

EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA PARA DEMENCIAS AVANZADAS

Índice

ENTRENAMIENTO EN ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA	2
1. Discriminación sensorial.....	2
2. Ejercicios de agarrar	3
3. Ejercicios de verter	4
4. Plastilina.....	5
5. Rasgar papel.....	6
6. Poner la mesa	7
7. Colocar la ropa	8
TEMÁTICA BASADA EN EL DIÁLOGO	9
1. Alimentos reales	9
2. Cultura general	10
3. Antiguos y nuevos	11
4. Famosos	12
5. Refranes	13
6. Pinturas	14
7. Instrumentos	15
TERAPIAS DE ORIENTACIÓN A LA REALIDAD	16
1. Orientación temporal 1: días de la semana.....	16
2. Orientación temporal 2: estaciones del año	17
3. Orientación temporal 3: las horas	18
4. Orientación personal 1	19
5. Orientación personal 2	20
6. Orientación espacial 1	21
7. Orientación espacial 2	22
ESTIMULACIÓN SENSORIAL.....	23
1. Discriminación e identificación de sabores	23
2. Discriminación de sonidos.....	24
3. Discriminación e identificación de olores	25
4. Discriminación de texturas.....	26
5. Identificación de objetos cotidianos.....	27
6. Identificación de objetos	28
7. Identificación y recuerdo de lugares.....	29
8. Globo y silbato	30

ENTRENAMIENTO EN ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

1. Discriminación sensorial

Recomendaciones y adaptaciones

Existe la posibilidad de hacer gradientes con los sonidos y los materiales. De este modo, se podría utilizar arena para “suave”, granos de café para “medio” y piedras ligeras para “fuerte”.

En el caso de que la persona no pueda hablar, existe la posibilidad de hacer tarjetas en las que se lean con claridad las palabras “suave” y “fuerte”, para que indiquen a cuál de ellas corresponde cada sonido.

**ENTRENAMIENTO
EN AVDS
EJ.1**

INSTRUCCIONES
Objetivo: Determinar si la persona puede discriminar diferentes niveles de sonido.

Preparación: llenar contenedores (botellas cortadas a la mitad, p. ejem.) con materiales que hagan diferentes sonidos al moverlos y que se puedan graduar de más suaves a más fuertes (arenas, legumbres, piedras...)

Instrucciones: coger el contenedor de sonido más suave, agitarlo al lado de cada oreja de la persona y decir “suave”. Después, darle el contenedor para que lo agite y decir “suave”. Hacer lo mismo para el contenedor de sonido fuerte, diciendo la palabra “fuerte” cuando se agite. Finalmente agitar nosotros uno de los contenedores y dárselo para que lo agite mientras se pregunta: “¿suave o fuerte?”



2. Ejercicios de agarrar

Recomendaciones y adaptaciones

Pueden utilizarse legumbres, pasta, azúcar u otro tipo de alimentos del estilo para el ejercicio.

Cabe la posibilidad de usar cucharas de diferentes medidas, según las necesidades de la persona, e incluso resulta recomendable para entrenar con distintos tipos de cubiertos.

ENTRENAMIENTO EN AVDS EJ.2

INSTRUCCIONES

Objetivo: Fomentar el empleo de la psicomotricidad fina y la coordinación viso-motora, orientado a trabajar la habilidad de la persona para comer por sí misma.

Preparación: colocar varios tipos de cereales (harina, arroz, maíz, etc.) en recipientes iguales (platos, vasos, cuencos...). También necesitaremos un recipiente vacío por cada uno lleno y una cuchara pequeña.

- Instrucciones:**
- 1.- Situar los recipientes enfrente de la persona, junto a la cucharilla.
 - 2.- Avisar al participante de que los alimentos no son comestibles.
 - 3.- Hacer una demostración del ejercicio.
 - 4.- Invitar a la persona a que lo repita y llene los vasos vacíos.
 - 5.- Seguir con el procedimiento hasta que la persona quiera.



3. Ejercicios de verter

Recomendaciones y adaptaciones

Se pueden utilizar vasos de diversos tamaños y formas para variar la dificultad del ejercicio, así como teteras o diferentes jarras.

Contar con el apoyo de un embudo es recomendable para ayudar a la persona con la tarea, en el caso de que tenga dificultades. Utilizar arroz o maíz en vez de agua también reduce la exigencia de la tarea.

Si queremos complejizar el ejercicio, cabe la posibilidad de marcar diferentes niveles en el vaso con un rotulador para que la persona tenga que llenarlos hasta dicho límite.

**ENTRENAMIENTO
EN AVDS
EJ.3**

INSTRUCCIONES

Objetivo: promover el uso de la coordinación visomotriz y las habilidades motoras.

Preparación: para este ejercicio necesitaremos simplemente una jarra con agua y un vaso.

Instrucciones: en primer lugar, haremos una demostración del vertido, cogiendo la jarra con la mano dominante y el vaso con la otra mano. Una vez vertido el líquido devolver el agua del vaso a la jarra por el mismo procedimiento. Por último, invitar al participante a hacer lo mismo, recogiendo el líquido que se pudiera derramar.



4. Plastilina

Recomendaciones y adaptaciones

Al utilizar plastilina, deberemos tener cuidado de que los usuarios no la confundan con comida, especialmente cuando se divida en porciones pequeñas.

En el caso de que no puedan mezclar colores debido a limitaciones motoras, podemos pedirles que moldeen un color simple, haciendo rollitos o generando formas de letras y números mientras indican el color que están usando.

Si los participantes no son capaces de identificar colores, cabe la posibilidad de utilizar etiquetas identificativas de los tonos y pedirles que las lean.

**ENTRENAMIENTO
EN AVDS
EJ.4**

INSTRUCCIONES

Objetivo: ejercitar la coordinación visuomanual, trabajar la movilidad manual y evaluar la capacidad de la persona para identificar colores,

Preparación: disponer de plastilinas de colores diferentes, si es posible rojas, azules y amarillas, para poder crear otros colores a partir de ellas..

Instrucciones: 1) en primer lugar, pediremos a la persona que abra los paquetes e identifique los colores, con el objetivo de evaluar su motricidad fina e identificación visual.

2) Crear colores secundarios a partir de pequeños trozos de plastilina explicando el proceso: "si mezclamos el amarillo y el azul, tendremos el color verde".

3) Pedirle a la persona que mezcle esos colores para, después, probar con diferentes combinaciones, a la vez que se le va preguntando.

