



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

“Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2022”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciado en Psicología

AUTORES:

Rengifo Asenjo, Andrea Abigail (orcid.org/0000-0001-6772-0537)

Rios Silva, Brygham Manuel (orcid.org/0000-0001-5259-7716)

ASESORES:

Dr. Chunga Pajares, Luis Alberto (orcid.org/0000-0002-6424-9695)

Mg. Cabanillas Palomino, Roxana (orcid.org/0000-0003-1360-1625)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

CHICLAYO — PERÚ

2022

Dedicatoria

Dedicado a nuestra familia, en especial a nuestros padres y hermanos que nos han apoyado siempre y han sido muchas veces un gran soporte emocional durante nuestra época universitaria.

Agradecimiento

A nuestros asesores de tesis, por la dedicación y el tiempo invertido en nosotros, lo cual permitió culminar nuestra investigación de manera satisfactoria, en especial al Dr. Luis Chunga Pajares, el cual día a día demuestra su vocación y amor por enseñar, además por ser un gran soporte no solo académico, sino también emocional, logrando impulsarnos a ser mejores estudiantes y personas.

A todos los docentes que alguna vez nos enseñaron y que colaboraron con nuestro crecimiento académico.

A los adultos mayores del CAM Chiclayo, por su amor y disposición para participar en la realización del programa.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	12
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	12
3.2. VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN	13
3.3. POBLACIÓN.....	13
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	14
3.5. PROCEDIMIENTOS.....	17
3.6. MÉTODO DE ANÁLISIS DE DATOS	18
3.7. ASPECTOS ÉTICOS.....	18
IV. RESULTADOS.....	20
V. DISCUSIÓN	30
VI. CONCLUSIONES.....	35
VII. RECOMENDACIONES	36
REFERENCIAS.....	37
ANEXOS	43

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Diseño del programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica</i>	20
Tabla 2. <i>Validez del programa neuropsicológico</i>	23
Tabla 3. <i>Coeficiente V de Aiken general obtenido a través del método juicio de expertos de las sesiones que conforman el programa</i>	24
Tabla 4. <i>Coeficiente V de Aiken por dimensiones obtenido a través del método juicio de expertos de las sesiones que conforman el programa</i>	24
Tabla 5. <i>Resultados del pre test con los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica</i>	25
Tabla 6. <i>Resultados del post test con los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica</i>	26
Tabla 7. <i>Índices comparativos del pre y post test de los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica</i>	24
Tabla 8. <i>Prueba de normalidad entre los datos del Pre y Post Test.</i>	28
Tabla 9. <i>Estadístico comparativo U de Mann Whitney del Pre y Post Test</i>	28
Tabla 10. <i>Diferencias entre los rangos promedio del Pre y Post Test</i>	29

Resumen

La presente investigación tuvo como finalidad determinar en qué medida el programa neuropsicológico estimula las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2022. La investigación tuvo un carácter cuantitativo, con un diseño pre experimental. Estuvo dirigida a la población adulta mayor víctimas de violencia psicológica. La muestra de estudio estuvo conformada por 25 adultos mayores del CAM Chiclayo. Las técnicas que se utilizaron fueron la entrevista, la encuesta y los instrumentos aplicados fueron la Escala de maltrato psicológico en el adulto mayor (EMAPSI) y el otro instrumento fue la adaptación peruana del Minimal State Examination (MMSE). A través del presente estudio se logró el diseño de un programa titulado “Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores”, la cual consta de 20 sesiones. Luego se validaron las sesiones del programa a través del criterio de tres jueces expertos, donde se obtuvo un V de Aiken general de .99, reflejando que el programa es aplicable. Luego de la aplicación del programa, teniendo en cuenta los resultados de pre y post test se llegó a las siguientes conclusiones, la aplicación del programa logró una mejora significativa en las personas adultas mayores víctimas de violencia psicológica.

Palabras clave: Programa Neuropsicológico, Adulto mayor, Funciones cognitivas, violencia psicológica.

Abstract

The purpose of this research was to determine to what extent the neuropsychological program stimulates cognitive functions in elderly victims of psychological violence, Chiclayo 2022. The research was quantitative, with a pre-experimental design. It was aimed at the older adult population, victims of psychological violence. The study sample consisted of 25 older adults from the CAM Chiclayo. The techniques used were the interview, the survey and the instruments applied were the Elderly Elderly Psychological Abuse Scale (EMAPSI) and the other instrument was the Peruvian adaptation of the Minimental State Examination (MMSE). Through the present study, a program entitled "Neuropsychological Stimulation in Older Adults" was designed, consisting of 20 sessions. Then the program sessions were validated through the criteria of three expert judges, where an overall Aiken's V of .99 was obtained, reflecting that the program is applicable. After the application of the program, taking into account the pre- and post-test results, the following conclusions were reached: the application of the program achieved a significant improvement in the elderly victims of psychological violence.

Keywords: Neuropsychological program, Elderly, Cognitive functions, psychological violence.

I. INTRODUCCIÓN

La creciente preocupación por la comunidad adulta mayor, tanto a nivel mundial como en el Perú, ha impulsado la organización de técnicas que faculten atender sus problemas, debido al rápido aumento demográfico de este grupo etario en comparación a los demás. (Organización Mundial de la Salud, 2015). Según información del INEI (2018), en el Perú, las personas de 60 años a más constituyen el 10,4% del total.

El adulto mayor, al ser individuos frágiles y a veces dependientes, son víctimas de maltrato o abuso sobre todo psicológico, llegando a soportar daños emocionales, abuso doméstico, insultos, mentiras, explotación, violencia sexual o negligencia, afectando negativamente su vida social y bienestar cognitivo. (Blouin et al., 2018).

Según la OMS (2021) uno de cada seis personas con más de 60 años son víctimas de violencia, de acuerdo al análisis de Morey (2017) el 27,8% de ancianos en Perú sufren o han sufrido de maltrato psicológico, creando en ellos aislamiento, baja autoestima e incluso problemas en las capacidades intelectuales. (Agudelo et al., 2020).

Se sabe que las personas ancianas o mayores atraviesan la etapa donde se manifiestan más alteraciones corporales, psicoemocionales, psicomotrices y de límites intelectuales psicosociales, que son propios de su edad avanzada. (Campo et al., 2019).

Las funciones cognitivas son percibidas por Borrás y Viña (2016) como la actividad intelectual que permitirá al adulto mayor identificarse con el ambiente donde reside y que a lo largo de los años puede verse afectado, produciendo algún tipo de deterioro cognitivo. Según Camargo y Laguado (2016), el deterioro cognitivo va a estar relacionado con la disminución de las capacidades intelectuales que puede estar presentes en personas mayores de 60 años, influyendo en varias áreas del individuo, como el mental y el social.

Durante la etapa del envejecimiento, los problemas relacionados con el deterioro cognitivo son extremadamente continuos, según la OMS (2020) entre el 5% y el 8% de individuos de la tercera edad experimentan los efectos de la demencia. En

América Latina, la frecuencia de debilitamiento intelectual en personas con más de 65 años es de 3,8 a 6,3% dependiendo del grupo etario. (Benavides, 2017)

Por otra parte, en el Perú, como indican Segovia et al. (2019), en su estudio dentro de los establecimientos de salud en Lima, descubrieron una prevalencia de deterioro cognitivo del 6%. Mientras que en el estudio propuesto por el Instituto Nacional de Salud Mental (2016), alrededor del 6,7% de los individuos con más de 65 años experimentan los efectos nocivos del deterioro cognitivo.

En Lambayeque, Bobadilla y del Águila (2018), encontraron que el 18% de los beneficiarios que participan en un CAM en Chiclayo tenía posible demencia y el 32% tenía leve deterioro cognitivo o moderado. Mientras que Mendoza et al. (2016) en su revisión dirigida en el CAM La Victoria a 192 adultos mayores, encontraron que el 25% presentaba deterioro cognitivo leve y el 12% deterioro cognitivo grave.

Asimismo, los programas neuropsicológicos han demostrado que permiten estimular las funciones cognitivas, como lo demostró Vásquez (2020) que encontró beneficios significativos estadísticamente, es decir, las funciones cognitivas trabajadas prosperaron luego que se realizó el estudio, mientras que el programa cuyo fin era la estimulación cognitiva en un CAM propuesto por Santos (2021) concluyó que había una mejora general positiva en el nivel intelectual del adulto.

La estimulación de las funciones cognitivas estará constituida por aquellos ejercicios que pretenden mantener y trabajar los procesos cognitivos en las personas con edad avanzada. Esto permitirá mejorar y reforzar las habilidades funcionales de los pacientes adultos mayores en las acciones que llevan a cabo de forma cotidiana. (Feldberg et al, 2020)

Así, surge la necesidad de que los adultos mayores indistintamente de su condición de salud mental puedan recibir algún tipo de estimulación cognitiva, teniendo como finalidad más clara el trabajar en su calidad de vida. (OMS. 2017)

Lo mencionado anteriormente llevó a formular el problema de investigación por medio de la siguiente pregunta ¿Cuál es la influencia del programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica?

El estudio nació de la necesidad de dar origen a nuevos estudios científicos que permitieron la creación de un programa neuropsicológico, el cual fue validado por el criterio de expertos, haciendo posible la intervención desde un enfoque que tiene resultados muy favorables al momento de aplicarse, ofreciendo una perspectiva distinta del problema a intervenir. Además, esta investigación se destaca por su gran aporte científico ya que no existen muchos estudios similares, por lo que servirá como base teórica para futuras investigaciones que se desarrollen a nivel nacional como en el extranjero. Asimismo, al ser un estudio novedoso y poco utilizado en el ámbito local, cobrará mucha relevancia práctica y social al momento de abordar la preocupante falta de estimulación cognitiva en adultos mayores, los cuales son parte de la población más desprotegida y a la que menos se le brinda la atención que necesitan, resolviendo así un problema de la realidad actual y servirá como una herramienta clínica novedosa para los expertos de la salud que trabajen en la intervención y estimulación de las funciones cognitivas del adulto mayor. Todo esto hace que la investigación resulte conveniente metodológicamente, haciendo posible la creación y validación de un programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en las personas mayores víctimas de violencia psicológica de Chiclayo.

Por consiguiente, se planteó como objetivo general Determinar en qué medida el programa neuropsicológico estimula las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica. Asimismo, se establecieron como objetivos específicos; Diseñar el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Validar a criterio de expertos el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Evaluar el nivel de las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica mediante un pre test, Evaluar el nivel de las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica mediante un post test, Comparar por medio del pre y post test los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica para medir la influencia del programa neuropsicológico. Por lo tanto, se formuló la siguiente hipótesis, El programa neuropsicológico permite estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.

II. MARCO TEÓRICO

Como base para el presente estudio se consideraron trabajos previos tanto internacionales como nacionales, los cuales se detallan a continuación.

Dentro de los estudios de investigación a nivel internacional, se encontró el de Salazar y Mayor (2020), denominado "Influencia de estimular las capacidades intelectuales en personas con avanzada edad", donde su finalidad era decidir el efecto de la estimulación intelectual en los adultos mayores en Cuba. La investigación tuvo un diseño pre experimental. La muestra comprendía 18 adultos mayores que se sometieron a 20 encuentros de estimulación cognitiva, además se utilizó un conjunto de herramientas donde se destacan la prueba NEUROPSI, que permitió la evaluación neuro psicológica, además se usó una prueba que ayudo a medir la depresión de los beneficiarios ancianos y también la prueba no paramétrica de Wilcoxon. Se obtuvieron enormes cambios en las asignaciones de números, en la recaída, la memoria, la percepción, la familiaridad verbal semántica y fonológica, los parecidos, la evaluación, los cambios cerca de las posiciones, los desarrollos de intercambio y las respuestas inversas. Se concluye que la estimulación mostró un resultado respetablemente benéfico en las capacidades cognitivas de los beneficiarios de la tercera edad del estudio.

Además, Ochoa (2020) en su estudio sobre la "Ejecución de un programa para mejorar las capacidades cognitivas para el adulto mayor en un hogar de ancianos en Quito", trató de llevar a cabo actividades para ejercitar los procesos mentales para los ancianos. La muestra comprendía 15 adultos mayores de 60 años a más con deterioro cognitivo leve o moderado. Las pruebas con las que se trabajó son el Screening of Cognitive Impairment in Psychiatry (SCIP-S) para la evaluación del estado intelectual de los adultos y un Programa de Estimulación Cognitiva; además, se realizó un estudio a los tutores de los adultos mayores para que percibieran las ventajas dadas por el estudio. Los resultados muestran que no hay un aumento extraordinario en el nivel intelectual de los miembros después de la estimulación intelectual, pero que los niveles iniciales se mantienen, lo que aclara que la estimulación es útil en esta población ya que evita que introduzcan un deterioro cognitivo acelerado ya sea por la edad o por las circunstancias desfavorables que puedan estar atravesando.

Asimismo, Vásquez (2020), cuyo estudio propuso realizar un trabajo neuropsicológico en beneficiarios que sean de la tercera edad de un establecimiento para ancianos "Casa del Abuelo" de la ciudad de Cuenca, Ecuador, con el fin de evaluar el efecto sobre las capacidades intelectuales. El grupo de beneficiarios fueron 16 adultos mayores de un centro para ancianos "Casa del Abuelo" del Municipio de Cuenca con leve problema neurocognitivo. Se trabajó con la prueba del MINI MENTAL STATE y la Batería de Exploración Neuropsicológica NEUROPSI. La investigación constó de 36 encuentros de 45 a una hora. Los resultados revelaron contrastes cuantificables, por lo que se puede decir que las actividades cognitivas mejoraron considerablemente después de aplicado el estudio.

Del mismo modo, Martínez (2018) dirigió una investigación cuyo objetivo principal fue conocer y reconocer, a través de un estudio experimental, el incremento en las funciones cognitivas a través de una intervención para la estimulación intelectual, enfocado en beneficiarios en el rango de 60 y 85 años, que tuvieran un lugar en el centro "Mis Años Dorados", en Guatemala. Se utilizó el instrumento NEUROPSI (Test breve en español). Por último, se estableció que hay una distinción medible en las funciones cognitivas de los miembros después de la realización del programa; también, la mejora se observó en el espacio de visual-espacial, la memoria, la palabra y el reconocimiento de la figura en las personas mayores luego de la ejecución del programa.

De igual forma, Vega et al. (2016), en su investigación denominada "Impacto de la ejecución de un programa para la estimulación cognitiva en ancianos de la ciudad de Bogotá", pretendieron distinguir las características antes y después de la muestra a los que se les proporcionó un programa de estimulación en funciones cognitivas superiores. Fue realizado sobre 40 adultos mayores varones y mujeres que habitan en la ciudad de Bogotá. Para la evaluación se utilizó el "Mini Mental" y la "Prueba de Yesavage". Los resultados dieron cuenta de una mejora después de la estimulación. En definitiva, se concluye que es importante poder ejercitar los procesos cognitivos para poder ayudar las actividades intelectuales y la mejora de la satisfacción personal de la población anciana.

Por otro lado, a nivel nacional, se encontró el estudio de Cornejo (2021), denominado "Construcción de un programa para poder estimular las funciones neurocognitiva en beneficiarios adultos mayores sin problemas de deterioro mental que se atienden en el Hospital Las Mercedes 2018", donde su finalidad fue ofrecer la realización de un programa que permita estimular el área neurocognitiva en personas adultos mayores, para lo cual se trabajó con 100 pacientes de ambos sexos en el rango de 60 y 90 años. La exploración es de tipo propositiva y se utilizó un diseño no experimental, utilizando la entrevista y el "Mini Mental" como instrumentos de evaluación de la información. Luego de la evaluación se obtuvo que el 25% de los ancianos evaluados no tenían problemas cognitivos, de la misma manera el 47% de los pacientes introdujeron un grado leve de deterioro cognitivo siendo más incesante en los hombres (51,1%) con edades en el rango de 67 y 73 años. Además, se distinguió deterioro en el área de espacio de dirección, alistamiento, atención / calculo y praxias, principalmente en los hombres. Dentro de las conclusiones, se obtuvo que hay una inclinación a presentar problemas cognitivos por regiones en los hombres.

Igualmente, Santos (2021) en su investigación que fue titulada "Viabilidad del programa de estimulación cognitiva en usuarios del CAM Essalud, Pisco 2020", con el objetivo de conocer el impacto del programa en individuos del CAM de Pisco. El examen es aplicado, pre experimental. La muestra se conforma por 40 ancianos. Se trabajó con el Test Cognitivo "Mini mental" para evaluar su nivel intelectual y el uso del programa de preparación mental (PEC), que comprendió 17 encuentros de dos horas cada uno. Se presume que hubo una mejora general positiva en la utilización del programa ejecutado para mejorar el nivel cognitivo del adulto.

Asimismo, Rosas (2019), en su estudio "Impacto de un programa para ejercitar los procesos cognitivos en personas con deterioro cognitivo en una institución de salud público". Con el motivo de decidir la influencia de un programa para la mejora de las capacidades mentales sobre la memoria y la dirección en individuos con problemas cognitivo leve y moderado en un centro de salud público, se planificó un programa cuasi experimental. Los beneficiarios fueron diez ancianos de ambos sexos, que tenían una edad de entre los 50 y los 80 años. Las pruebas usadas fueron el Mini-mental State Examination Test (MMSE-2003) y el Memory

Impairment Test (T@M-2014). Se llegaron a obtener resultados que muestran que el programa funcionó y mejoró el área de la memoria y la ejecución de la dirección. A su vez, en la memoria de repaso libre y la memoria con indicaciones, se detectó una mejora al contrastar las puntuaciones antes y después del uso del programa.

De igual manera, Aucca y Cabrera (2017) en su investigación titulada "Programa de mediación intelectual en adultos mayores en la región de José Luis Bustamante y Rivero - Arequipa". Se esperaba configurar, ejecutar y medir cuanto influye el uso de un programa para trabajar el área cognitiva en adultos mayores. El diseño fue cuasi experimental de tipo longitudinal. Participaron 61 personas de más de 58 años, sin deterioro cognitivo, de las cuales veintidós terminaron el estudio. Los resultados que se obtuvieron mostraron enormes mejoras en el desempeño intelectual general de los miembros, particularmente en la capacidad ejecutiva. Además, se rastreó que, tras el uso del programa, los miembros con periodos menos largos de estudios igualaron sus resultados con los de los individuos con un nivel de instrucción más significativo. Se llegó a la conclusión que el programa para trabajar el área cognitiva logró enormes beneficios en los miembros.

Finalmente, Mattos y Talavera (2016) en su investigación sobre "Impacto de un proyecto en la mejora funcional y cognitiva sobre los indicios de debilitamiento cognitivo leve en ancianos en la Arequipa", cuyo objetivo fue decidir el impacto del programa propuesto. El tipo de estudio es fundamentalmente cuantitativo. La muestra se compone de 23 adultos mayores. Se utilizó una encuesta, así como la utilización del test intelectual breve Fototest, la escala de depresión geriátrica y el archivo Katz. Se obtuvo un gran resultado en la mejora de prácticamente todas las capacidades evaluadas en los beneficiarios de la investigación, y permitió obtener una gran mejora en las funciones cognitivas como la memoria material, personalidad, memoria de vida, comunicación, discernimiento, familiaridad verbal, dirección temporo espacial, organización mental y memoria en la población de revisión.

Los estudios de investigación mencionados anteriormente se relacionan con las variables a desarrollar, que son el programa neuropsicológico y las funciones cognitivas en personas mayores, de los cuales se detallan a continuación las

definiciones y aspectos teóricos que sustentan las bases de la presente investigación.

La neuropsicología es una disciplina que en la actualidad ha permitido conocer sobre la asociación de la mente de los ciclos cognitivos y del comportamiento, así como para poder valorar e intervenir en los problemas cerebrales que alteran el funcionamiento intelectual de los adultos mayores. Todo esto, utilizando tanto estrategias clínicas como experimentales, incluyendo proyectos neuropsicológicos. (Vizcaya et al, 2018).

Los programas neuropsicológicos son definidos por Ledesma (2017) como un ciclo de ayuda dirigido a desarrollar aún más la capacidad del adulto mayor para procesar y utilizar suficientemente la información (nivel intelectual), así como para mejorar su funcionamiento en la vida diaria (nivel de conducta). En este sentido, los programas de recuperación neuropsicológica incluyen el restablecimiento de los pacientes en el grado más notable posible de funcionamiento, tanto físico, mental y de adaptación social. Del mismo modo, se recomienda que los programas neuropsicológicos se centren en algunos puntos de vista como el tratamiento de las capacidades intelectuales, la alteración de las conductas inadaptadas, la readaptación social o laboral y el apoyo psicosocial (Hindle et al., 2016).

Uno de los principales representantes de los programas de restauración neuropsicológica, Wilson (2013), caracteriza este proceso como la disposición de métodos y técnicas que permitan trabajar sobre la condición intelectual, emocional, psicosocial y de la conducta de un individuo, así como lograr un grado ideal de bienestar, para disminuir el efecto de sus carencias mentales en los ejercicios de la vida cotidiana y ayudar a regresar, en lo que sea posible, a sus actividades realizadas antes del daño cerebral.

Según Villalba y Tortajada (2014), la recuperación neuropsicológica se utiliza normalmente en individuos que han experimentado algún tipo de lesión mental, sin embargo, los programas neuropsicológicos se centran en la activación y el mantenimiento de las capacidades intelectuales como la atención, la retentiva, el habla y las destrezas directivas, donde los resultados positivos se adquieren en

varias regiones, incluyendo las enfermedades degenerativas y las lesiones cerebrales en la población adulta mayor.

Para Villalba y Espert (2014), los programas de estimulación cognitiva influyen de manera positiva a los individuos con deterioro o demencia, ya que refuerzan las capacidades mentales y promueven las conexiones con las demás personas. Hay que tener en cuenta que estos programas necesitan un apoyo social y familiar reforzado con fármacos. Los programas de intervención neuropsicológica se utilizan progresivamente porque trabajan sobre las capacidades intelectuales de las personas con edad avanzada, y por lo tanto trabajan sobre la satisfacción personal de los mayores. (Nouchi et al., 2012).

Para Parsons (2016) un programa de recuperación neuropsicológica incluye ejercicios planificados que tienen como objetivo mejorar y trabajar en el funcionamiento de las capacidades intelectuales a través de ejercicios, basados en la organización de ejercicios dirigidos a la activación y el mantenimiento de sus capacidades intelectuales.

El programa neuropsicológico utilizará tres dimensiones o elementos que permiten la mediación y la mejora del funcionamiento de las capacidades mentales en la persona adulta mayor.

Inicialmente, se realiza una *evaluación neuropsicológica*, que planea distinguir alteraciones dentro de las capacidades cognitivas y luego proponer una intervención según lo indicado por los resultados obtenidos. Este proceso incorpora la investigación y el diagnóstico de las características neuropsicológica, que luego, permitirá planificar un perfil de las capacidades aun preservadas y alteradas, lo que hace posible observar el avance y el logro del programa a través de pruebas previas y posteriores. (Lepe, et al., 2017).

Como segunda dimensión o elemento, está la *estimulación cognitiva*, que según Muñoz (2018) se puede caracterizar como un conjunto de procedimientos y metodologías que mejoran la viabilidad del funcionamiento de las capacidades intelectuales y de las habilidades en el adulto mayor (Orientación, memoria rápida, atención y cálculo, lenguaje y praxis) a través de una progresión de ejercicios concretos que se planifican y organizan en el programa.

Además, como el último elemento o dimensión encontramos el *bienestar emocional*, dada la importancia de los sentimientos en el ajuste de los procesos cognitivos, se hace importante la intervención neuropsicológica, permitiendo el cumplimiento de las necesidades emocionales, el mantenimiento del equilibrio y bienestar, lo que favorece la salud mental. (Fischer y Ebner, 2014).

Por otra parte, con respecto a las funciones cognitivas, León et al. (2017), las describe como el resultado del funcionamiento de las diversas regiones intelectuales, como el razonamiento, la memoria, el discernimiento, la comunicación, la orientación, el cálculo, la percepción y el pensamiento crítico. Las capacidades intelectuales evolucionan junto con el individuo y cambian según la edad del mismo.

De acuerdo a Martelo y Arévalo (2017) caracteriza las funciones cognitivas como aquellos procesos esenciales en la acción social cognitiva, tales ciclos son la atención, las gnosias, las praxias, la memoria, el lenguaje y las capacidades ejecutivas (pensamiento, adaptabilidad mental, etcétera).

Para Borrás y Viña (2016), las funciones cognitivas pueden ser percibidas como la acción intelectual que permitirá al adulto mayor identificarse con el medio en el que se desenvuelve. Con el avance regular de los años, es muy común que el cerebro sufra algunos cambios morfológicos, bioquímicos o metabólicos, que dependiendo de la neuroplasticidad de la mente y de la estimulación que reciba el adulto mayor, pueden provocar modificaciones o alteraciones en el ámbito cognitivo.

El grado de rendimiento de cada capacidad cognitiva dependerá, por tanto, no sólo de factores individuales como la edad, el nivel de escolaridad, los antecedentes neurológicos, la utilización de sustancias psicoactivas o medicamentos, etc., sino también de factores situacionales como el estado sentimental o el bienestar psicológico, etc. (Sánchez, 2018)

En el presente estudio, se utilizará la adaptación realizada en el Perú del “Mini Mental State Examination” (MMSE) de Folstein realizada por Robles (2003) para evaluar el nivel intelectual previamente y luego después de la aplicación del programa, teniendo la opción de observar su nivel de impacto.

Folstein et al. (1975), construyeron el examen de mini mental para evaluar el estado intelectual del individuo anciano e identificar un posible deterioro mental. Dentro de la prueba, se distinguen un conjunto de capacidades intelectuales a evaluar, entre las que se encuentran la orientación, la memoria, la atención, el lenguaje, el cálculo y las praxias viso constructivas.

Según Vílchez (2018), la dimensión de la *Orientación*, permite estimar la capacidad del adulto mayor para situarse en el tiempo (día, año, mes, estación) y además espacialmente (lugar de apreciación, ciudad, país). La dimensión de la *Memoria*, es la capacidad de almacenar o registrar, guardar o documentar y convocar recuerdos y datos, esta puede ser dividida en memoria inmediata, memoria reciente y memoria remota. La dimensión de *Atención* alude a la condición de percepción y que nos permite estar alertas a lo que sucede en nuestra circunstancia actual. (Villarraig, 2018). Mientras que el cálculo, es la capacidad de componer, leer, comprender números y realizar estimaciones numéricas. (Varela et al, 2016). La dimensión de *Lenguaje*, para Merchán (2017) es la capacidad de utilizar y ordenar adecuadamente las palabras, para ofrecer puntos de vista y pensamientos. Finalmente, La dimensión de las *Praxias Visuales*, es la capacidad de diseñar y reproducir los movimientos importantes para ordenar una secuencia de componentes en el espacio para constituir un dibujo o figura. (Ardila, 2015).

La estimulación de estas funciones cognitivas desde un programa neuropsicológico son aquellos ejercicios que pretenden tener como objetivo el mantener y trabajar los procesos cognitivos. Esto permitirá mejorar y reforzar las capacidades funcionales de los pacientes adultos mayores en los ejercicios del día a día. (Feldberg et al, 2020).

De esta manera, es fundamental un abordaje o tratamiento no solo farmacológico, sino además mediante la utilización de programas para reforzar y estimular las capacidades intelectuales en los mayores, incluyendo la promoción del bienestar y la satisfacción personal de los beneficiarios.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

El programa abarcó un carácter cuantitativo, permitiendo manejar variables que pueden ser medidas haciendo uso de estrategias estadísticas para poder analizar la información recogida. Esto permitió adquirir conocimientos importantes sobre la realidad de manera imparcial, para posteriormente poder describirla, explicarla, predecirla y controlarla de manera objetiva. (Sánchez, 2019)

Asimismo, por su finalidad fue de tipo aplicada, llamada también de tipo práctica o empírica, ya que permitió desarrollar un conocimiento especializado que tendrá una pronta aplicación para dar solución al problema de la estimulación de las áreas cognitivas en los beneficiarios del programa. (Caballero, 2014).

En este sentido, esta investigación realizó una valoración inmediata de las personas de la tercera edad afectados por el maltrato psicológico mediante la aplicación del programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas, permitiendo contribuir a la solución y prevención de problemas cognitivos en esta población.

Diseño de investigación

Se propuso un diseño de investigación pre experimental, puesto que se le aplicó un pretest a la muestra antes del inicio del programa neuropsicológico, luego se ejecutó el programa y por último se volvió a evaluar a la muestra hacia el final del programa (post test), permitiendo darles seguimiento y valorar la influencia del estudio. (Hernández et al., 2018).

Por tanto, se buscó identificar la influencia del programa neuropsicológico sobre las funciones cognitivas en adultos mayores.

G.E: Grupo de estudio (Adultos mayores)

O1: Realización del pre test

O2: Realización del post test

X: Programa Neuropsicológico

G. E. = O1 X O2

3.2. Variables y operacionalización

Dentro del estudio se tuvo en cuenta al programa neuropsicológico como variable independiente y a las funciones cognitivas como variable dependiente.

Las variables que se han mencionado se encuentran operacionalizadas en el anexo 01, en la cual se detalla sus respectivas definiciones conceptuales y operacionales de las variables, de igual manera se describe las dimensiones, indicadores y escalas de medición de las dos variables.

3.3. Población

Población

Para Condori (2020), la población es la agrupación de posibles individuos que participarán en la investigación, cada una de las cuales comparte alguna característica similar y cumple un conjunto de criterios predeterminados. Para la investigación se considerará a 150 adultos mayores, los cuales estarán entre la edad de los 60 años a más pertenecientes al CAM Chiclayo.

Como criterios de inclusión, se tuvo en cuenta a los adultos mayores que cuenten con los medios tecnológicos necesarios para la evaluación, como celular, laptop, computadora, a aquellos que participen a los talleres de memoria o de inteligencia emocional del Centro del Adulto Mayor de Chiclayo y aquellos que brindaron su consentimiento informado para la cooperación en el programa.

Por otro lado, como criterios de exclusión, se exceptuó del estudio a aquellos adultos mayores que no presenten indicadores de violencia psicológica, así como a aquellos que presenten algún tipo de discapacidad física, visual, auditiva o cognitiva que los limite e impida comprender y desarrollar las actividades del programa.

Muestra

La muestra estuvo conformada por 25 beneficiario adulto mayor víctima de violencia psicológica pertenecientes al CAM Chiclayo.

Muestreo

Se hizo uso de un muestreo no probabilístico, haciendo uso de dos técnicas principales: De juicio o criterio, el cual permitió seleccionar a la muestra teniendo en cuenta los criterios de acuerdo al estudio, como el que presenten violencia psicológica, por lo que se les hizo una breve evaluación de descarte a la población y la otra técnica que se usó fue la de conveniencia, seleccionando a la muestra que se considere más accesibles y de rápida investigación, en este caso a los beneficiarios del Centro del Adulto Mayor de Chiclayo (Otzen & Manterola, 2017).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Una de las primeras técnicas que se hizo uso dentro de la tesis fue la entrevista, que permitió una comunicación interpersonal entre los responsables del estudio y los beneficiarios, en este caso los adultos mayores, con la finalidad de adquirir respuestas verbales a las preguntas propuestas con respecto al tema propuesto. (López y Sandoval, 2016)

Por otro lado, la técnica mediante la cual se recabó la información del estudio para determinar la población y muestra, fue la encuesta, permitiendo obtener información respecto a sus cualidades, opiniones, creencias, expectativas, conocimiento, conducta actual o conducta pasada sobre los temas a estudiar. (Hernández y Mendoza, 2018).

Asimismo, se hizo uso de dos cuestionarios para cuantificar las variables conceptualizadas, la primera permitió determinar al participante adulto mayor que sufren de violencia psicológica y la segunda para evaluar la influencia del programa sobre las capacidades cognitivas en la persona mayor de 60.

Los instrumentos mencionados son, la Escala de maltrato psicológico en el adulto mayor (EMAPSI), la cual está formado por 28 ítems divididos en dos dimensiones, la dimensión dominancia o aislamiento que se divide a su vez en tres sub dimensiones (acceso a familiares, actividades sociales/ recreativas y recursos de supervivencia) y la dimensión abuso emocional que se divide en dos sub dimensiones (ataques verbales y daño psicológico). Tiene como objetivo determinar el nivel de maltrato psicológico que experimentan los individuos que tienen más de 60 años. (Rengifo, 2021).

Y el otro instrumento para evaluar las funciones cognitivas en adultos mayores será la adaptación peruana del Minimental State Examination (MMSE), propuesto por Robles (2003).

Ficha Técnica “Mini Mental”

Denominación : “Examen Cognoscitivo Mini Mental”

Inventores : Hermanos Folstein, P. McHugh y G. Fanjiang

Adecuación Nacional : Robles Arana, Yolanda – 2003

Uso : De manera individual o colectiva

Población dirigida : Personas de la tercera edad

Tiempo : 15 min. Aproximadamente

Propósito : Hallar problemas en las capacidades cognitivas

Reseña histórica

El Minimental State Examination (MMSE), es el instrumento habitual y de mayor alcance para identificar alteraciones cognitivas en adultos mayores, fue diseñado por S. Folstein y M. Folstein, secundadas por P. McHugh y difundido en 1975 por el Journal of Psychiatric Research. Se trata de una prueba de detección dentro de las escalas cognitiva conductual, donde el individuo evaluado responde a una serie de preguntas que, tras ser examinadas e interpretadas, permite percibir las capacidades conservadas, así como el déficit cognitivo, y computar su grado de progresión. Esta prueba se realiza en unos 10 o 15 minutos y se constituye de 30 interrogantes, cuyo puntaje equivale a 1 punto cada una, por lo que la puntuación va de 0 a 30.

Propiedades psicométricas originales

Folstein et al. (1975) analizaron la fiabilidad del MMSE a través del método de test-retest en tres reuniones distintas con un lapso de 24 horas y con examinadores "ciegos" entre sí. Se obtuvo a través de los resultados que el "Mini mental" tenía una susceptibilidad del 92,3% y una especificidad del 53,7%; las valoraciones tenían elevada influencia dependiendo del grado de instrucción.

