos y grados de disfunción cognitiva y neurológica.

La realidad de las personas con Síndrome de Down en la actualidad es:

1º La esperanza de vida en esta población ha aumentado y se aproxima a los 60 años. Si la esperanza de vida también es mayor en la población “normal” y para ello tomamos medidas para mejorar la calidad de vida de este colectivo no debemos cerrar los ojos ante una realidad evidente y es que las personas con Síndrome de Down viven más años pero están más expuestas a un declive cognitivo.

2º Desde hace algunos años está claro que una neuropatología parecida a la que se observa en la enfermedad de Alzheimer prevalece en los individuos con Síndrome de Down a partir de una edad aproximada de 35 años.

Aunque prácticamente el 100% de personas con Síndrome de Down presentan una Neuropatología similar a la asociada con la enfermedad de Alzheimer un poco menos del 50% presenta la demencia que aparece en la enfermedad de Alzheimer. La tasa de aparición de la enfermedad de Alzheimer es superior a la de la población en general o la de la población con deficiencia mental no debida al Síndrome de Down. A parte de ello la edad de aparición es claramente más temprana que en el resto de las poblaciones señaladas.

Tanto el aumento de la esperanza de vida como la relación de la Enfermedad del Síndrome de Down con una neuropatología similar a la de Alzheimer son factores de riesgo en la aparición de una demencia tipo Alzheimer.

La elaboración de un Programa de Psicoestimulación Cognitiva en personas adultas con discapacidad intelectual es de alguna forma una medida de prevención y en otros casos de rehabilitación ya que gran parte de la investigación reciente han encontrado deterioros significativos en el aprendizaje, la memoria y otras capacidades cognitivas a partir de los 35 años en personas con Síndrome de Down y a partir de los 65 años en el resto de la población.

*Neuroplasticidad: se define como las respuestas que da el cerebro para adaptarse a las nuevas situaciones y restablecer el equilibrio alterado después de una lesión.

2.OBJETIVOS.

Objetivo principal. Mejorar la calidad de vida de este colectivo y aminorar la pérdida de aprendizaje y de memoria que parece afectar a la mayor parte de las áreas del funcionamiento cognitivo en las personas con Síndrome de Down que envejecen y a las personas mayores de 55 años con discapacidad intelectual.

Objetivos específicos.

- Atender de forma especial a las fases, funciones y procesos de memoria, que de acuerdo con los trabajos de investigación, son más sensibles a los efectos de envejecimiento. (son pocas las investigaciones que hay sobre envejecimiento en Síndrome de Down, por ello nos remitiremos a investigaciones de la población “normal” teniendo en cuenta los déficits de las personas con Síndrome de Down).
- Recuperar elementos motivadores personales que refuercen la atención y el interés.
- Fomentar la búsqueda de una correcta percepción estimular, de forma que puedan ser eliminados, o compensados, las dificultades visuales, auditivas y de lenguaje

3.CONTENIDO.

- Orientación Temporal, Espacial y de la persona.
- Atención.
- Memoria visual.
- Memoria auditiva
- Lenguaje
- Cálculo.
- Praxis

4.METODOLOGÍA

Metodología del Programa de Psicoestimulación Cognitiva.

Primera fase de cribaje. Formación de los grupos dependiendo del nivel de discapacidad de la persona. Los grupos estarán formados por un máximo de 6 personas.

Programa de entrenamiento de memoria y de activación cerebral : Sesiones.

Las sesiones serán de 45 minutos de duración, una vez por semana. Se utilizará una metodología participativa

Forma de aplicación.

Se realizarán una sesión semanal con una duración de 45 minutos

Las tareas se clasificarán en función de :

- La dificultad que irá de lo más sencillo a lo más complejo.
- El tiempo de duración de la tarea.

Valoración de las sesiones. Al finalizar el taller se valoran las intervenciones de cada uno de sus miembros.

5.TEMPORALIZACIÓN.