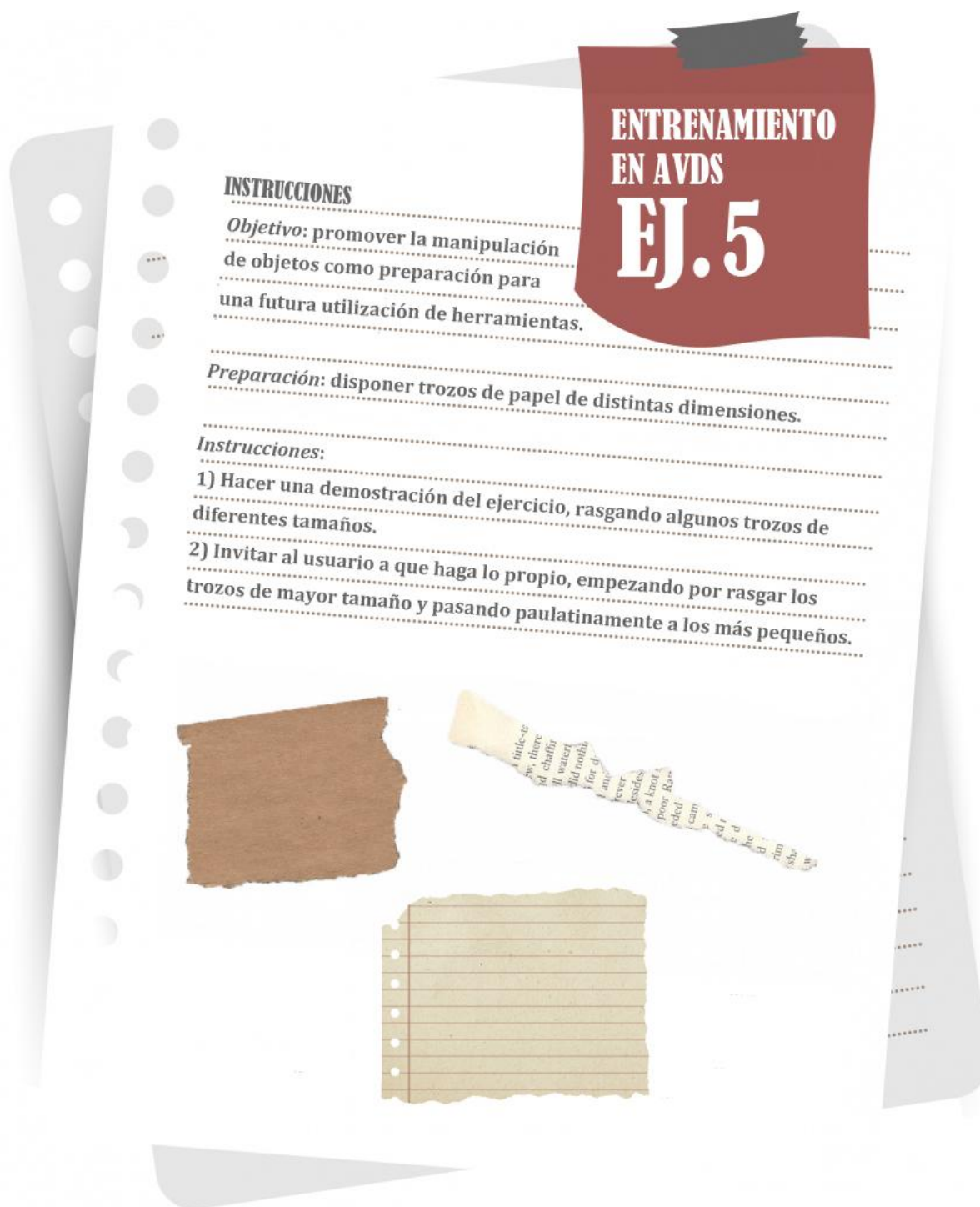


5. Rasgar papel

Recomendaciones y adaptaciones

Se recomienda que la persona comience a rasgar el papel libremente para pasar, a continuación, a hacerlo según las indicaciones del instructor, quien le podrá indicar que genere trozos de menor tamaño cada vez, por ejemplo, o en formas específicas.

Cabe la posibilidad de utilizar distintos tipos de papel, desde folios a papel de cocina o de periódico, pasando por otros como el papel metálico o el papel de horno, para evaluar así la destreza del usuario al desenvolverse con distintos materiales.



6. Poner la mesa

Recomendaciones y adaptaciones

Una modificación más avanzada del ejercicio consistiría en hacer cortes al mantel que coincidan con la forma de los cubiertos y en los lugares correspondientes donde irían colocados, facilitando así la tarea para el usuario.

En el caso de que los cubiertos de metal sean demasiado pesados para el paciente o que quepa la posibilidad de que se lastime con ellos, se pueden usar de plástico.

Si el paciente padece de limitaciones motoras que le impiden realizar la actividad, puede hacerla de manera verbal y así ejercitar el reconocimiento y disposición de objetos cotidianos.

**ENTRENAMIENTO
EN AVDS
EJ.6**

INSTRUCCIONES

Objetivo: fomentar del desarrollo de la psicomotricidad, la coordinación visomotriz y la habilidad para identificar y manipular objetos cotidianos.

Preparación: disponer de un mantel y un juego de cubiertos (1 plato llano y otro hondo, 1 cuchillo, 1 cuchara, 1 tenedor, 1 vaso y 1 servilleta).

Instrucciones:

Comentar qué es cada cosa, para qué sirve y cómo se coloca en la mesa.
Ayudar a poner el mantel y después invitar al participante a que coloque los cubiertos tal como se lha comentado cpreviamente.



7. Colocar la ropa

Recomendaciones y adaptaciones

Si el trabajo con las prendas resulta complicado en un principio, se pueden utilizar pañuelos o trapos para entrenar.

En el caso de que la persona realice la actividad correctamente y sin mayores problemas, se podrá plantear pasar a doblar la ropa.

Si el usuario padece de problemas en la visión, se procurará que utilicen el tacto para que identifiquen las diferentes partes de la prenda y puedan así realizar la actividad.

**ENTRENAMIENTO
EN AVDS
EJ. 7**

INSTRUCCIONES
Objetivo: fomentar la independencia para el autocuidado a partir del trabajo de habilidades motoras finas y gruesas, y de la coordinación visomotriz.

Preparación: tomar diferentes prendas (camisetas, pantalones, ropa interior, complementos...), así como varias perchas normales y de las que tienen pinzas.

Instrucciones:
1- Hacer una demostración de cómo colocar una prenda en una percha normal y después guardarla en el perchero, el pomo de la puerta lo el respaldo de una silla
2- Invitar al usuario a que haga lo propio, repitiendo se fuera necesario
3- Para las perchas con pinzas se deberá mostrar primero cómo se abren y cómo enganchar cada una de las prendas.
4- Finalmente se le pedirá a la persona que lo repita.



TEMÁTICA BASADA EN EL DIÁLOGO

1. Alimentos reales

Recomendaciones y adaptaciones

Aunque estamos utilizando alimentos reales con fines lúdicos, cabe destacar que el ejercicio puede hacerse con fotos o representaciones de la comida que hayamos elegido, asegurándonos siempre de que la persona no tenga especial dificultad para reconocer los alimentos en papel.

La temática basada en el diálogo es un acercamiento terapéutico abierto, dinámico y adaptable. Así pues, no es necesario ceñirse a las preguntas propuestas para la sesión.

**TEMÁTICA BASADA
EN EL DIÁLOGO
EJ.1**

INSTRUCCIONES

Objetivo: Estimular varias funciones cognitivas a partir de una sesión experiencial y amena.

Preparación: necesitaremos varios alimentos reales a los que podamos tener acceso, buscando que sean lo más básicos y menos elaborados posible (frutas, verduras, legumbres, especias, etc.)

Instrucciones: presentaremos secuencialmente los alimentos a la persona a la vez que le iremos haciendo preguntas sobre ellos, cada una referida a una función cognitiva concreta (señalada entre paréntesis):

- “¿Cómo se llama? ¿es una fruta, una verdura...?” (Reconocimiento)
- Dándosela: “¿Es pasado? ¿Qué textura tiene?” (Habilidades motoras)
- “¿Se suele comer en el desayuno o en la comida o en la cena?” (Orientación)
- “¿Cuál te gusta más? ¿hay alguno que no te guste?” (Motivación)
- “¿Recuerdas haber comido este alimento de pequeño?” (Memoria)



2. Cultura general

Recomendaciones y adaptaciones

En el modelo enunciamos una serie de ejemplos de cuestiones sobre las que preguntar a la persona. No obstante, conviene hacer una lista propia de preguntas, de longitud variable y planteándolo siempre como un juego, como una charla. Elaborar preguntas de dificultad variable según el nivel de deterioro de la persona, además de procurar centrarlas sobre temas significativos para ella.