Propiedades psicométricas de la versión en Perú

Se hizo uso de la adaptación a la realidad peruana realizada por Robles (2003), el cual tiene un valor de sensibilidad de un 86%, un valor de especificidad de 94%, esto varía según la edad y escolaridad del evaluado, asimismo tiene una confiabilidad por consistencia interna, tiene un "coeficiente alfa de Cronbach" de 0,61 para personas sin problemas, de 0,82 para las personas con algún tipo de demencia y de 0,80 para el grupo con problemas emocionales. Para la investigación se hará uso de la siguiente puntuación, cuando se obtenga 30 y 27 puntos: el adulto mayor no tendrá deterioro cognitivo, cuando se obtenga 26 y 25 puntos: el adulto mayor tendrá un posible deterioro cognitivo, cuando se obtenga 24 y 10 puntos: el evaluado presentará leve deterioro cognitivo, cuando se obtenga 9 y 6 puntos: el evaluado presentará moderado deterioro cognitivo, mientras que cuando se obtenga menos de 6 puntos, el adulto mayor tendrá deterioro severo. El MMSE es un test que tiene propiedades psicométricas aceptables, y tiene la capacidad de poder determinar si una persona presenta problemas intelectuales, por lo que es una prueba que tiene la capacidad de ser usada en el área clínica para poder brindar asistencia al adulto mayor.

Propiedades psicométricas de la prueba piloto

Se realizó una prueba piloto del instrumento con 30 personas adultas mayores del CAM Chiclayo, dando como resultado un coeficiente de Kuder Richardson de 0.85, demostrando que tiene fiabilidad por consistencia interna.

Por otro lado, haciendo uso del juicio de cinco (5) jueces expertos se realizó la validez de contenido, dando como resultado un V de Aiken de 0.98. Asimismo, se realizó la validez de contenido por dimensiones de la prueba, donde Orientación obtuvo un total de 0.97, Memoria obtuvo un puntaje de 1.00, en Atención y Cálculo

se obtuvo una puntuación de 0.93, Lenguaje arrojó una puntuación de 0.99 y por último en Praxias visuales se obtuvo un puntaje de 1.00.

3.5. Procedimientos

Para el desarrollo del programa se realizó una serie de pasos que serán fundamentales para su construcción. La investigación inició con el análisis de las variables y de la problemática actual de la población adulta mayor, a través de entrevistas con expertos afines al estudio, como el jefe de la red asistencial Lambayeque, psicólogos y médicos geriatras. simultáneamente se realizó una revisión documental, bibliográfica y estadística con la finalidad de elaborar la realidad problemática y formular el problema de investigación.

A su vez, se reconocieron los antecedentes más relevantes y se desarrolló el marco teórico considerando las variables en estudio, programa neuropsicológico y funciones cognitivas en adultos mayores.

Asimismo, se coordinó con los directivos del CAM Chiclayo la selección de los beneficiarios que participaran en el programa, además de los permisos para la aplicación del programa en los adultos mayores.

A partir del análisis epistemológico se organizó la información esencial que permita estructurar y construir el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, para que luego sea revisado por jueces expertos los cuales basados en su formación y experiencia brinden validez al programa propuesto, lo cual se pudo lograr de manera satisfactoria.

Debido a la circunstancia que se vive mientras se ejecuta la investigación por la pandemia del Covid 19 y a la población vulnerable a la que va dirigida la investigación, el programa se realizó de manera virtual, por lo que se aplicó los cuestionarios haciendo uso de formularios de Google, así como se realizó entrevistas a los adultos mayores con la finalidad de obtener información, para ello se hizo uso de diferentes métodos para la comunicación como el WhatsApp, llamadas telefónicas y reuniones por zoom.

Por último, se realizó un análisis sistematizado de los resultados que se han podido obtener a partir de la ejecución del programa. Teniendo en cuenta lo mencionado

anteriormente, se lograron cumplir los objetivos que se han propuesto y seguidamente se propusieron las conclusiones y luego recomendaciones del programa.

3.6. Método de análisis de datos

En el programa se trabajó con el Excel 2019 con el propósito de recoger los datos conseguidos en la investigación, para posteriormente poder interpretarlos. Asimismo, se hizo uso del programa SPSS v.25 para poder analizar y procesar estadísticamente las propiedades psicométricas de las pruebas a utilizar en la investigación, permitiendo obtener la validez, confiabilidad y baremos de los instrumentos. Es preciso mencionar que la revisión de la información de los resultados se hizo a través de tablas.

3.7. Aspectos éticos

El programa se realizó teniendo en cuenta los principios éticos del psicólogo y el código de conducta de la Asociación Americana de Psicología (APA, 2010).

Se evitó cualquier forma de daño físico y psicológico a los responsables y a los participantes de la investigación a través de la aplicación del programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia familiar, permitiendo cumplir los principios generales de beneficencia y no mal eficiencia.

Además de asumir la responsabilidad del estudio a través del principio de confiabilidad y veracidad al poder analizar los resultados que se obtuvieron del estudio, así como asumiendo el poder respetar los derechos individuales y la honra de los beneficiarios que formen parte de la investigación.

Se tuvo en cuenta también el principio de autonomía, que permitió a la población en estudio aceptar o rechazar cuando lo deseen y por circunstancias que consideren oportunas su participación. Por tanto, las consideraciones éticas de la investigación permitieron proteger la identidad y confidencialidad de los participantes, así como de los resultados que se obtuvieron, además de informar de manera oportuna el propósito y alcance del estudio a través del consentimiento informado. Respetando así su privacidad durante la investigación.

Agregando a lo anterior, se ha tomado también en consideración el Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo, considerando el criterio de honestidad en el proceso de transparencia de la investigación, siguiendo el rigor científico de la metodología establecida, las políticas antipiratería y derechos de autor, a través del uso de la citación y fuente de la bibliografía basándose en el estilo APA, así como en la autenticidad de la información y los datos obtenidos (UCV, 2020), permitiendo a otros investigadores seguir el camino de las conclusiones aportadas en este estudio, pudiendo ser confirmadas en un futuro.

Por último, consideramos también lo propuesto por el Colegio de Psicólogos del Perú (2018), en su capítulo III, artículo 27, en el que expresa que el profesional de la salud mental en su práctica profesional no debe utilizar instrumentos obsoletos o sin propiedades psicométricas suficientes, por lo que se utilizarán los instrumentos que actualmente se aplican en la población adulta mayor, además de tener una adecuada confiabilidad y validez en el contexto nacional.

IV. RESULTADOS

A partir de la presente investigación denominada “*Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, 2022*”, se han logrado los siguientes resultados, los cuales serán descritos a continuación empezando por nuestro primer objetivo específico: Diseñar el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica; tenemos que:

Tabla 1

Diseño del programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica

Dimensión	Indicadores	Sesión	Denominación de la sesión	Objetivo de la sesión
Evaluación Neuropsicológica	<i>Principios neuro psicológicos</i>	1	“¿Por qué es importante la estimulación cognitiva en el adulto mayor?”	Explicar la importancia de la estimulación neurocognitiva del adulto mayor.
	<i>Pres Test</i>	2	“Medimos nuestro nivel cognitivo”	Evaluar a través de un pre test el estado actual de las capacidades cognitivas en el adulto mayor.
Estimulación Cognitiva	<i>Orientación temporal</i>	3	“Nos orientamos en el tiempo”	Potenciar la Orientación Temporal del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
	<i>Orientación espacial</i>	4	“Conectamos con nuestro entorno”	Potenciar la Orientación Espacial del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
	<i>memoria inmediata y reciente</i>	5	¿Dónde lo habré dejado ...?	Fortalecer la memoria inmediata y reciente del adulto mayor víctima de violencia psicológica.

<i>Memoria de retención</i>	6	“El baúl de los recuerdos”	Fortalecer la memoria de retención del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Atención dividida</i>	7	“Divide tu mente”	Estimular la atención dividida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Atención sostenida</i>	8	“Prestamos atención y buscamos las diferencias”	Estimular la atención sostenida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Atención auditiva</i>	9	“Reconocemos los sonidos”	Estimular la atención auditiva del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Cálculo a través de ordenar</i>	10	“Todo está calculado”	Reforzar el cálculo a través de ordenar en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Cálculo a través de la suma y resta</i>	11	“Tenemos muchos problemas”	Reforzar el cálculo a través de la suma y resta en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Lenguaje a través de la escritura y repetición</i>	12	“Pongamos orden”	Ejercitar el lenguaje a través de la escritura y repetición del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Lenguaje a través de la lectura</i>	13	“El rincón de la lectura”	Ejercitar el lenguaje a través de la lectura en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
<i>Lenguaje a través de la denominación</i>	14	“Pongamos nombre a las cosas”	Ejercitar el lenguaje a través de la denominación en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.

	<i>Praxias visuales</i>	15	“La mano floja”	Fortalecer las praxias visuales del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
	<i>Praxias de construcción</i>	16	“Construyendo una mandala”	Fortalecer las praxias de construcción del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
Bienestar Emocional	<i>Bailo terapia</i>	17	“Bailando para la vida”	Favorecer el bienestar emocional a través del bailo terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
	<i>Risoterapia</i>	18	“A reír para estar bien”	Favorecer el bienestar emocional a través de la risoterapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
	<i>Abrazo terapia</i>	19	“Un abrazo de amor”	Favorecer el bienestar emocional a través del abrazo terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
Evaluación Neuropsicológica	<i>Post Test</i>	20	“Medimos nuestros logros”	Evaluar a través de un post test la influencia del programa en el adulto mayor.

Fuente: Elaborado por los autores de la investigación

En la tabla 1 se presenta el diseño del programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica. Dicho programa está distribuido en 3 dimensiones, las cuales son Evaluación Neuropsicológica. que a su vez está conformado por 3 indicadores, siendo estos Principios neuropsicológicos, Pres y Post Test, permitiendo así brindar una introducción del tema a tratar y la evaluación de la influencia del programa; la segunda dimensión es Estimulación Cognitiva, formada por 13 indicadores, permitiendo estimular la orientación memoria, la atención, el cálculo, el lenguaje y praxias; y como tercera dimensión esta Bienestar Emocional, formada por los indicadores Bailo terapia, Risoterapia y Abrazo terapia; todos ellos estructurados en 20 sesiones cuyos objetivos están ligados a la investigación.

Por otro lado, nuestro segundo objetivo específico fue: Validar a criterio de expertos el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, en la que podemos mencionar que:

Tabla 2

Validez del programa neuropsicológico

Apellidos y Nombres de expertos	Grado académico	Área de experiencia profesional	Resultado
Castro Rodríguez, Fredilberto	Magíster en Psicología	<ul style="list-style-type: none"> • Docencia universitaria • Consultorio particular • Psicólogo Essalud (Área Geriatría y Gerontología) • Jurado de Tesis 	El programa es aplicable
Huanay Vargas, Esther	Magíster en Psicología	<ul style="list-style-type: none"> • Docencia universitaria • Consultorio particular • Asesora de Tesis • Psicóloga en la I.E.FAP “Renán Elías Olivera” 	El programa es aplicable
Castro Santisteban, Martin	Magíster en Psicología	<ul style="list-style-type: none"> • Docencia universitaria • Consultorio particular • Asesor de Tesis • Jurado de Tesis • Experto en diseño de programas psicológicos 	El programa es aplicable

Fuente: Elaborado por los autores de la investigación

En la tabla 2 se aprecia la validez del programa neuropsicológico a través del criterio de expertos (Ver anexo 7), la cual estuvo conformada por 3 jueces expertos en construcción de programas dirigidos a adultos mayores, quienes evaluaron la claridad, coherencia y relevancia del mismo. A partir de esta revisión se concluyó que el programa es aplicable.

Tabla 3

Coeficiente V de Aiken general obtenido a través del método juicio de expertos de las sesiones que conforman el programa

Programa	CLARIDAD	COHERENCIA	RELEVANCIA	V AIKEN GENERAL
<i>Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores</i>	1.00	0.98	1.00	0.99

Fuente: Elaborado por los autores de la investigación

Tabla 4

Coeficiente V de Aiken por dimensiones obtenido a través del método juicio de expertos de las sesiones que conforman el programa

Dimensiones	CLARIDAD	COHERENCIA	RELEVANCIA	V AIKEN GENERAL
Evaluación Neuropsicológica	1.00	0.97	1.00	0.99
Estimulación Cognitiva	0.99	0.98	0.99	0.98
Bienestar Emocional	1.00	1.00	1.00	1.00

Fuente: Elaborado por los autores de la investigación

En la tabla 3 y 4 se aprecia el coeficiente V de Aiken obtenido a través del método juicio de expertos de las sesiones que conforman el programa (Ver anexo 8), donde se obtuvo un V de Aiken general de .99, además, teniendo en cuenta las dimensiones del programa, se obtuvo un valor mínimo de .98 y como valor máximo de 1.00, así mismo, la puntuación en la dimensión Evaluaciones Neuropsicológicas fue de .99, en la dimensión Estimulación Cognitiva, se obtuvo un puntaje de .98 y en la dimensión Bienestar Emocional, se logró un V de Aiken igual a 1.00. Por lo cual se concluye que las sesiones del programa neuropsicológico son esenciales ya que tienen un V de Aiken mayor a .80

Asimismo, en cuanto al tercer objetivo específico: Evaluar el nivel de las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica mediante un pre test, podemos observar que:

Tabla 5

Resultados del pre test con los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica

Puntuación de Pre Test		
Valoración cognitiva	%	#
No existe deterioro cognitivo	60 %	15
Posible deterioro cognitivo	32 %	8
Existe deterioro cognitivo	8 %	2

Fuente: Resultados del cuestionario tomado los días 08 y 09 de Abril del 2022

De acuerdo a la Tabla 5, donde se muestran los resultados obtenidos a través del pre test para evaluar el nivel de las funciones cognitivas de los beneficiarios del programa; se observó que el 60% de beneficiarios evaluados presentaron un puntaje entre 30 a 27; evidenciando así que no presentan deterioro cognitivo, es decir que no tienen alteraciones significativas en sus funciones cognitivas; por otro lado, el 32% de la población evaluada presentó un puntaje entre 26 y 25, esto quiere decir que podría existir un posible deterioro cognitivo, evidenciando una posible alteración en las funciones cognitivas del adulto mayor, por lo que se requeriría estimulación cognitiva; finalmente, el 8% de adultos mayores que participaron en el programa obtuvieron un puntaje menor o igual a 24, evidenciando deterioro cognitivo leve, sinónimo de alteraciones dentro de las funciones cognitivas de la población evaluada.

Además, con respecto al cuarto objetivo específico: Evaluar el nivel de las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica mediante un post test, tenemos que:

Tabla 6

Resultados del post test con los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica

Puntuación de Post Test		
Valoración cognitiva	%	#
No existe deterioro cognitivo	72 %	18
Posible deterioro cognitivo	24 %	6
Existe deterioro cognitivo	4 %	1

Fuente: Resultados del cuestionario tomado los días 13 y 14 de Mayo del 2022

De acuerdo al Tabla 6, donde se muestran los resultados del post test para evaluar el nivel de las funciones cognitivas de los beneficiarios del programa ; se observó que el 72% de adultos mayores evaluados presentaron un puntaje entre 30 a 27; evidenciando así que no presentan deterioro cognitivo, es decir que no tienen alteraciones significativas en sus funciones cognitivas; por otro lado, el 24% de la población evaluada presentó un puntaje entre 26 y 25, esto quiere decir que podría existir un posible deterioro cognitivo, evidenciando una posible alteración en las funciones cognitivas del adulto mayor, por lo que se requeriría estimulación cognitiva; finalmente, el 4% de adultos mayores que participaron en el programa obtuvieron un puntaje menor o igual a 24, evidenciando deterioro cognitivo leve, sinónimo de alteraciones dentro de las funciones cognitivas de la población evaluada.

Posteriormente, en relación al quinto y último objetivo específico: Comparar por medio del pre y post test los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica para medir la influencia del programa neuropsicológico, tenemos que:

Tabla 7

Índices comparativos del pre y post test de los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica

Comparación entre Pre y Post Test				
Valoración cognitiva	Pre Test		Post Test	
	%	#	%	#
No existe deterioro cognitivo	60 %	15	72 %	18
Posible deterioro cognitivo	32 %	8	24 %	6
Existe deterioro cognitivo	8 %	2	4 %	1

Fuente: Resultados del cuestionario aplicado a través del Pre y Post Test.

De acuerdo al Tabla 7, donde se muestran los resultados encontrados en el pre y post test de los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica; se observó que de acuerdo a la aplicación del pre test, el 60% de evaluados “no presentan deterioro cognitivo”, sin embargo en el post test se obtuvo un resultado del 72% los cuales no presentaban deterioro cognitivo; por otro lado, con respecto al indicador “posible deterioro cognitivo”, según los resultados del pre test, el 32% de evaluados están dentro de este indicador, mientras que de acuerdo al post test el 24% de adultos mayores presentan un posible deterioro cognitivo; finalmente, teniendo en cuenta el indicador “Existe deterioro cognitivo”, en el pre test el 8% de personas mayores a comparación del post test que solo el 4% formó parte de este indicador. En conclusión, la aplicación del programa logró una mejora significativa en las personas adultas mayores víctimas de violencia psicológica.

Finalmente, teniendo en cuenta el objetivo general y la hipótesis planteada al principio de la investigación, la cual es que el programa neuropsicológico permite estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, tenemos que:

Tabla 8

Prueba de normalidad entre los datos del Pre y Post Test.

	Shapiro-Wilks		
	Estadístico	gl	Sig.
PRE_POST	.339	50	.000

Fuente: Resultados obtenidos a través del programa SPSS V. 25

De acuerdo al Tabla 8, donde se presentan los resultados encontrados en la prueba de normalidad entre el pre y post a través de la prueba de Shapiro-Wilks; se observa que los datos significativos son menores a 0.05, por lo que se muestra una distribución no normal de los datos, es por ello que para contrastar los resultados de la investigación se utilizará estadísticos no paramétricos, a través la U de Mann-Whitney para hallar la diferencia en dos muestras independiente.

Tabla 9

Estadístico comparativo U de Mann Whitney del Pre y Post Test.

Estadísticos de Prueba	
	Puntajes
U de Mann-Whitney	117.000
W de Wilcoxon	442.000
Z	-3.881
Sig. asintótica(bilateral)	.000

Fuente: Resultados obtenidos a través del programa SPSS V. 25

De acuerdo a la tabla 9, donde se muestra el Estadístico comparativo U de Mann Whitney del Pre y Post Test; se observó un nivel de significancia inferior a 0.01 (.000), por lo que se puede concluir que el programa tiene un nivel de significancia altamente significativo.

Tabla 10

Diferencias entre los rangos promedio del Pre y Post Test.

Rangos			
Grupos	N	Rango promedio	Suma de rangos
Pres Test	25	17.68	442.00
Post Test	25	33.32	833.00

Fuente: Resultados obtenidos a través del programa SPSS V. 25

De acuerdo a la tabla 10, donde se muestran los resultados entre las Diferencias entre los rangos promedio del Pre y Post Test; se observaron diferencias notables entre las evaluaciones realizadas antes y después de la aplicación del programa, mostrando que rango promedio del Post Test (33.32) es mayor al Pre Test (17.68). En conclusión, estos resultados nos indican que el programa ha logrado estimular las funciones cognitivas en los beneficiarios de la investigación, asimismo a través de los resultados mostrados se logra comprobar la hipótesis formulada y la efectividad del programa.

V. DISCUSIÓN

En el presente estudio, se propuso construir y aplicar un programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica. En base a los objetivos que se manifiestan en el estudio, se realizó la discusión de resultados:

Con respecto, al primer objetivo específico planteado, el cual fue, Diseñar el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, dicho programa estuvo distribuido en 3 dimensiones, las cuales son Evaluación Neuropsicológica. que a su vez está conformado por 3 indicadores, siendo estos Principios neuropsicológicos, Pre y Post Test, permitiendo así brindar una introducción del tema a tratar y la evaluación de la influencia del programa; la segunda dimensión es Estimulación Cognitiva, formada por 13 indicadores, permitiendo estimular la orientación memoria, la atención, el cálculo, el lenguaje y praxias; y como tercera dimensión esta Bienestar Emocional, formada por los indicadores Bailo terapia, Risoterapia y Abrazo terapia; todos ellos estructurados en 20 sesiones cuyos objetivos están ligados a la investigación.

Teniendo en cuenta los resultados mencionados anteriormente, Salazar y Mayor (2020), construyeron su programa para estimular las capacidades intelectuales en las personas con avanzada edad, distribuyéndola en 5 dimensiones, las cuales fueron memoria a corto plazo, lenguaje, funciones ejecutivas conceptuales, funciones motrices y evocación, formando un total de 20 sesiones. Asimismo, Santos (2021) en su investigación sobre la viabilidad de un programa de estimulación cognitiva en usuarios del CAM Essalud, planteo la construcción de 17 sesiones las cuales durarían dos horas aproximadamente cada una. Por otro lado, Ledesma (2017) menciona que un programa neuropsicológico está dirigido a desarrollar la capacidad del adulto mayor, por lo que deberá de incluir el restablecimiento de funciones tanto físicas, mentales, de adaptación social, y de bienestar emocional. Por lo que se concluye que el diseño del programa está sustentado no solo desde el punto de vista teórico, sino que además es respaldada por investigaciones anteriores.

Por otro lado, de acuerdo al segundo objetivo específico, el cual fue validar a criterio de expertos el programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, dicha validación estuvo conformada por 3 jueces expertos. Además, se pudo obtener el coeficiente V de Aiken por medio del método juicio de expertos de las sesiones que conforman el programa, donde se obtuvo un V de Aiken general de .99, además, y teniendo en cuenta las dimensiones del programa, la puntuación en la dimensión Evaluaciones Neuropsicológicas fue de .99, en la dimensión Estimulación Cognitiva, se obtuvo un puntaje de .98 y en la dimensión Bienestar Emocional, se logró un V de Aiken igual a 1.00.

Basado en los resultados mostrados, estos se asemejan a los encontrados en la investigación de Santos (2021) sobre la viabilidad de un programa de estimulación cognitiva en usuarios del CAM - Pisco, hizo uso de 3 jueces expertos para que validen su estudio. Asimismo, Fernández (2020), en su programa para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores hizo uso de 3 jueces expertos, los cuales concluyeron que las sesiones de su programa eran válidas y aplicables. Así pues, el programa neuropsicológico utilizará tres dimensiones o elementos que permiten la mediación y la mejora del funcionamiento de las capacidades mentales en la persona adulta mayor. Inicialmente, se realiza una evaluación neuropsicológica, que planea distinguir alteraciones dentro de las capacidades cognitivas y luego proponer una intervención según lo indicado por los resultados obtenidos (Lepe, et al., 2017). Como segunda dimensión o elemento, está la estimulación cognitiva, que según Muñoz (2018) se puede caracterizar como un conjunto de procedimientos y metodologías que mejoran la viabilidad del funcionamiento de las capacidades intelectuales y de las habilidades en el adulto mayor. Además, como el último elemento o dimensión encontramos el bienestar emocional, permitiendo el cumplimiento de las necesidades emocionales, lo que favorece la salud mental. (Fischer y Ebner, 2014). Por todo lo dicho se concluyó que el programa es aplicable, así como las sesiones del programa neuropsicológico son esenciales ya que tienen un V de Aiken mayor a .80.

Referente al tercer objetivo específico donde se evaluó el nivel de las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica mediante un pre test, se observó que el 60% de adultos mayores evaluados presentaron un puntaje entre 30 a 27; evidenciando así que no presentan deterioro cognitivo; por otro lado, el 32% de la población evaluada presentó un puntaje entre 26 y 25, esto quiere decir que podría existir un posible deterioro cognitivo; finalmente, el 8% de adultos mayores que participaron en el programa obtuvieron un puntaje menor o igual a 24, evidenciando deterioro cognitivo leve.

Estos resultados se contraponen a los encontrados por Bernal (2015), en la que el 28% de adultos mayores evaluados no presentan deterioro cognitivo; por otro lado, el 16.7% de la población evaluada presentó un posible deterioro cognitivo; finalmente, el 55.3% de beneficiarios evidenciaron deterioro cognitivo leve. Así como en la investigación de Valencia (2021), cuya finalidad fue lograr la mejora de las capacidades cognitivas en ancianos con problemas económicos, el cual determino en el pre test que el 16.7% de adultos mayores evaluados no presentaron deterioro cognitivo; por otro lado, el 0% de la población evaluada presentó un posible deterioro cognitivo; finalmente, el 83.3% de beneficiarios evidenciaron deterioro cognitivo leve.

Esto posiblemente se deba a que el rendimiento de las funciones cognitivas estará influido por distintas circunstancias como los años que tenga, el grado de escolaridad, los antecedentes neurológicos, de factores situacionales como el estado sentimental o el bienestar psicológico, tal como lo menciona (Sánchez, 2018). Sabemos muy bien que, con el avance de los años, es muy común que el cerebro sufra algunos cambios, que dependiendo de la neuroplasticidad de la mente y de la estimulación que reciba el adulto mayor, pueden provocar alteraciones en el ámbito cognitivo.

Asimismo, teniendo en cuenta el objetivo específico cuarto, siendo evaluar el nivel de las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica mediante un post test, se obtuvo que el 72% de adultos mayores evaluados presentaron un puntaje entre 30 a 27; evidenciando así que no presentan deterioro cognitivo, es decir que no tienen alteraciones significativas en sus funciones

cognitivas; por otro lado, el 24% de la población evaluada presentó un puntaje entre 26 y 25, esto quiere decir que podría existir un posible deterioro cognitivo, evidenciando una posible alteración en las funciones cognitivas del adulto mayor, por lo que se requeriría estimulación cognitiva; finalmente, el 4% de adultos mayores que participaron en el programa obtuvieron un puntaje menor o igual a 24, evidenciando deterioro cognitivo leve, sinónimo de alteraciones dentro de las funciones cognitivas de la población evaluada.

Dichos resultados se alinean a los encontrados por Bernal (2015), el cual determinó en el post test que el 35.6% de adultos mayores evaluados no presentaron deterioro cognitivo; por otro lado, el 10.6% de la población evaluada presentó un posible deterioro cognitivo; finalmente, el 53.8% de beneficiarios evidenciaron deterioro cognitivo leve. Además, se encuentra una mejora de resultados en la investigación de Valencia (2021), el cual determinó en el post test que el 50% de adultos mayores evaluados no presentaron deterioro cognitivo y por otro lado, el 50% de la población evaluada presentó un posible deterioro cognitivo.

Posteriormente, en relación al quinto y último objetivo específico, donde se comparó por medio del pre y post test los niveles de funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica para medir la influencia del programa neuropsicológico, se logró determinar, teniendo en cuenta los resultados mostrados anteriormente que la aplicación del programa logró una mejora significativa de acuerdo al nivel de las funciones cognitivas en las personas de la tercera edad afectados por el maltrato psicológico.

Tal como se encontraron en las investigaciones de Salazar y Mayor (2020), donde su finalidad era medir el grado de influencia de la estimulación intelectual en los adultos mayores en Cuba, se concluyó que la estimulación mostró un resultado respetablemente benéfico en las capacidades cognitivas de los beneficiarios. Además, en el estudio de Vásquez (2020), cuyo estudio propuso realizar un trabajo neuropsicológico en adultos mayores de un Centro Geriátrico en Ecuador, los resultados revelaron que las actividades cognitivas mejoraron considerablemente después de aplicado el estudio. Asimismo, Santos (2021) en su investigación cuyo objetivo fue conocer el impacto del programa en individuos del CAM de Pisco, tuvo

como resultados una mejora general positiva en la utilización del programa ejecutado para mejorar el nivel cognitivo del adulto.

Es preciso mencionar que, en la presente investigación, se utilizará la adaptación realizada en el Perú del “Mini Mental” de Folstein realizada por Robles (2003) para evaluar el nivel intelectual previamente y luego después de la aplicación del programa, teniendo la opción de observar su nivel de impacto. Por otro lado, (Feldberg et al, 2020), menciona que la estimulación de estas funciones cognitivas desde un programa neuropsicológico a través de distintas sesiones y ejercicios logran mantener y trabajar los procesos cognitivos. Esto permitirá mejorar y reforzar las capacidades funcionales de los pacientes adultos mayores en los ejercicios del día a día.

Finalmente, teniendo en cuenta el objetivo general y la hipótesis planteada al principio de la investigación, la cual es que el programa neuropsicológico permite estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, se observa que los datos significativos son menores a 0.05, por lo que se mostró una distribución no normal de los datos, es por ello que para contrastar los resultados de la investigación se utilizó estadísticos no paramétricos, a través de la U de Mann-Whitney, obteniendo un nivel de significancia igual a .000 ($p < 0.01$), por lo que el programa es altamente significativo. Asimismo, se observaron diferencias notables entre las evaluaciones realizadas antes y después de la aplicación del programa, mostrando que rango promedio del Post Test (33.32) es mayor al Pre Test (17.68). En conclusión, estos resultados nos indican que el programa ha logrado estimular las funciones cognitivas en los beneficiarios de la investigación, asimismo a través de los resultados mostrados se logra comprobar la hipótesis formulada y la efectividad del programa.

Por todo lo mencionado y teniendo en cuenta las evidencias mostradas, se puede concluir que el Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica logra estimular las funciones cognitivas en los beneficiarios. Por lo que el programa es válido y aplicable.

VI. CONCLUSIONES

1. A través del presente estudio se logró el diseño de un programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, este tiene como título “Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores”, la cual consta de 20 sesiones que están distribuidas en 3 dimensiones, estas son Evaluación Neuropsicológica; la segunda dimensión es Estimulación Cognitiva; y como tercera dimensión esta Bienestar Emocional.
2. Se validaron las sesiones del programa neuropsicológico a través del criterio de tres jueces expertos, donde se obtuvo un V de Aiken general de .99, por lo cual se concluye que las 20 sesiones son esenciales y el programa es aplicable.
3. De acuerdo a los resultados del pre test aplicado, el 60% de adultos mayores evaluados no presentaron deterioro cognitivo; el 32% presentó una posible alteración en las funciones cognitivas; y el 8% de adultos mayores que participaron del programa evidenciaron deterioro cognitivo leve.
4. Por otro lado, a través de la aplicación del post test se obtuvo que el 72% de adultos mayores evaluados no presentaron deterioro cognitivo; en el 24% de la población evaluada podría existir un posible deterioro cognitivo; y finalmente, el 4% de adultos mayores que participaron en el programa evidenciaron deterioro cognitivo leve.
5. Asimismo, teniendo en cuenta los resultados del Pre y Post test, la aplicación del programa logró una mejora significativa en las personas adultas mayores víctimas de violencia psicológica.
6. Finalmente se logró comprobar la hipótesis planteada, por lo que se concluye que el programa neuropsicológico permite estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.

VII. RECOMENDACIONES

Luego de comprobar la eficacia del programa neuropsicológico y de haber validado sus sesiones, se recomienda que sea aplicada en las distintas áreas de la red asistencial ESSALUD, que trabajen con población similar a la de la investigación, con el objetivo de poder contribuir a la prevención de problemas en los procesos cognitivos del adulto mayor.

Además, se recomienda considerar la evaluación de futuros programas, así como de las sesiones que la conforman a través de un mayor número de jueces expertos, en donde participen médicos geriatras, neurólogos y profesionales afines, con el propósito de obtener distintos puntos de vista para la aplicación del programa.

Asimismo, la evaluación a través del pre test y post test deberá de ser realizada de manera individual tal como se realizó en la investigación, con la finalidad de facilitar la capacidad de respuesta por parte del adulto mayor y que estas sean más fiables.

Finalmente, de ser necesaria la aplicación del programa en una población con características distintas a la de la investigación, tales como adultos mayores que no sean víctimas de violencia psicológica o personas mayores que simplemente requieran estimulación cognitiva, se recomienda tener en cuenta las observaciones y posibles adaptaciones realizadas por expertos profesionales o estudiantes de Psicología, geriatría, o en neuropsicología.