El programa tiene carácter anual (de Octubre a Junio) y las sesiones serán una vez por semana. La duración de estas serán de 45 minutos, tiempo que se ajustará en función de las características del grupo.

6. ACTIVIDAD Y ACCIONES A DESARROLLAR.

Desarrollo de las sesiones.

Cada una de las sesiones del Programa se desarrolla de la siguiente manera:

1. Antes de cada sesión se da un margen de cinco minutos para dar tiempo a que los participantes lleguen a la sala.
2. Siempre se comienza saludando a todos los participantes.
3. Seguidamente se incide en su orientación temporal, se les pregunta si saben que día de la semana es, el mes, el año en que vivimos. Está indicando el ir alternando en cada sesión el usuario interrogado y en caso de error pedir a los compañeros que lo corrijan.
4. Una vez que están orientados temporalmente se procede a la primera tarea del día. El proceso es el siguiente:
 - Se selecciona la tarea a desarrollar. Cada responsable del grupo de taller será responsable de elegir la ficha que va a trabajar.
 - Se presente el material necesario.
 - Se dan las instrucciones pertinentes para solucionar el ítem
 - Se solucionan las dudas que pueden surgir evitando dar la solución.
 - Se da un margen de tiempo para resolver el ítem este irá marcado por el grupo.
5. Durante la tarea es conveniente:
 - Reforzar las conductas que conduzcan la solución.
 - Eliminar en todo momento los bloqueos que puedan surgir.
 - Minimizar cualquier situación de fracaso que se plantee.
6. Es preferible que los participantes no tengan conciencia que se les evalué.
7. Es interesante recoger los comentarios de lo que piensan de cada tarea presentada y valorar las dificultades que han encontrado.

ÁREAS Y TAREAS

O ORIENTACIÓN

- O.1 HISTORIETAS
- O.2 FIGURAS DE COLORES
- O.3 DIBUJO TRIDIMENSIONAL
- O.4 SITUAR OBJETOS
- O.5 LABERINTO

A ATENCIÓN

- A.1 BUSCAR DIFERENCIAS
- A.2 FIGURA OCULTA
- A.3 MARCAR FIGURAS O LETRAS
- A.4 DESAPAREJADO

MV MEMORIA VISUAL

- MV.1 DESCRIPCIÓN DE UNA IMAGEN
- MV.2 RECORDAR IMÁGENES.
- MV.3 RECONOCIMIENTO DE IMÁGENES.
- MV.4 REPRODUCIR IMÁGENES
- MV.5 EL RAPTO
- MV.6 TARJETAS DE COLORES

MA MEMORIA AUDITIVA

- MA.1 RETENCIÓN DE PALABRAS
- MA.2 COMPRENSIÓN DE TEXTO
- MA.3 LISTA DE LA COMPRA.

L LENGUAJE

- L.1 CONTARIOS
- L.2 ADIVINANZAS
- L.3 CLASIFICACIONES
- L.4 REAGRUPAR POR CATEGORÍAS.

C CALCULO

- C.1 CALCULO

P PRAXIS

- P.1 MOTRICIDAD FINA.
- P.2 PRAXIS CONSTRUCTIVA

O

ORIENTACIÓN

- O.1 HISTORIETAS
- O.2 FIGURAS DE COLORES
- O.3 DIBUJO TRIDIMENSIONAL
- O.4 SITUAR OBJETOS
- O.5 LABERINTO

O.1.HISTORIETAS

Orientación temporal.

Objetivo: Establecer una historia que permitan determinar la progresión lógica de una secuencia temporal.

Tarea: Ordenar una historia mediante el establecimiento de asociacionismo temporales. A cada sujeto se le dan las viñetas desordenadas.

Material: Cuatro ó seis viñetas que ordenadas forman una historia y que se presentan de forma desordenada.

Instrucciones: ¿Qué ven?. Cuando todos han entendido el significado de la viñeta, se presentan otra... muy bien pues, en estas viñetas se explica una historia pero, falta ordenarla han de pensar que pasa primero y ponerle al lado izquierdo y así ir las ordenando todas de izquierda a derecha para formar una historieta que tenga sentido.