Se recomienda dar pie a la conversación sobre el tema que se pregunta, aunque ello ralentice el ejercicio o incluso lleve a no completarlo en su totalidad.

TEMÁTICA BASADA EN EL DIÁLOGO

EJ.2

INSTRUCCIONES

Objetivo: Trabajar la memoria, la comprensión y la denominación con una tarea entretenida.

Preparación: elaborar una serie de preguntas sobre cultura general con tres opciones de respuesta cada una. Las cuestiones se preguntarán de viva voz a la persona.

Instrucciones: a continuación enunciamos algunos ejemplos que se podrían utilizar:

- La rosa, la amapola y la orquídea son: A) Hortalizas. B) Flores. C) Árboles.
- ¿De qué color es una esmeralda? A) Verde. B) Roja. C) Azul.
- ¿Cómo se llama el Rey de España? A) Juan Carlos. B) Felipe. C) Francisco.
- La Torre Eiffel está en: A) España. B) Italia. C) Francia.
- ¿Quién escribió *El Quijote*? A) Cervantes. B) Lorca. C) Quevedo.



3. Antiguos y nuevos

Recomendaciones y adaptaciones

Al contemplar la opción de trabajar con imágenes, deberemos tener en cuenta las posibles limitaciones perceptivas que padezca la persona. Es por ello que recomendamos utilizar imágenes grandes, en color y bien definidas.

TEMÁTICA BASADA EN EL DIÁLOGO EJ.3

INSTRUCCIONES

Objetivo: estimular funciones de denominación, categorización y reminiscencia a partir de la comparación de objetos antiguos y sus análogos modernos.

Preparación: necesitaremos los objetos sobre los que girará el ejercicio o dibujos de los mismos.

Instrucciones: comparar y hablar de los objetos usando estas preguntas:

- * ¿Qué son estos objetos?
- * ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?
- * ¿Cuáles prefieres, los antiguos o los nuevos?
- * ¿Alguna vez has tenido uno de estos objetos?
- * ¿Cuáles parecen más fáciles de utilizar?



4. Famosos

Recomendaciones y adaptaciones

Como siempre que se trabaja con imágenes, deberemos tener en cuenta las posibles limitaciones visuales que pudiera padecer el usuario, asegurándonos de que las fotografías cuentan con una buena definición y apoyando su visualización con descripciones adicionales.

El objetivo final del ejercicio es generar un ambiente conversacional ameno, con lo que es recomendable ser flexible con la conversación que se pueda dar, sin ceñirnos necesariamente a las preguntas planteadas y utilizándolas únicamente como guía.

**TEMÁTICA BASADA
EN EL DIÁLOGO
EJ.4**

INSTRUCCIONES
Objetivo: potenciar la reminiscencia y crear un ambiente de charla ameno a partir de comentarios sobre famosos.

Preparación: seleccionar imágenes en las que aparezcan cantantes, actores, escritores, etc, conocidos y, en la medida de lo posible, cercanos temporalmente a la juventud del usuario o que le pudieran gustar especialmente, para hacer más sencillo su reconocimiento.

Instrucciones: comentar las imágenes según una serie de preguntas guía:

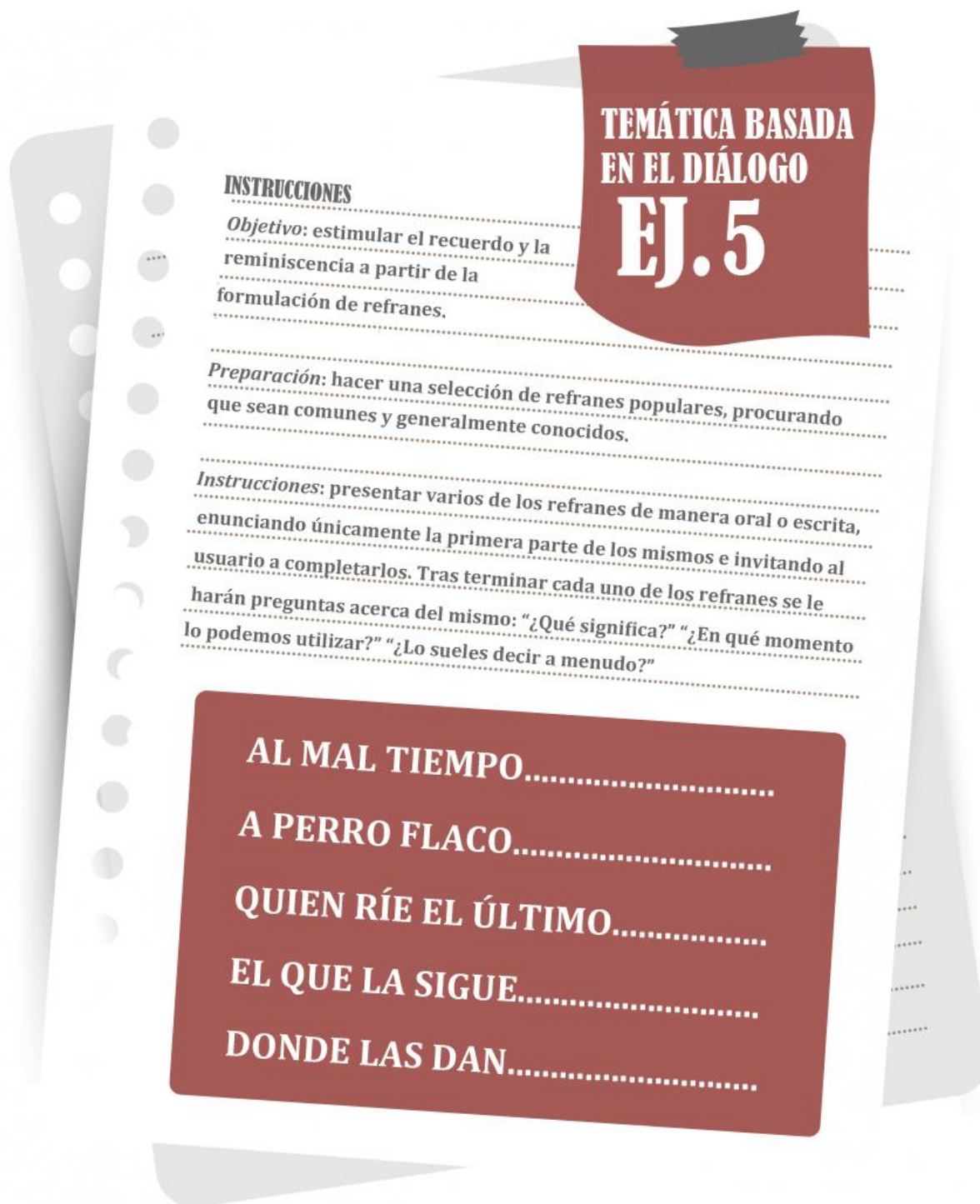
- * ¿Quiénes son las personas de estas fotografías? ¿Las recuerdas?
- * ¿Quién te gusta más de ellas? ¿Por qué?
- * ¿Recuerdas haber visto a alguna en directo?
- * ¿Qué canciones/películas te gustan más? ¿Algunas son de estos artistas?