REFERENCIAS

- Agudelo, M., Cardona, D., Segura, A. & Restrepo, D. (2020). Maltrato al adulto mayor, un problema silencioso. *Revista Facultad Nacional De Salud Pública*, 38(2), 1-11. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.e331289>
- Ardila., A. (2015). Historia y Clasificación de las Apraxias. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 15(1), 109-118.
- Aucca, F., Cabrera, G. (2017). *Programa de intervención cognitiva en adultos mayores del distrito de José Luis Bustamante y Rivero – Arequipa*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica San Pablo]. <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/15438>
- Benavides, C. (2017). Deterioro cognitivo en el adulto mayor. *Rev Mex Anest.* 40(2):107-112. <https://www.medigraphic.com/pdfs/rma/cma-2017/cma172f.pdf>
- Bobadilla, L., y Aguila, B. (2018). *Valoración del estado cognitivo-afectivo en asistentes al centro del adulto mayor EsSalud*. [Tesis de pregrado, Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio USAT. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2386>
- Borrás, C., & Viña, J. (2016). Neurofisiología y envejecimiento. Concepto y bases fisiopatológicas del deterioro cognitivo. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 51, 3-6. [https://doi.org/10.1016/S0211-139X\(16\)30136-6](https://doi.org/10.1016/S0211-139X(16)30136-6)
- Caballero, A. (2014). Metodología integral innovadora para planes y tesis. *La metodología del cómo formularlos*. Cengage Learning, 437pp.
- Camargo, K. & Laguado E. (2016). Grado de deterioro cognitivo de los adultos mayores institucionalizados en dos hogares para ancianos del área metropolitana de Bucaramanga - Santander, Colombia. *Universidad y salud*. 19(2), 163-170. <https://doi.org/10.22267/rus.171902.79>
- Condori, P. (2020). Universo, población y muestra. *Curso Taller*. <https://www.aacademica.org/cporfirio/18>

- Cornejo, L. (2021). *Propuesta de un programa de estimulación neurocognitiva en pacientes adulto mayor sin deterioro cognitivo atendidos en el hospital Las Mercedes 2018* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12893/9039>
- Feldberg, C., Dorina, S., Tartaglini, M., Hermida, P., García, L., Somale, M. & Allegri, R. (2020). La influencia de la educación y la complejidad laboral en el desempeño cognitivo de adultos mayores con deterioro cognitivo leve. *Ciencias Psicológicas*, 14(1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459564063013>
- Fischer, H. & Ebner, N. (2014). Emotion and aging: evidence from brain and behavior. *Frontiers in psychology*, 5, 996. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00996>
- Folstein, M., Folstein, S., McHugh, P. (1975). "Mini-Mental State" a Practical Method for Grading the Cognitive State of Patients for the Clinician. *Journal of Psychiatric Research*, 12(3); 189-198.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. *Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGrawHill. ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
- Hindle, J., Watermeyer, T., Roberts, J., Martyr, A., Lloyd-Williams, H., Brand, A., ... & Clare, L. (2016). Cognitive rehabilitation for Parkinson's disease dementia: a study protocol for a pilot randomised controlled trial. *Trials*, 17(1), 1.
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi. (26 de agosto del 2016). *La práctica de actividades lúdicas y físicas estimulan la memoria del adulto mayor protegiéndolo de la demencia y la depresión*. <http://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2016/059.html>
- Ledesma, S. (2017). *Propuesta de un programa de rehabilitación neuropsicológica de las funciones ejecutivas en población mayor con enfermedad de Parkinson*. [Tesis de maestría, Universidad de Salamanca]. Repositorio documental GREDOS. <http://hdl.handle.net/10366/132349>

- León, O., et al. (2017). Programa para el entrenamiento de la actividad cognitiva en el adulto mayor. *Impetus*, 11(1), 113-122. <http://dx.doi.org/10.22579/20114680.190>
- Lepe, N., Ramos, C., Ramos, V., Jadán, J., Paredes, L., Gómez, A., & Bolaños, M. (2017). Conceptos fundamentales en la teoría neuropsicológica. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 26(1), 53-60. <http://200.9.234.120/handle/ucm/579>
- López, N., & Sandoval, I. (2016). Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/176>
- Martelo, O., & Arévalo, J. (2017). Funcionamiento cognitivo y estados emocionales de un grupo de niños y adolescentes con bajo rendimiento académico. *Revista Neuropsicología Latinoamericana*, 9(3), 13-22. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439554381002>
- Martínez, D. (2018). *Eficiencia del programa "estimulación cognitiva para adultos", en el incremento del funcionamiento cognitivo de adultos mayores del centro de atención "mis años dorados"*. [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Martinez-Damaris.pdf>
- Mattos, D., Talavera, M. (2016). *Efecto de un programa de estimulación cognitiva y funcional en los signos de deterioro cognitivo leve del adulto mayor. Asociación la Libertad, Paucarpata. Arequipa 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica San Pablo]. <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/14936>
- Mendoza B., Tantaleán Ch., Soto V. & Díaz C. (2016). Tamizaje de nivel de deterioro cognitivo y estado de depresión en adulto mayor en un centro de adulto mayor (CAM). *Rev. Ciencia, Tecnología y Humanidades*. 7(2): 123-34. <http://revistas.unprg.edu.pe/openjournal/index.php/revistacientifica/article/view/67>

- Merchán, S. (2017). Perfil de alteraciones del lenguaje en diferentes tipos de demencias. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca*, 35(2), 31-38.
- Muñoz, D. (2018). La estimulación cognitiva como estrategia para la atención psicogerontológica a los adultos mayores con demencia. *Rev. Cubana de Salud Pública*, 44(3), e1077. <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2018.v44n3/e1077/es>
- Nouchi R, Taki Y, Takeuchi H, Hashizume H, Akitsuki Y, Shigemune Y, et al. (2012) Brain Training Game Improves Executive Functions and Processing Speed in the Elderly: A Randomized Controlled Trial. *PLoS ONE* 7(1): e29676. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0029676>
- Ochoa, M. (2020). *Implementación de un programa de estimulación cognitiva para el adulto mayor residente en un asilo en Quito*. [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22367>
- Organización Mundial de la Salud (2017). *La salud mental y los adultos mayores*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Demencia*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dementia>
- Organización Mundial de la Salud (2021). *Maltrato de las personas mayores* <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/elder-abuse>
- Orlandoni, G. (2010). Escalas de medición en Estadística. *Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales*, 12(2), 243-243.
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232.
- Parsons, T. (2016). Neuropsychological Rehabilitation 3.0: *State of the Science*. *Clinical Neuropsychology and Technology*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-31075-6_7

- Portellano, J. & García, J. (2014). *Neuropsicología de la atención, las funciones ejecutivas y la memoria*. Madrid: Síntesis S.A
- Rengifo, A. (2021). Construcción y propiedades psicométricas de la escala de maltrato psicológico en el adulto mayor de la región Lambayeque, 2021.
- Robles, Y. (2003). *Adaptación del Mini-Mental State Examination*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de tesis digitales Cibertesis. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/3303>
- Rosas, C. (2019). *Efectos de un Programa de Estimulación Cognitiva en Personas con Diagnóstico de Deterioro Cognitivo de un Hospital Nacional*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio UNFV-Institucional. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3824>
- Salazar, C., & Mayor, S. (2020). Efectos de la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 24(3), e4305. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942020000300014&lng=es&tlng=es
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, K. (2018). *Afectividad y funciones cognitivas en pacientes con cáncer de mama según tipo de tratamiento*. [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Universidad de San Martín de Porres. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/4191>
- Santos, C. (2021). *Efectividad del programa de estimulación cognitiva en adultos mayores, centro del adulto mayor Essalud, Pisco 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/854>
- Varela, L., Rios, J., Hernández, J. & Vázquez, M. (2016). El cálculo y las funciones neurocognitivas en alumnos universitarios de nuevo ingreso. *Revista Contemporánea*. 3(8), 22-30.

- Vásquez, K. (2020). *Intervención Neuropsicológica en un Grupo de Adultos Mayores del Centro Geriátrico "Casa del Abuelo" en la Ciudad de Cuenca, Ecuador*. [Tesis de maestría, Universidad del Azuay]. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/10247>
- Vega, F., Rodríguez, O., & Montenegro, Z., & Dorado, C. (2016). Efecto de la implementación de un programa de estimulación cognitiva en una población de adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Bogotá. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 11(1), 12-18. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179346558004>
- Vílchez, H. (2018). *Nivel cognitivo del adulto mayor autovalente y su relación con las características sociodemográficas en pacientes que acuden al centro del adulto mayor Vitarte de Essalud, Lima-Perú, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Privada San Juan Bautista]. <http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/upsjb/1525>
- Villalba, S., & Espert, R. (2014). Estimulación Cognitiva: Una revisión neuropsicológica. *TheraPeía: estudios y propuestas en ciencias de la salud*, (6), 73-94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5149523>
- Villarraig, L. (2018). *La atención: principales rasgos, tipos y estudio*. [Tesis de pregrado, Universitat Jaume I]. Repositori Universitat Jaume I. <http://hdl.handle.net/10234/177765>
- Vizcaya, J., Pinto, V., Mora, C., & Roca, M. (2018). E Efectos del Programa de Rehabilitación Neuropsicológica sobre los Procesos Mnésicos de Personas con Envejecimiento Normal. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 18(3), 85-98. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7042034>
- Wilson, B. (2013). "Neuropsychological Rehabilitation: State of the science," *South African Journal of Psychology*, 43 (3), 267-277. <https://doi.org/10.1177/0081246313494156>

ANEXOS

Anexo 1

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Programa Neuropsicológico	Para Parsons (2016) un programa de recuperación neuropsicológica incluye ejercicios planificados que tienen como objetivo mejorar y trabajar en el funcionamiento de las capacidades intelectuales a través de ejercicios, basados en la organización de ejercicios dirigidos a la activación y el mantenimiento de sus capacidades intelectuales.	De acuerdo a Feldberg et al. (2020) las actividades del presente programa neuropsicológico pretenden tener como objetivo el mantener y trabajar los procesos cognitivos. Esto permitirá mejorar y reforzar las capacidades funcionales de los pacientes adultos mayores en los ejercicios del día a día.	Evaluación Neuropsicológica	Principios neuropsicológicos	Programa neuropsicológico dirigido al adulto mayor
				Evaluación Pre test	
				Evaluación Post test	
			Estimulación Cognitiva	“Nos orientamos en el tiempo”	
				“Conectamos con nuestro entorno”	
				¿Dónde lo habré dejado ...?	
				“El baúl de los recuerdos”	
				“Divide tu mente”	
				“Prestamos atención y buscamos las diferencias”	
				“Reconocemos los sonidos”	
“Todo está calculado”					
“Tenemos muchos problemas”					

	"Pongamos orden"
	"El rincón de la lectura"
	"Pongamos nombre a las cosas"
	"La mano floja"
	"Construyendo una mandala"
Bienestar Emocional	"Bailando para la vida"
	"A reír para estar bien"
	"Un abrazo de amor"

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Funciones cognitivas	León et al. (2017), las describe como el resultado del funcionamiento de las diversas regiones intelectuales, como el razonamiento, la memoria, el discernimiento, la comunicación, la orientación, el cálculo, la percepción y el pensamiento crítico. Las capacidades intelectuales evolucionan junto con el individuo y cambian según la edad del mismo.	Las dimensiones que forman parte de la variable fueron medidos a través del uso de la Adaptación peruana del Mini mental State Examination (MMSE) de Folstein (Robles, 2003). El MMSE consta de 11 items, con un rango de puntuación de 0 a 30, permitiendo obtener una estimación del estado cognitivo de la persona evaluada.	Orientación	Orientación Temporal	Se hará uso de una escala de medición nominal, pudiendo calificarse de manera politómica, cuya puntuación va del 0 a los 30 puntos. (Orlandoni, 2010).
				Orientación Espacial	
			Memoria	Memoria Inmediata	
				Memoria Reciente	
			Atención	Memoria de Retención	
				Atención dividida	
				Atención Sostenida	
			Cálculo	Atención auditiva	
				Cálculo matemático	
			Lenguaje	Nominación	
Repetición					
Lectura					
Escritura					
Praxias	Praxia Viso constructiva				

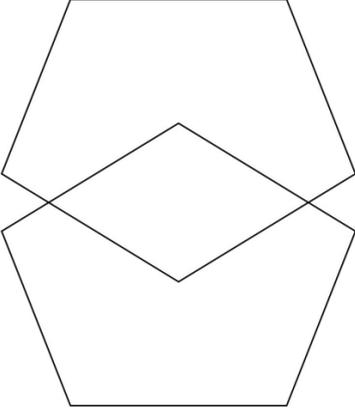
Anexo 2

INSTRUMENTOS

Examen Mental (MMSE)

Mini Mental State Examination Folstein (Robles, 2003)

ORIENTACIÓN (Hacer las siguientes preguntas)	Puntuación Max. (10 pts.)	
¿En qué año estamos?	Año	
¿En qué estación del año estamos?	Estación	
¿Cuál es la fecha de hoy?	Fecha	
¿Qué día de la semana es hoy?	Día	
¿En qué mes estamos?	Mes	
¿Me puede decir en que mes estamos?	País	
¿Me puede decir en que ciudad estamos?	Ciudad	
¿En qué calle estamos?	Calle	
¿En qué piso del edificio estamos?	Piso	
¿Cuál es el nombre de este lugar?	Nombre	
REGISTRO	Puntuación Max. (3 pts.)	
Le voy a nombrar tres cosas. Después que yo las diga quiero que usted las repita. Trate de recordarlas porque después de unos minutos le voy a pedir que las nombres otra vez: "PIÑA, MESA, PESO".	PIÑA	
	MESA	
	PESO	
ATENCIÓN Y CALCULO	Puntuación Max. (5 pts.)	
Comenzando con 100, réstele 7. Luego siga restando 7 del resultado que obtenga hasta que le diga que pare. (Si no responde, sustituya este ejercicio por el próximo)	93	
	86	
	79	
	72	
	65	
Ahora le voy a deletrear una palabra y quiero que usted me la deletree al revés. La palabra es: "MUNDO"	O	
	D	
	N	
	U	
	M	
RECUERDO	Puntuación Max. (3 pts.)	
Ahora, ¿Cuáles fueron las tres cosas que le pedí que recordara?	PIÑA	
	MESA	
	PESO	
LENGUAJE	Puntuación Max. (3 pts.)	
¿Cómo se llama esto? RELOJ	RELOJ	
¿Cómo se llama esto? LAPIZ	LAPIZ	
Quisiera que repita esta expresión después que yo la diga "TRES TRISTES TIGRES COMEN TRIGO"	Repetición	
Lea las palabras en esta página y luego haga lo que dice:	Cierre los ojos	
Le voy a dar un papel, cuando se lo dé, tome el papel con la mano derecha, doble el papel una vez por la mitad con las dos manos y luego ponga el papel en su falda	Tome el papel en la mano	
	Doble el papel por la mitad	
	Ponga el papel en su falda	

<p>Escriba cualquier oración completa en este papel. La oración debe tener sujeto y verbo. También debe de tener sentido. Los errores de ortografía o gramática no cuentan.</p> <p>Aquí está un dibujo. Haga el favor de copiar el dibujo en el mismo papel que utilizó antes (polígono completo de vender - Gestalt)</p> 	<p>Escribe la oración</p> <p>Copio polígono</p>	
<p>DETERMINACIÓN DE LA PUNTUACIÓN TOTAL Sume el número de respuestas correctas. La puntuación máxima es 30</p>	<p>Puntuación total</p>	

Escala de maltrato psicológico en el adulto mayor (Rengifo, 2021)

EMAPSI - 2021					
Apellidos y Nombres:					
Edad:		Fecha:		Género	
				M	F
Para cada afirmación encierre su respuesta en un círculo.					
1. Me han negado el acceso a algún miembro de mi familia.				SÍ	NO
2. Tengo limitaciones con el acceso a un teléfono o medio de transporte particular.				SÍ	NO
3. Soy una carga familiar.				SÍ	NO
4. Siento miedo cuando estoy cerca a algún familiar y/o cuidador.				SÍ	NO
5. Vivo lejos de mi familia por decisión de ellos.				SÍ	NO
7. Siento desconfianza de algún familiar y/o cuidador.				SÍ	NO
8. En mi casa rehúyen hablarme.				SÍ	NO
9. Me han negado el acceso a mi hogar.				SÍ	NO
10. Siento ansiedad cuando estoy cerca de un miembro de mi hogar.				SÍ	NO
11. Me acusan de cosas que no hago.				SÍ	NO
12. Me critican dentro del lugar donde vivo.				SÍ	NO
13. Recibo insultos por algún familiar y/o cuidador.				SÍ	NO
14. Dependo económicamente de otra persona.				SÍ	NO
15. Me han dejado de proporcionar ropa y calzado.				SÍ	NO
16. Recibo apodos hirientes dentro de mi hogar.				SÍ	NO
17. Siento cansancio y falta de energía.				SÍ	NO
18. Siento que algún familiar y/o cuidador se aprovecha de mí.				SÍ	NO
19. Recibo humillaciones y burlas dentro del hogar.				SÍ	NO
20. Me han dejado de dar los medicamentos que necesito				SÍ	NO
21. Me gritan dentro de mi hogar.				SÍ	NO
22. Me prohíben manejar mi propio dinero.				SÍ	NO
23. Me siento solo o abandonado (a).				SÍ	NO
24. Me niegan realizar ejercicios fuera de casa.				SÍ	NO
25. Me tratan con desinterés				SÍ	NO
26. Me obligan a hacer cosas que no quiero.				SÍ	NO
27. Dentro de mi hogar me amenazan.				SÍ	NO
28. Ningún miembro de mi hogar quiere acompañarme cuando salgo de casa.				SÍ	NO

Anexo 3

AUTORIZACIÓN PARA USO DE INSTRUMENTOS

6/11/21 01:11

Correo de Universidad Cesar Vallejo - PERMISO PARA USAR "Adaptación del Mini-Mental State Examination"



BRYGHAM MANUEL RIOS SILVA <rsilvabm@ucvvirtual.edu.pe>

PERMISO PARA USAR "Adaptación del Mini-Mental State Examination"

1 mensaje

BRYGHAM MANUEL RIOS SILVA <rsilvabm@ucvvirtual.edu.pe>
Para: roblesar@terra.com.pe, YROBLES@ulima.edu.pe

18 de octubre de 2021, 18:42

Sra. **Robles Arana, Yolanda Isabel**

Asunto: Permiso para hacer uso de su investigación titulada "Adaptación del Minimental State Examination"

Estimada Sra. **Robles Arana, Yolanda Isabel**, la razón de este correo es para solicitarle cordialmente nos dé permiso para poder obtener y hacer uso de su investigación titulada "Adaptación del Minimental State Examination", la cual servirá para la realización de nuestra tesis, la cual consistirá en la construcción de un programa para mejorar las funciones cognitivas en personas adultas mayores.

Estaremos atentos a su respuesta y le agradecemos de antemano su atención.

Saludos cordiales.

atte. Estudiantes de Psicología de la Universidad César Vallejo

Rengifo Asenjo Andrea Abigail y Rios Silva Brygham Manuel

6/11/21 01:10

Correo de Universidad Cesar Vallejo - tesis



BRYGHAM MANUEL RIOS SILVA <rsilvabm@ucvvirtual.edu.pe>

tesis

2 mensajes

Yolanda Robles <y.roblesarana@gmail.com>
Para: rsilvabm@ucvvirtual.edu.pe

21 de octubre de 2021, 10:51

Estimado Brygham,
La investigación sobre el MMSE fue una tesis para maestría, y puedes acceder a ella como fuente bibliográfica. El MMSE es una prueba de libre disposición, así es que la puedes usar sin más.
Éxitos en tu investigación.
atentamente,
Yolanda Robles

BRYGHAM MANUEL RIOS SILVA <rsilvabm@ucvvirtual.edu.pe>
Para: Yolanda Robles <y.roblesarana@gmail.com>, ANDREA ABIGAIL RENGIFO ASENJO <rasenjoaa@ucvvirtual.edu.pe>

21 de octubre de 2021, 11:23

Muchas gracias Psicóloga Yolanda, su investigación nos servirá mucho para la tesis que estamos realizando.
Un saludo a la distancia.

[El texto citado está oculto]

Anexo 4

AUTORIZACIÓN DE PRUEBA PILOTO



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Chiclayo, 19 de noviembre del 2021

Lic. Richard Milton León Gonzalez
Unidad de Prestaciones Sociales - Centro del Adulto Mayor – Chiclayo

ASUNTO: PERMISO PARA APLICAR PRUEBA PILOTO

De mi mayor consideración:

Me es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a los estudiantes de la escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo – Campus Chiclayo: **Ríos Silva Brygham Manuel y Rengifo Asenjo Andrea Abigail**, autores del proyecto de investigación denominado: **Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2021** quienes están siendo asesorados por el docente: **Dr. Luis Alberto Chunga Pajares**.

A su vez, quisiera solicitarle el permiso para que dichos estudiantes puedas **aplicar su prueba piloto** a la población de la institución que usted dirige.

Sin otro particular y agradecido de la atención otorgada al presente, me despido de usted expresándole las muestras de mi especial consideración.

Atentamente



Dr. Marvin Moreno Medina
COORDINADOR
Escuela de Psicología –
Campus Chiclayo



Recibido: 30-11-21
15:00 Hrs.
Con Compromiso a
Reunión Resolución.
"Aprobado"

Anexo 5

CONFIABILIDAD

Tabla

Confiabilidad a través del método de Kuder - Richardson de la prueba

COEFICIENTE DE CONFIABILIDAD	
Test general	Kuder - Richardson
<i>Mini Mental State Examination Folstein (Robles, 2003)</i>	0.85

Anexo 6

VALIDEZ DE CONTENIDO

Tabla

Coeficiente V de Aiken general obtenido a través del método juicio de cinco expertos de los ítems que conforman la prueba

TEST	PERTINENCIA	RELEVANCIA	CLARIDAD	V AIKEN GENERAL
Mini Mental State Examination Folstein (Robles, 2003)	1.00	1.00	0.94	0.98

Tabla

Coeficiente V de Aiken por dimensiones obtenido a través del método juicio de cinco expertos de los ítems que conforman la prueba

Dimensiones	PERTINENCIA	RELEVANCIA	CLARIDAD	V AIKEN GENERAL
Orientación	1.00	1.00	0.92	0.97
Memoria	1.00	1.00	1.00	1.00
Atención y Cálculo	1.00	1.00	0.80	0.93
Lenguaje	1.00	1.00	0.97	0.99
Praxias visuales	1.00	1.00	1.00	1.00

Anexo 7

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado participante, somos estudiantes del último ciclo de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo, actualmente estamos realizando una investigación para diseñar y aplicar un programa neuropsicológico que permita estimular las funciones cognitivas en adultos mayores, para el cual requerimos contar con su colaboración. Su participación en esta investigación consistirá en responder a las preguntas del instrumento Mini Mental de manera voluntaria, cuyas respuestas serán anónimas y confidenciales, así como participar de las 20 sesiones que forman parte del programa neuropsicológico.

De ante mano le agradecemos por su colaboración y tiempo invertido.

Atte.

Rengifo asenjo Andrea Abigail

Ríos silva Brygham Manuel

Estudiantes de la escuela profesional de Psicología de la Universidad César Vallejo

Yo, con número de DNI,
acepto participar en la investigación titulada "Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2021", cuyos autores son Andrea Abigail Rengifo Asenjo y Brygham Manuel Rios Silva.

Día:/...../.....

Anexo 8

CARTA DE PRESENTACIÓN DE LA ESCUELA



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Pimentel, 01 de Abril del 2022

Dr. Max Kevin Mejia Salazar

Gerente de la red prestacional Lambayeque

Chiclayo. -

De mi mayor consideración:

Me es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a los estudiantes de la escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo – Campus Chiclayo: Rios Silva Brygham Manuel y Rengifo Asenjo Andrea Abigail, autores de la investigación denominada: **"Programa Neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica"** quienes están siendo asesorados por el docente Dr. Luis Alberto Chunga Pajares.

A su vez, quisiéramos solicitarle permiso para que dichos estudiantes puedan **aplicar su investigación** a la población del CAM Chiclayo, institución que usted dirige.

Sin otro particular y agradecido de la atención otorgada al presente, me despido de usted expresándole las muestras de mi especial consideración.

Atentamente



Dr. Susy Del Pilar Aguilar Castillo

Coordinadora de Escuela

Universidad César Vallejo – Filial Chiclayo

Anexo 9

CARTA DE ACEPTACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

The screenshot displays a web interface with a modal window titled "Ver Solicitud". The modal contains the following information:

Datos de la Solicitud	
Número de Solicitud	S-31412-2022
Fecha de Solicitud	01/04/2022 14:23
Asunto	Solicita Accion Administrativa
Tipo de Expediente	NO TUPA
Expediente	8514-2022-NIT-0001743
Comentarios del Ciudadano	Estimado Dr. Max Kevin Mejia Salazar, Gerente de la red prestacional Lambayeque. Somos estudiantes de Psicología y autores de la investigación "Programa Neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica" y nos dirigimos a usted para solicitarle permiso para poder aplicar nuestra investigación de tesis a los usuarios del Centro del Adulto Mayor Chiclayo. Atentamente, Rios Silva Brygham Manuel y Rengifo Asenjo Andrea Abigail
Observaciones de EsSalud	Se aprueba documentación
Estado	REGISTRADO
Documento	Solicitud - 01

The background interface shows a "Bandeja de Trá" (Tray) with fields for "Número de", "Fecha Inicio", and "dd/mm/aa". There are also "Acciones" (Actions) and "EsSalud" (EsSalud) buttons visible.

Anexo 10

VALIDEZ DEL PROGRAMA

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el programa “**Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores**”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando a la **PSICOLOGÍA**. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Fredilberto Castro Rodríguez		
Grado profesional:	Maestría	<input checked="" type="checkbox"/>	
	Doctor	<input type="checkbox"/>	
Área de Formación académica:	Clínica	<input checked="" type="checkbox"/>	Social <input type="checkbox"/>
	Educativa	<input type="checkbox"/>	Organizacional <input type="checkbox"/>
Áreas de experiencia profesional:	Geriatría y Gerontología		
Institución donde labora:	Es salud		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años	<input type="checkbox"/>	
	Más de 5 años	<input checked="" type="checkbox"/>	

2. RESULTADO DE LA EVALUACIÓN DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA:

Luego de la validar las actividades y metodologías utilizadas en el programa a realizar en la investigación titulada “Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2022”, se concluye que el programa:

APLICA	MODIFICAR	NO APLICA
---------------	------------------	------------------


Mg. Fredilberto Castro Rodríguez
S. D. C. L. D. C.
C. Ps. P. 11345

N° C. Ps. P 11345

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el programa “**Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores**”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando a la **PSICOLOGÍA**. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Esther Huanay Vargas		
Grado profesional:	Maestría	<input checked="" type="checkbox"/>	
	Doctor	<input type="checkbox"/>	
Área de Formación académica:	Clínica	<input checked="" type="checkbox"/>	Social <input type="checkbox"/>
	Educativa	<input checked="" type="checkbox"/>	Organizacional <input type="checkbox"/>
Áreas de experiencia profesional:	Clínica, educación superior		
Institución donde labora:	IEFAP –“Renán Elías Olivera” – Universidad San Martín de Porres.		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años	<input type="checkbox"/>	
	Más de 5 años	<input checked="" type="checkbox"/>	

2. RESULTADO DE LA EVALUACIÓN DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA:

Luego de la validar las actividades y metodologías utilizadas en el programa a realizar en la investigación titulada “Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2022”, se concluye que el programa:

APLICA	MODIFICAR	NO APLICA
---------------	------------------	------------------



N° C. Ps. P. 2688

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el programa “**Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores**”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando a la **PSICOLOGÍA**. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Martin Castro Santisteban			
Grado profesional:	Maestría	<input checked="" type="checkbox"/>		
	Doctor	<input type="checkbox"/>		
Área de Formación académica:	Clínica	<input checked="" type="checkbox"/>	Social	<input type="checkbox"/>
	Educativa	<input type="checkbox"/>	Organizacional	<input type="checkbox"/>
Áreas de experiencia profesional:	Clínica, Educación superior			
Institución donde labora:	Universidad Cesar Vallejo			
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años	<input type="checkbox"/>		
	Más de 5 años	<input checked="" type="checkbox"/>		

2. RESULTADO DE LA EVALUACIÓN DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA:

Luego de la validar las actividades y metodologías utilizadas en el programa a realizar en la investigación titulada “Programa neuropsicológico para estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica, Chiclayo 2022”, se concluye que el programa:

APLICA	MODIFICAR	NO APLICA
---------------	------------------	------------------



.....
N° C. Ps. P 3246

PROGRAMA



PROGRAMA: “ESTIMULACIÓN NEUROPSICOLÓGICA EN ADULTOS MAYORES”

I. INTRODUCCIÓN

La preocupación por la población adulta mayor, tanto a nivel mundial como en el Perú, ha impulsado la organización de técnicas que permita atender sus problemas, debido al rápido aumento demográfico de este grupo etario en comparación a los demás. (Organización Mundial de la Salud, 2015). Según información del INEI (2018), en el Perú, las personas de 60 años a más constituyen el 10,4% del total.

Tal como lo menciona Campo et al. (2019) las personas adultas mayores pasan por una fase del ciclo de desarrollo en la que se manifiestan más cambios corporales, psicoemocionales, psicomotores y de límites intelectuales psicosociales, que son propios de su edad avanzada. Por consiguiente, pueden llegar a aparecer algunos trastornos psicoafectivos, deterioro psicomotriz, afectando también las capacidades mentales, dando lugar a diferentes enfermedades o situaciones de incapacidad.

Según la OMS (2021) uno de cada seis personas con más de 60 años son víctimas de violencia, de acuerdo a la investigación de Morey (2017) el 27,8% de ancianos en Perú sufren o han sufrido de maltrato psicológico, creando en ellos aislamiento, baja autoestima e incluso problemas en las capacidades intelectuales. (Agudelo et al., 2020).

Las funciones cognitivas son percibidas por Borrás y Viña (2016) como la actividad intelectual que permitirá al adulto mayor identificarse con el ambiente donde reside y que a lo largo de los años puede verse afectado, produciendo algún tipo de deterioro cognitivo.

Según Camargo y Laguado (2016), el deterioro cognitivo va a estar relacionado con la disminución de las capacidades intelectuales que puede estar presentes en personas mayores de 60 años, influyendo en varias áreas del individuo, como el mental y el social.

Durante la etapa del envejecimiento, los problemas relacionados con el deterioro cognitivo son extremadamente continuos, según la OMS (2020) entre el 5% y el 8% de las personas mayores de 60 años experimentan los efectos de la demencia. En América Latina, la frecuencia de debilitamiento intelectual en personas con más de 65 años es de 3,8 a 6,3% dependiendo del grupo etario. (Benavides, 2017)

Por otra parte, en el Perú, como indican Segovia et al. (2019), en su estudio dentro de los establecimientos de salud en Lima, descubrieron una prevalencia de deterioro cognitivo del

6%. Mientras que en la investigación propuesta por el Instituto Nacional de Salud Mental (2016), alrededor del 6,7% de los individuos con más de 65 años experimentan los efectos nocivos del deterioro cognitivo.

En Lambayeque, Bobadilla y del Águila (2018), encontraron que el 18% de los usuarios del centro del adulto mayor en Chiclayo tenía posible demencia y el 32% tenía leve deterioro cognitivo o moderado. Mientras que Mendoza et al. (2016) en su revisión dirigida en el CAM La Victoria a 192 adultos mayores, encontraron que el 25% presentaba deterioro cognitivo leve y el 12% deterioro cognitivo grave.

Según la investigación de Fernandez y de Lima (2016) las personas de la tercera edad que no reciben un programa de estimulación de las funciones cognitivas son más propensos a padecer de manera más acelerada la disminución de sus procesos cognitivos, que aquellos adultos mayores que si pueden recibir estimulación cognitiva, física o sensorial, esto quiere decir que, a una mayor estimulación cognitiva, una independencia más notable y una satisfacción personal para los mayores. En este sentido, los programas de recuperación neuropsicológica incluyen el restablecimiento de los pacientes en el grado más notable posible de funcionamiento, tanto físico, mental y de adaptación social.

La estimulación de las funciones cognitivas estará constituida por aquellos ejercicios que pretenden mantener y trabajar los procesos cognitivos en las personas con edad avanzada. Esto permitirá mejorar y reforzar las habilidades funcionales de los pacientes adultos mayores en las acciones que llevan a cabo de forma cotidiana. (Feldberg et al, 2020)

Así, surge la necesidad de que los adultos mayores indistintamente de su condición de salud mental puedan recibir algún tipo de estimulación cognitiva, teniendo como finalidad más clara el trabajar en su calidad de vida. (OMS. 2017).

Por medio del siguiente programa se hace posible la intervención del adulto mayor desde un enfoque que tiene resultados muy favorables al momento de aplicarse, ofreciendo una perspectiva distinta del problema a intervenir, convirtiéndola en una propuesta novedosa e innovadora dentro de la realidad de la psicología peruana.

Además, permitirá abordar la preocupante falta de estimulación cognitiva en adultos mayores, quienes forman parte de la población más desprotegida y a la que menos se le brinda la atención que necesitan.

Asimismo, el programa de estimulación denominado “Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores” cuenta con sólidas bases teóricas las cuales consideran fundamental un

abordaje o tratamiento no solo farmacológico, sino también mediante la utilización de actividades o ejercicios para reforzar y estimular las capacidades intelectuales en los mayores, incluyendo la promoción del bienestar y la satisfacción personal de los individuos, convirtiéndolo en una herramienta clínica novedosa para los expertos de la salud que trabajen en la intervención y estimulación de las funciones cognitivas del adulto mayor.

II. ALCANCE DEL PROGRAMA

El programa está dirigido a la población adulta mayor, la cual siguiendo los lineamientos de la Organización Mundial de la Salud (2015) deberá tener más de 60 años de edad.

Asimismo, las personas beneficiarias del programa serán adultos mayores de ambos sexos, aquello que presenten o no problemas cognitivos leves y sobre todo que brinden su consentimiento informado para su participación.

Por otro lado, se exceptuarán del programa a aquellos adultos mayores que no presenten indicadores de violencia psicológica, así como a aquellos que presenten algún tipo de discapacidad física, visual, auditiva o cognitiva que los limite e impida comprender y desarrollar las actividades del programa, sin embargo, se podrá adecuar y modificar las sesiones del programa para la aplicación en este tipo de población.

El programa se podrá realizar con un grupo de participantes mínimo de 10 y un máximo de 50 adultos mayores en cada sesión con la finalidad que se pueda hacer la supervisión y control de la ejecución de cada actividad.

III. PERFIL DEL FACILITADOR

El facilitador(es) o moderador(es) a cargo de la ejecución de las sesiones del programa, deberán ser psicólogos, estudiantes de psicología de los últimos ciclos académicos, geriatras o profesionales terapeutas, de preferencia con especialidad en el enfoque neuropsicológico y que tenga experiencia en la intervención con adultos mayores.

Además, deberá cumplir con un conjunto de competencias que le permitan la buena ejecución del programa, tales como manejo de equipos, comunicación asertiva y empática, manejo de las TIC's, deberá de tener conocimiento en el trabajo de dinámicas grupales, asimismo deberá conocer y comprender las bases teóricas de las variables por las cuales se sustenta el programa.

IV. OBJETIVOS:

OBJETIVO GENERAL

Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Explicar la importancia de la estimulación neurocognitiva en el adulto mayor.
- Evaluar través de un pre test el estado actual de las funciones cognitivas en el adulto mayor.
- Potenciar la Orientación del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Fortalecer la memoria del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Estimular la atención del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Reforzar el cálculo del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Ejercitar el lenguaje del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Fortalecer las praxias del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Favorecer el bienestar emocional en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
- Evaluar a través de un post test la influencia del programa en el adulto mayor.

V. METODOLOGÍA

V.1. Ruta de implementación del programa:

El programa “Estimulación Neuropsicológica en adultos mayores” está compuesto por 20 sesiones, con una duración de 50 minutos aproximadamente cada una de ellas, las cuales tendrán como finalidad la estimulación desde el enfoque neuropsicológico de las funciones cognitivas del adulto mayor. En las sesiones se trabajarán las dimensiones de orientación, memoria, atención, cálculo, lenguaje y praxias visuales, cuyas actividades se encuentran relacionadas y tendrán como punto de partida la aplicación de un pre test para evaluar el deterioro de las funciones cognitivas y un post test para valorar la eficacia del programa.

El ambiente donde se realicen las sesiones deberá ser un espacio con buena iluminación, con una adecuada ventilación, que cumpla con los protocolos de bioseguridad adecuada, debe de ser amplio y que evite los distractores que puedan repercutir en la ejecución del programa.

Cada participante debe tener el material a utilizar en cada sesión, los cuales serán proporcionados por los facilitadores o por la institución en la cual se implemente el programa.