Premisas:

- La comprensión individual del significado de cada viñeta.
- Una visión global de la historia que se explica
- El razonamiento para saber qué pasa antes y qué pasa después.
- La praxia de manipular las viñetas para ordenarlas

Análisis de la tarea:

- Valorar si entienden el significado individual de cada viñeta.
- Medir el tiempo que tardan en ordenar correctamente la historia.
- Contabilizar las orientaciones dadas antes de que lleguen a la solución.
- Observar las influencias de los compañeros, si se copian....

O.2.FIGURAS DE COLORES

Orientación espacial

Área cognitiva: Orientación espacial.

Objetivo: Desarrollar la capacidad para establecer referencias espaciales mediante la utilización de la percepción de los colores

Material: Varias plantillas una de círculos otra de rectángulos pintados con colores, otra con las mismas figuras en blanco y lápices de colores. Entregar a cada sujeto una plantilla con círculos ó rectángulos en blanco y otra pintada.

Premisas:

- Que el sujeto se dé cuenta de que las dos plantillas están orientadas igual.
- Que seleccionan el color indicado.
- La praxis de pintar.

Análisis de la tarea:

- Observar si cambian la orientación de la plantilla
- Observar si se dan cuenta de la importancia que tiene que las plantillas estén orientadas igual.
- Observar, en caso que suceda, si se fijan que se han confundido de color.

O.3.DIBUJO TRIDIMENSIONAL

Orientación espacial

Área cognitiva: Orientación espacial.

Objetivo: Desarrollar la capacidad espacial y la coordinación visual-gráfica mediante la reproducción de formas.

Tarea: Copiar en un papel una figura geométrica.

Material: Una figura geométrica dibujada en un papel y un lápiz. Entregar a cada sujeto una copia.

Premisas:

- Atención para fijarse en la orientación de las líneas
- Tener la capacidad espacial necesaria para realizar la figura correctamente.
- La praxia de dibujar.

O.4.SITUAR OBJETOS

Orientación espacial

Área cognitiva: orientación espacial.

Objetivo: desarrollar la orientación espacial multidireccional.

Tarea: ejecución de las verbalizaciones dadas en referencia a la posición de diversos objetos.

Material: un muñeco y un vaso de plástico.

Premisas:

- El conocimiento del significado de las diferentes posiciones espaciales que se piden.
- Obtención para poder repetir la información dada.
- La ejercitación de la memoria inmediata.
- La comprensión de aquello que se les pide
- La praxia de mover los objetos.

Análisis de la tarea:

- Contabilizar las veces que se ha de repetir la orden para que efectué correctamente la tarea.
- El tiempo que tarda en realizar la tarea.

Con dos objetos:

1.VASO-MUÑECO.....colocar:

- 1.1.El muñeco encima del vaso que está boca abajo.
- 1.2.El muñeco delante del vaso que está tumbado
- 1.3.El muñeco dentro del vaso
- 1.4.El muñeco debajo del vaso que está hacia abajo.

O.5. LABERINTO

Orientación espacial

Área cognitiva: orientación espacial.

Objetivo: desarrollar la orientación espacial.

Tarea: Trazar el camino más rápido con el fin de llegar a la meta

Material: Plantilla de un laberinto y un lápiz

Premisas:

- Orientación para saber por dónde deben desplazar el lápiz
- Atención para controlar por dónde realizan el trazado
- Memoria inmediata para recordar la tarea demandada.
- La praxia de realizar el trazado.
- Velocidad de reacción para realizar la tarea

Análisis de la tarea:

- Contabilizar las veces que se ha de repetir la orden para que efectué correctamente la tarea.
- El tiempo que tarda en realizar la tarea.

A

ATENCIÓN

- A.1 BUSCAR DIFERENCIAS
- A.2 FIGURA OCULTA
- A.3 MARCAR FIGURAS O LETRAS
- A.4 DESAPAREJADO

A.1.BUSCAR DIFERENCIAS

Área cognitiva: atención voluntaria.