5. Refranes

Recomendaciones y adaptaciones

Los refranes podrán ser presentados de forma oral o escrita, indistintamente, teniendo en cuenta para su elección la preferencia del usuario y sus posibles limitaciones sensoriales. En el caso de que la persona tenga dificultad la hora de completar los refranes, podrán disponerse varias opciones de respuesta o utilizar ayudas verbales.



6. Pinturas

Recomendaciones y adaptaciones

Dado que parte del ejercicio consiste en el reconocimiento de las pinturas, deberemos tener en cuenta el nivel educativo del usuario, según el cual deberá variar la selección de los cuadros. Esta actividad puede plantearse de manera experiencial visitando un museo, siendo recomendable siempre y cuando la persona esté de acuerdo y sus limitaciones físicas y funcionales no supongan un impedimento.

**TEMÁTICA BASADA
EN EL DIÁLOGO**
EJ.6

INSTRUCCIONES
Objetivo: trabajar el reconocimiento de pinturas famosas y promover la afectividad a través del arte.

Preparación: hacer una selección de cuadros conocidos, bien con fotos en papel o con imágenes digitales de los mismos.

Instrucciones: crear un ambiente de charla ameno en el que se comenten las pinturas seleccionadas, con preguntas del tipo:
- ¿Sabes cómo se llaman estos cuadros? ¿Y quién los pintó?
- ¿Cuál de ellos te gusta más? ¿Hay alguno que no te guste?
- ¿Cómo te hacen sentir estas pinturas? ¿Relajado, asombrado, confuso?...



7. Instrumentos

Recomendaciones y adaptaciones

El ejercicio funcionará especialmente bien si la persona ha sido o es aficionada a la música. En el caso de que haya tocado algún instrumento, cabe la posibilidad de que lo intente tocar, ya que ese tipo de memoria procedimental suele mantenerse.

Si el usuario no ha sido un especial aficionado a la música, o si tiene dificultades para identificar instrumentos concretos, la actividad puede plantearse a partir de canciones populares o generalmente conocidas en su juventud.

TEMÁTICA BASADA EN EL DIÁLOGO EJ. 7

INSTRUCCIONES

Objetivo: evaluar y trabajar la discriminación auditiva, además de tocar la parcela afectiva a partir de la reminiscencia

Preparación: seleccionar una serie de audios en los que se escuche de forma clara un único instrumento.

Instrucciones: tras reproducir cada uno de los audios, se plantean una serie de cuestiones a comentar con el usuario:

- ¿Reconoces el instrumento que suena? ¿Lo has escuchado en directo?
- ¿Qué instrumento te gusta más? ¿Hay alguno que no te guste?
- ¿Qué sensación te provoca? ¿Estás más tranquilo, más agitado...?

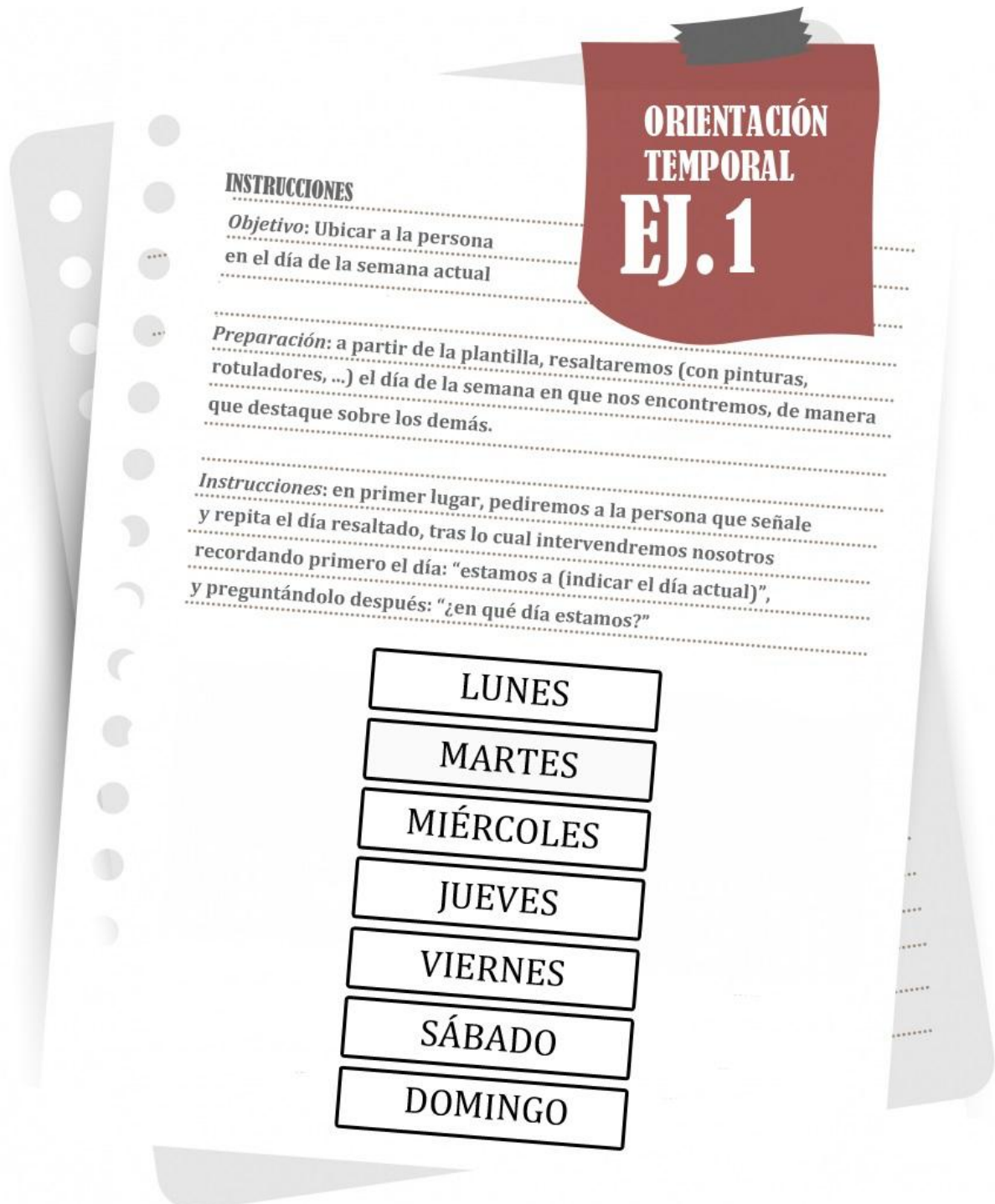


TERAPIAS DE ORIENTACIÓN A LA REALIDAD

1. Orientación temporal 1: días de la semana

Recomendaciones y adaptaciones

En este ejercicio, nos hemos centrado en trabajar la orientación referente al día de la semana. No obstante, el material puede ser adaptado para trabajar, asimismo, la hora del día, el mes, el año o la estación en la que nos encontremos.



2. Orientación temporal 2: estaciones del año

Recomendaciones y adaptaciones

En el caso de que la persona tenga dificultades perceptivas, para escribir o se encuentre en un estado de especial confusión, podemos aumentar las ayudas en los rótulos (más letras y menos espacios) o, directamente, acompañar la imagen con el nombre completo de la estación a la que corresponde.

En el caso contrario, si el usuario no presenta dificultad en la identificación, podemos plantear no apoyar los rótulos con ayudas.

**ORIENTACIÓN
TEMPORAL
EJ.2**

INSTRUCCIONES

Objetivo: ubicar a la persona en la estación del año actual.

Preparación: para esta actividad necesitaremos cuatro imágenes representativas de las estaciones del año, cada una de ellas junto con un rótulo identificador.