SESIONES	TIEMPO	TEMA
1. “¿Por qué es importante la estimulación cognitiva en el adulto mayor?”	50 min.	Introducción a la estimulación cognitiva
2. “Medimos nuestro nivel cognitivo”	30 min.	Pre test
3. “Nos orientamos en el tiempo”	50 min.	Orientación temporal
4. “Conectamos con nuestro entorno”	50 min.	Orientación espacial
5. ¿Dónde lo habré dejado ...?	50 min.	memoria inmediata y reciente
6. “El baúl de los recuerdos”	50 min.	Memoria de retención
7. “Divide tu mente”	50 min.	Atención dividida
8. “Prestamos atención y buscamos las diferencias”	50 min.	Atención sostenida
9. “Reconocemos los sonidos”	50 min.	Atención auditiva
10. “Todo está calculado”	50 min.	Cálculo a través de ordenar
11. “Tenemos muchos problemas”	50 min.	Cálculo a través de la suma y resta
12. “Pongamos orden”	50 min.	Lenguaje a través de la escritura y repetición
13. “El rincón de la lectura”	50 min.	Lenguaje a través de la lectura
14. “Pongamos nombre a las cosas”	50 min.	Lenguaje a través de la denominación
15. “La mano floja”	50 min.	Praxias visuales

16. "Construyendo una mandala"	50 min.	Praxias de construcción
17. "Bailando para la vida"	50 min.	Bailo terapia
18. "A reír para estar bien"	50 min.	Risoterapia
19. "Un abrazo de amor"	50 min.	Abrazo terapia
20. "Medimos nuestros logros"	30 min.	Post test

V.2. Recursos materiales

MATERIALES	TOTAL
Hojas bond	1 millar
Hojas de color	1 millar
Lapiceros	30 unidades
Plumones	5 cajas
Colores	5 cajas
Lápices	30 unidades
Papelotes	50 unidades
Corrector	5 unidades
Borrador	10 unidades
Cuaderno de notas	3 unidades
Limpia tipo	2 unidades
Material audiovisual	De acuerdo a las 20 sesiones

Fichas de asistencia	20 copias
Impresora	1 equipo
Computadora / Laptops	1 equipo
Proyector multimedia	1 equipo
Equipo de sonido	1 equipo

El presente programa será autofinanciado por los investigadores, quienes están a cargo de la ejecución.

V.3. Seguimiento, monitoreo y evaluación

Durante la aplicación del programa se hará el seguimiento del mismo haciendo uso de un registro de asistencia, con la finalidad de identificar a los adultos mayores que participen en cada una de las sesiones a realizarse. A su vez, el monitoreo se hará al finalizar cada sesión, a través de las actividades metacognitivas con el propósito de velar por el cumplimiento de los objetivos propuestos, así como de la adecuada realización del programa, además se dejarán tareas para la casa, las cuales serán revisadas en las sesiones siguientes.

Asimismo, la evaluación del programa se realizará a través de un pre y post test, con el propósito de obtener un informe final sobre la evaluación de los logros obtenidos por cada adulto mayor, para posteriormente hacer entrega de un reconocimiento por su participación.

VI. EJECUCIÓN

SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
1	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Explicar la importancia de la estimulación neurocognitiva en el adulto mayor.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Normas de convivencia durante las sesiones y consentimiento informado.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Nos conocemos y aprendemos”.</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes.</i> • <i>Presentación del tema “La neuropsicología y la estimulación cognitiva en el adulto mayor”.</i> 	20 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final y despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 1

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“¿Por qué es importante la estimulación cognitiva en el adulto mayor?”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Explicar la importancia de la estimulación neurocognitiva en el adulto mayor.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas.
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La neuropsicología es una disciplina que en la actualidad ha permitido conocer sobre la asociación de la mente de los ciclos cognitivos y del comportamiento, así como para poder valorar e intervenir en los problemas cerebrales que alteran el funcionamiento intelectual de los adultos mayores. Todo esto, utilizando tanto estrategias clínicas como experimentales, incluyendo proyectos neuropsicológicos. (Vizcaya et al, 2018).

Los programas neuropsicológicos son definidos por Ledesma (2017) como un ciclo de ayuda dirigido a desarrollar aún más la capacidad del adulto mayor para procesar y utilizar suficientemente la información (nivel intelectual), así como para mejorar su funcionamiento en la vida diaria (nivel de conducta). En este sentido, los programas de recuperación neuropsicológica incluyen el restablecimiento de los pacientes en el grado más notable posible de funcionamiento, tanto físico, mental y de adaptación social. (Hindle et al., 2016).

Para Villalba y Espert (2014), los programas de estimulación cognitiva influyen de manera positiva a los individuos con deterioro o demencia, ya que refuerzan las capacidades mentales y promueven las conexiones con las demás personas. Asimismo, se puede mejorar las funciones cognitivas como la memoria, el lenguaje, las praxias, la atención, el cálculo o la memoria, permitiendo optimizar su funcionamiento y su actividad en la vida

diaria. Los programas de intervención neuropsicológica se utilizan progresivamente porque trabajan sobre las capacidades intelectuales de las personas con edad avanzada, y por lo tanto trabajan sobre la satisfacción personal de los mayores. (Nouchi et al., 2012).

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán del programa.
- Posteriormente se presentarán, brindando sus nombres, edad y a que se dedican.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Normas de convivencia durante las sesiones y consentimiento informado:

- Se brindarán las normas de convivencia con las cuales se regirá esta y las futuras sesiones a realizarse durante la aplicación del programa.
- Las normas podrán variar de acuerdo al contexto en la cual se aplique el programa, sin embargo, las principales y que no deben de faltar serán las siguientes
 - ✓ Respeto entre los participantes y facilitadores
 - ✓ Puntualidad
 - ✓ Escucha activa
 - ✓ Empatía
 - ✓ Responsabilidad en la realización del programa
 - ✓ Comunicación asertiva
- Seguidamente se les facilitará el consentimiento informado a cada uno de los participantes con la finalidad de que lo lean y lo firmen.

Presentación de la sesión:

- Al ser la primera sesión se explicará de manera breve cual es el objetivo general del programa y en que consiste, posteriormente se dará la explicación específica de la sesión a realizar, así como el objetivo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Nos conocemos y aprendemos” (Ver Anexo 1)

Objetivo: Presentación de los participantes del programa, así como romper el hielo y permitir el involucramiento de los adultos mayores al objetivo del programa.

- Para la presentación de los adultos mayores, el facilitador(es) brindarán un lápiz y una hoja para rellenar en la cual los adultos mayores podrán colocar sus datos, luego se mencionarán las indicaciones:
- En la hoja brindada deberán de responder de acuerdo a las preguntas que se mencionan, como por ejemplo ¿Cuál es tu nombre?, ¿Cuántos años tienes?, ¿Dónde vive?, ¿Cuántos hijos tiene?
- Posteriormente cada uno de los participantes deberá de decir cuál es su nombre y se le entregará su Fotocheck el cual usará en cada una de las sesiones que se realizarán.

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“Es en el cerebro donde todo tiene lugar, cuídalo y ejercítalo” (Oscar Wilde)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la neuropsicología y la estimulación cognitiva.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con las variables del programa a realizar:
 - ✓ ¿Han escuchado sobre la neuropsicología?
 - ✓ ¿Saben que es la estimulación cognitiva?
 - ✓ ¿Practican alguna actividad sobre estimulación cognitiva? ¿Podría mencionarlos?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la estimulación cognitiva en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes:

- El facilitador(es) entregarán un tríptico que resuma la definición sobre neuropsicología y la estimulación cognitiva en el adulto mayor, por lo cual se les dará unos minutos para que lo lean. **(Ver Anexo 2)**

- Seguido de eso se les proyectará un video a los participantes sobre la estimulación cognitiva en el adulto mayor y al finalizar el video el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación. **(Ver Anexo 3)**

Presentación del tema “La neuropsicología y la estimulación cognitiva en el adulto mayor”:

- El facilitador(es) hará uso de PPT y las proyectará para explicar el tema a tratar, “La neuropsicología y la estimulación cognitiva en el adulto mayor” **(Ver Anexo 4)**
- Terminada la explicación del tema se realizará la retroalimentación de lo expuesto y se aclararan dudas que se tengan al respecto.

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué aprendimos el día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué es importante la estimulación cognitiva en el adulto mayor?
 - ✓ ¿Qué actividades de estimulación cognitiva podemos realizar?
 - ✓ ¿Fue de su importancia el tema de hoy?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final y despedida:

- Se les dejará como actividad final crear una lista de ejercicios para estimular las funciones cognitivas en el adulto mayor, la cual será revisada en la próxima sesión. **(Ver Anexo 5)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1

YO SOY.....

Ψ

CAM CHICLAYO



MI NOMBRE ES:

MI EDAD ES:

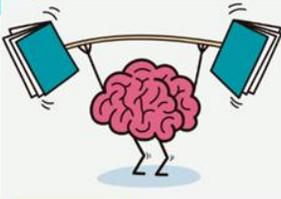
MI DIRECCIÓN ES:

Anexo 2



Ψ

LA NEUROPSICOLOGÍA Y LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA



¿QUÉ ES NEUROPSICOLOGÍA?

Es una rama de la Neurociencia que estudia las relaciones entre el cerebro y la conducta tanto en sujetos sanos como en los que han sufrido algún tipo de daño cerebral. Su objeto de estudio es el conocimiento de las bases neurales de los procesos mentales complejos.

¿QUÉ ES LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA?

La estimulación cognitiva es un conjunto de ejercicios y de actividades destinadas a mejorar y/o mantener las capacidades mentales de una persona a lo largo del tiempo.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA EN LOS ADULTOS MAYORES?

Lo que busca es mantener las habilidades intelectuales (atención, memoria, praxias, funciones ejecutivas, cálculo) conservadas el máximo tiempo posible con la finalidad de preservar su autonomía.



Anexo 3

LINK DEL VIDEO

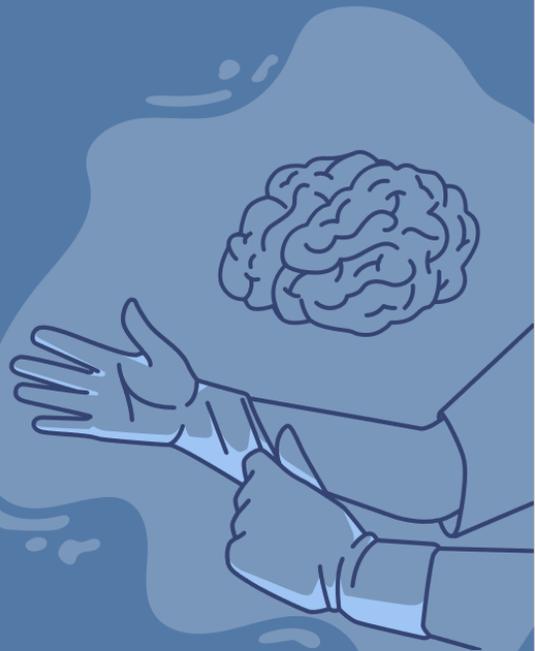
<https://www.youtube.com/watch?v=GxanpbmBtl>

Anexo 4

“¿POR QUÉ ES
IMPORTANTE LA
ESTIMULACIÓN COGNITIVA
EN EL ADULTO MAYOR?”

Internos:

- Rengifo Asenjo , Abigail
- Rios Silva, Brygham



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
2	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Evaluar través de un pre test el estado actual de las funciones cognitivas en el adulto mayor.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Nos ponemos cómodos”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Instrumento de evaluación • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación de las funciones cognitivas en el adulto mayor a través del Pre Test:</i> 	20 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final y despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 2

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Medimos nuestro nivel cognitivo”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Evaluar través de un pre test el estado actual de las funciones cognitivas en el adulto mayor.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Instrumento de evaluación✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas.
DURACIÓN DE LA SESIÓN	30 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La evaluación neuropsicológica planea distinguir alteraciones dentro de las capacidades cognitivas y luego proponer una intervención según lo indicado por los resultados obtenidos. Este proceso incorpora la investigación y el diagnóstico de las características neuropsicológicas, que luego, permitirá planificar un perfil de las capacidades aun preservadas y alteradas, lo que hace posible observar el avance y el logro del programa a través de pruebas previas y posteriores. (Lepe, et al., 2017).

Según la Asociación Americana de Psicología (APA), la evaluación neuropsicológica es definido como un proceso que hace uso de un pre test en un primer momento u otros instrumentos estandarizados que permite valorar un conjunto de áreas relacionadas a las funciones cognitivas.

A través de la aplicación del pre test se podrá definir el perfil clínico de la población con la cual se trabajará, además de poder establecerse la realización de un programa de estimulación cognitiva conociendo las limitaciones o habilidades preservadas en el adulto mayor.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número dos, denominada “Medimos nuestro nivel cognitivo”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 2.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en crear una lista de ejercicios para estimular las funciones cognitivas en el adulto mayor.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Qué actividades de estimulación cognitiva realizan en casa?
 - ✓ ¿Cómo se sintieron realizando la tarea?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 2.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Nos ponemos cómodos” (Ver Anexo 1)

Objetivo: Permitir la regulación emocional, así como estar lo más relajados y cómodos posibles para posteriormente realizar la evaluación de las funciones cognitivas del adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica con un ejercicio de respiración, que para su ejecución brindarán las siguientes instrucciones a los participantes:
 - ✓ Siéntese de la manera más cómoda posible para usted.
 - ✓ Coloque ambas manos en su abdomen.

- ✓ Dígales a los participantes que respiren por la nariz de manera profunda y lenta.
- ✓ El participante debe de sentir como se eleva su abdomen cada vez que inhala.
- ✓ Posteriormente los participantes deberán de exhalar de manera lenta por la boca (como si estuviera soplando una vela).
- ✓ Se deberá de repetir la respiración 5 veces.

NOTA: Este ejercicio se realizará con ayuda de una música de fondo, la cual deberá de ser suave y relajante. **(Ver Anexo 2)**

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La evaluación es el primer paso para poder dar alternativas de solución a nuestro problema” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación de las funciones cognitivas en el adulto mayor a través del Pre Test:

- La evaluación podrá ser realizado de manera grupal o individual, de acuerdo a consideración de los facilitadores.
- El facilitador(es) entregarán o enviaran de manera virtual (según sea el caso) la evaluación del pre test, y se les leerá las instrucciones para que los participantes puedan realizarla.
- Se les dirá a los evaluados que respondan de la manera más honesta, personal y consciente posible.
- El facilitador(es) deberán de responder las dudas que pueda tener la persona evaluada, evitando ejemplos evidentes para inducir posibles respuestas.
- Los adultos mayores contarán con 10 a 15 minutos aproximadamente para responder la evaluación del pre test.

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la evaluación el día de hoy?
 - ✓ ¿Les fue sencillo realizar la evaluación? ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final y despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 3)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

LINK DEL VIDEO

<https://www.youtube.com/watch?v=GxanpbinBtI>

Anexo 3



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
3	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Potenciar la Orientación temporal del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es):</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión:</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Qué día es hoy”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre orientación temporal.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> <i>Ejercicio 1: “Disculpe ¿Qué hora es?”</i> <i>Ejercicio 2: “Ponemos en orden nuestra rutina”</i> • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “Creamos nuestro horario”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 3

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Nos orientamos en el tiempo”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Potenciar la Orientación Temporal del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La orientación temporal es la capacidad que le permitirá al adulto mayor manejar información de diferentes acontecimientos o situaciones y situarlos en el tiempo cronológicamente. Cuando hablamos de orientación temporal, se hace referencia a información como el día, hora, mes, año, estaciones del año o alguna festividad. (Vílchez, 2018).

Esta función cognitiva se hace imprescindible en la vida del adulto mayor ya que le permite situarse de manera correcta en distintos momentos de su vida cotidiana, pudiendo discernir en conceptos tan básicos como el desayunar por las mañanas, dormir por las noches, planificar las actividades futuras, además de realizar dichas actividades según su momento adecuado.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número tres, denominada “Nos orientamos en el tiempo”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 3.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes imágenes **(Ver Anexo 1)** de personas viendo su reloj o analizando el clima y se les hará la siguiente pregunta:
 - ✓ **¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?**
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Qué día es hoy”

Objetivo: Permitir la orientación temporal del adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica brindando a cada uno de los participantes una lámina en la cual ellos deberán de llenar algunos datos relacionados a su orientación temporal, como, por ejemplo: **(Ver Anexo 2)**
 - ✓ Día de la semana
 - ✓ Número del día
 - ✓ Mes
 - ✓ Año
 - ✓ Estación

- Asimismo, deberán de completar sus datos personales, como: **(Ver Anexo 3)**
 - ✓ Cuál es su nombre
 - ✓ Cuantos años tiene
 - ✓ Donde nació.
- Posteriormente se les pedirá voluntariamente a los adultos mayores que participen de la actividad exponiendo sus respuestas.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“El tiempo es solo el espacio que hay entre nuestros recuerdos” (Henry Frederic)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la orientación temporal.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la orientación temporal?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos nos orientamos en el tiempo?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la orientación temporal en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre orientación temporal:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre orientación temporal en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 4)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 5)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Qué es la orientación temporal?
 - ✓ ¿Qué nos permite realizar la orientación temporal?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Disculpe ¿Qué hora es?” (Ver Anexo 6)

- *El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:*
 - ✓ *En la hoja del ejercicio podemos observar dos columnas con relojes, al lado izquierdo hay relojes mostrando la hora, al lado derecho hay relojes en blanco y en medio hay una cantidad de minutos.*
Lo que tenemos que hacer es dibujar en el reloj del lado derecho la hora correcta luego de sumar los minutos con el tiempo del reloj del lado izquierdo.
- *Terminada la explicación del ejercicio se darán 15 minutos para que los adultos mayores lo realicen.*
- *Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.*

Ejercicio 2: “Ponemos en orden nuestra rutina (Ver Anexo 7)

- *El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:*
 - ✓ *En la hoja del ejercicio podemos observar 8 figuras, en las cuales muestra a una persona despertando, a una persona duchándose, a una persona desayunando, a una persona yendo a dormir, a una persona almorzando, a una persona cenando, a una persona viendo TV y una persona lavándose los dientes.*
Debajo de cada figura podemos observar un cuadro, en el cual nosotros tenemos que colocar un número, del 1 al 8, según el orden que nosotros realizamos nuestras actividades durante el día.
- *Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.*
- *Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.*

Retroalimentación de actividades de la sesión

- *Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:*
 - ✓ *¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?*
 - ✓ *¿Tuvieron alguna dificultad?*
- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la orientación temporal en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la orientación temporal en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos cambiar alguna cosa de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

“Creamos nuestro horario” (Ver Anexo 8)

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión, el realizar un horario de su rutina en un día de la semana.
- El horario deberá de ser realizado en una hoja dada por el facilitador(es), la cual será revisada la siguiente sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 9)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

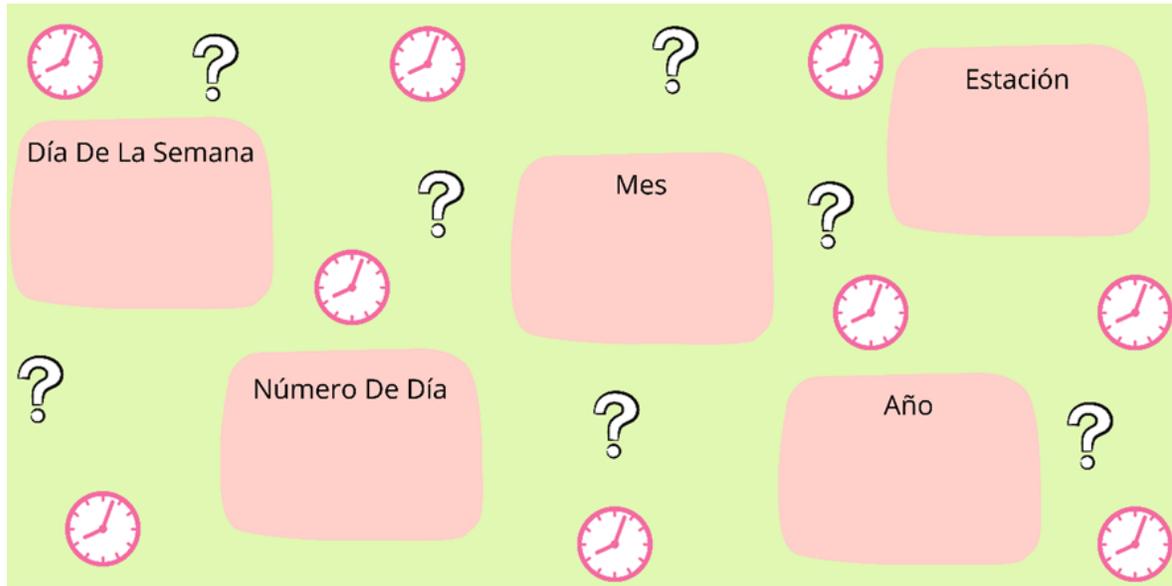
IV. ANEXOS

Anexo 1

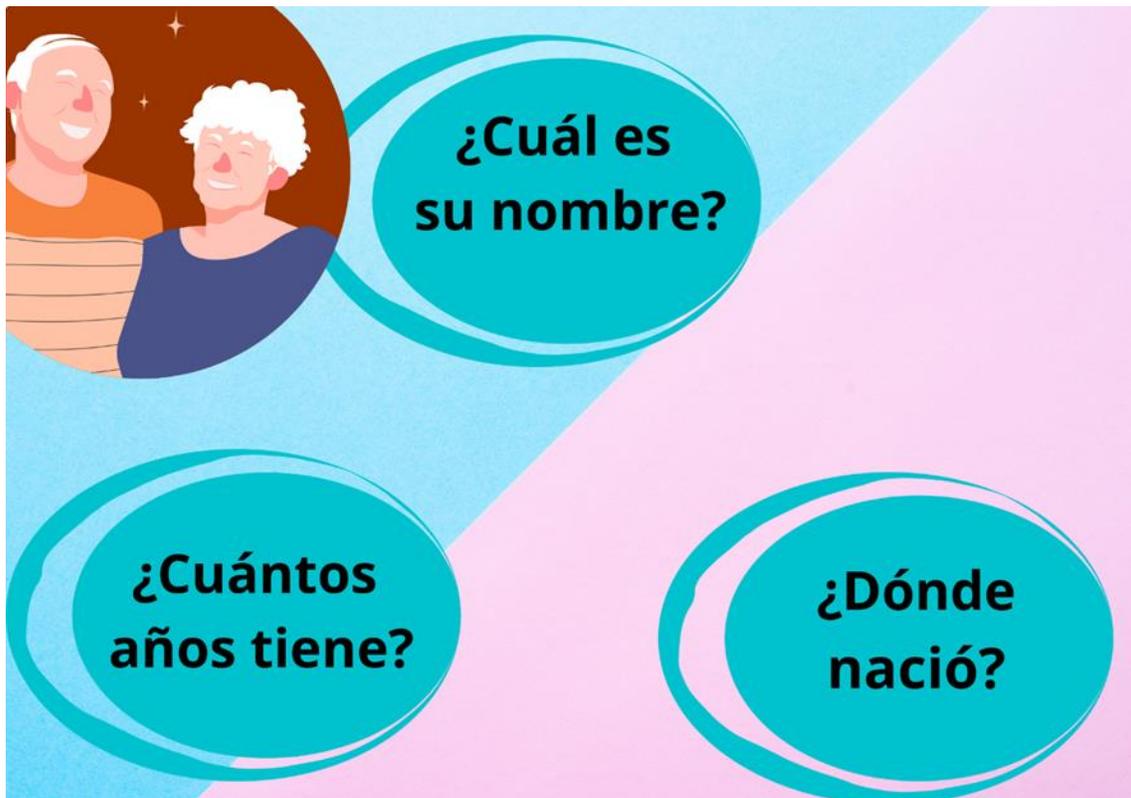
**¿SOBRE QUÉ CREEN
QUE HABLAREMOS
HOY?**



Anexo 2



Anexo 3



Anexo 4

LA ORIENTACIÓN TEMPORAL

Es la capacidad que le permitirá al adulto mayor manejar información de diferentes situaciones como el día, hora, mes, año, estaciones del año o alguna festividad.

The image contains three icons at the bottom: a red and white calendar, a red alarm clock, and a circular globe divided into four quadrants representing different seasons (winter, spring, summer, autumn).

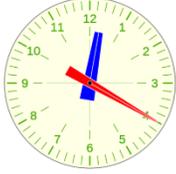
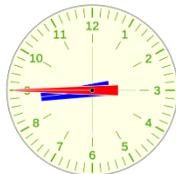
Anexo 5

“Nos orientamos en el tiempo”

The illustration shows a stylized brain above two elderly people, a man and a woman, representing the cognitive and social aspects of time orientation.

Objetivo:
Potenciar la Orientación Temporal del adulto mayor.

Anexo 6

	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>

Anexo 7

			
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
			
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Anexo 8

MI HORARIO DE LO QUE HAGO EN UN DÍA

Anexo 9



**¡NOSOTROS NOS HEMOS
COMPROMETIDO A REFORZAR
NUESTRA ORIENTACIÓN TEMPORAL
AHORA FALTAS TÚ!**

**¡NO FALTES A LA PRÓXIMA SESIÓN!
TE ESPERAMOS**

SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
4	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Potenciar la orientación temporal del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Nuestras actividades cotidianas”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre orientación espacial.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “<i>Encontremos las flechas</i>” Ejercicio 2: “<i>Colocamos la otra mitad</i>” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “El camino de la abejita”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Conectamos con nuestro entorno”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Potenciar la Orientación Espacial del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La orientación espacial es la función cognitiva que involucra establecer diferentes posiciones en el espacio y operar con ellas; incluye la propia posición y sus movimientos, además, las posiciones de otras personas o de objetos, representadas en mapas y coordenadas. Clements (2017) identifica cuatro niveles de competencia que conforman el desarrollo de la orientación espacial: la ubicación espacial y la trayectoria intuitiva; la organización espacial; los modelos y mapas; y las coordenadas y la estructuración espacial.

La orientación espacial se asocia con el conocimiento del lugar donde nos encontramos y cómo nos podemos desplazar alrededor del mundo; lo que significa comprender las relaciones entre las diferentes posiciones en el espacio, al comienzo con respecto a nuestra propia posición y nuestros movimientos alrededor de ella. (Clements y Sarama, 2016)

La estimulación de la orientación espacial hace uso de puntos de referencia de las personas adultas mayores, con los cuales puede ubicarse, ubicar objetos o lugares.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número cuatro, denominada “Conectamos con nuestro entorno”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 4.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en realizar un horario de la rutina del adulto mayor en un día de la semana.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Qué actividades realizan durante su día?
 - ✓ ¿Cómo se sintieron realizando la tarea?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 4.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes imágenes de una brújula, un rompecabezas y una persona señalando a varios lados (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Nuestras actividades cotidianas” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Permitir la orientación espacial del adulto mayor, a través del reconocimiento del lugar donde realizan sus actividades.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica explicando las instrucciones de la misma:
 - ✓ Teniendo en cuenta el horario que realizamos la sesión anterior, debemos de identificar los cuartos en donde ocurren las actividades que hacemos en nuestro día a día. Por ejemplo: “Yo me lavo los dientes en el baño”, “Yo como mi desayuno en la mesa de mi comedor” y así sucesivamente.
- Posteriormente se les pedirá voluntariamente a los adultos mayores que participen de la actividad exponiendo sus respuestas.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La orientación espacial es muy importante ya que nos permite reconocer donde nos encontramos” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la orientación espacial.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la orientación espacial?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos nos orientamos en el espacio?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la orientación espacial en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre orientación temporal:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre orientación espacial en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Qué es la orientación espacial?

- ✓ ¿Qué nos permite realizar la orientación espacial?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: "Encontremos las flechas" (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar varios recuadros, donde hay varias flechas y debajo de cada una de ellas hay indicaciones. Lo que los adultos mayores deberán de hacer es tachar aquellos recuadros que no coincidan con lo que se indica debajo de ellas.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: "Colocamos la otra mitad" (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar dos dibujos por la mitad, limitado por una línea punteada. Lo que el adulto mayor deberá de hacer es completar la otra mitad que falta en los dibujos
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la orientación espacial en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la orientación espacial en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar en alguna cosa durante las sesiones? ¿En qué?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

“El camino de la abejita” (Ver Anexo 7)

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión, marcar de manera adecuada el camino de un laberinto.
 - ✓ Las instrucciones son las siguientes, los adultos mayores deberán de marcar el camino correcto dentro de un laberinto para que la abejita pueda llegar a su flor.
- El laberinto deberá de ser realizado en una hoja dada por el facilitador(es), la cual será revisada la siguiente sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



SEGÚN TU HORARIO REALIZADO.....

¿EN QUÉ LUGAR REALIZAS TUS ACTIVIDADES?

ACTIVIDAD 1	→	<input type="text"/>
ACTIVIDAD 2	→	<input type="text"/>
ACTIVIDAD 3	→	<input type="text"/>
ACTIVIDAD 4	→	<input type="text"/>
ACTIVIDAD 5	→	<input type="text"/>
ACTIVIDAD 6	→	<input type="text"/>

LA ORIENTACIÓN ESPACIAL

Es aquella capacidad que les permite a las personas mayores ser conscientes de su entorno: el lugar donde están, dónde viven, a dónde van, etc.



Anexo 4

"Conectamos con nuestro entorno"



Objetivo:
Potenciar la Orientación Espacial del adulto mayor .

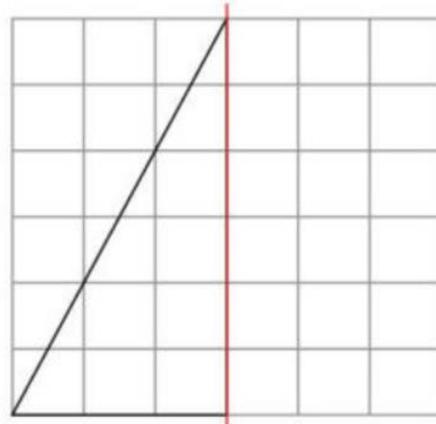
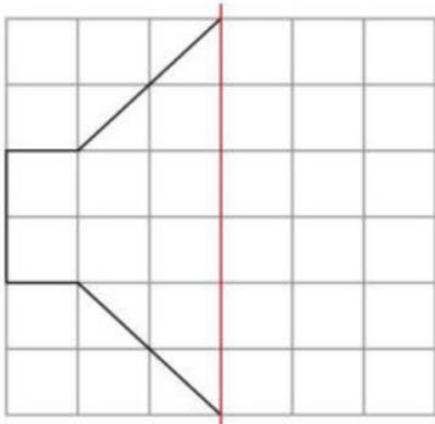
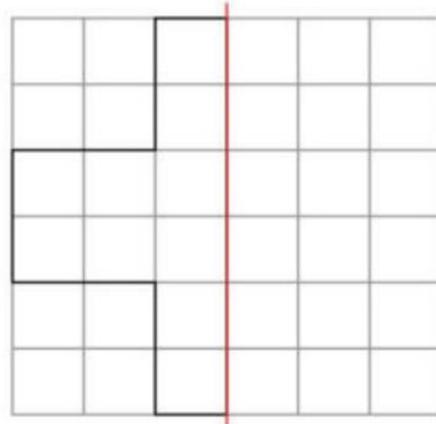
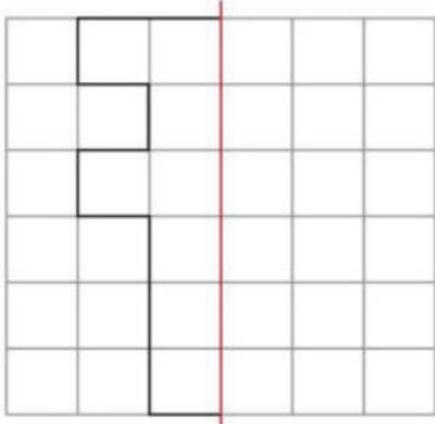
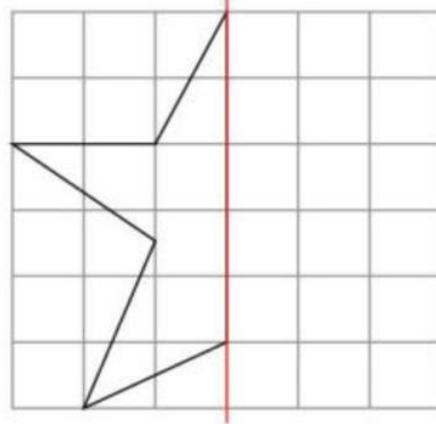
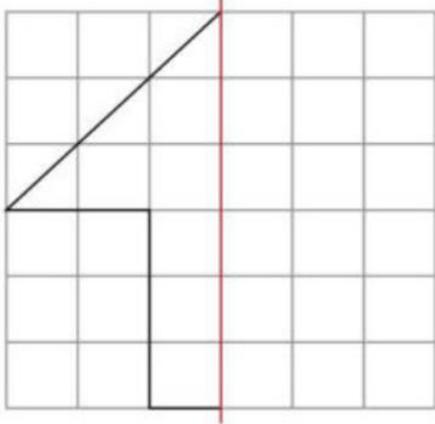
Anexo 5

 ARRIBA	 IZQUIERDA	 ARRIBA	 DERECHA	 ABAJO
 ABAJO	 IZQUIERDA	 DERECHA	 ARRIBA	 ABAJO

TACHA LAS FLECHAS QUE NO CONCIDAN CON LAS INDICACIONES

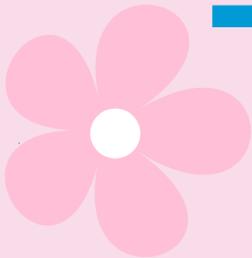
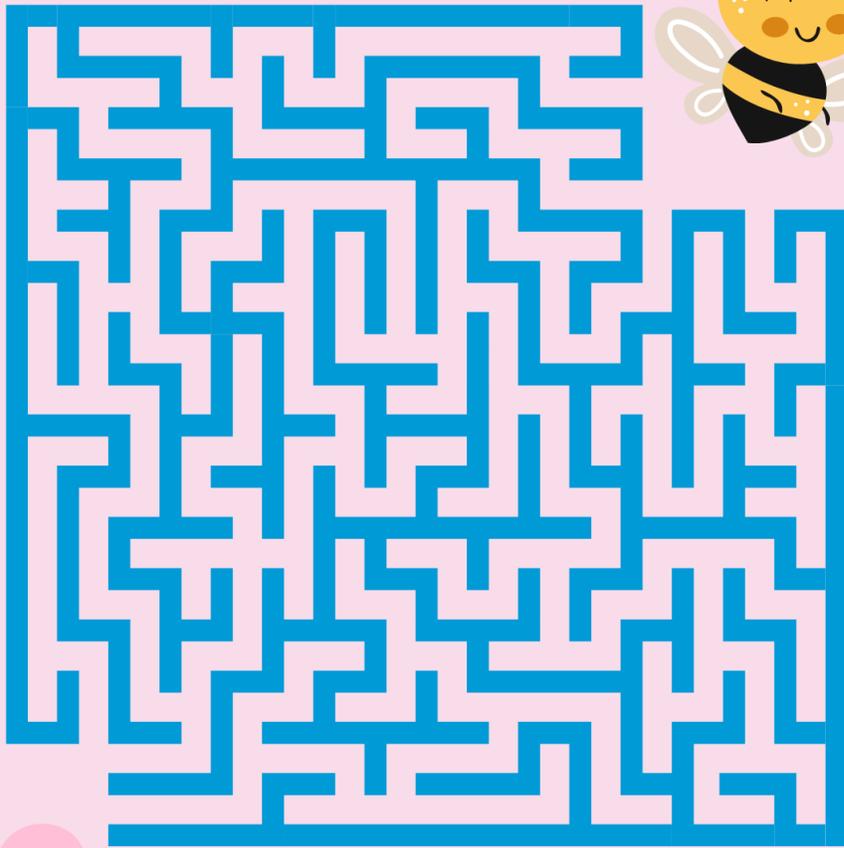
Anexo 6

COMPLETA LAS FIGURAS.....