Objetivo: Activar y desarrollar la rapidez de la percepción visual con la implicación de la memoria inmediata.

Tarea: Encontrar las diferencias

Material: Plantillas con dos dibujos similares y un lápiz.

Premisas:

- Atención para buscar los detalles de un dibujo.
- Utilización de la memoria inmediata para retener detalles de uno de los dibujos con la finalidad de compararlos con el otro.
- La praxia de marcar las diferencias.
- El recuerdo de las diferencias que va encontrando.

Análisis de la tarea:

- Medir qué tardan en dar la primera respuesta.
- Capacidad organizativa para el problema planteado.

A.2.FIGURA OCULTA

Área cognitiva: Atención voluntaria

Objetivo: desarrollar la discriminación perceptiva, la concentración y el sentido de la globalidad.

Tarea : unir correlativamente los puntos situados al lado de unos números de manera ascendente para conseguir formar una figura.

Material: Plantilla con números colocados de tal manera que unidos formen una figura y un lápiz.

Premisas:

- El conocimiento de la secuencia creciente de los números.
- La discriminación entre todos los números que hay en la hoja.
- La praxia de hacer líneas de punto a punto.
- La representación mental de la globalidad de la figura.

Análisis de la tarea:

- Medir el tiempo que tardan en dar la respuesta acertada
- Contabilizar el número de errores que hace antes de obtener la respuesta y el número de aclaraciones hechas para entender la tarea.
- Observar el número de aclaraciones hechas para entender la tarea.
- Observar las inversiones de números producidas.
- Observar las influencias de los compañeros, si se copian.....

A.3.MARCAR FIGURAS Ó LETRAS

Área cognitiva: Atención voluntaria.

Objetivo: Desarrollar la capacidad perceptiva visual.

Tarea: Encontrar las indicaciones que se piden.

Material: Plantilla con figuras y un lápiz

Premisas:

- Orientación espacial para situarse en línea correspondiente.
- Atención para discriminar las figuras que buscan.
- Memoria inmediata para recordar qué figura han de marcar.
- Contabilizar cuántas de las figuras indicadas han encontrado.
- La praxia de marcar figuras.

Análisis de la tarea:

- Contabilizar cuántas veces piden la consigna
- Observar si preguntan a los compañeros cuántos han encontrado para ver si lo tienen bien.

A.4.DESAPAREJADO

Área cognitiva: atención voluntaria.

Objetivo: desarrollar la discriminación visual.

Tarea: encontrar cuál es el dibujo desaparejado.

Material: Plantilla con objetos aparejados y un lápiz.

Premisas:

- Agudeza visual para detectar de qué objeto se trata.
- Orientación para identificar las parejas colocadas en diferentes posiciones espaciales.
- Memoria inmediata para recordar qué pareja está buscando
- Concentración para poder realizar la tarea.
- Organización para señalar las parejas de objetos encontrados

Análisis de la tarea:

- Observar si ellos mismos se organizan para marcar las parejas que van encontrando.
- Contabilizar el tiempo que tardan en dar la solución correcta.

MV MEMORIA VISUAL

- MV.1 DESCRIPCIÓN DE UNA IMAGEN
- MV.2 RECORDAR IMÁGENES.
- MV.3 RECONOCIMIENTO DE IMÁGENES.
- MV.4 REPRODUCIR IMÁGENES
- MV.5 EL RAPTO
- MV.6 TARJETAS DE COLORES

MV.1.DESCRIPCIÓN DE UNA IMAGEN

Área Cognitiva: Memoria visual.

Objetivo: Establecimiento de referencias que faciliten la retención de los elementos de un conjunto.

Tarea: Presentación durante de un minuto de un dibujo; seguidamente se retira y se da paso a que los sujetos comenten todo lo que recuerden de él.

Material: Un dibujo con muchas detalles.