Instrucciones: en primer lugar, se le pedirá que identifique cada foto con la estación que corresponde, para que, posteriormente, escriba la palabra en el espacio reservado para el rótulo. Seguidamente se dará pie a una conversación sobre la imagen y la estación, a partir de preguntas como: *¿Estamos en esta estación ahora? ¿En qué época hace frío o calor? ¿Qué ropa te pondrías si tuvieras que salir a la calle con este tiempo?*

I


P


V

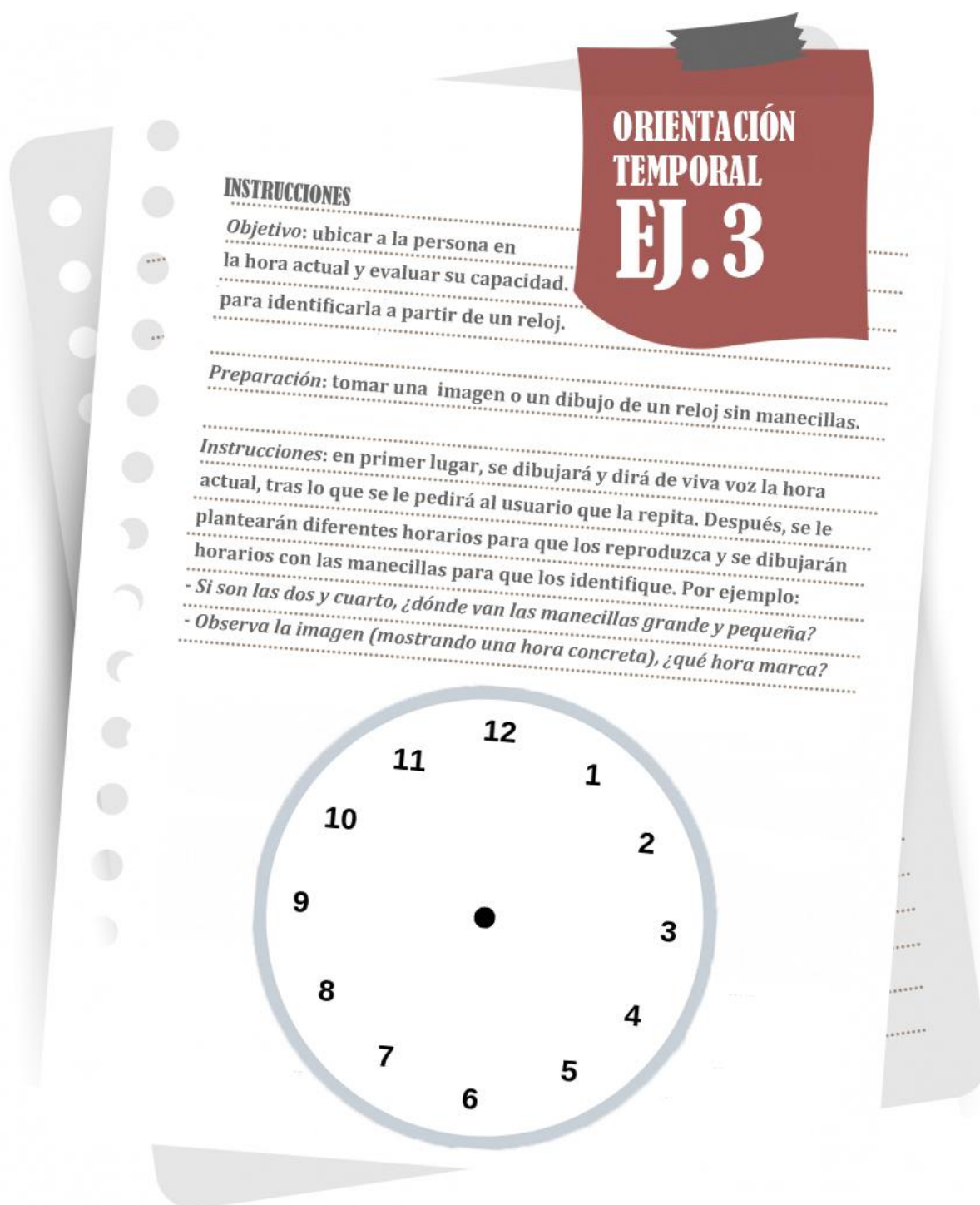

O


3. Orientación temporal 3: las horas

Recomendaciones y adaptaciones

Una variante de la actividad sería hacer una réplica con una representación de un reloj digital, ya que uno de los objetivos es que la persona se familiarice con todo tipo de relojes que pueda encontrarse y ver a lo largo del día.

Se recomienda dibujar las manecillas con lapicero para poder utilizar varias veces la misma plantilla. En el caso de que la persona tenga dificultades para dibujar las manecillas, lo hará el instructor a partir de sus indicaciones.



4. Orientación personal 1

Recomendaciones y adaptaciones

Si la persona padece algún tipo de problema sensorial que le impida ver con claridad el material presentado, cabe la posibilidad de explicarle de viva voz qué está viendo.

El objetivo no es únicamente que el usuario identifique los lugares o momentos que se le presentan, sino que elabore información a partir de ellos, con lo que es recomendable abrir debate y plantear diálogo sobre los temas elegidos.

**ORIENTACIÓN
PERSONAL
EJ.1**

INSTRUCCIONES

Objetivo: ubicar a la persona en su contexto personal lejano.

Preparación: para esta actividad haremos una selección de fotografías, videos, noticias, recortes de periódico, documentales, etc, relacionados con el contexto remoto de la persona (por ejemplo, fotos de su ciudad de nacimiento o videos con su familia).

Instrucciones: plantearemos preguntas sobre el material presentado:

- * Foto de lugar de nacimiento: ¿recuerdas este sitio? ¿viviste aquí?...
- * Video en el que aparezca la persona: ¿dónde estabas aquí? ¿con quién? ¿qué estabas haciendo?
- * Noticia o documento histórico: ¿te acuerdas de esto? ¿cómo lo viviste?



5. Orientación personal 2

Recomendaciones y adaptaciones

Dada la importancia para la autoestima de la persona el poder reconocer a sus familiares (y para ellos ser reconocidos), se recomienda hacer este ejercicio frecuentemente e incluso de manera experiencial, visitando a parientes cercanos o recibiendo visitas de ellos.

**ORIENTACIÓN
PERSONAL
EJ.2**

INSTRUCCIONES

Objetivo: ubicar a la persona en su contexto familiar.

Preparación: tomar fotografías de miembros de la familia cercana al paciente: con quién más tenga relación o haya tenido a lo largo de su vida

Instrucciones: apoyándonos en las imágenes escogidas, se le harán preguntas relacionadas con las personas que se muestran en ellas:

- ¿Reconoces a las personas de estas fotografías?
- ¿Quiénes eran tus padres? ¿Cómo se llamaban?
- ¿Tienes hermanos o eres hijo único?
- ¿Aparacen tus hijos en estas imágenes? ¿Qué edad tienen?