EL CAMINO DE LA ABEJITA

Ayuda a la abejita a llegar a su flor



Anexo 8



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
5	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Fortalecer la memoria inmediata y reciente del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Recordamos y ganamos”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre memoria inmediata y reciente.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Ensalada de frutas” Ejercicio 2: “Donde dejamos los números...” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “¿Qué hay en mi casa...?”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 5

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	¿Dónde lo habré dejado ...?
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Fortalecer la memoria inmediata y reciente del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La memoria inmediata también es conocida como memoria de trabajo, para Vilchez (2018), es la capacidad de realizar tareas que implican a la vez el almacenamiento y manipulación de información, permitiendo retener la información unos cuantos segundos para poder manipularla, ya sea para procesarla racionalmente, hacer cálculos mentales o continuar una conversación.

Es importante recordar que la memoria inmediata no funciona como un tipo de almacenamiento pasivo, sino que permite el trabajo a través del razonamiento, comprensión o resolución de problemas.

Por otro lado, la memoria reciente es definida por Vilchez (2018) como aquella cuya duración oscila entre unos minutos y varias semanas, y su capacidad de almacenamiento es mayor que la de la memoria inmediata.

Estos tipos de memoria necesitan ser estimulados, ya que con el pasar de los años su funcionamiento adecuado disminuye y se pueden generar problemas neurodegenerativos.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número cinco, denominada “¿Dónde lo habré dejado ...?”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 5.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en marcar el camino correcto dentro de un laberinto para que la abejita pueda llegar a su flor.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Se les dificultó encontrar el camino dentro del laberinto?
 - ✓ ¿Cómo se sintieron realizando la tarea?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 5.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes imágenes de personas pensando, un cerebro y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Recordamos y ganamos” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular la memoria inmediata y de retención en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica formando 2 grupos de adultos mayores, los cuales tendrán un número homogéneo de participantes.
- Seguido de la formación de los grupos se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ Proyectaremos por 30 segundos dos láminas, una para cada grupo, que contengan 10 animales y cosas distintas, las cuales deberán de ser memorizadas.
 - ✓ Pasado los 30 segundos se dejará de proyectar.
 - ✓ Los integrantes del grupo deberán de recordar y mencionar las figuras o animales que se hayan proyectado.
 - ✓ El grupo que haya recordado más figuras dentro de un plazo de 30 segundos será la ganadora.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La memoria es la cartera de la vejez. Es necesario llenarla” (Apolonio)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la memoria inmediata o de retención.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la memoria inmediata?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la memoria inmediata?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la memoria inmediata en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre orientación temporal:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre memoria inmediata y reciente en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la memoria inmediata o reciente?
 - ✓ ¿Para qué es importante la memoria inmediata o reciente en la vida?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Ensalada de frutas” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar dos filas las cuales están separadas por una línea punteada.
En la parte superior hay 6 frutas con su pareja, y en la parte inferior hay un grupo de frutas separadas.
Lo que los participantes deberán de hacer es memorizar la mayor cantidad de parejas de frutas posibles, luego doblarán la hoja según los puntos que hay.
A continuación, se deberá de unir los dos dibujos que estén emparejado.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Donde dejamos los números...” (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) proyectarán una lámina con 15 números distintos y de diferentes tamaños, posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se está proyectando podemos observar 15 números diferentes, los cuales deberán de ser memorizados.
Los participantes tendrán 40 segundos para que memoricen los números.
Seguido de eso, los adultos mayores recibirán una hoja en blanco, donde colocarán todos los números que recuerden.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán diciendo un número que recuerden a la vez

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguimiento de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la memoria inmediata en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• CIERRE

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué creen que sea importante estimular la memoria inmediata en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos cambiar alguna cosa de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“¿Qué hay en mi casa...?” **(Ver Anexo 7)**

El adulto mayor deberá de sentarse en un cuarto de su casa, estar lo más cómoda posible y sin interrupciones.

Luego deberán de ver por 40 segundos a su alrededor y tratar de memorizar la mayor cantidad de cosas posibles.

Posteriormente, irán a otro cuarto y en una hoja deberán de anotar todas las cosas que recuerden del cuarto anterior.

- La lista de cosas que recuerde el participante deberá de ser realizado en una hoja dada por el facilitador(es), la cual será revisada la siguiente sesión.

Despedida:

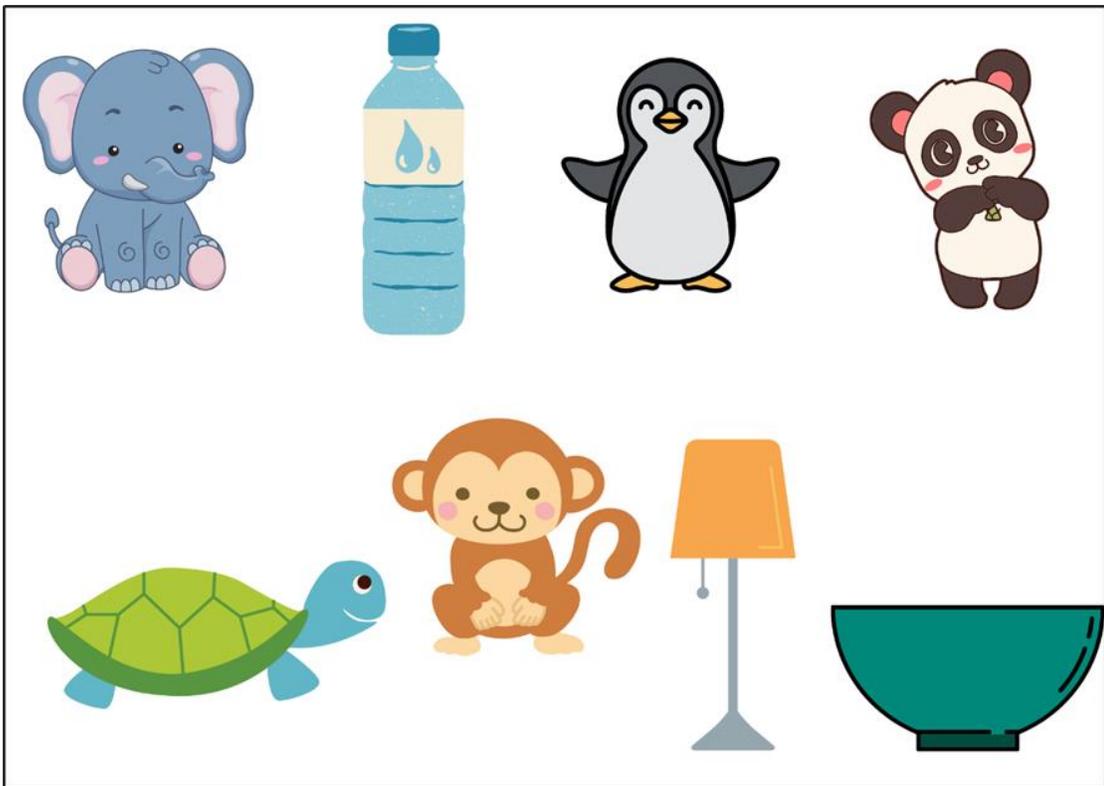
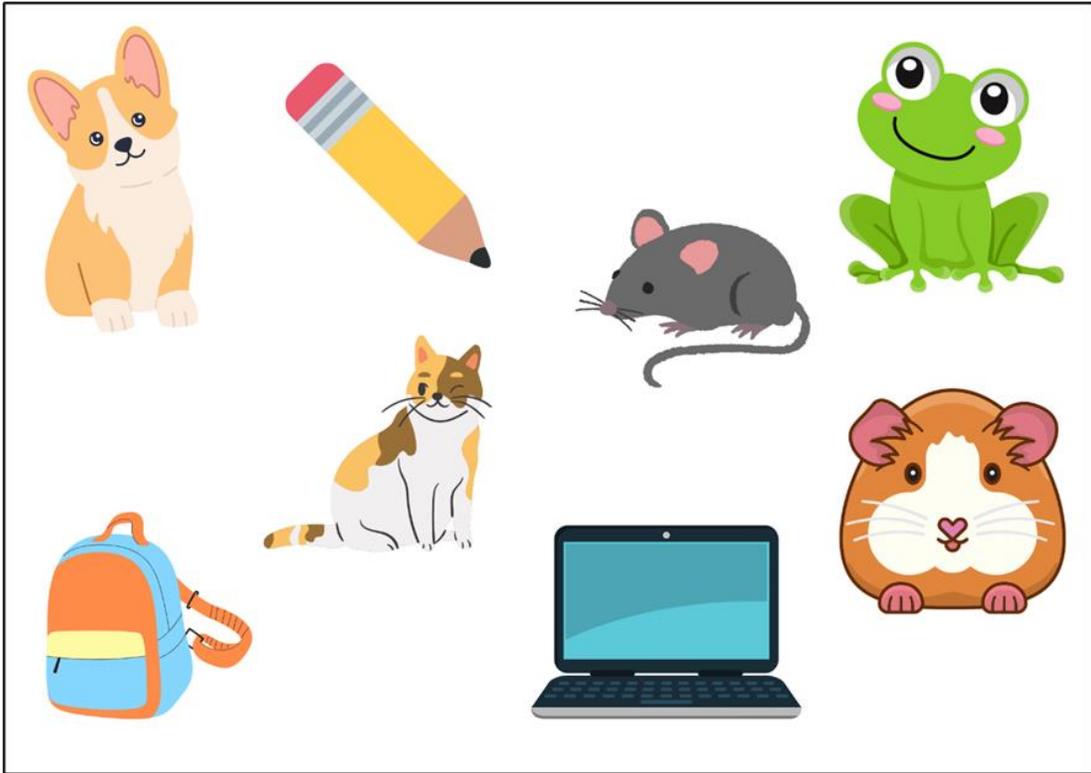
- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

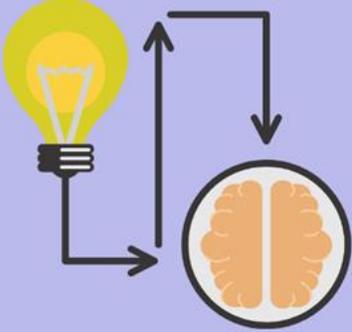
Anexo 1



Anexo 2



Anexo 3



LA MEMORIA INMEDIATA

También es conocida como memoria de trabajo, permite retener la información unos cuantos segundos para poder manipularla.

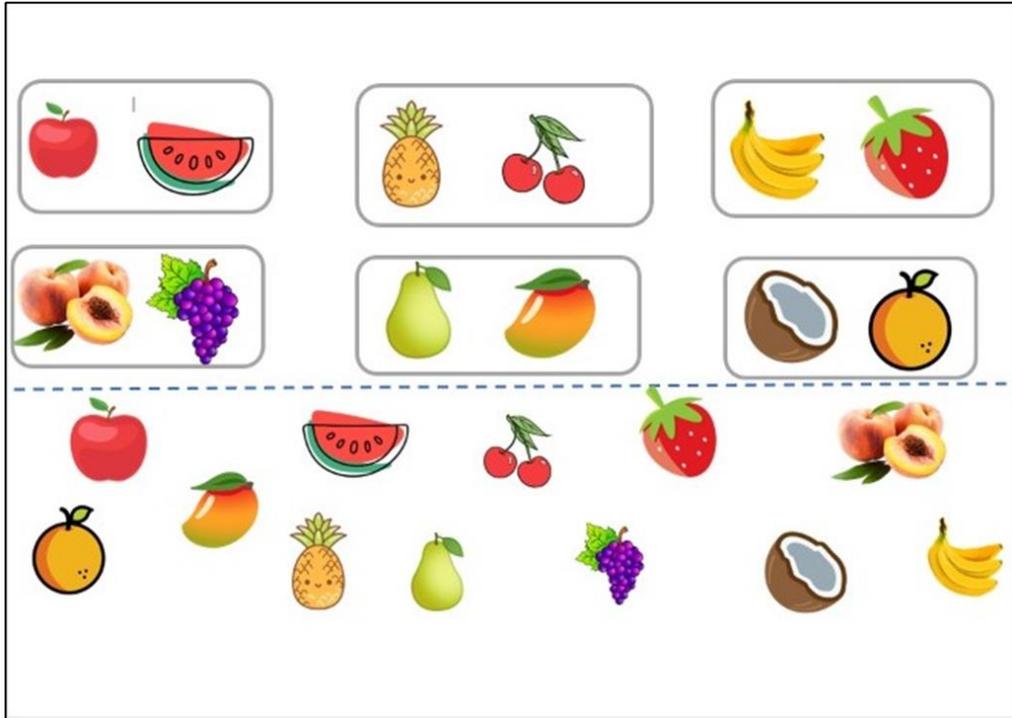
Anexo 4

“¿Dónde lo habré dejado ...?”

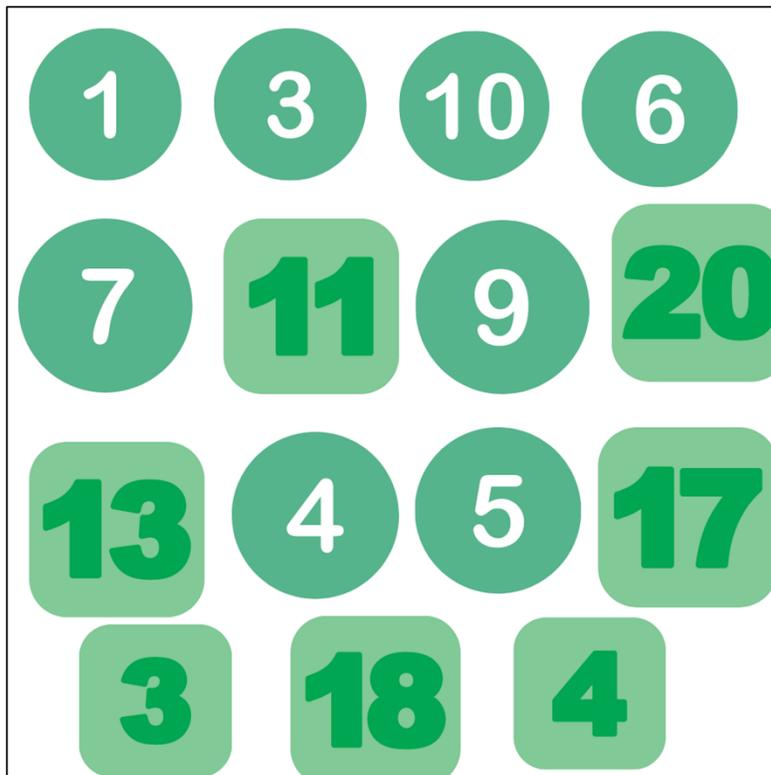


Objetivo:
Fortalecer la memoria inmediata y reciente del adulto mayor

Anexo 5



Anexo 6



Anexo 8



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
6	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Fortalecer la memoria de retención del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Yo te conozco...”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre memoria de retención.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Encadenando palabras” Ejercicio 2: “Tengo una duda...” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “Mi diario y mi más lindo recuerdo”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 6

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“El baúl de los recuerdos”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Fortalecer la memoria de retención del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La memoria de retención se puede observar cuando recordamos aprendizajes, significados o algún dato de nuestra vida que sea relevante.

Para Areiza (2015), la memoria de retención tiene la capacidad de codificar y retener la información durante un período de tiempo más extenso que los anteriores tipos de memoria, pudiendo retenerse en una temporalidad de segundos hasta de años.

Estimular este tipo de memoria supone activar los conocimientos previos mediante preguntas, planteamiento de contextos reales, de la vida cotidiana o familiares. Y no sólo se deberá de activar estos conocimientos, si no también asegurarse que realmente los tienen. Esto permitirá que el adulto mayor pueda crear conexiones neuronales que le permitan reforzar su memoria y capacidad de evocación.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número seis, denominada “El baúl de los recuerdos”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 6.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en realizar una lista de cosas que haya en nuestro cuarto.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Se les dificultó poder recordar la mayoría de cosas de su cuarto?
 - ✓ ¿Cómo se sintieron realizando la tarea?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 6.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de fotos en blanco y negro, imágenes del recuerdo, adulto mayor pensando y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Yo te conozco...” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular la memoria de retención en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica proyectando o mostrando, según sea la circunstancia del programa, fotografías de cantantes de la época de los 60's, 70's, y 80's, los cuales tengan que ver con la cultura y el contexto de los participantes, como, por ejemplo:
 - ✓ José José
 - ✓ Camilo Sesto
 - ✓ Julio Iglesias
 - ✓ Roció Dúrcal
 - ✓ Leonardo Favio
 - ✓ Nino Bravo
 - ✓ Roberto Carlos
 - ✓ Raphael
 - ✓ Sandro
 - ✓ Paloma San Basilio
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ Proyectaremos las imágenes de los cantantes y cada vez que se proyecten o muestren los participantes deberán de cantar una canción que corresponda al cantante.
 - ✓ Los adultos mayores que deseen participar deberán de levantar su mano y luego que el facilitador se lo indique, empezará a cantar.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La memoria disminuye si no se ejercita” (Cicerón)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la memoria de retención.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la memoria de retención?

- ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la memoria de retención?
- ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la memoria de retención en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre memoria de retención:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre memoria de retención en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la memoria de retención?
 - ✓ ¿En qué se diferencia la memoria inmediata con la memoria de retención?
 - ✓ ¿Cuál es la importancia de la memoria de retención?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Encadenando palabras”

- Esta dinámica deberá de ser realizada con un mínimo de 5 a 6 personas.
- El facilitador (es), brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ El facilitador de la actividad deberá de delimitar el tema de la palabra, ya sean animales, cosas, países, etc.
 - ✓ Luego de delimitar el tema de las palabras, el primer participante deberá de decir una palabra y el siguiente participante deberá de decir otra palabra, pero mencionando antes las palabras que ya se habían dicho, por ejemplo:

Tema: Animales

Participante 1: Perro

Participante 2: Perro, Caballo

Participante 3: Perro Caballo, Vaca ...

- Terminada la explicación del ejercicio se llamará al frente de manera voluntaria a las personas que quisieran participar, luego se realizará la actividad.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Tengo una duda...” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) brindarán una lámina con algunas preguntas a los participantes, posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:

- ✓ *En la lámina que se les ha dado, hay 5 preguntas que son muy personales, así que no vale copiarse o preguntar a los demás participantes.*
- ✓ *Las preguntas que deberán de responder son:*

¿En dónde naciste?

¿Cuál es tu número de celular?

¿Qué almorcé el día de ayer?

¿De qué color es la fachada de mi casa?

¿Cómo se llama la calle donde vivo?

- *Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.*
- *Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.*
- *Los adultos mayores participarán de manera voluntaria dando sus respuestas.*

Retroalimentación de actividades de la sesión

- *Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:*
 - ✓ *¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?*
 - ✓ *¿Tuvieron alguna dificultad?*
- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la memoria de retención en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

• CIERRE

Retroalimentación final y autorreflexión:

- *El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:*
 - ✓ *¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?*
 - ✓ *¿Por qué crean que sea importante estimular la memoria de retención en las personas adultas mayores?*
 - ✓ *Nos podrían dar algunas recomendaciones para mejorar nuestra sesión.*
- *Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.*

Actividad final:

- *Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Mi diario y mi más lindo recuerdo” (Ver Anexo 6)*

El adulto mayor deberá de recordar la anécdota o historia que más felicidad le traiga o el recuerdo que más le guste.

Posteriormente se escribirá ese recuerdo y la hoja deberá de ser decorada según criterio del participante.

- El recuerdo del participante deberá de ser realizado en una hoja dada por el facilitador(es), la cual será revisada la siguiente sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 7)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2



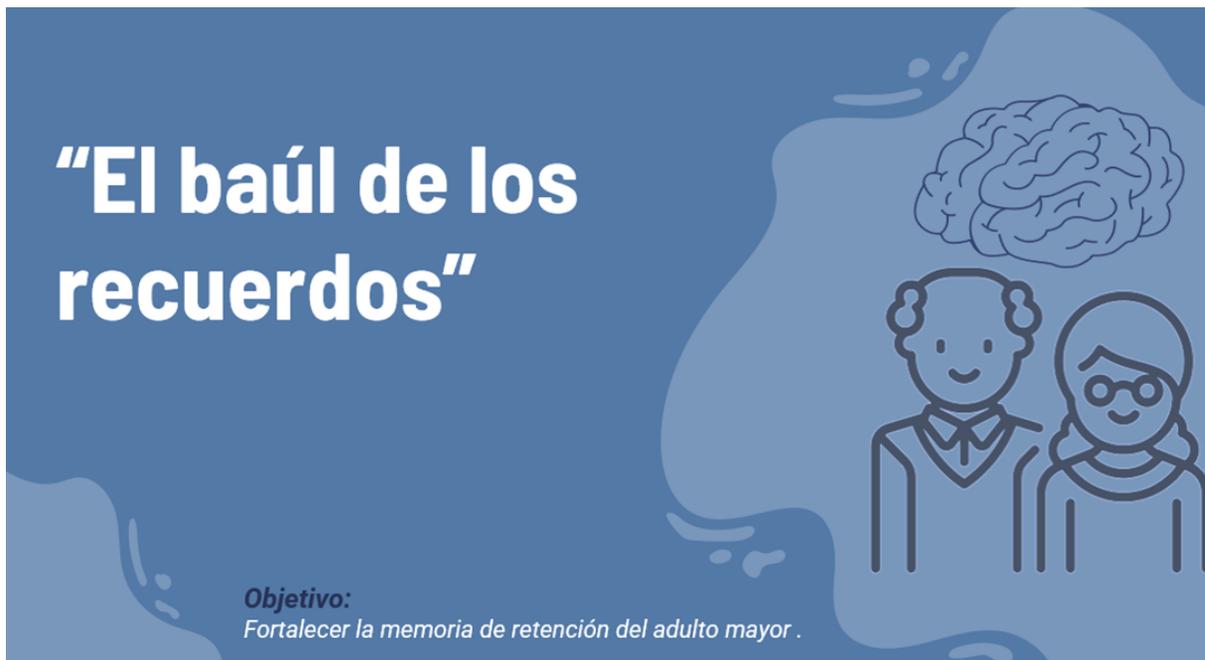
Anexo 3



LA MEMORIA DE RETENCIÓN

Tiene la capacidad de codificar y retener la información durante un período de tiempo más extenso que los anteriores tipos de memoria, pudiendo retenerse en una temporalidad de segundos hasta de años.

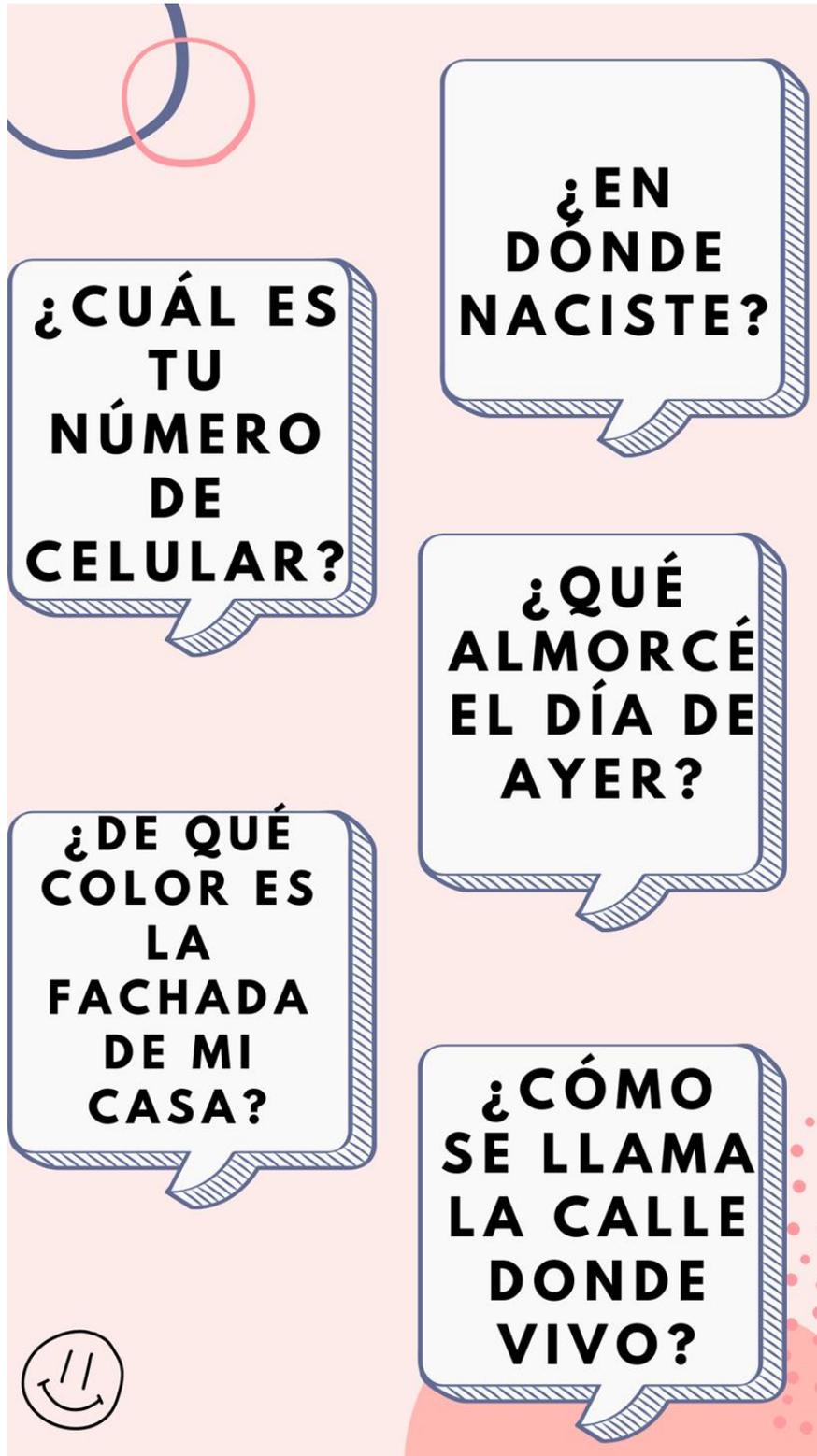
Anexo 4



“El baúl de los recuerdos”

Objetivo:
Fortalecer la memoria de retención del adulto mayor .

Anexo 5



Anexo 6

Mi diario y mi más lindo recuerdo

The page features a central writing area with 20 horizontal dotted lines. The background is decorated with various colorful illustrations: a crown at the top center, a watermelon slice on the right, a rainbow on the left, a sun on the right, a star on the left, a pagoda on the bottom left, and a rainbow on the bottom right. There are also several small, stylized shapes scattered throughout the page.

MW

Anexo 7

**¡SIGAMOS ESTIMULANDO
NUESTRA MEMORIA !**

#YO-ASISTO-A-MIS-CHARLAS



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
7	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Estimular la atención dividida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “3, 2, 1 ... Pintemos”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre atención dividida.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Sumando letras” Ejercicio 2: “¿Cuántas personas hay?” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “Comprando frutas”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 7

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Divide tu mente”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Estimular la atención dividida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

Villarraig (2018) define a la atención dividida como la capacidad que tiene el adulto mayor para realizar o responder a varias tareas o estímulos que aparecen de forma simultánea. Este tipo de atención le permite procesar información que le llega a través de diferentes canales y realizar más de una actividad al mismo tiempo.

Para Delane (2016), el adulto mayor hace uso de la atención dividida cuando hablan por teléfono y a la vez están haciendo alguna otra actividad, cuando están cocinando o limpiando mientras escuchan música o cuando prestamos atención a alguna actividad y a la vez toma apuntes, así, cualquier tarea que implique más de una actividad perceptiva, motora o cognitiva al mismo tiempo, depende directamente de la capacidad de atención dividida

Las personas adultas mayores ven afectada su capacidad de prestar atención a varios estímulos simultáneamente o realizar más de una actividad al mismo tiempo. En resumen, podemos observar que el envejecimiento empeora la ejecución en tareas de atención dividida, especialmente cuando las tareas son más complejas. Por lo que se cree imprescindible que se estimule a través de actividades lúdicas y que se relacionen con las actividades de la vida cotidiana.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número siete, denominada “Divide tu mente”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 7.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en escribir una anécdota, historia más feliz o que mejores recuerdos le traiga a la mente.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron recordando su anécdota más feliz?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de recordar?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 7.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de una persona viendo una pintura, niños escuchando a su maestra y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “3, 2, 1 ... Pintemos” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular la atención dividida en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la siguiente lámina podemos observar una serie de figuras geométricas en blanco.
 - ✓ En la pantalla proyectada podemos observar las figuras geométricas pintadas con un color diferente.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer, es pintar las figuras de la lámina con los colores que tienen las figuras que se están proyectando y que también tienen en la parte superior de la lámina.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“Poder recordar algo radica en una buena atención” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la atención dividida.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la atención dividida?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la atención dividida?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la atención dividida en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre atención dividida:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre atención dividida en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la atención dividida?
 - ✓ ¿Para qué es importante la atención dividida en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Sumando letras” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar cuatro filas con 4 letras (A, B, C y D), y debajo de cada letra hay unos recuadros vacíos.
 - ✓ Cada letra tiene un valor diferente, las cuales son:
 - A= 1
 - B= 2
 - C=0
 - D= 5
 - ✓ Luego, colocaremos ese número, según corresponda la letra, en el recuadro vacío y luego sumaremos el total por cada fila.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 15 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “¿Cuántas personas hay?” (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) proyectarán una lámina con siluetas de personas, de distinto género y vestidos diferente. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se está proyectando podemos observar un conjunto de siluetas de distinto género (varones y mujeres), la cual estará proyectada por 30 segundos, después de eso responderemos una serie de preguntas.
 - ✓ El participante que responda más preguntas acertadas se llevará un premio.
 - ✓ Las preguntas que van a responder serán dadas en una hoja por el facilitador (es).
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán respondiendo una pregunta, según el criterio del facilitador (es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la atención dividida en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la atención dividida en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos cambiar alguna cosa de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Comprando frutas” **(Ver Anexo 7)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en poder colocar el número que le corresponde a la fruta y luego hacer la suma por filas.

Los números de cada fruta se presentan en la parte superior de la lámina.

Despedida:

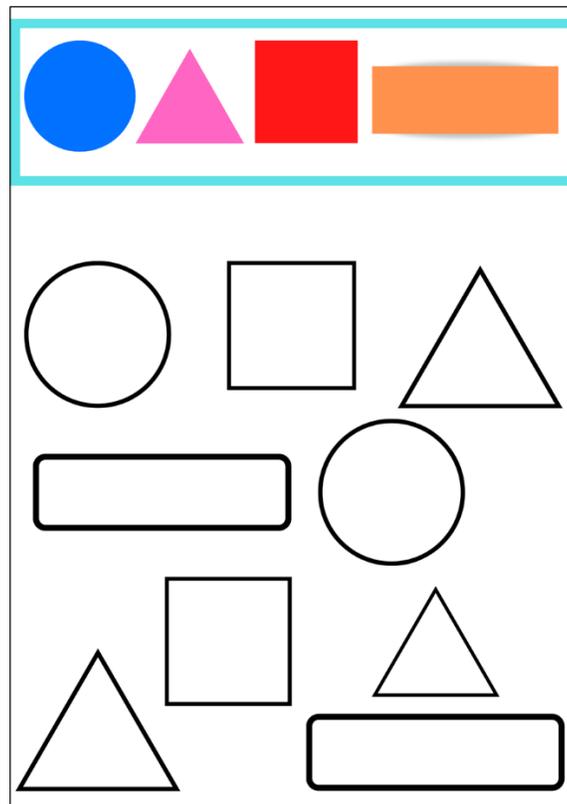
- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2



Anexo 3

LA ATENCIÓN DIVIDIDA



Es la capacidad que tiene el adulto mayor para realizar o responder a varias tareas o estímulos que aparecen de forma simultánea.



Anexo 4

“DIVIDE TU MENTE”

Objetivo:
Estimular la atención dividida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.



Anexo 5

A= 1 **B= 2** **C= 0** **D= 5**

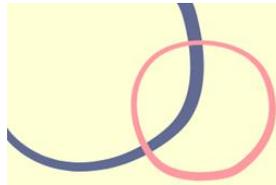
A	B	D	A	C	A	B				
	+		+		+		+		=	

B	C	C	A	D	A	B						
	+		+		+		+		=		=	

The diagram shows a sequence of operations. The first row of boxes (A, B, D, A, C, A, B) is summed together. The second row of boxes (B, C, C, A, D, A, B) is summed together. The result of the second row is then added to the result of the first row.