Premisas:

- La comprensión de la globalidad del dibujo.
- Concentrarse para poder retener la esencia del dibujo mentalmente
- La observación detallada del dibujo
- La evocación del máximo de detalles que recuerden.

Análisis de la tarea:

- Contabilizar el número de detalles que dan espontáneamente.
- Registrar las respuestas que dan a preguntas hechas referentes al dibujo.

MV.2.RECORDAR IMÁGENES.

Área cognitiva: memoria visual inmediata.

Objetivo: Establecer asociaciones que permitan la retención y posterior recuerdo de la información.

Tarea:

A) Se presenta una hoja con diferentes objetos dibujados y entre todos los presentes se van identificando en voz alta; una vez hecho, se les deja delante durante 30 seg; seguidamente se les retira la plantilla y se da paso a que nombren todos los objetos que recuerden que han visto.

B) Se presenta una imagen y se les pide que estén muy atentos y se fijen en los detalles de dicha imagen ya que posteriormente se harán preguntas sobre la imagen vista.

Material: Plantilla con diversos objetos dibujados

Premisas:

- El reconocimiento del objeto dibujado o en su defecto la retención del nombre.
- El establecimiento de asociaciones para poder recordar los objetos presentados.
- La evocación de las imágenes retenidas.

Análisis :

- Contabilizar las omisiones.
- Si nombran algún objeto que salga, analizar si tiene algún tipo de relación con el que han sustituido o no.
- En el caso de que no lo hagan todo correcto dar una segunda oportunidad y contabilizarlo.

MV.3.RECONOCIMIENTO DE IMÁGENES.

Área cognitiva: memoria visual inmediata.

Objetivo: Desarrollar la capacidad de reconocimiento de estímulos conocidos.

Tarea: Se presenta durante 30 seg una plantilla con una serie de objetos dibujados; seguidamente se cambia por otra donde se han añadido otros objetos para que identifiquen los presentados inicialmente.

Material: Una plantilla con 6 objetos dibujados y una hoja con 10 objetos dibujados, donde se incluyen los 6 primeros, y un lápiz.

Se podrá utilizar el material de la Fundación La Caixa

Premisas:

- La fijación de los primeros dibujos presentados.
- Contabilizar previamente el número de dibujos que posteriormente han de encontrar.
- El reconocimiento de las imágenes `presentadas previamente.

Análisis de la tarea:

- Fijarse en si señala algún dibujo de más.
- Registrar si el sujeto es consciente de que le falta alguno por señalar , si es que se da cuenta.

MV.4.REPRODUCIR IMÁGENES

Área cognitiva: memoria inmediata.

Objetivo: ejercitar la atención visual aprendiendo a observar y a retener información para después reproducirla.

Tarea: Presentación durante un minuto de un dibujo que, seguidamente, se les retire de delante, y se pide que lo reproduzcan en un papel en blanco.

Material: Dibujos simples con detalles, una hoja en blanco y un lápiz.

Premisas:

- Retener la esencia del dibujo.
- Fijarse en los detalles del dibujo.
- La evocación de todo aquello que recuerda
- La praxia de dibujar.

Análisis de la tarea:

- Anotar si se angustian porque lo ven muy difícil.
- Señalar todo aquello que ponen de más
- Cuando acaben de dibujarlo, que lo comparen con el original.

MV.5.EL RAPTO

Área cognitiva: memoria visual inmediata.

Objetivo: Establecer referencias sensoriales para facilitar la retención y posterior recuerdo de las informaciones.

Tarea: Se presentan diferentes objetos que han de memorizar durante un minuto ; seguidamente se les pide que cierren los ojos para esconder uno, al mismo tiempo que se cambian todos los otros de sitio. Los sujetos han de decir cuál es el que falta.

Material: 6 objetos en miniatura diferentes.

Premisas:

- El reconocimiento de los objetos presentados.
- La retención de todos los objetos presentados.
- La identificación del objeto extraído.