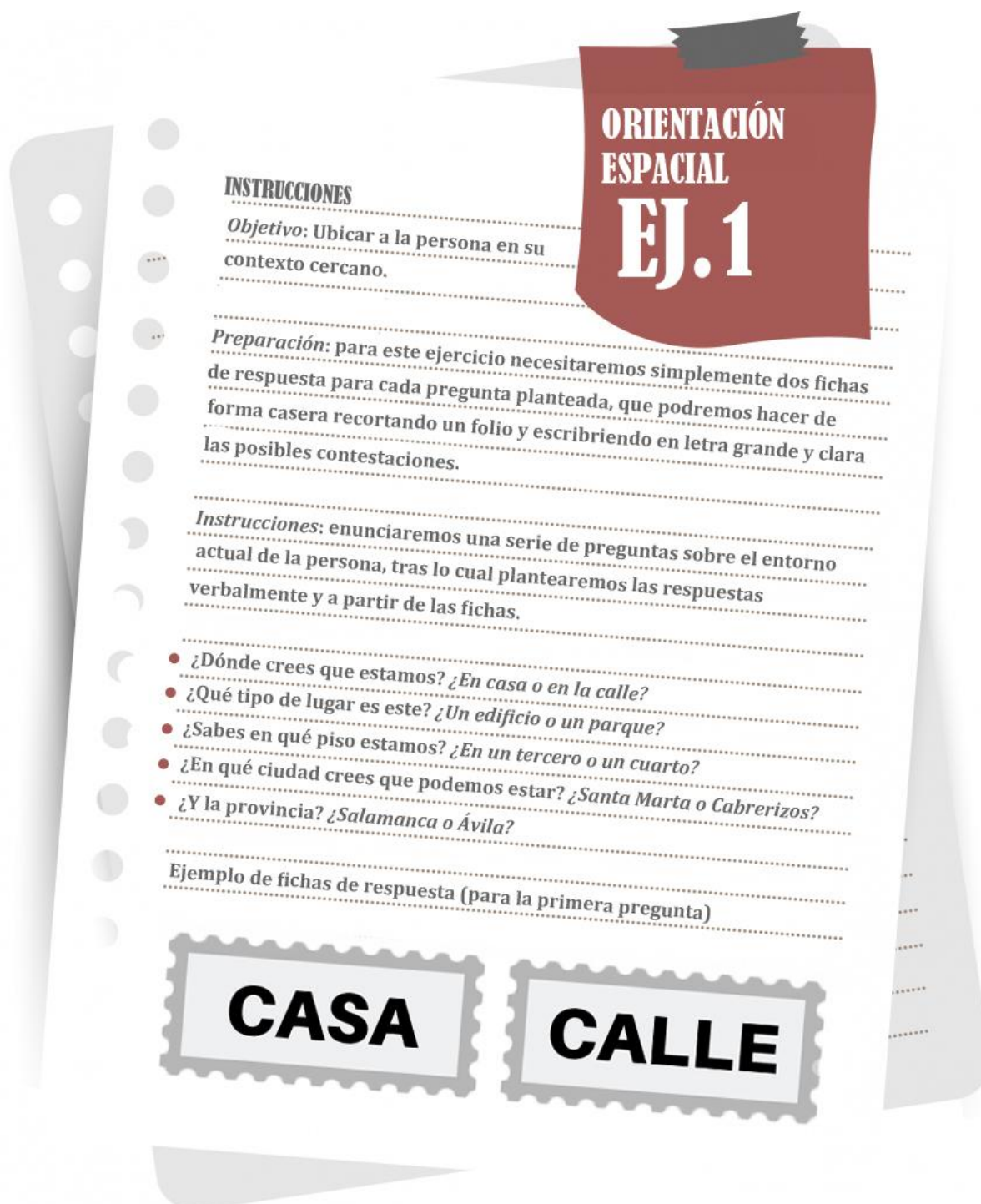


6. Orientación espacial 1

Recomendaciones y adaptaciones

Las preguntas propuestas en este ejercicio son meramente orientativas; la habitación de la casa, el portal, el barrio, la comunidad autónoma, el país o el continente son localizaciones igualmente válidas por las que preguntar a la persona.

Para esta ocasión, se ha indicado la elaboración de dos únicas tarjetas de respuesta para cada pregunta, aunque cabe la posibilidad de ampliar el número de opciones, teniendo siempre en cuenta el estado de la persona y sus las capacidades preservadas.



7. Orientación espacial 2

Recomendaciones y adaptaciones

Una variante interesante de este ejercicio es la experiencial; siempre que las capacidades del usuario lo permitan, se puede acudir a las localizaciones planteadas y realizar presencialmente la actividad, para favorecer así la orientación directa de la persona con su entorno.

En el caso de que el usuario tenga dificultades para identificar las fotografías de los lugares escogidos, pueden ser acompañadas de rótulos con sus respectivos nombres.

**ORIENTACIÓN
ESPACIAL
EJ.2**

INSTRUCCIONES

Objetivo: relacionar objetos con los lugares donde se pueden adquirir.

Preparación: seleccionar imágenes en las que aparezcan comercios o establecimientos reconocibles, como fruterías, panaderías o bibliotecas.

Instrucciones: en un formato plenamente conversacional se le harán preguntas al usuario acerca de en qué establecimientos podríamos encontrar determinados objetos: "¿Dónde irías a comprar pan? ¿Y si quisiéramos un plátano? ¿A dónde irías a leer un libro?"



ESTIMULACIÓN SENSORIAL

1. Discriminación e identificación de sabores

Recomendaciones y adaptaciones

Asociar cada sabor al recuerdo de eventos y lugares familiares, ayudando al usuario/a en la evocación de los mismos. Tener en cuenta si la persona presenta disfagia y si puede comer alimentos sólidos, si no se puede realizar la actividad utilizando gelatinas o purés de diferentes sabores. Tener en cuenta posibles alergias e intolerancias al elegir los alimentos a consumir. Realizar preguntas específicas y sencillas y no varias a la vez. Si el usuario/a no tiene conservado el lenguaje verbal dejar que saboree libremente y estar atento a las expresiones no verbales de gusto o disgusto.

ESTIMULACIÓN SENSORIAL EJ.1

INSTRUCCIONES

Teniendo los ojos cerrados dar a probar diferentes alimentos e ir guiando en la identificación y discriminación de los distintos sabores mediante preguntas del tipo:

- ¿Cómo sabe? ¿Es dulce? ¿Es salado? ¿Es amargo? ¿Qué textura tiene? ¿Te gusta?
- ¿Qué es?
- ¿Dónde podrías encontrarlo?
- ¿Lo habías probado antes? ¿Cuándo? ¿Te recuerda algo?



2. Discriminación de sonidos

Recomendaciones y adaptaciones

Tener en cuenta los posibles problemas de audición. Si hubiera problemas motrices o en el seguimiento de órdenes la persona que imparta la actividad será la encargada de ir mostrando y agitando los botes. No dar una nueva instrucción hasta que no se haya cumplido la anterior.

ESTIMULACIÓN SENSORIAL EJ.2

INSTRUCCIONES

Presentar por pares los botes
contenedores de diferentes

elementos para generar sonidos.

Guiar al usuario durante toda la actividad mediante preguntas del tipo:

- Coge los botes y agítalos. ¿Suenan igual? ¿Qué crees que hay dentro?