Anexo 6





**¿CUÁNTOS
HOMBRES
HAY?**

**¿CUANTAS
MUJERES
HAY?**

**¿CUANTÁS
PERSONAS
TIENEN EL
CABELLO
MARRÓN?**

**¿CUÁNTAS
PERSONAS
USAN
MASCARILLA
?**

**¿CUÁNTAS
PERSONAS
USAN
LENTES?**



Anexo 7

 =   =   =   = 

 +  +  +  = 

 +  +  +  = 

Anexo 8

**Nosotros
reforzamos
nuestra memoria
¡Es Tu Turno!**



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
8	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Estimular la atención sostenida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Atentos y contemos”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre atención sostenida.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Encontremos el plátano” Ejercicio 2: “Psico-letras” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “Encontramos las diferencias”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 8

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Prestamos atención y buscamos las diferencias”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Estimular la atención sostenida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La atención sostenida consiste en poder mantener la capacidad de vigilancia y concentración durante un periodo prolongado de tiempo. En otras palabras, se trata de una capacidad que tenemos los seres humanos de mantener el foco atencional en una actividad o estímulo concreto durante un periodo de tiempo determinado. Este tipo de atención nos da la posibilidad de poder centrarnos en una actividad durante el periodo de tiempo necesario para poder lograrla, sin que las distracciones nos lo impidan. (Villarraig, 2018)

Para Cruz (2016), es posible mejorar la capacidad de atención sostenida a través de la estimulación y entrenamiento, en el caso de los adultos mayores deben de estimular su atención sostenida y así evitar deterioros, a través de actividades como recordar secuencias de números o letras en sentido directo e inverso, buscar diferencias entre imágenes, ejercicios de búsqueda visual, escribir números inversos, leer y realizar un buen descanso.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número ocho, denominada “Preparamos atención y buscamos las diferencias”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 8.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en colocar el número que le corresponde a la fruta y luego hacer la suma por filas.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 8.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas viendo TV, personas haciendo ejercicios de matemática y se les hará la siguiente pregunta:
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Atentos y contemos” (Ver Anexo 1)

Objetivo: Estimular la atención sostenida en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar una serie de figuras, entre flores y animales.
 - ✓ Esta lámina está dividida en dos partes, en la parte inferior hay un grupo de figuras distintas y en la parte superior hay una figura y al costado de cada una hay un cuadro en blanco.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer, es contar los elementos que están en la parte inferior de la lámina y escribirlos en los recuadros.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“Todo en lo que hayamos puesto atención durante la juventud, se fortalecerá en la adultez mayor” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la atención sostenida.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la atención sostenida?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la atención sostenida?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la atención sostenida en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre atención sostenida:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre atención sostenida en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 2)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 3)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la atención sostenida?
 - ✓ ¿Para qué es importante la atención sostenida en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Encontremos el plátano” (Ver Anexo 4)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar un grupo de frutas, animales y cosas, entre ellas hay manzanas, sandías, plátanos, pera, llaves, mariposas, zapatos, entre otros.
 - ✓ Luego, los participantes tendrán que rodear con un círculo todos los plátanos que encuentren entre el grupo de figuras.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Psico-letras” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) brindará a los participantes una lámina, la cual contendrá un pupi-letras. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se les ha brindado deberán de encontrar 10 palabras, las cuales están relacionadas a la psicología, la atención y la estimulación cognitiva.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán, señalando el lugar donde esta cada palabra, según el criterio del facilitador (es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la atención sostenida en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la atención sostenida en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Encontramos las diferencias” **(Ver Anexo 6)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en encontrar las diferencias en las figuras.

Los participantes deberán de encontrar 10 diferencias y rodearlas con un círculo.

Despedida:

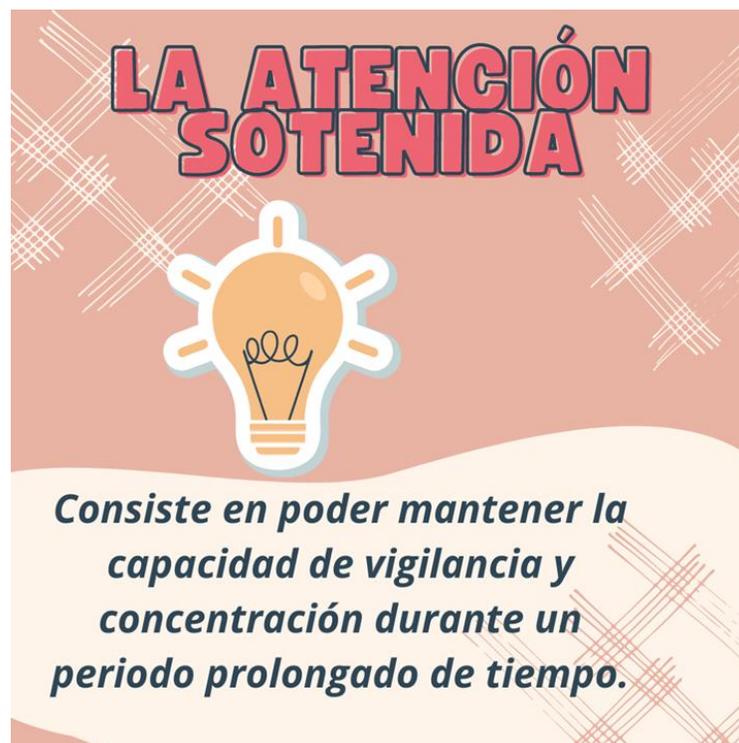
- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 7)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2



Anexo 3

“Prestamos atención y buscamos las diferencias”

Objetivo:

Estimular la atención sostenida del adulto mayor víctima de violencia psicológica.



Anexo 4



Anexo 5

"Psico-letras"

E	C	E	R	E	B	R	O	F	D
M	A	E	S	T	I	M	U	L	A
O	V	I	O	L	E	N	C	I	A
C	D	A	T	E	N	C	I	O	N
I	R	E	C	U	E	R	D	O	Z
O	Z	F	Y	U	S	G	J	A	Y
N	C	H	T	J	T	A	R	E	A
L	E	N	G	U	A	J	E	D	M
B	M	E	M	O	R	I	A	F	A

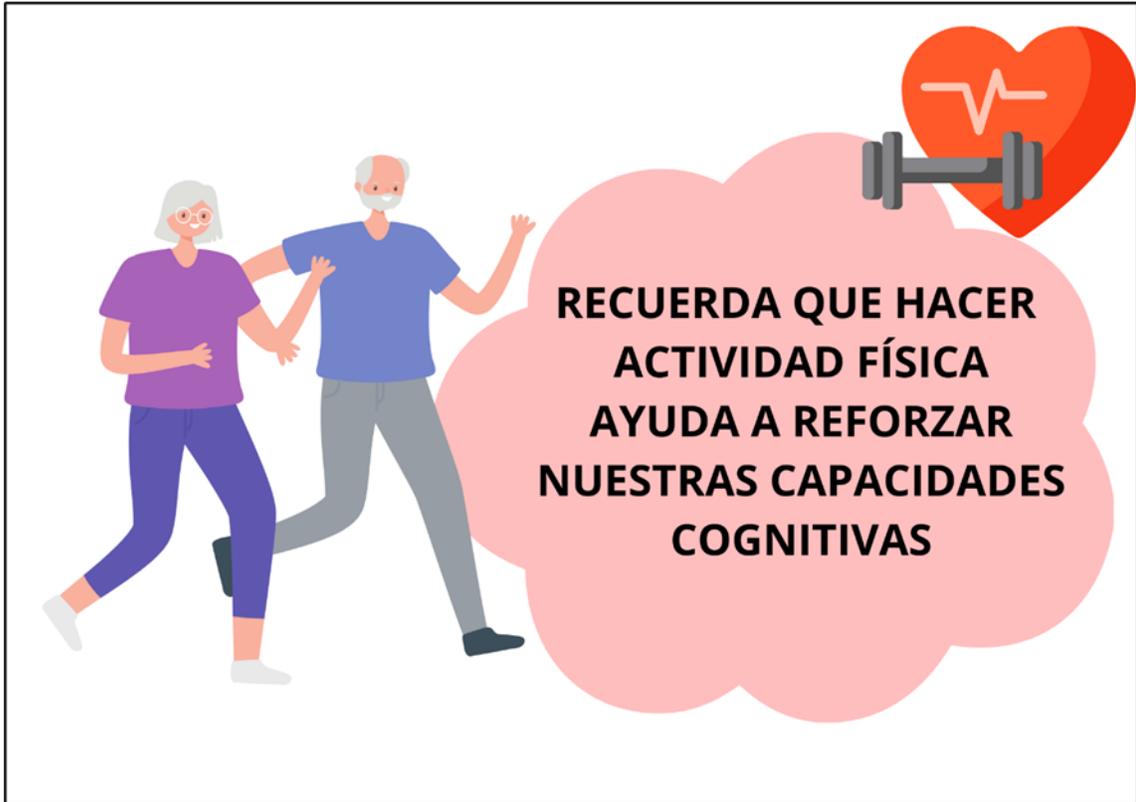
1. Cerebro
2. Memoria
3. Atención
4. Recuerdo
5. Tarea
6. Estimula
7. Emoción
8. Bienestar
9. Lenguaje
10. Violencia

Anexo 6

ENCUENTRA LAS DIFERENCIAS



Anexo 7



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
09	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Estimular la atención auditiva del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Reconocemos a los animales”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre atención auditiva.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Yo soy ...” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final: “Los sonidos en mi hogar”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 9

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Reconocemos los sonidos”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Estimular la atención auditiva del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

De acuerdo a lo mencionado por Villarroig (2018), la atención auditiva es la capacidad de concentrarse en sonidos específicos y procesarlos para extraer significado. Desempeña un papel en actividades que van desde el aprendizaje hasta la conducción segura de un automóvil. Las personas que tienen problemas con la atención auditiva, sobre todo los adultos mayores, pueden tener dificultades para completar las tareas habituales.

La atención auditiva permite a las personas adultas mayores ser selectivas sobre los ruidos que escuchan, concentrarse en un emisor en una multitud, por ejemplo, o desconectarse del desorden de fondo para enfocarse en una tarea en particular. Una variedad de procesos cognitivos está involucrada en cómo las personas adquieren sonidos, los interpretan y deciden qué hacer con ellos.

El tratamiento y estimulación de la atención auditiva puede variar, dependiendo del origen del problema y teniendo en cuenta que aproximadamente el 3% de adultos mayores presenta dificultad de la audición, por lo que las actividades de estimulación deberán de estar relacionadas con sonidos que el paciente escuche a menudo y que sean fáciles de recordar. (Riegner, 2021)

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número ocho, denominada “Reconocemos los sonidos”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 9.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en encontrar las 10 diferencias en la figura.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 9.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas escuchando música, de una silueta de una oreja y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Reconocemos a los animales” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular la atención auditiva en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar un conjunto de animales, entre ellos una vaca, una oveja, un pato, un burro, un pollo, un mono, un gato, entre otros.
 - ✓ Lo que se tendrá que hacer es identificar a los animales que hagan los sonidos según lo reproduzca el facilitador (es).
 - ✓ Se tendrá que rodear con un círculo a todos los animales que se identifiquen.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La forma más sencilla y poderosa de conectar con otro ser humano es escuchar” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la atención auditiva.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la atención auditiva?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la atención auditiva?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la atención auditiva en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre atención auditiva:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre atención auditiva en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la atención auditiva?
 - ✓ ¿Para qué es importante la atención auditiva en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Yo soy ...” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ Proyectaremos distintos tipos de canciones acorde a las costumbres y cultura de los participantes.
 - ✓ Los adultos mayores deberán de recordar y adivinar la canción que se está escuchando.
 - ✓ Luego deberán de decir el nombre del cantante y cantar la canción.
 - ✓ Los adultos mayores que recuerden la mayor cantidad de canciones se ganarán un premio.

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar la actividad, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la atención auditiva en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• CIERRE

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la atención auditiva en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Los sonidos en mi hogar” **(Ver Anexo 6)**

El adulto mayor deberá de sentarse en su casa, estar lo más cómoda posible y sin interrupciones.

Luego deberán de empezar por cerrar los ojos y escuchar todos los sonidos que pueda captar por 1 minuto, luego de ello, los adultos mayores deberán de anotar todos los sonidos que recuerden.

- *La lista de los sonidos que recuerde el participante deberá de ser anotados en una hoja dada por el facilitador(es), la cual será revisada la siguiente sesión.*

Despedida:

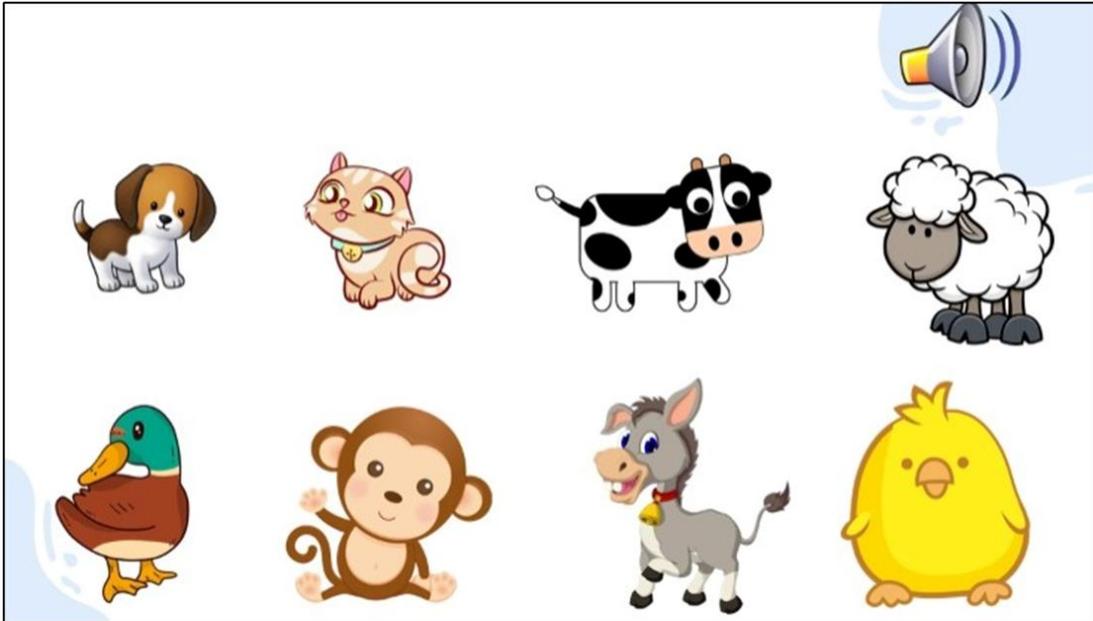
- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 7)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

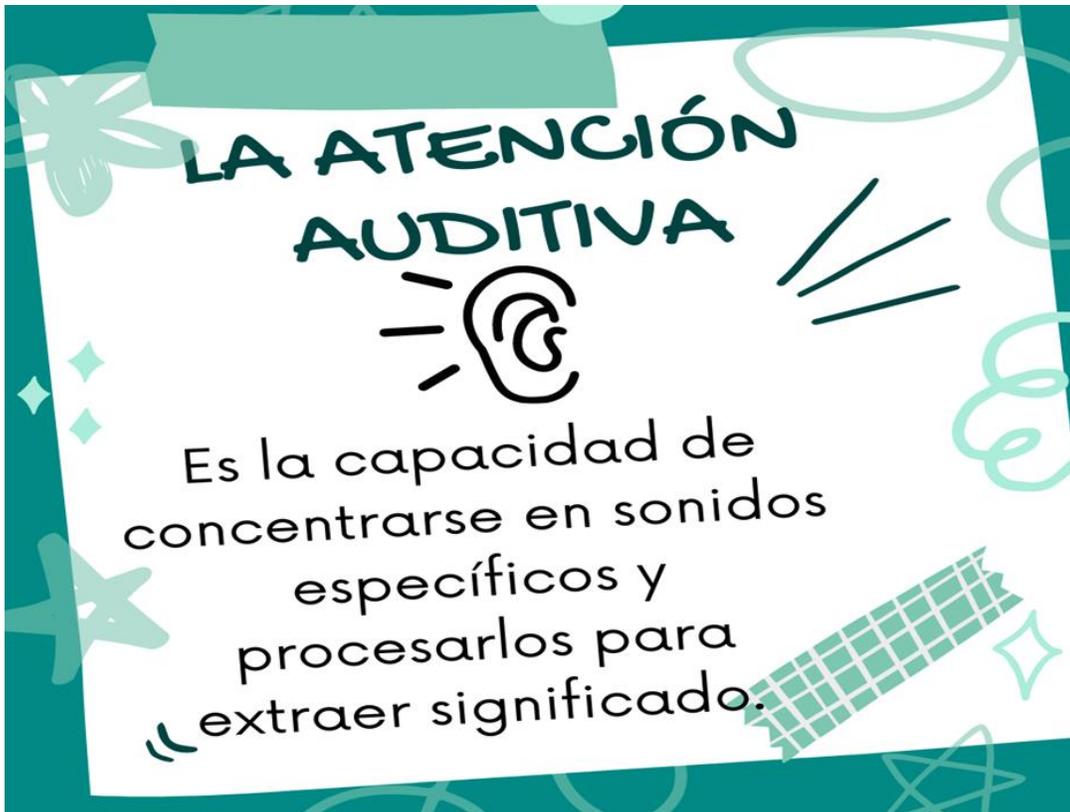
Anexo 1



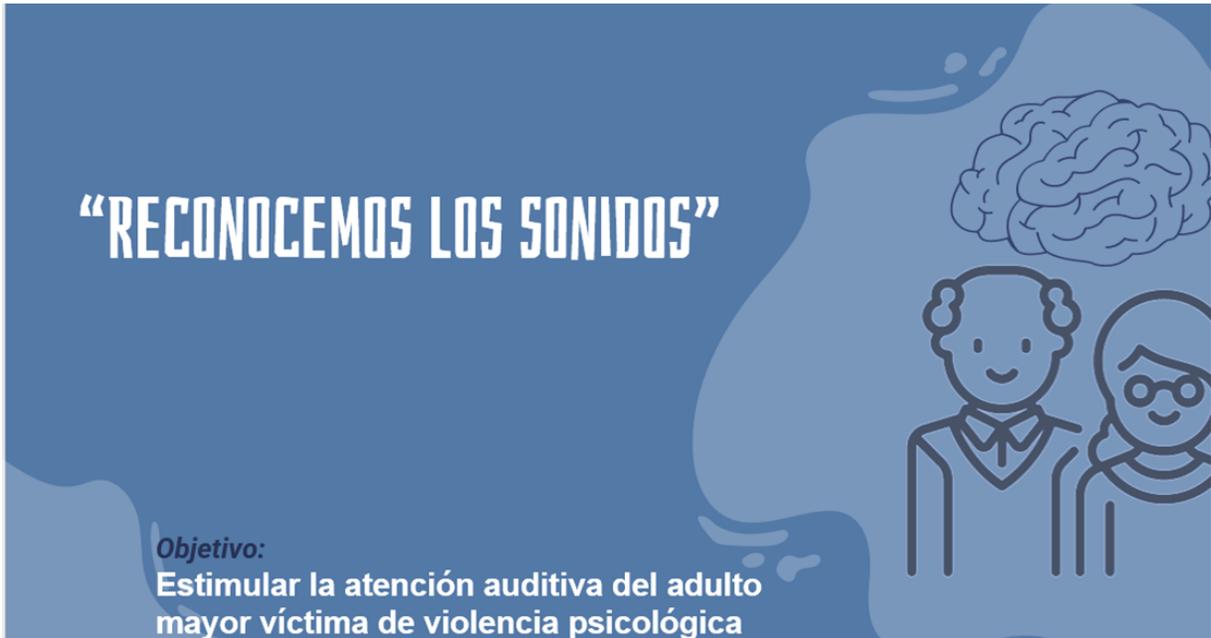
Anexo 2



Anexo 3



Anexo 4



“RECONOCEMOS LOS SONIDOS”

Objetivo:
Estimular la atención auditiva del adulto mayor víctima de violencia psicológica

Anexo 5

LINKS DE CANCIONES Y NOMBRES	
JIPY JAY – PEPE VASQUEZ	https://www.youtube.com/watch?v=QnmSSyIlfA4
Y SE LLAMA PERÚ- ZAMBO CAVERO	https://www.youtube.com/watch?v=Eifk8544Jbs
UN MILLÓN DE AMIGOS – ROBERTO CARLOS	https://www.youtube.com/watch?v=PZXaQijiiAA
COMO TE EXTRAÑO MI AMOR – LEO DAN	https://www.youtube.com/watch?v=IQPhLCkUugw

Anexo 6

LOS SONIDOS DE MI HOGAR

A worksheet with a red background and a yellow rectangular area containing 13 horizontal lines for writing, each preceded by a small square checkbox.

Anexo 7



**!AHORA SABEMOS POR QUÉ
ES IMPORTANTE RECONOCER
LOS SONIDOS, VAMOS
APRENDIENDO
CADA DÍA MÁS !**



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
10	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Reforzar el cálculo a través de ordenar en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “De mayor a menor”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre el cálculo a través de ordenar números y cosas.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “PacMan de números” Ejercicio 2: “Casando números” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Jugamos y ordenamos”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 10

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Todo está calculado”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Reforzar el cálculo a través de ordenar en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

El cálculo es una capacidad cognitiva que nos permite realizar operaciones matemáticas, de forma mental, sin necesidad de recurrir a objetos como la calculadora. En otras palabras, es el resultado correspondiente a la acción de calcular. (Varela et al, 2016)

Para la estimulación del cálculo puede ser a través del orden de los números y la secuenciación numérica, relacionándolo con actividades de la vida cotidiana.

Para Ortiz (2017), la habilidad de cálculo es una función cognitiva que se representa en la población en unos niveles muy variables influida, principalmente, por los factores socioculturales. En el caso de los adultos mayores, el cálculo muchas veces se ve alterado por el declive de las funciones cognitivas y la falta de estimulación neuropsicológica, por lo que es imprescindible que se realicen actividades a través del orden numérico de mayor a menor y viceversa.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número diez, denominada “Todo está calculado”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 10.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en cerrar los ojos, escuchar todos los sonidos que pueda captar por 1 minuto que hay en su casa
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 10.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas en clase de matemática, personas ordenando figuras de mayor a menor tamaño y se les hará la siguiente pregunta:
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “De mayor a menor” (Ver Anexo 1)

Objetivo: Estimular el cálculo a través del orden de números en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar 5 filas de números, los cuales son de uno y dos cifras.
 - ✓ Debajo de cada fila de números habrá cuadros en blanco.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer, es ordenar de mayor a menor las filas de números y colocarlas en los recuadros en blanco.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“Todo lo bello y noble que nos rodea ha estado hecho con mucho amor y cálculo” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre el cálculo.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es el cálculo a través de ordenar números?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso del cálculo?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de saber ordenar los números en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre el cálculo a través de ordenar números y cosas:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre el cálculo en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 2)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 3)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es el cálculo?
 - ✓ ¿Para qué es importante el cálculo en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “PacMan de números” (Ver Anexo 4)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar un grupo de números y alrededor hay círculos en blanco, los cuales tendremos que rellenar con los números que se presentan.
 - ✓ Luego, los participantes tendrán que rellenar los círculos de menor a mayor, siguiendo las flechas que hay en cada círculo.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Casando números” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) brindará a los participantes una lámina, donde se mostrará la actividad a realizar. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se les ha brindado deberán de encontrar el número menor y luego ir uniendo cada número en orden, de menor a mayor.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán, señalando cada número en orden, según el criterio del facilitador (es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?

- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la atención sostenida en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- *El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:*
 - ✓ *¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?*
 - ✓ *¿Por qué crean que sea importante saber ordenar los números en las personas adultas mayores?*
 - ✓ *¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?*
- *Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.*

Actividad final:

- *Se les dejará como tarea para la próxima sesión.*
“Jugamos y ordenamos” (Ver Anexo 6)

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en encontrar el número mayor y el número menor que se presenta en cada recuadro.

Despedida:

- *Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. (Ver Anexo 7)*
- *Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.*

IV. ANEXOS

Anexo 1

"DE MAYOR A MENOR"

25 35 19 8 23 11

○ → ○ → ○ → ○ → ○ → ○

Anexo 2

EL CÁLCULO

ES UNA CAPACIDAD COGNITIVA QUE NOS PERMITE REALIZAR OPERACIONES MATEMÁTICAS, DE FORMA MENTAL, SIN NECESIDAD DE RECURRIR A OBJETOS COMO LA CALCULADORA.

Anexo 3

"TODO ESTÁ CALCULADO"

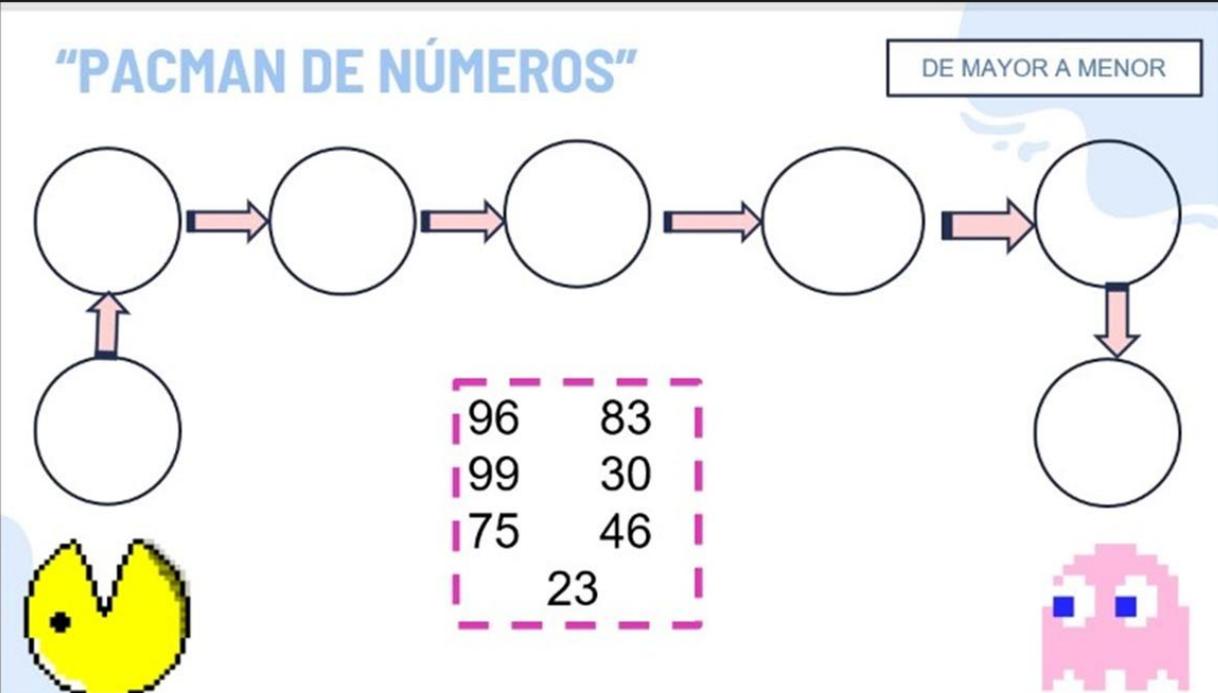
Objetivo:
Reforzar el cálculo a través de ordenar en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.

An illustration of a human brain in shades of blue, positioned above two stylized line-art figures of an elderly man and woman. The man is on the left, wearing a suit and tie, and the woman is on the right, wearing glasses and a top. The background is a dark blue gradient with light blue abstract shapes.

Anexo 4

"PACMAN DE NÚMEROS"

DE MAYOR A MENOR

A worksheet for a number ordering activity. At the top left is the title "PACMAN DE NÚMEROS" in blue. At the top right is a box containing the text "DE MAYOR A MENOR". Below the title is a horizontal sequence of five empty circles connected by right-pointing arrows. Below the first circle is an upward-pointing arrow leading to another empty circle. Below the last circle is a downward-pointing arrow leading to another empty circle. In the center, a dashed pink box contains the numbers: 96, 83, 99, 30, 75, 46, and 23. At the bottom left is a yellow Pac-Man character, and at the bottom right is a pink ghost character.

96	83
99	30
75	46
23	

Anexo 5

"CAZANDO NÚMEROS"

DE MENOR A MAYOR



99

1

41

30

11

75

Anexo 6

125 – 963 – 124 – 475 – 325 – 789
234 – 247 – 333 – 741 – 148 – 205

MAYOR: MENOR:

135 – 203 – 188 – 324 – 159 – 417
562 – 987 – 213 – 260 – 144 – 230

MAYOR: MENOR:

Anexo 7



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPOS	MATERIALES
11	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Reforzar el cálculo a través de la suma y resta en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: "Uniendo resultados"</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre el cálculo a través de la suma y resta.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: "Sumamos en saltitos" Ejercicio 2: "La pirámide de los números" • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final "Piensa y diviértete"</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 11

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Tenemos muchos problemas”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Reforzar el cálculo a través de la suma y resta en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

Para Varela et al (2016), el cálculo es la capacidad que nos permite realizar operaciones matemáticas, sin ayuda de una calculadora o cualquier otro material de apoyo. El cálculo es un proceso cognoscitivo complejo y representa una capacidad multifactorial que incluye habilidades verbales, espaciales, de memoria y funciones ejecutivas. Por lo que es de suma importancia del correcto desarrollo de estas capacidades para la adecuada adaptación del individuo a su ambiente.

Para la estimulación del cálculo puede ser a través de actividades como las operaciones aritméticas, haciendo uso de sumas o restas, multiplicaciones o divisiones, resolución de problemas, las cuales deberán de ser relacionadas con las actividades básicas de la vida diaria. (Fernández, 2016)

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número once, denominada “Tenemos muchos problemas”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 11.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en encontrar el número mayor y el número menor que se presenta en cada recuadro de la lámina.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 11.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas sumando, personas haciendo ejercicios de matemática y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Uniendo resultados” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular el cálculo a través de ejercicios aritméticos en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar al lado izquierdo una operación aritmética (sumas o restas) y al lado derecho encontramos números.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer, es resolver los ejercicios matemáticos y posteriormente unir cada operación con su resultado de la derecha.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“El cálculo es el gimnasio para el cerebro y una preparación para la adultez mayor” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre el cálculo (operaciones aritméticas).
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es el cálculo (operaciones aritméticas)?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso del cálculo (operaciones aritméticas)?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia del cálculo (operaciones aritméticas) en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre cálculo (operaciones aritméticas):

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre cálculo (operaciones aritméticas) en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**

- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué son las operaciones aritméticas?
 - ✓ ¿Para qué es importante poder realizar las operaciones aritméticas en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Sumamos en saltitos” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar filas de números y encima de cada número hay operaciones matemáticas, lo que tenemos que hacer es rellenar los cuadros en blanco de acuerdo a las operaciones que se presentan.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “La pirámide de los números” (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) brindará a los participantes una lámina, la cual contendrá un grupo de pirámides con números. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se les ha brindado deberán de rellenar los espacios en blanco con los números que le corresponde el cual es igual a la suma de los números de las dos casillas inferiores a ella
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 15 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán, mencionando el número que corresponde en los casilleros vacíos, según el criterio del facilitador(es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?

- Seguimiento de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular el cálculo a través de la aplicación de operaciones aritméticas en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular el cálculo en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Piensa y diviértete” **(Ver Anexo 7)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en llenar el sudoku con números del 1 al 6, sin que se repita los números de manera vertical ni horizontal o en cada caja.

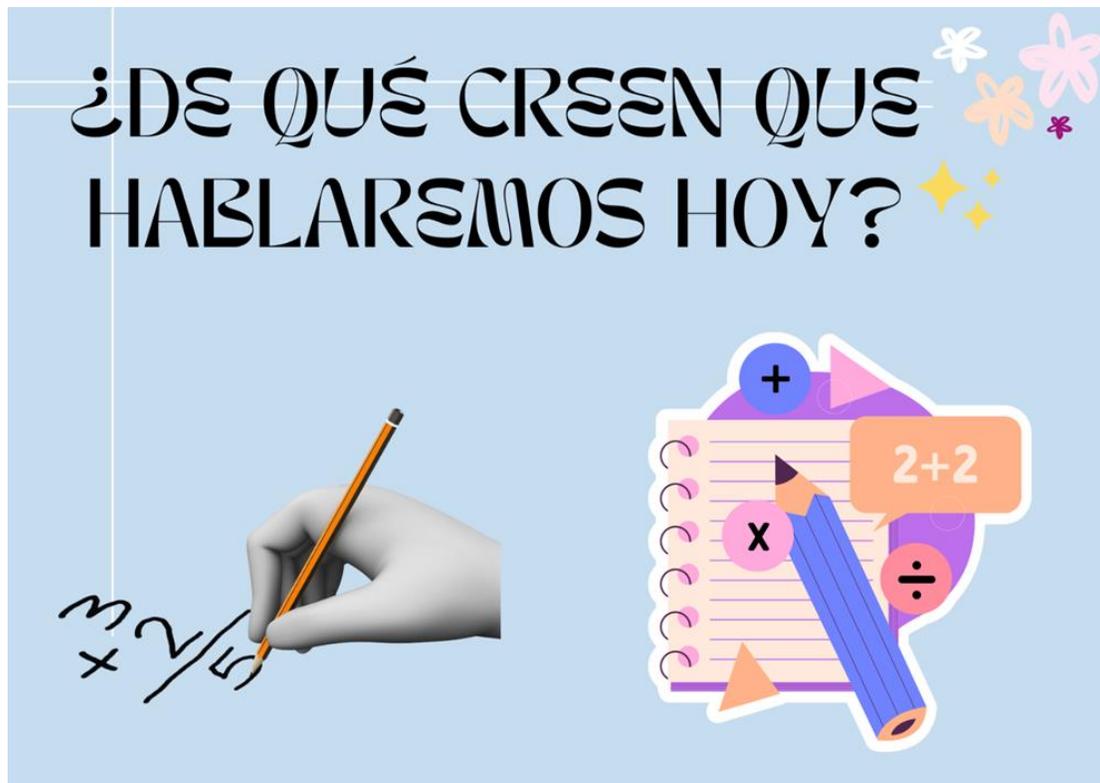
Los participantes deberán de realizarla y mostrarla al inicio de la próxima sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

"UNIENDO RESUELTOS"

$10+7+2$	16
$14 - 3 + 5$	3
$15 + 5 - 5$	19
$19 - 10 - 6$	15

The graphic has a light blue background with a white border. The title '"UNIENDO RESUELTOS"' is at the top left in a bold, blue, sans-serif font. Below the title are four horizontal pink rounded rectangles, each containing a math problem. To the right of these rectangles is a vertical column of four light blue circles, each containing a number. The numbers in the circles correspond to the results of the math problems: 16, 3, 19, and 15.

Anexo 3

¡REFORZAMOS EL CÁLCULO MEDIANTE SUMAS Y RESTAS!



Para la estimulación del cálculo puede ser a través de actividades como las operaciones aritméticas, haciendo uso de sumas o restas las cuales deberán de ser relacionadas con las actividades básicas de la vida diaria

Anexo 4

“TENEMOS MUCHOS PROBLEMAS”

Objetivo:

Reforzar el cálculo a través de la suma y resta en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.