Análisis de la tarea:

- Observar se da la solución correcta a la primera o segunda tentativa.
- En el caso de que diera la solución incorrecta, valorar si una vez que se le enseña lo recuerda.

MV.6.TARJETAS DE COLORES

Área cognitiva: memoria visual inmediata.

Objetivo: Activar la discriminación perceptiva y la capacidad de establecer referencias sensoriales para facilitar la retención y posterior recuerdo de las informaciones.

Tarea: Se colocan cuatro/cinco tarjetas en un orden determinado; seguidamente se tapan, se dan otras iguales barajadas y se pide que las coloquen en el mismo orden.

Material: tarjetas de diferentes colores, dos juegos iguales.

Premisas:

- La discriminación perceptiva del color
- La retención del orden de los colores presentados.
- La evocación de la información retenida
- La praxia de colocar las tarjetas
- La atención para comprobar si la solución dada es la correcta

Análisis de la tarea:

- Contabilizar los cambios que hacen antes de dejar la ordenación definitiva
- Observar si ayudan los compañeros o se copian.

MA MEMORIA AUDITIVA

MA.1	RETENCIÓN DE PALABRAS
MA.2	COMPRESIÓN DE TEXTO
MA.3	LISTA DE LA COMPRA

M.A.1.RETENCIÓN DE PALABRAS

Área cognitiva: memoria auditiva inmediata.

Objetivo: Entrenarse en crear asociaciones que favorecen la retención.

Tarea: Lista de palabras

Material: palabras.

- a) sol, flor, bolígrafo, ventana, coche, televisión y sofá.
- b) día, café, mantequilla, tostadas, periódico, calendario, radio.

Premisas:

- El mantenimiento de la atención durante la exposición de las palabras para después.
- Establecimiento de asociaciones para establecer la retención.
- La memorización de las asociaciones hechas facilitadas del recuerdo de las palabras presentadas.
- La evocación de las palabras que recuerda.

Análisis de la tarea:

- Compatibilizar las palabras que tienen una cierta similitud a las presentadas.
- Observar si saben la cantidad de palabras que han de decir.

MA.2.COMPRENSIÓN DE TEXTO

Área cognitiva: memoria auditiva inmediata.

Objetivo: Entrenarse en crear asociaciones que favorecen la retención.

Tarea: memorizar datos de textos que se lean.

Material: textos y dibujos

Premisas:

- El mantenimiento de la atención durante la exposición del texto para después.
- Establecimiento de asociaciones para establecer la retención.
- La comprensión del texto para la posterior evocación de los datos que se preguntan..
- La evocación de los datos que recuerda.

Análisis de la tarea:

- Observar si han comprendido el texto.

MA.3.LISTA DE LA COMPRA.

Área cognitiva: memoria auditiva inmediata.

Objetivo: Desarrollar la capacidad de reconocimiento de estímulos conocidos.

Tarea: Han de saber que producto se repiten en dos listas de la compra que se les leen.

Material: Dos listas de la compra con tres productos repetidos.

Plantilla: cinco productos.

1º Día		2º Día	
1º Lista	2º Lista	1º Lista	2º Lista
Lechuga	Leche	Jamón	Chocolate
Galletas	Galletas	Arroz	Manzanas
Leche	Patatas	Fresas	Jamón
Huevos	Queso	Chocolate	Pan
Plátanos	Plátanos	Pan	Almendras

Premisas:

- Atención para poder hacer la retención
- La memorización de la primera lista para poder reconocer los productos que se repiten a la segunda lista.
- La fijación de los productos que creen que se repiten para poderlos evocar posteriormente cuando se les pide

Análisis de la tarea:

- Observar si repiten las respuestas de los compañeros.

L

LENGUAJE

- L.1 CONTARIOS
- L.2 ADIVINANZAS
- L.3 CLASIFICACIONES
- L.4 REAGRUPAR POR CATEGORÍAS.

L.1.CONTARIOS

Área cognitiva: Lenguaje.

Objetivo: Ejercitar la agilidad intelectual a partir de datos visuales y verbales.