Tras haber presentado todos, emparejar aquellos que suenan igual
uno por uno y hacerle preguntas como las siguientes:

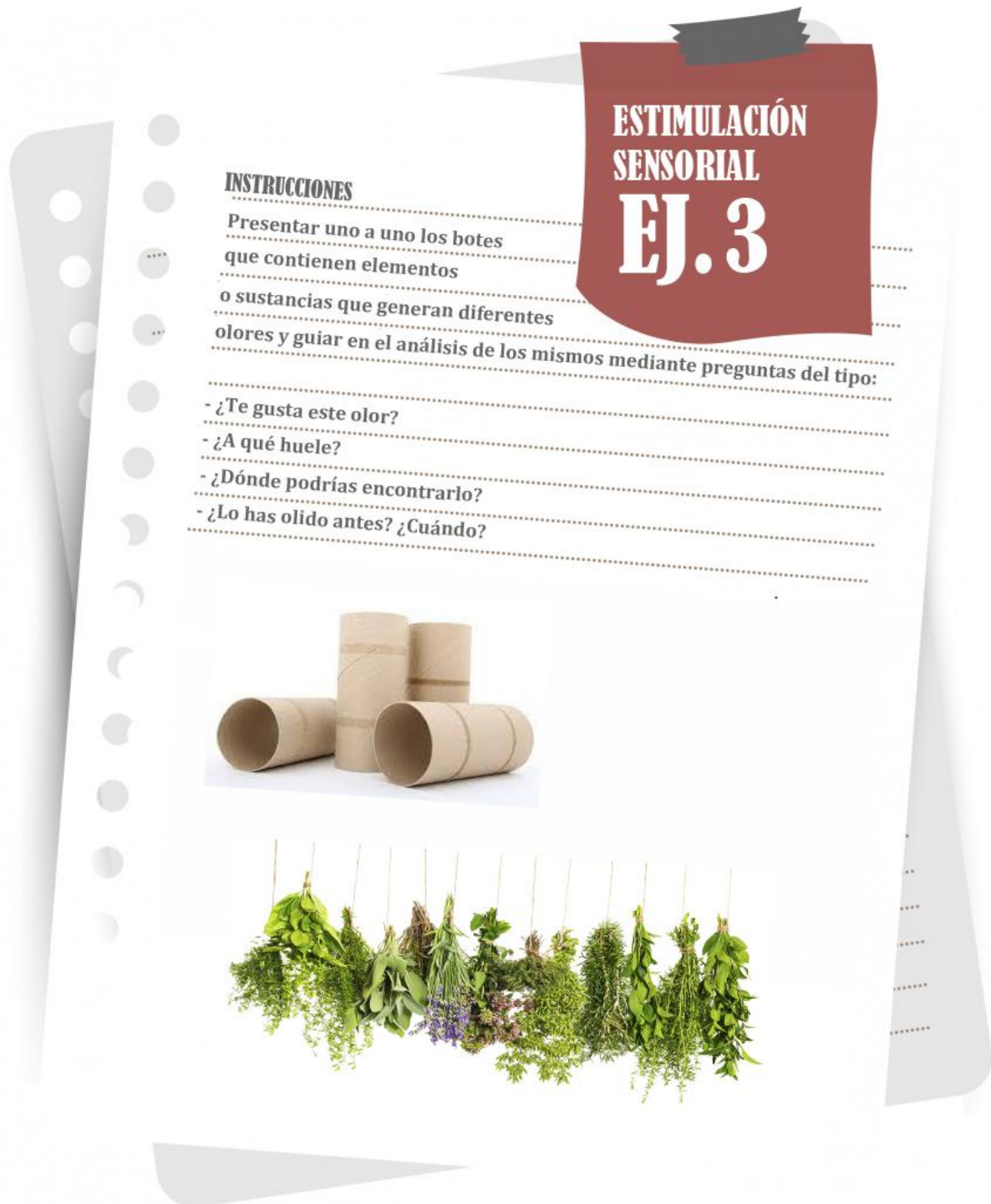
- Coge este bote, agítalo y dime cuál de todos suena igual a este.



3. Discriminación e identificación de olores

Recomendaciones y adaptaciones

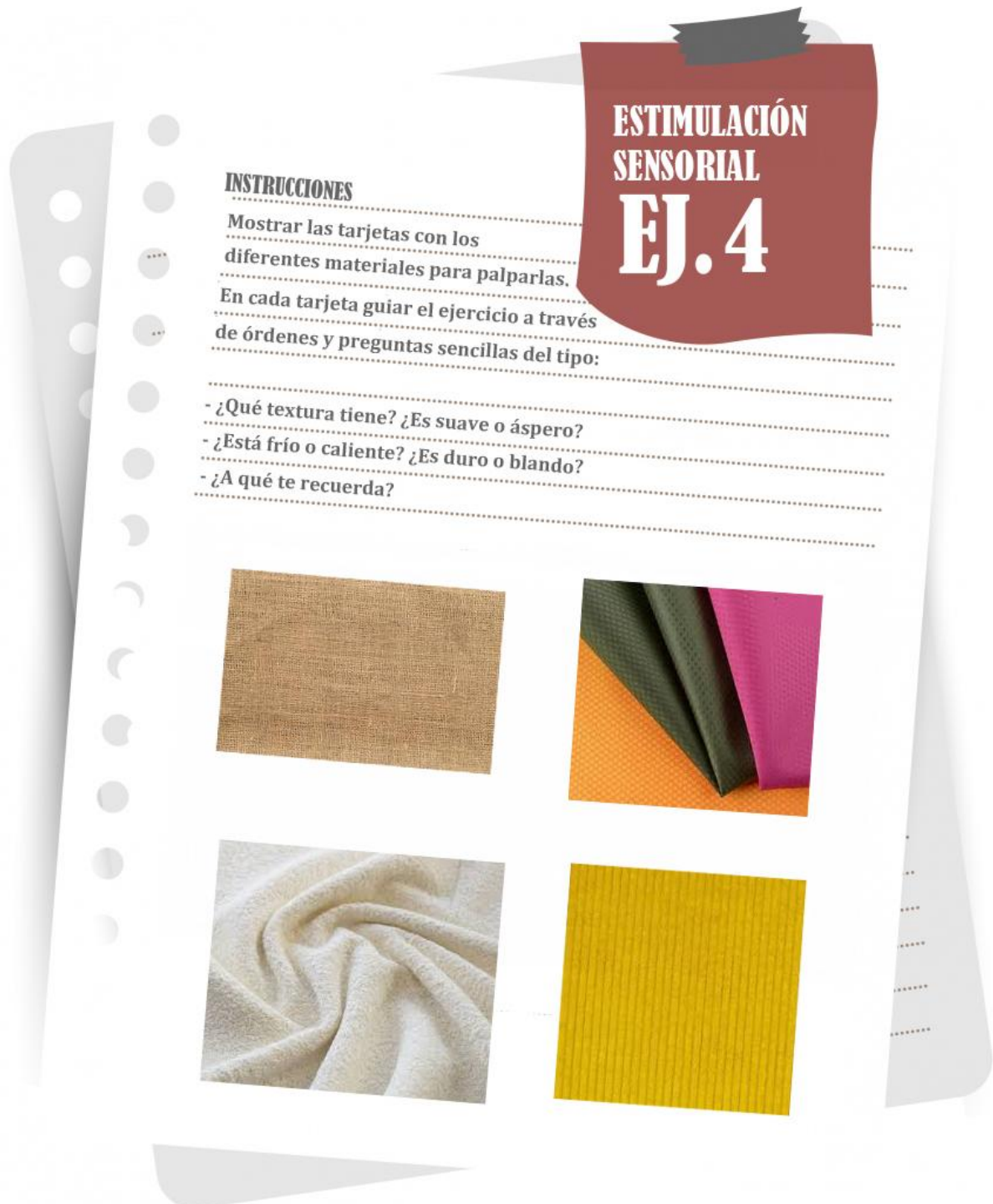
Asociar cada uno de los estímulos a la evocación de eventos y lugares familiares. Presentar los botes de uno en uno. Realizar preguntas específicas y sencillas y no varias a la vez. Si el usuario/a no tiene conservado el lenguaje verbal dejar que huela libremente y estar atento a las expresiones no verbales de gusto o disgusto.