Anexo 5

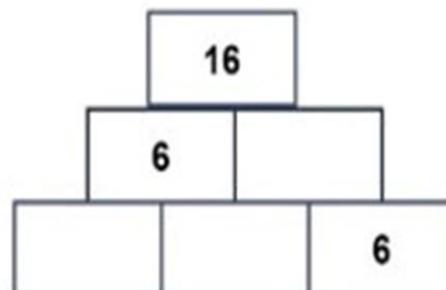
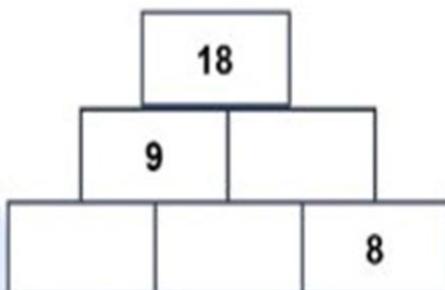
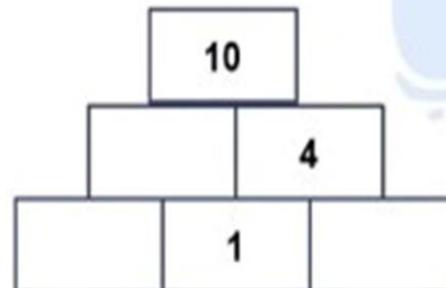
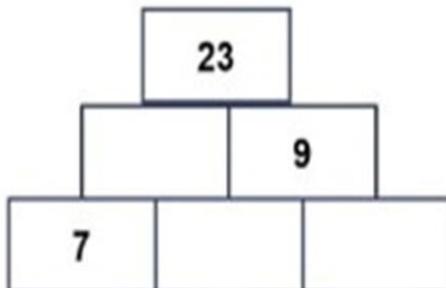
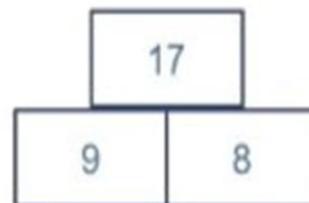
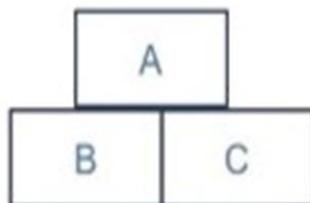
"SUMANDO A SALTITOS"

The activity consists of two rows of circles. The first row starts with a circle containing the number 6. Five green curved arrows point from one circle to the next, with the following values written above them: +3, +4, +8, +1, and +2. The second row starts with a circle containing the number 9. Five green curved arrows point from one circle to the next, with the following values written above them: +2, +4, +3, +9, and +5.

Anexo 6

"LA PIRÁMIDE DE NÚMEROS"

El número de una casilla es igual a la suma de los números de las dos casillas inferiores. En el ejemplo de abajo, A sería igual a la suma de B y C.
De esta manera debes completar las pirámides...



Anexo 7

1		3		4	
	6		2		3
	4	6	3		1
3		2	4	6	
2		1		5	
	5		1		2

**SUDOKU
FÁCIL 6 X 6**

Anexo 8



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
12	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Ejercitar el lenguaje a través de la escritura y repetición del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Ordenemos las frases...”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre el lenguaje a través de la escritura y repetición.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Como dice el dicho” Ejercicio 2: “Palabras revueltas” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Cara o sello”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 12

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Pongamos orden”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Ejercitar el lenguaje a través de la escritura y repetición del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

El lenguaje es la capacidad que tiene el adulto mayor para comprender, emitir y combinar distintos sonidos y palabras, con el fin de entendernos y comunicarnos con el resto de personas. Para Merchán (2017), no solo existe el lenguaje verbal, que es uno de los más utilizados, sino que también podemos expresarnos a través del lenguaje corporal, concretamente mediante nuestras posturas o gestos.

Para Portellano (2016), el lenguaje se puede expresar a través de la escritura, la cual es un modo de expresión grafomotora, la cual es más que reproducir unos signos gráficos alfabéticos arbitrarios y convencionales, permitiendo expresarnos y manifestarnos por escrito los pensamientos, sentimientos, creencias, actitudes y deseos. La escritura es grafismo y es lenguaje.

El poder realizar un ejercicio de caligrafía implica una actividad muy favorable para las personas de la tercera edad y están a merced de la pérdida de ciertas habilidades con el paso del tiempo. La motricidad fina es una de las habilidades que pueden verse afectadas al pasar de los años por falta de movimiento. Además, estimular la escritura en adultos mayores es un complemento muy beneficioso a otras actividades. Todas coadyuvan a preservar las competencias físicas y mentales.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número doce, denominada “Pongamos orden”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 12.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en rellenar el sudoku con números del 1 al 6, sin que se repita los números de manera vertical ni horizontal o en cada caja.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 12.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas hablando, personas escribiendo y se les hará la siguiente pregunta **(Ver Anexo 1)**:
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Ordenemos las frases...” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular el lenguaje en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar una serie de palabras desordenadas y debajo de cada una de ellas hay recuadros vacíos.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer, es ordenar las palabras de tal manera que podamos formar un dicho o frase coherente.
- Las frases deberán de ser realizadas según el contexto de la población participante del programa.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“El lenguaje es el vestido de nuestras ideas” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre el lenguaje y escritura.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la escritura?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la escritura?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la escritura en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre lenguaje / escritura:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre escritura en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**

- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la escritura?
 - ✓ ¿Para qué es importante la escritura en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Como dice el dicho” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar dichos o refranes muy comunes en nuestro contexto social.
 - ✓ Lo que se tendrá que hacer es completar los espacios en blanco para darle un sentido al refrán.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Palabras revueltas” (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) brindará a los participantes una lámina, la cual contendrá una serie de palabras que están en desorden. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se les ha brindado hay un grupo de letras, lo que se deberá de hacer es ordenarlas hasta formar una palabra con coherencia.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán, señalando las palabras que han logrado ordenar, en orden y según lo disponga el facilitador(es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular el lenguaje en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la escritura en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Cara o sello” **(Ver Anexo 7)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en colocar las palabras opuestas a las que se mencionan en la actividad.

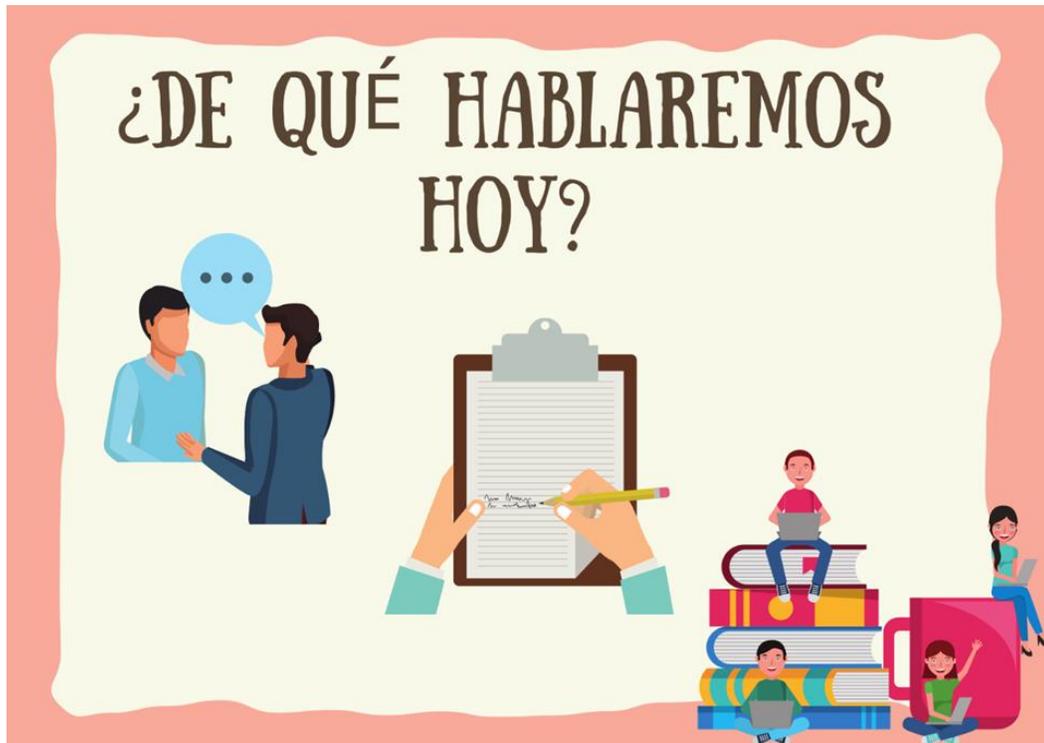
Los participantes deberán de realizarla y mostrarla al inicio de la próxima sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

"Ordenemos las frases..."

① sombrero paja ponte el de

FRASE →

② sin barrer casa la dejamos

FRASE →

Anexo 3



LA ESCRITURA EN LOS ADULTOS MAYORES

LA ESCRITURA ES UNA TÉCNICA EFECTIVA
PARA ESTIMULAR EL LENGUAJE EN LOS
ADULTOS MAYORES.
ADEMÁS DE ESTIMULAR LA CREATIVIDAD Y LA
CAPACIDAD EXPRESIVA

Anexo 4

“PONGAMOS ORDEN”

Objetivo:

Ejercitar el lenguaje a través de la escritura y repetición del adulto mayor víctima de violencia psicológica.



Anexo 5

"COMO DICE EL DICHO"

COMPLETAMOS LOS SIGUIENTES REFRANES

"A quien madruga....	
"A caballo regalado...	
"A buen entendedor...	
"Cuando el río suena...	
"Camarón que se duerme...	
"Dime con quien andas...	
"De tal palo...	

Anexo 6

"PALABRAS REVUELTAS"

ORDENAMOS LAS SIGUIENTES PALABRAS

① EPRA

② ERORP

③ AMNAZAN

④ LAGLIAN

Anexo 7

ESCRIBE LA PALABRA CONTRARIA A.....

OSCURO _____

ABIERTO _____

ALTO _____

FÁCIL _____

FRÍO _____

DURO _____

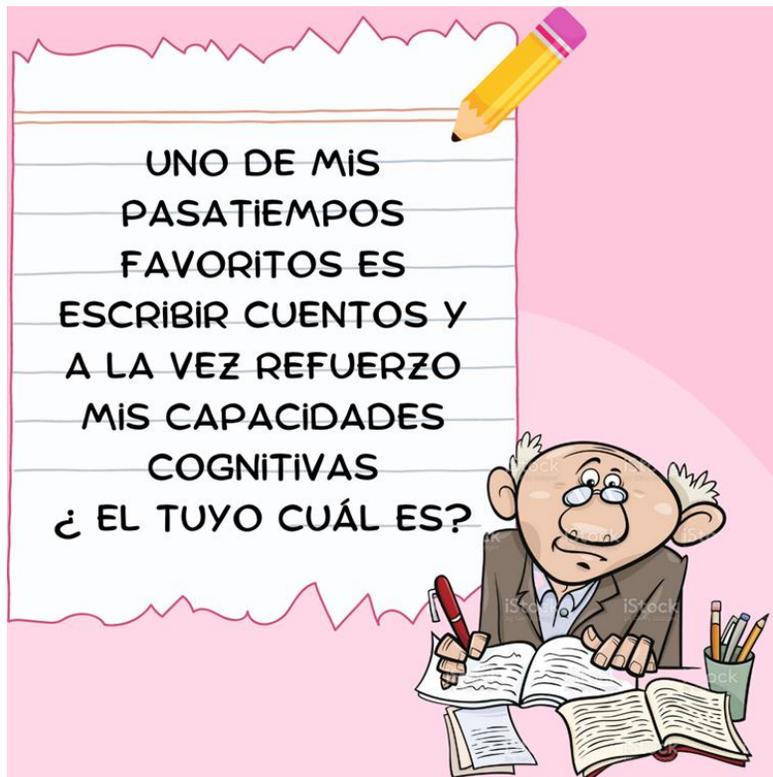
CARO _____

LARGO _____

RÁPIDO _____



Anexo 8



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
13	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Mejorar el lenguaje a través de la lectura en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “La receta perfecta”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre el lenguaje a través de la lectura.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Conocemos nuestra naturaleza” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Parejas diferentes”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 13

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“El rincón de la lectura”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Ejercitar el lenguaje a través de la lectura en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

Para Merchán (2017), el lenguaje comprende a la facultad del ser humano de expresarse y comunicarse con los demás a través del sonido articulado o de otros sistemas de signos. La aptitud para expresarse se manifiesta en la capacidad humana para comunicar pensamientos y sentimientos a través de la palabra.

La lectura es una manera de proteger el cerebro y asegurar el bienestar mental de las personas mayores. Estimular el lenguaje a través de la lectura es un ejercicio ideal para la mente, ya que ayuda a fomentar la concentración, la memoria y la imaginación. Leer también le aporta al adulto mayor nuevos conocimientos y diferentes maneras de ver la vida. asimismo, cuando proporciona emociones, ayuda a incrementar la comprensión hacia los demás, ayuda a ponernos en el lugar de los diferentes personajes. Esto se acaba proyectando en el día a día.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número trece, denominada “El rincón de la lectura”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 13.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en colocar las palabras opuestas a las que se mencionan en la actividad.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 13.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas leyendo, una persona con libros y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “La receta perfecta” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular la lectura en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encontrará la actividad a realizar.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar una serie de preguntas, las cuales deberemos de responder marcando verdadero o falso teniendo en cuenta la lectura que el facilitador (es) realizarán.
 - ✓ Se leerá dos veces la receta, por lo que se les pedirá a los participantes prestar atención.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La lectura nos abre puertas a lugares que muchas veces no podemos acceder” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la lectura.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la lectura?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la lectura?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la lectura en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre lectura en el adulto mayor:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre la lectura en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la lectura?

- ✓ *¿Para qué es importante la lectura en la vida del adulto mayor?*

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: "Conocemos nuestra naturaleza" (Ver Anexo 5)

- *El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:*
 - ✓ *En la hoja del ejercicio podemos observar una lectura de algunos animales, en la cual se describirán sus características más resaltantes.*
 - ✓ *Los participantes tendrán que leer de manera atenta para posteriormente responder las preguntas que están en la parte inferior.*
- *Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.*
- *Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.*

Retroalimentación de actividades de la sesión

- *Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:*
 - ✓ *¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?*
 - ✓ *¿Tuvieron alguna dificultad?*
- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la lectura en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- *El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:*
 - ✓ *¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?*
 - ✓ *¿Por qué crean que sea importante estimular la lectura en las personas adultas mayores?*
 - ✓ *¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?*
- *Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.*

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Parejas diferentes” **(Ver Anexo 6)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde hay dos columnas de palabras. Lo que los adultos mayores tendrán que hacer es emparejar cada palabra con su antónimo.

Los participantes deberán de realizarla y mostrarla al inicio de la próxima sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 7)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

"LA RECETA PERFECTA"

GALLETAS DE AVENA Y PLÁTANO

Ingredientes:

- 1 plátano maduro
- 2 tazas de avena
- 2 cucharadas de cacao amargo
- 1 huevo
- 2 cucharadas grandes de miel



Preparación:

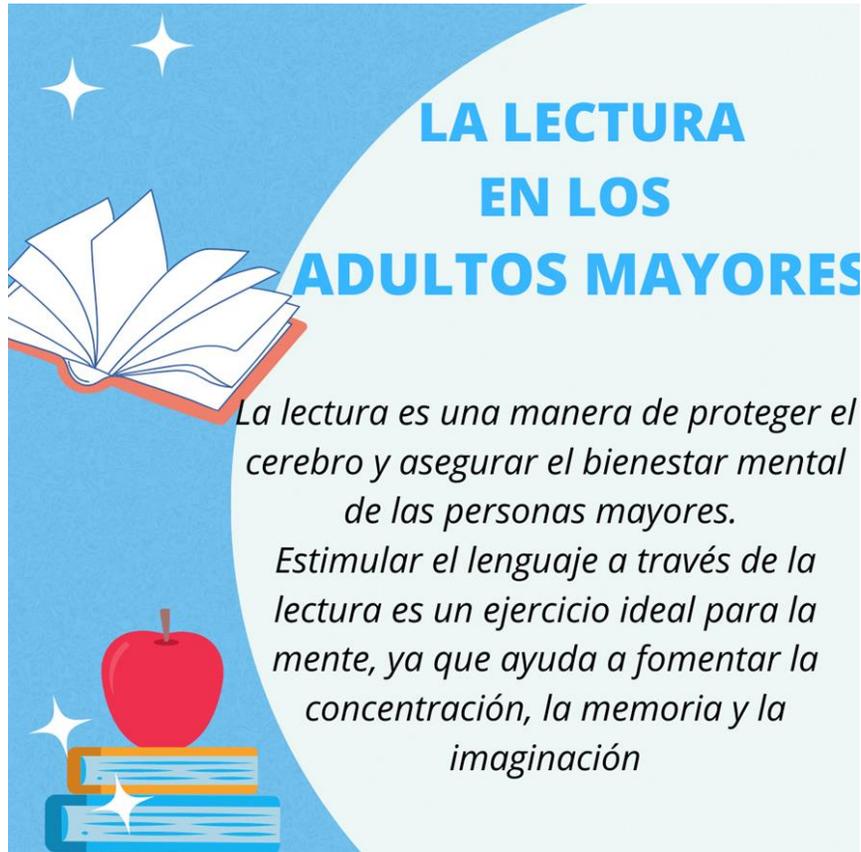
1. En un recipiente mediano moler con un tenedor el plátano y mezclar bien con la miel.
2. Luego agregar el huevo, las dos cucharadas de chocolate amargo y las tazas de avena. Revolver
3. De la masa moldear boitas con la ayuda de una cuchara y poner en una lata de horno previamente aceitada o enmantecada.
4. Hornear por 10 – 15 minutos a 180°C



Según la receta leída, indica las afirmaciones son verdaderas (V) o falsas (F)

1. Se necesita 3 huevos	V	F
2. La receta es de galletas de miel	V	F
3. Primero hay que moler el plátano	V	F
4. Se hornea por 10-15 minutos	V	F
5. La receta dice 2 tazas de harina	V	F
6. La receta indica endulzar con miel	V	F

Anexo 3



LA LECTURA EN LOS ADULTOS MAYORES

La lectura es una manera de proteger el cerebro y asegurar el bienestar mental de las personas mayores.

Estimular el lenguaje a través de la lectura es un ejercicio ideal para la mente, ya que ayuda a fomentar la concentración, la memoria y la imaginación

Anexo 4



“EL RINCÓN DE LA LECTURA”

Objetivo:
Ejercitar el lenguaje a través de la lectura en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.

"CONOCEMOS NUESTRA NATURALEZA"

LA JIRAFÁ

La jirafa es un mamífero. Es propia de África y es el animal terrestre más alto del mundo. Habita en el sur del Sahara y norte de Botsuana en espacios abiertos, pastizales y sabanas.

Los machos pueden alcanzar la altura de 5-6m desde sus patas hasta los cuernos y pesar hasta 1,930 kg. Las hembras son aproximadamente un metro más pequeñas pesando 1180 kg como máximo. Poseen largos cuellos que miden alrededor de 2.4m de largo que les permite llegar a las hojas más altas de los árboles.

Se alimentan de ramas y hojas de árboles e incluso de espinas, pueden pasar mucho tiempo sin beber una gota de agua.

Las jirafas pueden dormir apenas dos horas en un solo día.



Respondamos las siguientes preguntas:

1. ¿Sobre qué animal habla la lectura?
2. ¿Dónde habitan estos animales?
3. ¿Quién es más grande el macho o la hembra?
4. ¿Son animales mamíferos u ovíparos?

Anexo 6

RELACIONA CON SUS ANTÓNIMOS...

VERDADERO

NOCHE

CALOR

VALIENTE

ALTO

PEQUEÑO

ALEGRE

MUCHO

BAJO

COBARDE

GRANDE

FALSO

FRÍO

POCO

TRISTE

DÍA

Anexo 7



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPOS	MATERIALES
14	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Ejercitar el lenguaje a través de la denominación en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: "Completando la imagen"</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre el lenguaje a través de la denominación.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: "Buscamos las palabras correctas" Ejercicio 2: "Completemos las oraciones" • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final "Buscando las palabras"</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 14

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Pongamos nombre a las cosas”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Ejercitar el lenguaje a través de la denominación en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

El lenguaje es la representación del pensamiento mediante gestos, palabras o escritos. La realidad es que las formas más elaboradas de lenguaje, como los idiomas o la escritura, son resultado de nuestra evolución. El lenguaje se adquiere mediante aprendizaje, generalmente por imitación. (Merchán, 2017)

La denominación consiste en comprender el significado de las palabras. En otras palabras, es la capacidad que tenemos de referirnos a un objeto, persona, lugar, concepto o entidad por su nombre.

Para denominar un objeto se necesita “acudir” al almacén léxico de nuestro cerebro, encontrar la palabra concreta que estamos buscando y producirla, por lo que es necesaria estimular esta capacidad cuando la persona está en la etapa adulta mayor.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número catorce, denominada “Pongamos nombre a las cosas”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 14.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en emparejar la fila derecha de las palabras con su antónimo del lado izquierdo.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 14.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas con libros, personas pensando y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Completando la imagen” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular el lenguaje en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar una serie de figuras y debajo de cada una de ellas hay espacios en blanco que indican el nombre de cada imagen.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer, es rellenar los espacios en blanco de acuerdo a la imagen.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“El lenguaje es un don del ser humano, que nos permite transmitir lo que sentimos” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la denominación de cosas.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la denominación fonológica?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la denominación fonológica?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la denominación fonológica en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre la denominación fonológica:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre la denominación fonológica en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la denominación fonológica?
 - ✓ ¿Para qué es importante la denominación fonológica en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Buscamos las palabras correctas” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar un grupo de frases y debajo de ellas hay opciones para poder marcar.
 - ✓ Lo que se tendrá que realizar es leer la frase y marcar la opción correcta, de acuerdo a nuestro criterio.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Completemos las oraciones” (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) brindará a los participantes una lámina, la cual contendrá el ejercicio a realizar. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se les ha brindado deberán de completar la oración de acuerdo a su criterio.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán mencionando las respuestas de cada frase, respetando el orden y criterio del facilitador(es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la denominación fonológica en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular la atención sostenida en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Buscando las palabras” **(Ver Anexo 7)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en escribir 3 palabras que empiecen con cada palabra que se muestra en la lámina.

Los participantes deberán de realizar la actividad y mostrarla al inicio de la siguiente sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1

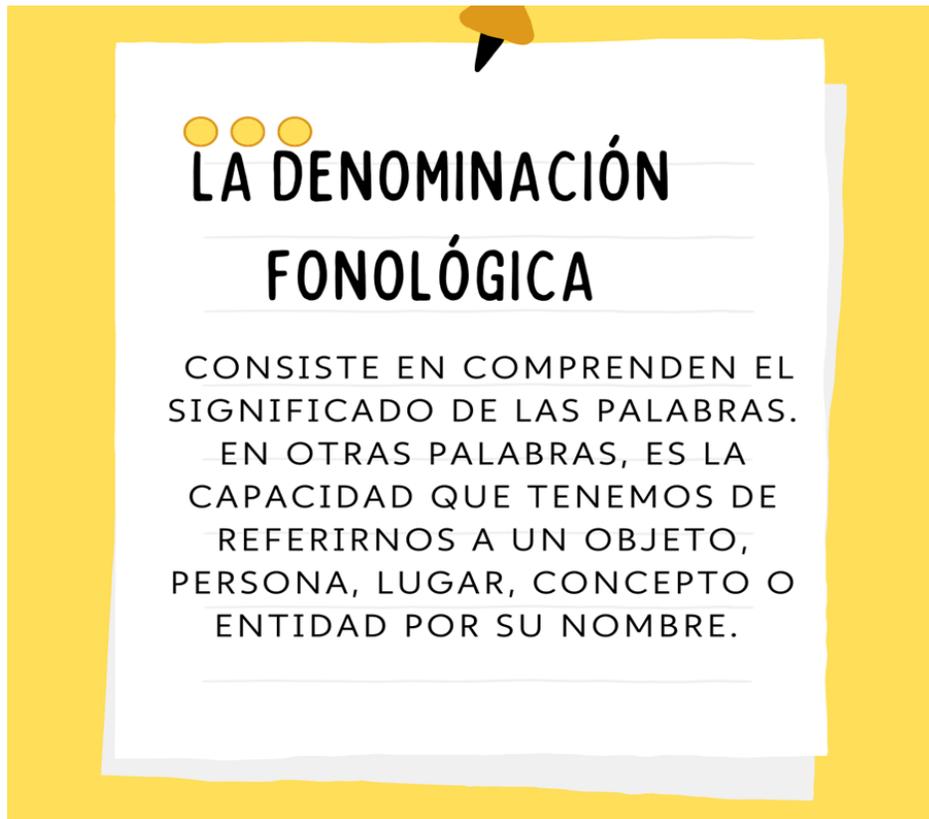


Anexo 2

"COMPLETANDO LA IMAGEN"



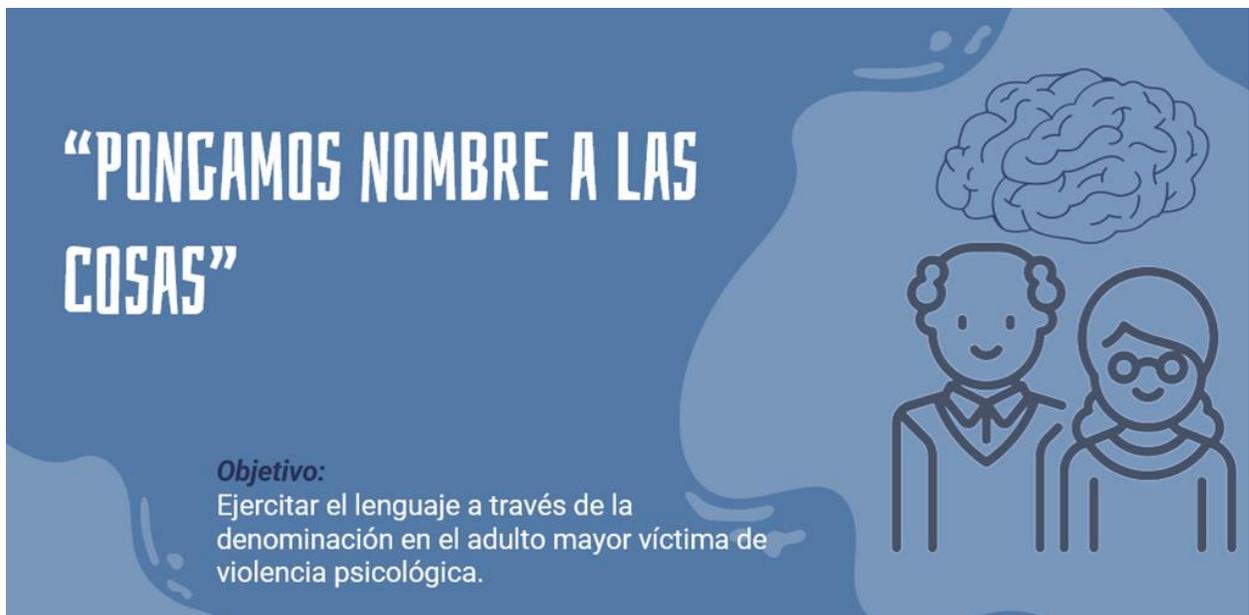
Anexo 3



**LA DENOMINACIÓN
FONOLÓGICA**

CONSISTE EN COMPRENDER EL SIGNIFICADO DE LAS PALABRAS. EN OTRAS PALABRAS, ES LA CAPACIDAD QUE TENEMOS DE REFERIRNOS A UN OBJETO, PERSONA, LUGAR, CONCEPTO O ENTIDAD POR SU NOMBRE.

Anexo 4



**“PONGAMOS NOMBRE A LAS
COSAS”**

Objetivo:
Ejercitar el lenguaje a través de la denominación en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.

Anexo 5

"BUSCAMOS LA PALABRA CORRECTA"

1. Fruta amarilla por fuera, blanca por dentro y sin jugo. <input type="checkbox"/> MANZANA <input type="checkbox"/> PLÁTANO	2. Estación del año de más calor y vacaciones. <input type="checkbox"/> VERANO <input type="checkbox"/> INVIERNO
3. Objetos que cubren los pies y van dentro de los zapatos. <input type="checkbox"/> MEDIAS <input type="checkbox"/> COLLAR	4. Sentido del cuerpo con el que sentimos sabores. <input type="checkbox"/> OLFATO <input type="checkbox"/> GUSTO
5. Órgano del cuerpo que mueve la sangre. <input type="checkbox"/> INTESTINO <input type="checkbox"/> CORAZÓN	6. Desastre natural donde se mueve el piso. <input type="checkbox"/> TERREMOTO <input type="checkbox"/> INCENDIO

Anexo 6

COMPLETA LAS SIGUIENTES ORACIONES....

- Comemos la sopa con una
- Cuando hace frío llevamos un
- La hierba es de color
- Decimos "Buenas Noches" por la
- Usamos paraguas cuando
- Utilizamos un lápiz para
- Compramos fruta en la
- Por la noche encendemos la
- Vemos las noticias en la

Anexo 7

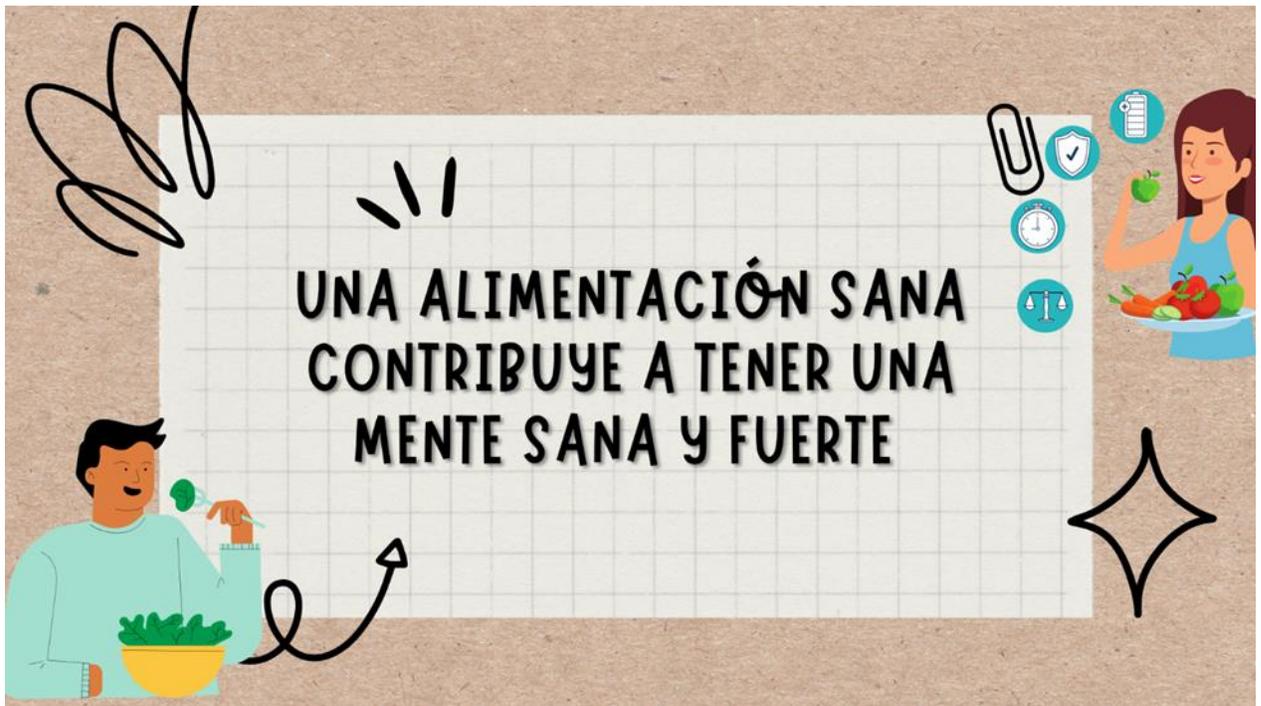
PE

GA

SI

LE

Anexo 8



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
15	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Fortalecer las praxias visuales del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Ayudemos a encontrar la otra mitad de la ranita”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre praxias visuales.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Seguimos el camino” Ejercicio 2: “Nos rompemos el coco” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Creamos nuestra granja”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 15

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“La mano floja”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Fortalecer las praxias visuales del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

De acuerdo a Ardila (2015), las praxias se definen como la función cognitiva encargada de la planificación y coordinación de los movimientos. Tienen como objetivo controlar los movimientos organizados, producto de procesos de aprendizaje previos y que tienen una meta determinada.

Las praxias visuales, son la capacidad de diseñar y reproducir los movimientos importantes para ordenar una secuencia de componentes en el espacio para constituir un dibujo o figura.

Es importante que el adulto mayor reciba estimulación de las praxias ya que le permitirá fortalecer un adecuado caminar, hablar, vestirse, lavarse o tocar un instrumento (Chandra, 2015). La estimulación cognitiva, emplea estrategias y técnicas que tienen como finalidad la activación de las funciones cerebrales para prevenir el deterioro prematuro de las mismas, disminuyendo el declive por el envejecimiento biológico. Estas actividades se encargan de perfeccionar las respuestas motoras y coordinación para realizar acciones de forma correcta.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número quince, denominada “La mano floja”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 15.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en escribir 3 palabras que empiecen con cada palabra que se muestra en la lámina.

- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 15.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas armando una rompecabeza y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Ayudemos a encontrar la otra mitad de la ranita” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular la praxia visual en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar solo la mitad de una ranita, la cual está cortada por una línea recta.
 - ✓ Lo que tenemos que hacer es intentar completar de la manera más similar posible la mitad de la rana que está dibujada en la lámina.
- Se les dará 10 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“No hay nada que encienda más el cerebro que la estimulación” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la praxia visual.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la praxia visual?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la praxia visual?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la praxia visual en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre praxia visual:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre praxia visual en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**

- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la praxia visual?
 - ✓ ¿Para qué es importante la praxia visual en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: “Seguimos el camino” (Ver Anexo 5)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar una serie de puntos, en la cual algunos están enumerados.
 - ✓ Luego, los participantes tendrán que seguir la continuación de los números, en orden, tal como se muestra en la imagen.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Ejercicio 2: “Nos rompemos el coco” (Ver Anexo 6)

- El facilitador(es) brindará a los participantes una lámina, la cual contendrá la actividad a realizar. Posteriormente se brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la lámina que se les ha brindado una imagen pequeña y al costado la misma imagen, pero en desorden.
 - ✓ Lo que se tendrá que hacer primero es recortar las imágenes según las líneas punteadas.
 - ✓ Posteriormente se tendrá que ordenar las imágenes de la rompecabeza de acuerdo a la imagen pequeña que se muestra en la misma lámina.
 - ✓ La rompecabeza se ordenará en una hoja brindada por el facilitador(es).
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 10 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.
- Los adultos mayores participarán mostrando sus rompecabezas, respetando el orden y el criterio del facilitador (es).

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular la praxia visual en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué crean que sea importante estimular las praxias visuales en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Creamos nuestra granja” **(Ver Anexo 7)**

Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en recortar el molde que se presenta en la lámina y construir el animal que se muestra.

Los participantes deberán de presentar el desarrollo de su actividad al inicio de la próxima sesión.