Tarea: escribir o nombrar los antónimos de las palabras presentadas.

Material: Hoja con una serie de palabras y un lápiz. Este ejercicio puede realizarse de forma oral.

Premisas:

- El conocimiento del significado de la palabra.
- La utilización del razonamiento para poder encontrar el significado contrario.

Análisis de la tarea:

- Valorar si conoce el significado de todas las palabras.

L.2.ADIVINANZAS

Área cognitiva: Lenguaje.

Objetivo: Potenciar la capacidad abstractiva desarrollando la síntesis.

Tarea: dada la descripción de una cosa concreta, han de encontrar qué es la palabra que lo define, y una vez piensen que saben lo que es, la han de escribir o bien dibujarla en un papel.

Material: descripción de diferentes cosas.

Premisas:

- El conocimiento de aquello que se pide adivinar
- Concentración para asimilar toda la información que se da.
- La realización de una abstracción con la información dada.

Análisis de la tarea:

- Contabilizar el número de aclaraciones que hacen falta para que puedan encontrar las respuestas correctas.
- El tiempo que tardan en dar la primera respuesta.

L.3.CLASIFICACIONES

Área cognitiva: Lenguaje.

Objetivo: Desarrollar el aspecto lógico, aprendiendo a organizar su percepción clasificando por categorías.

Tarea: dada una consigna, han de decir, de forma rotatoria, palabras que reúnan las condiciones que se piden, sin que haya ninguna repetición.

Material: palabras.

Plantilla:

- a)frutas
- b)objetos de cristal
- c)objetos de madera
- d)animales de cuatro patas
- e)cosas que se pueden encontrar en el armario de una cocina
- f) vegetales que se pueden encontrar en una huerta.

Premisas:

- La comprensión de las reglas del juego
- La comparación para dar la respuesta correcta
- La utilización de la memoria inmediata y a largo plazo para encontrar las respuestas correctas.
- La retención de las respuestas dadas para no repetir las.

Análisis de la tarea:

- Contabilizar los errores que hacen
- Registrar las repeticiones que hacen y distinguir si las hacen sobre una palabra que ellos mismos han dicho....

L.4.REAGRUPAR POR CATEGORÍAS

Área cognitiva: lenguaje.

Objetivo: Desarrollar el aspecto lógico, aprendiendo a organizar la percepción clasificando por categorías

Tarea: Reagrupar una serie de palabras o imágenes por categorías.

Material: Una mesa con 12 palabras y/o imágenes que pertenecen a familias diferentes desordenadas. Utilizar el material de la Fundación "La Caixa".

Premisas:

- El establecimiento de comparaciones entre palabras o imágenes para saber si pertenecen al mismo grupo.
- La abstracción para saber a que categoría pertenece.
- El razonamiento para agrupar por categorías
- La praxia de escribir o agrupar la imagen.

Análisis de tarea:

- Observar si cometen faltas
- Fijarse en si se copian

C

CÁLCULO

C 1 CÁLCULO

C.1 CÁLCULO

Área cognitiva: Cálculo

Objetivo: Activar el cálculo mental y la concentración.

Tarea: Contar el número de figuras que se pide en la ficha.

Material: Fichas

Premisas:

- La atención para contabilizar
- Memoria inmediata para recordar que figura debe de contar
- La praxia para señalar

P

PRAXIAS

- P.1 MOTRICIDAD FINA.
- P.2 PRAXIS CONSTRUCTIVA

P.1 MOTRICIDAD FINA

Área cognitiva: Praxias

Objetivo: Optimizar la motricidad fina como requisito previo para la motricidad con intencionalidad y favorecer la producción de actos motores voluntarios.

Tarea: Unir los puntos para conseguir una figura.

Material: Fichas

Premisas:

- La praxia de hacer las líneas de punto a punto.
- La atención para seguir los puntos o las líneas.
- Activan el movimiento de los brazos, de las manos y de los dedos

P.2. PRAXIAS CONSTRUCTIVA

Área cognitiva: Praxias

Objetivo: Desarrollar la capacidad de representar mentalmente una imagen y la motricidad con intencionalidad.