4. Discriminación de texturas

Recomendaciones y adaptaciones

Durante la realización del ejercicio ayudar al usuario a asociarlo a objetos familiares y eventos personales. No sacar más de una tarjeta a la vez. Dar las instrucciones de una en una.



5. Identificación de objetos cotidianos

Recomendaciones y adaptaciones

Si es posible pueden utilizarse fotos de la propia casa del usuario/a e intentar evocar recuerdos personales. No dar una nueva instrucción hasta que no se ha cumplido la anterior. No sacar una nueva tarjeta hasta que no se ha colocado la anterior en su sitio.

**ESTIMULACIÓN
SENSORIAL
EJ.5**

INSTRUCCIONES
Colocar la cartulina con el nombre de la habitación en la mesa. Mostrar una por una las tarjetas de los objetos cotidianos, guiando durante todo el ejercicio a través de preguntas y órdenes sencillas:

- ¿Qué es este objeto? ¿En qué habitación de la casa está?
- Colócalo. ¿Lo has utilizado alguna vez?





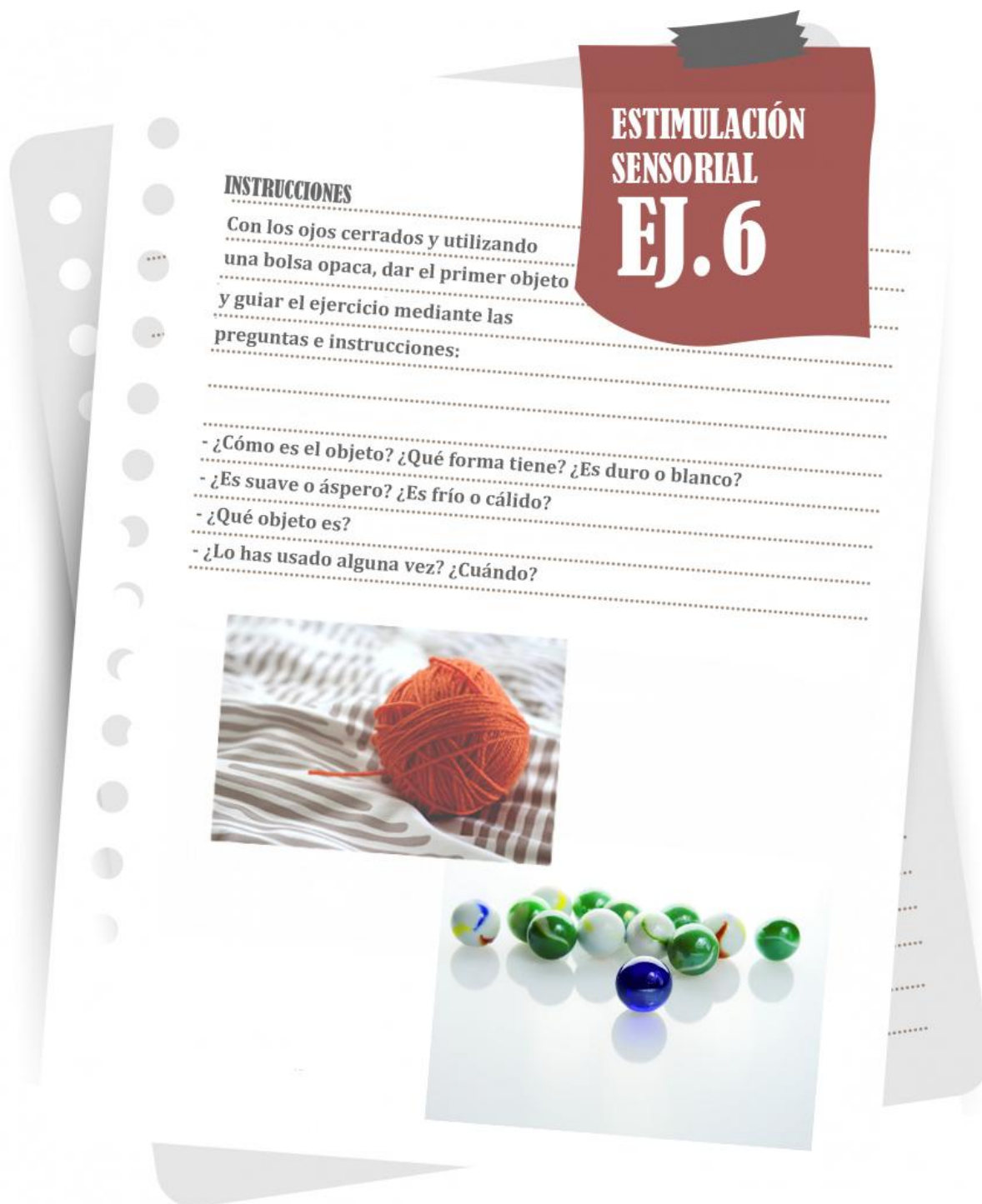




6. Identificación de objetos

Recomendaciones y adaptaciones

Utilizar objetos que sean familiares para el usuario/a intentando evocar recuerdos personales. No darle al usuario/a más de un objeto a la vez. Preguntar y dar las instrucciones de una en una. Si el usuario/a no conserva el lenguaje verbal dejar que manipule libremente el objeto y estar atento a las expresiones no verbales.



7. Identificación y recuerdo de lugares

Recomendaciones y adaptaciones

Utilizar sitios representativos y familiares intentando evocar recuerdos personales. Trabajar con una única tarjeta a la vez. No dar una nueva instrucción hasta que no se ha cumplido la anterior.

ESTIMULACIÓN SENSORIAL EJ. 7

INSTRUCCIONES

Mostrar fotografías antiguas y
guiar el ejercicio realizando
preguntas como las siguientes:

- ¿Qué se muestra en la imagen? ¿Dónde se encuentra este lugar? ¿Has
estado alguna vez?

Tras mostrar todas las tarjetas trabajamos el recuerdo inmediato
dando la vuelta a las tarjetas una por una y preguntando:

- ¿Qué lugar estaba en esta fotografía?



8. Globo y silbato

Recomendaciones y adaptaciones

La estimulación sensorial ayuda al mantenimiento de capacidades cognitivas, como la atención y la memoria inmediata, en personas con procesos degenerativos avanzados, permitiendo además la comunicación con los usuarios y usuarias que ya no conservan algunos aspectos del lenguaje verbal. Se trabajará en sesiones cortas e individualizadas, adaptando los ejercicios a las funciones que se mantienen conservadas.



CENTRO DE
REFERENCIA ESTATAL
DE ATENCIÓN A
PERSONAS CON
ENFERMEDAD DE
ALZHEIMER Y
OTRAS DEMENCIAS
Salamanca

EJERCICIO

8

**ESTIMULACIÓN
SENSORIAL**

INSTRUCCIONES

La estimulación sensorial se realizará con materiales accesibles que tengamos por casa. El tiempo de realización será de un máximo de 30 minutos.

Desarrollo de actividad:

Con un silbato realizaremos sonidos suaves y fuertes, alternando la intensidad y ubicación en relación al adulto, con el globo lo inflaremos y sin amarrarlo dejaremos soltar poco a poco el aire haciendo diferentes sonidos. El objetivo es que voltee hacia donde se desarrolla el sonido y mantenga un seguimiento con la vista de la actividad, al final de la actividad podemos proporcionarles el silbato o globo para que pueda interactuar con los objetos, siempre motivando la ejecución y gratificando los intentos.