Tarea: Unir los puntos para conseguir una figura.

Material: Fichas

Premisas:

- La praxia de dibujar
- Potenciar la expresión plástica y la creatividad
- Activan el movimiento de los brazos, de las manos y de los dedos.
- La representación mental de la imagen.

P.1 MOTRICIDAD FINA

Área cognitiva: Praxias

Objetivo: Optimizar la motricidad fina como requisito previo para la motricidad con intencionalidad y favorecer la producción de actos motores voluntarios.

Tarea: Unir los puntos para conseguir una figura.

Material: Fichas

Premisas:

- La praxia de hacer las líneas de punto a punto.
- La atención para seguir los puntos o las líneas.
- Activan el movimiento de los brazos, de las manos y de los dedos

7.RECURSOS.

- **Recursos materiales y de infraestructura necesarios:**

Alguno de los contenidos del programa se llevarán acabo en el propio taller y otros se realizarán en un aula designada.

Material de papeleria: fotocopias, lápicesde colores, lápiz, goma, tijeras, pegamento.

Material:

- Estimulación cognitiva 1.
 - Estimulación cognitiva 2.
 - Estimulación cognitiva 3.
 - Memoria 65+.
 - Ejercicios de rehabilitación I
 - Talleres de activación cerebral y entrenamiento de la memoria.
 - Cuaderno de repaso fase moderada. Fundación ACE
 - Cuaderno de repaso fase leve. Fundación ACE
 - Volver a empezar. Fundación ACE.
 - Activemos la mente. La Caixa.
 - Cuadernos de ejercicios: Consejos sobre trastornos cognitivos para pacientes con enfermedad de Parkinson.
 - Manual de Estimulación cognitiva para enfermos de Alzheimer en ambiente familiar. El baúl de los recuerdos.
- **Recursos humanos:** Psicólogo, Psicopedagogo, Educador Social, Técnico Superior de Integración Social o similar.

8.EVALUACIÓN.

Esta actividad se evaluará conforme a lo descrito en el Manual de Procesos del Centro, en los apartados referentes a “registro” de actividades grupales.

DISEÑO DE UNA SESIÓN: PSICOESTIMULACIÓN COGNITIVA CON PERSONAS ADULTAS CON SÍNDROME DE DOWN.

El programa de Psicoestimulación Cognitiva en personas adultas con Síndrome de Down responde a las siguientes características:

*Una sesión inicial de exposición clara y sencilla de los objetivos del programa y por otro lado preguntar a los potenciales asistentes su deseo o no de participar en dicho programa.

EJEMPLO DE UNA SESIÓN

Se iniciará en todas las sesiones con ejercicios de orientación espacio-temporal.

Orientación temporal:

- ¿Qué día de la semana es hoy?
- ¿En que fecha estamos?
- ¿En que mes estamos?
- ¿En qué año?
- ¿En qué estación del año?
- ¿Qué hora es?

Dichas preguntas se realizarán en voz alta, con las personas que tienen dificultad para hablar o que tienen dificultades en cuanto a la orientación se utilizará un calendario para facilitar el ejercicio.

Lenguaje.

Ejercicios de lenguaje espontáneo. Descripción de imágenes, láminas, situaciones y hechos.

Ejercicios de lecto-escritura. Ej:

*Fuga de letras: completar palabras.

Se pueden realizar otro tipo de ejercicios para las personas que no poseen lecto-escritura por ejemplo: ejercicios de denominación, evocación categorial, repetición verbal, razonamiento.

Memoria

Memoria reciente y proceso de evocación inmediata y diferida con material visual.

Ejemplo:

*Memorización de imágenes. Se les pide que observen con atención los dibujos y que intenten memorizar sus nombres.

También se pueden realizar ejercicios para el desarrollo de la memoria remota e inmediata.