Despedida:

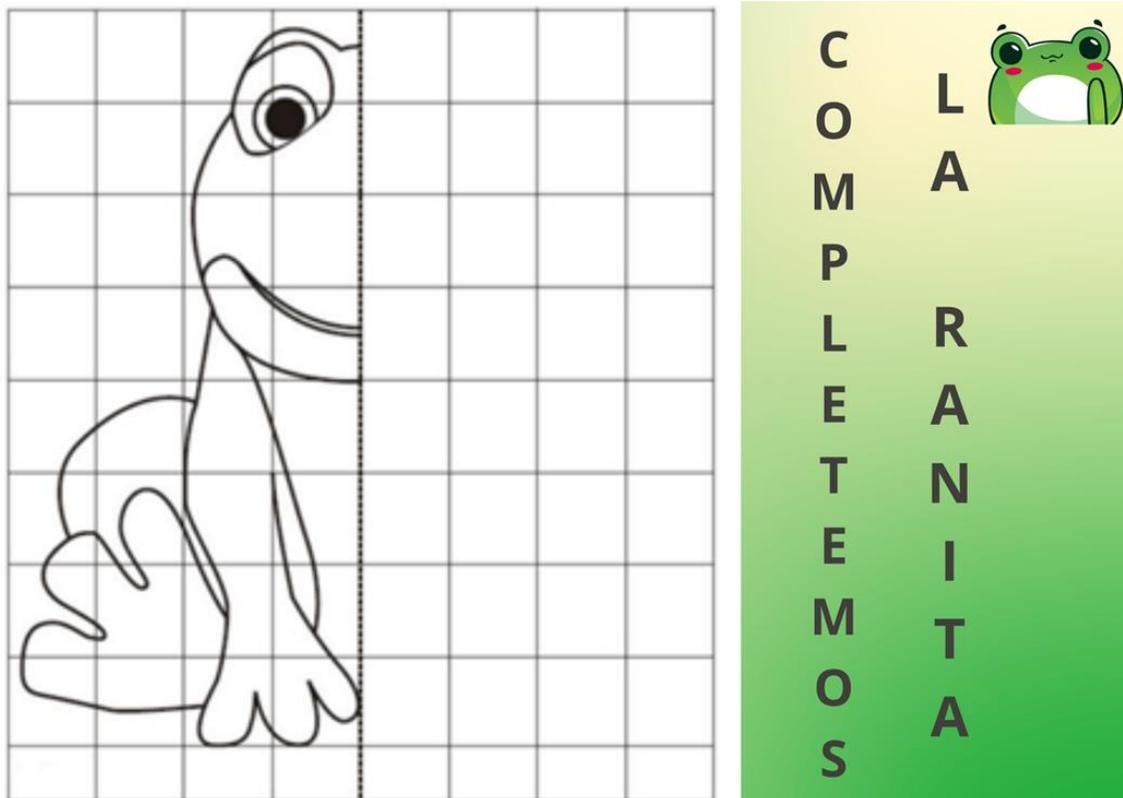
- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 8)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2



Anexo 3



Las Praxias

Es la función cognitiva encargada de la planificación y coordinación de los movimientos. Tienen como objetivo controlar los movimientos garantizados, producto de procesos de aprendizaje previos y que tienen una meta determinada.

The infographic features a light yellow background with a pattern of stylized green and brown trees. On the left, there is a profile of a human head in orange outline, with a brain inside represented by green circles and lines. A light green rectangular box with a drop shadow contains the definition of praxias. The title 'Las Praxias' is written in a large, teal, cursive font at the top.

Anexo 4



“LA MANO FLOJA”

Objetivo:
Fortalecer las praxias visuales del adulto mayor víctima de violencia psicológica.

The infographic has a dark blue background with a white, wavy shape on the right side. Inside this shape, there is a white outline of a brain at the top, and below it, two stylized human figures (a man and a woman) in white outline. The title '“LA MANO FLOJA”' is written in a large, white, bold, sans-serif font on the left. Below the title, the objective is written in a smaller, white, sans-serif font.

Anexo 5

SEGUIMOS EL CAMINO



1 2 3 4 5 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2

3 3 3 3 3 3 3 3

4 5 4 5 4 5 4 5 4 5 4 5 4 5 4

3 4 3 4 3 4 3 4

1 1 1 1 1 1 1 1

2 2 2 2 2 2 2 2

1 2 5 5 1 2 5 5

3 4 3 4 3 4 3 4

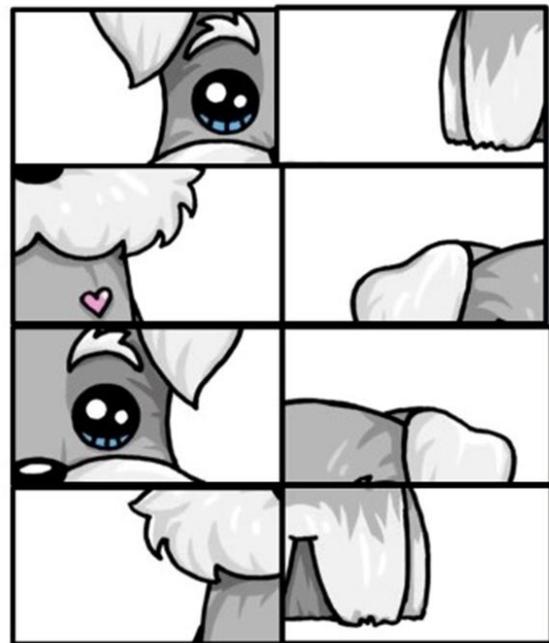
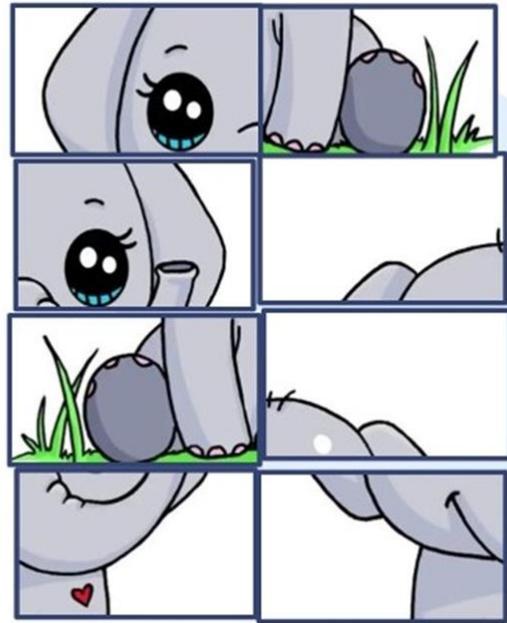
7 8 7 8 7 8 7 8

2 3 2 3 2 3 2 3 2 3 2 3

1 1 1 1 1 1 1 1

4 4 4 4 4 4 4 4

Anexo 6



**¡PASEMOS TIEMPO
CON NUESTROS
AMIGOS!
RELACIONARNOS
NOS AYUDA A
REFORZAR
NUESTRAS
CAPACIDADES
COGNITIVAS**



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
16	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Fortalecer las praxias de construcción del adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Es momento de pintar”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre praxias de construcción.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Nuestra primera mandala” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Pintemos con café”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 16

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Construyendo una mandala”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Fortalecer las praxias de construcción del adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La praxia constructiva está formada por aquellas capacidades para organizar y realizar los movimientos requeridos en un espacio específico para una acción concreta, como puede ser copiar un dibujo, modelar un objeto, hacer un puzzle o seguir los pasos de una receta, entre otros procesos similares. (Ardila, 2015)

Es necesario estimular las praxias en el adulto mayor a partir de poder ejecutar los movimientos necesarios para organizar ciertos elementos en el espacio con una finalidad específica, como puede ser realizar un dibujo, aunque sea tan sencillo como hacer un círculo, hacer manualidades o construir algo a partir de sus componentes.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número dieciséis, denominada “Construyendo una mandala”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 16.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en recortar el molde que se presentó en la lámina y construir el animal que se muestra.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 16.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas pintando mandalas y dibujando y se les hará la siguiente pregunta:
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Es momento de pintar” (Ver Anexo 1)

Objetivo: Estimular las praxias constructivas en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica entregando a cada uno de los participantes una lámina donde se encuentra el ejercicio a realizar, asimismo se proyectará la misma dinámica para su explicación.
- Seguido de eso se procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ En la lámina podemos observar una mandala, la cual tiene partes enumeradas.
 - ✓ Lo que los participantes tendrán que hacer es pintar las partes de las mandalas con colores distintos, de acuerdo a los números escritos en cada una de ellas.
- Se les dará 15 minutos a los participantes para que realicen el ejercicio.
- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“La vida de cada persona es como un mandala, ambos tienen un vacío que debe de ser decorado” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la praxia de construcción.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la praxia de construcción?
 - ✓ ¿Podrían darnos ejemplos sobre en qué momentos hacemos uso de la praxia de construcción?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la praxia de construcción en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre praxia de construcción:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre praxia de construcción en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 2)**

- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 3)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es la praxia de construcción?
 - ✓ ¿Para qué es importante la praxia de construcción en la vida del adulto mayor?

Presentación de las actividades de la sesión:

Ejercicio 1: "Nuestra primera mandala" (Ver Anexo 4)

- El facilitador(es) entregará a cada participante una hoja con la actividad a realizarse, posteriormente brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ En la hoja del ejercicio podemos observar una base, donde tendremos que realizar nuestra mandala.
 - ✓ Antes de realizar la actividad, los participantes tendrán que visualizar un video sobre las mandalas y como poder construirlas.
- Terminada la explicación del ejercicio se darán 25 minutos para que los adultos mayores lo realicen.
- Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.

Retroalimentación de actividades de la sesión

- Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad?
- Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular las praxias de construcción en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.

• CIERRE

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué creen que sea importante estimular la praxia de construcción en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Pintemos con café” **(Ver Anexo 5)**
Se les brindará a los participantes una lámina donde podrán desarrollar la actividad final, la cual consiste en pintar una mandala con café.
Para la realización de esta actividad el participante deberá de observar un video donde se explique como es la pintura de mandalas con café.
Los participantes deberán de presentar el desarrollo de su actividad al inicio de la próxima sesión.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 6)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

PRAXIAS CONSTRUCTIVAS



Es la capacidad para llegar a la construcción de un todo a partir de sus elementos. Pueden ser gráficas (dibujar, escribir, coordinación visual y lineal) o manipulativas (recortar, pegar, modelaje, crear puzzles, encajes).

Anexo 3

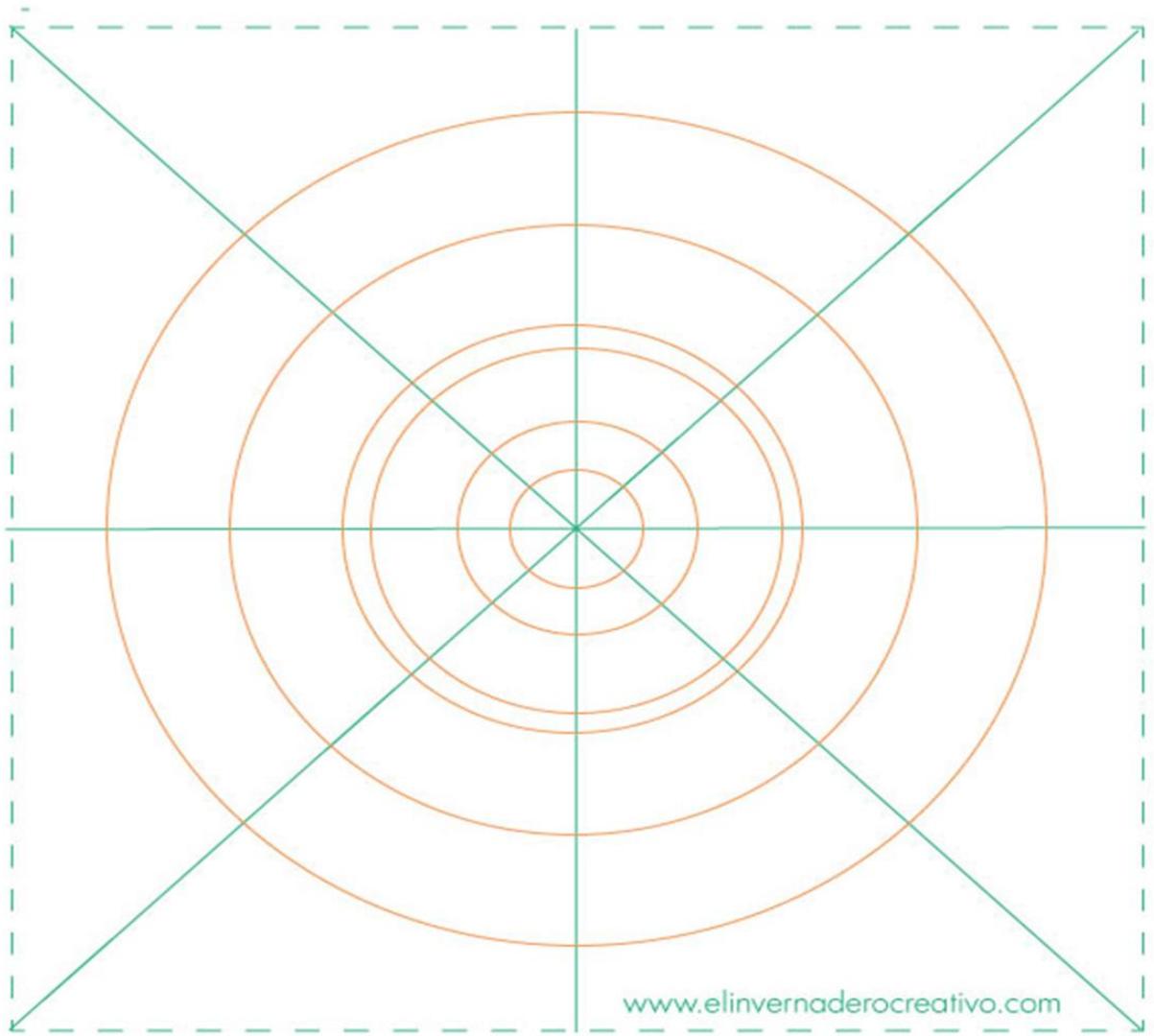
“CONSTRUYENDO UNA MANDALA”

Objetivo:

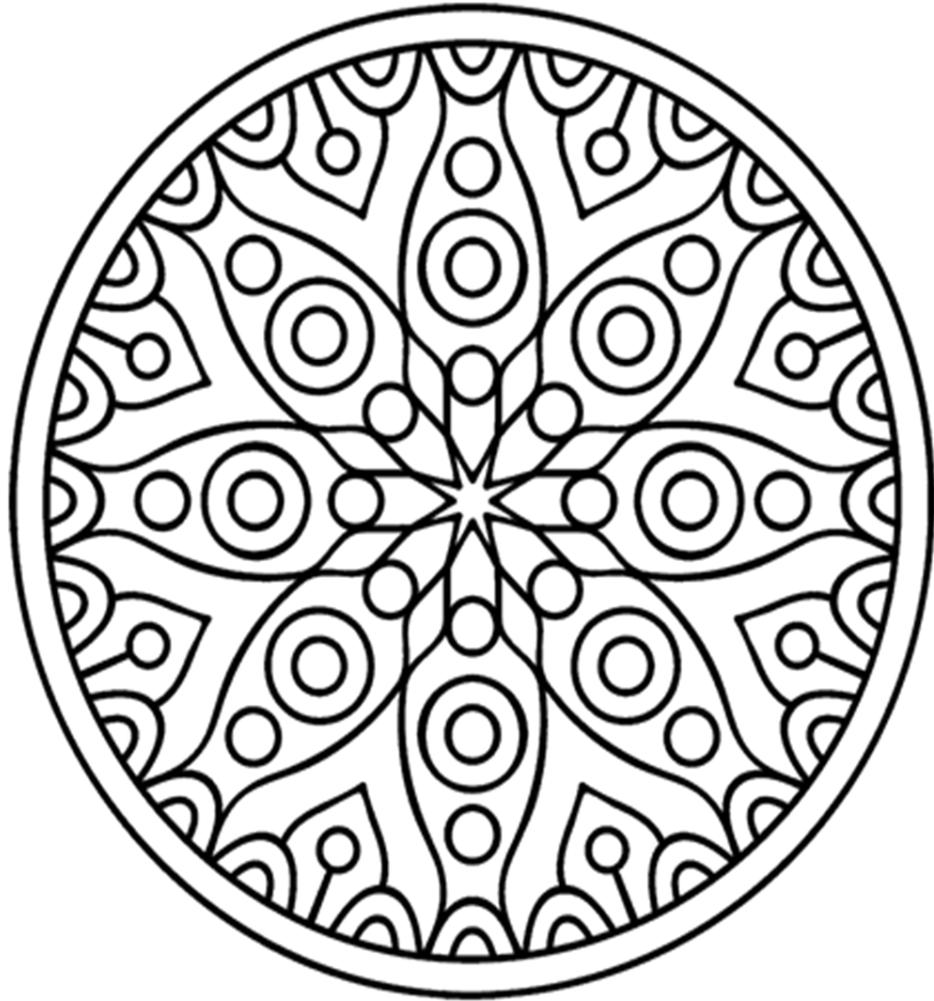
Fortalecer las praxias de construcción del adulto mayor víctima de violencia psicológica.



Anexo 4



Anexo 5



Anexo 6



¡ENTRE COLORES Y ARTE
VIVIMOS FELICES
PINTEMOS UN MUNDO
LLENO DE ALEGRÍA!

SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
17	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Favorecer el bienestar emocional a través del baile terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Nos estiramos un poquito”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre baile terapia.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> Ejercicio 1: “Alegría, alegría ... que vamos a bailar” • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Grabamos nuestros logros”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 17

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Bailando para la vida”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Favorecer el bienestar emocional a través del bailo terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

El Bailo terapia es una técnica que consiste en ejercitarse mientras bailas. Es una mezcla entre el cuerpo y la música, sin un género en particular. Esta disciplina de ejercicios combinados con el baile permite que el cuerpo se relaje y al ritmo de la música se pueda compartir, disfrutar, liberar estrés, relajarse, mejorar la figura y bajar de peso. Además, diversos estudios revelan la importancia en la prevención del Alzheimer.

Alcazar (2020), explica que cuando el adulto mayor baila, en su mente “suceden cosas extraordinarias desde una perspectiva científica”. El Bailo terapia ayuda a disminuir el estrés y ansiedad, así como puede reducir la ira y aumentar la energía de la gente. Asimismo, explica que al bailar liberamos endorfinas, la llamada hormona de la felicidad, por lo que nos podemos de buen humor y nos mejora el ánimo, es decir: aumenta nuestro bienestar emocional.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número diecisiete, denominada “Bailando para la vida”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 17.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió en pintar una mandala con café.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 17.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas bailando y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Nos estiramos un poquito” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular el bienestar emocional en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica leyendo las instrucciones de la actividad:
 - ✓ La actividad consistirá en poder calentar y estirar los músculos antes de iniciar con el ejercicio principal de la sesión.
 - ✓ Se iniciará haciendo un estiramiento muscular suave, unido con rotaciones de las articulaciones.
 - ✓ Se podrá estirar las piernas, luego el cuello y hombros, posteriormente estirar tronco y cadera.
 - ✓ Después que los participantes entren en calor, se procederá a realizar estiramiento para preparar los músculos y no sufrir lesiones

- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“Hay muchos atajos para controlar nuestras emociones, el baile es una de ellas” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre bailo terapia.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la bailo terapia?
 - ✓ ¿Podrían decirnos si usted practica ejercicios de la bailo terapia?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia de la bailo terapia en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre bailo terapia:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre bailo terapia en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:

- ✓ *Luego de lo explicado ¿Qué es la bailo terapia?*
- ✓ *¿Para qué es importante la bailo terapia en la vida del adulto mayor?*

Presentación de la actividad de la sesión:

Ejercicio 1: “Alegría, alegría ... que vamos a bailar” (Ver Anexo 5)

- *El facilitador(es) brindará las instrucciones de la actividad:*
 - ✓ *Luego de haber realizado los ejercicios de calentamiento y estiramiento, para evitar algún tipo de lesión, se procederá con el desarrollo de la actividad.*
 - ✓ *Posteriormente el facilitador(es), transmitirá música (salsa, merengue, canciones de acuerdo al contexto cultural de los participantes).*
 - ✓ *Luego los participantes tendrán que realizar pasos suaves y acordes a las canciones y siguiendo los pasos que realicen el facilitador(es).*
 - ✓ *Recuerda que para la bailo terapia se necesita realizar movimientos de todas las partes del cuerpo, pero a una velocidad adecuada para los adultos mayores.*
- *Terminada la explicación del ejercicio se procederá a reproducir las canciones.*
- *Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor.*

Retroalimentación de actividades de la sesión

- *Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:*
 - ✓ *¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?*
 - ✓ *¿Tuvieron alguna dificultad?*
- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular el bienestar emocional a través del baile terapia en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

• **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- *El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:*
 - ✓ *¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?*
 - ✓ *¿Por qué creen que sea importante estimular el bienestar emocional a través del baile terapia en las personas adultas mayores?*
 - ✓ *¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?*
- *Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.*

Actividad final:

- Se les dejará como tarea para la próxima sesión.
“Grabamos nuestros logros”

Se le pedirá al adulto mayor que se grabe bailando una canción que sea de su agrado, y posteriormente lo envíe al facilitador(es).
Los videos serán vistos al inicio de la próxima sesión

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 6)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

Link de música para estiramiento

<https://www.youtube.com/watch?v=zS0v8NOP6Tc>

Anexo 3



Anexo 4



Anexo 5

LINK DE MÚSICA
https://www.youtube.com/watch?v=atHml6vq6ko&t=2129s
https://www.youtube.com/watch?v=M7XBjaDIRPM
https://www.youtube.com/watch?v=r8q7WQxVMzU
https://www.youtube.com/watch?v=tS8bQ23a7qc

Anexo 6



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
18	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Favorecer el bienestar emocional a través de la risoterapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Aprendiendo a reír”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre risoterapia.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> • <i>Ejercicio 1: “Contagiando sonrisas”</i> • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final “Eliminemos las angustias”</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 18

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“A reír para estar bien”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Favorecer el bienestar emocional a través de la risoterapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

Quiñones (2020), manifestó que el reír fortalece los músculos del cuerpo, el sistema inmunológico, ayuda a autorregular las emociones e inhibe hormonas asociadas con el estrés. Además, que las sensaciones de placer están asociadas con el sistema nervioso parasimpático. Por esto, cuando uno está en una etapa de tensión, reír de manera provocada o espontánea ayuda a desactivar el estado de alarma que se activa en el sistema nervioso con el estrés y fijarse en la relajación.

Por otro lado, la Risoterapia aumenta la tolerancia, reduce el dolor, facilita la enseñanza, mejora las relaciones interpersonales, ayuda en la terapia del habla, aumenta el optimismo, la creatividad y la confianza en el adulto mayor.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número dieciocho, denominada “A reír para estar bien”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 18.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior:

- Antes de iniciar con las actividades se procederá a revisar la tarea dejada en la sesión anterior, la cual consistió grabarse realizando un baile de su canción favorita.
- Se les pedirá a los adultos mayores que participen y expongan sus trabajos de manera voluntaria.
- Se hará las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar la actividad?
- Luego de las preguntas se procederá a dar paso a las actividades de la sesión 18.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas riendo y se les hará la siguiente pregunta (**Ver Anexo 1**):
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: "Aprendiendo a reír"

Objetivo: Estimular el bienestar emocional a través de la risoterapia en el adulto mayor.

- El facilitador(es) iniciarán la dinámica explicando las instrucciones de la actividad.
 - ✓ Se les pedirá a los participantes que se pongan de pie.
 - ✓ Luego se les explicará que deberán de hacer palmadas, dos veces para la derecha y tres veces para la izquierda o viceversa.
 - ✓ Una vez que todos hayan encontrado el ritmo de las palmadas, deberán de unir las palmadas con la palabra "Ja", "Je", "Ji", "Jo", "Ju". Por ejemplo:

Ja ... Ja (Con palmadas a la izquierda) ... Ja Ja Ja (Con palmadas para la derecha)

Je ... Je (Con palmadas a la izquierda) ... Je Je Je (Con palmadas para la derecha)

Ji ... Ji (Con palmadas a la izquierda) ... Ji Ji Ji (Con palmadas para la derecha)

Jo ... Jo (Con palmadas a la izquierda) ... Jo Jo Jo (Con palmadas para la derecha)

Ju ... Ju (Con palmadas a la izquierda) ... Ju Ju Ju (Con palmadas para la derecha)

- ✓ El facilitador (es) deberá de explicar cómo es el sonido de las palmadas, posteriormente se procederá a dar pase a la dinámica.
 - ✓ Al finalizar la dinámica los participantes deberán de realizar una " duchita de amor", la cual consiste en estirar las manos por arriba de nuestra cabeza y luego ir bajándolas lentamente, acariciando nuestro rostro, nuestro cuello hasta los pies.
- Este ejercicio durará aproximadamente 10 minutos.
 - Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **"No hay risa que cure lo que cura la felicidad" (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre la risoterapia.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la risoterapia?
 - ✓ ¿Han practicado alguna vez ejercicios de la risoterapia?

- ✓ *¿Cuál creen que sea la importancia de la risoterapia en el adulto mayor?*

Reforzar las ideas de los participantes sobre atención sostenida:

- *El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre risoterapia en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. (Ver Anexo 2)*
- *Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. (Ver Anexo 3)*
- *Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:*
 - ✓ *Luego de lo explicado ¿Qué es la risoterapia?*
 - ✓ *¿Para qué es importante la risoterapia en la vida del adulto mayor?*

Presentación de la actividad de la sesión:

Ejercicio 1: “Contagiando sonrisas”

- *El facilitador(es) brindará las instrucciones del ejercicio:*
 - ✓ *Primero los participantes se tocarán el estómago y la parte superior del pecho.*
 - ✓ *Luego deberán de soltar carcajadas por 7 minutos.*
 - ✓ *Las carcajadas serán realizadas de manera libre.*
 - ✓ *Deberán de hacerlo de menor a mayor intensidad.*
 - ✓ *Posteriormente, los participantes mientras se ríen, deberán de señalar a otro participante y este deberá de reírse también.*
 - ✓ *Seguido de esto los participantes se darán una “ducha de amor”, la cual consiste en estirar las manos por arriba de nuestra cabeza y luego ir bajándolas lentamente, acariciando nuestro rostro, nuestro cuello hasta los pies.*
 - ✓ *Finalmente, los participantes deberán de cerrar los ojos, hacer un ejercicio de respiración y estiramiento.*

Retroalimentación de actividades de la sesión

- *Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:*
 - ✓ *¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?*
 - ✓ *¿Tuvieron alguna dificultad?*
- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular el bienestar emocional a través de la risoterapia en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

- **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?
 - ✓ ¿Por qué creen que sea importante estimular el bienestar emocional a través de la risoterapia en las personas adultas mayores?
 - ✓ ¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final:

- Se realizará un ejercicio final.
“Eliminemos las angustias”

Se les brindará a los participantes las instrucciones para la realización de la actividad final.

- ✓ Los participantes deberán de emparejarse y tomarse de las manos (opcional) y verse a los ojos)
- ✓ Seguido de ello, los participantes deberán de cerrar los ojos y pensar en algo malo o negativo que les ha ocurrido últimamente.
- ✓ Después, las parejas deberán de abrir los ojos y gritar lo más fuerte posible, expulsando ese recuerdo o idea negativa que han pensado.
- ✓ El facilitador (es) les pedirán que ahora piensen en algo bonito o agradable para ellos, después de 15 segundos deberán de respirar y exhalar 3 veces.
- ✓ Finalmente, las parejas se abrazarán y se dirán una frase positiva, por ejemplo “Te quiero”, “Eres hermoso(a)”, “Eres valiente”, etc.

Despedida:

- Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 4)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2

LA RISOTERAPIA

Consiste en utilizar la risa como medio terapeutico ya que al reir liberamos hormonas de la felicidad lo cual nos hace sentirnos mejor.

The slide has a light yellow background. At the top, the title 'LA RISOTERAPIA' is written in pink, bold, uppercase letters, flanked by two yellow laughing face emojis with blue tears. Below the title, the text is written in a black, cursive-style font. The text is surrounded by decorative elements: a pink starburst on the left, a pink scribble on the right, and a green starburst at the bottom left.

Anexo 3



Anexo 4



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
19	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Favorecer el bienestar emocional a través de la abrazo terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Introducción y acercamiento a la actividad a realizar.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Siento amor”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación del conocimiento previo de los participantes.</i> • <i>Reforzar las ideas de los participantes sobre abrazo terapia.</i> • <i>Presentación de las actividades de la sesión:</i> • <i>Ejercicio 1: “El abrazo liberador”</i> • <i>Retroalimentación de actividades de la sesión</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 19

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Un abrazo de amor”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Favorecer el bienestar emocional a través del abrazo terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	50 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

Según Barbery (2007), terapeuta creadora del abrazo terapia, en su libro “el lenguaje de los abrazos” manifiesta que el abrazo no sólo es bueno, sino necesario para nuestro bienestar bio-psico-social. El abrazo terapia es un sistema que ayuda a regular el equilibrio entre tu parte física y tu parte emocional, y lo hace con algo tan sencillo y natural como los abrazos.

Los abrazos en el adulto mayor le permiten reducir el estrés y la tensión, aportan seguridad y protección, promueven bienestar y calma, mejoran la autoestima, empoderamiento, regulan el estado de ánimo y el nivel de energía, estimula la capacidad sensitiva, refuerzan los procesos de memoria y aprendizaje. la dopamina aumenta el buen humor y la motivación. las emociones también asientan los recuerdos, se presentan mejorías en cefaleas, insomnio, regulación del apetito, dolor crónico, ralentización del envejecimiento (por la hormona dhea) y refuerzo del sistema inmunológico y potencian las relaciones interpersonales y sentimientos de conexión.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la sesión número diecinueve, denominada “Un abrazo de amor”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 19.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Introducción y acercamiento a la actividad a realizar:

- Antes de iniciar con las actividades programadas, los facilitadores brindarán un acercamiento del tema que se abordará en la sesión.
- Se les mostrará a las participantes algunas imágenes de personas dando abrazos y se les hará la siguiente pregunta **(Ver Anexo 1)**:
 - ✓ ¿Sobre qué creen que hablaremos el día de hoy?
- Se escuchará de manera atenta todas las respuestas voluntarias dadas por los participantes y se procederá a presentar la sesión a realizar.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr.
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Siento amor” (Ver Anexo 2)

Objetivo: Estimular el bienestar emocional a través del abrazo terapia en el adulto mayor.

- El facilitador(es) procederá a leer las instrucciones de la actividad.
 - ✓ Se proyectará una frase, diciendo lo siguiente:
 - “Me abrazo”
 - “Me acepto”
 - Y “Me quiero como soy”
 - ✓ Seguido de ello, se le pedirá a los participantes que repitan la frase y mientras lo hacen se abracen ellos mismos.
 - ✓ El abrazo deberá de ser genuino, y con mucho amor hacia uno mismo.
 - ✓ Se deberá de repetir la frase 6 veces.

- Seguido de ello, se preguntará a los adultos mayores lo siguiente:
 - ✓ ¿Tuvieron alguna dificultad al momento de realizar esta actividad?
 - ✓ ¿Qué les pareció esta actividad?

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“A veces un abrazo es la mejor terapia que nos puedan dar” (Anónimo)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• **DESARROLLO**

Evaluación del conocimiento previo de los participantes:

- El facilitador(es) realizará algunas preguntas a los participantes sobre el bienestar emocional a través del abrazo terapia.
- Se podrán realizar preguntas de acuerdo al contexto y el lugar en que se realice, las cuales tendrán que tener relación con el tema a realizar:
 - ✓ ¿Saben que es la abrazo terapia?
 - ✓ ¿Cuán a menudo dan abrazos?
 - ✓ ¿Cuál creen que sea la importancia del abrazo terapia en el adulto mayor?

Reforzar las ideas de los participantes sobre atención sostenida:

- El facilitador(es) entregarán un folleto físico o virtual, según sean las circunstancias, que resuma el tema sobre abrazo terapia en el adulto mayor, dándoles también unos minutos para que lo revisen y lean. **(Ver Anexo 3)**
- Seguido de eso se realizará una explicación del tema a tratar, de manera dinámica y breve, permitiendo que los adultos mayores comprendan lo explicado. **(Ver Anexo 4)**
- Al finalizar la explicación, el facilitador(es) deberá de realizar una retroalimentación, a través de las siguientes preguntas:
 - ✓ Luego de lo explicado ¿Qué es el abrazo terapia?
 - ✓ ¿Para qué es importante la abrazo terapia en la vida del adulto mayor?

Presentación de la actividad de la sesión:

Ejercicio 1: “El abrazo liberador”

- El facilitador(es) brindará las instrucciones del ejercicio:
 - ✓ Se deberán de formar parejas y a cada pareja se le dará un trapo o bincha con la que puedan atarse los ojos.
 - ✓ Luego, lo que se tendrá que hacer es atar los ojos de un miembro de la pareja.

- ✓ *Seguido de ello, se les explicará la dinámica, la cual consiste en que la persona que no está vendada de los ojos se imagine que la persona vendada sea una persona con la cual quisiera hablar o pedirle disculpas.*
 - ✓ *La persona que no tenga vendada las vistas deberá de expresar a la persona vendada todo lo que quiere decirle a la persona que imaginó.*
 - ✓ *La persona vendada solo será un receptor pasivo de lo que escuche.*
 - ✓ *Lo que se quiere es que la persona que no esté vendada de las vistas pueda liberar esa carga emocional que pueda estar teniendo, expresar sus sentimientos y posteriormente abrazar a la persona que imaginó, la cual está representada por el participante vendado.*
 - ✓ *Los roles se podrán cambiar, y la persona vendada pasará a ser la persona que exprese todos sus sentimientos.*
 - ✓ *Es importante recordar que esta dinámica se cierra con un fuerte abrazo entre parejas y con una frase positiva.*
- *Se podrán aclarar las dudas que tenga el adulto mayor, sin inferir en sus respuestas.*

Retroalimentación de actividades de la sesión

- *Al finalizar las actividades, el facilitador(es), formularán las siguientes preguntas a los participantes:*
- ✓ *¿Cómo se sintieron al realizar las actividades?*
 - ✓ *¿Tuvieron alguna dificultad?*
- *Seguido de las respuestas se da una breve explicación de la importancia de estimular el bienestar emocional a través de los abrazos en el adulto mayor y cuáles son sus beneficios.*

● **CIERRE**

Retroalimentación final y autorreflexión:

- *El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:*
- ✓ *¿Qué les pareció la sesión del día de hoy?*
 - ✓ *¿Por qué crean que sea importante dar abrazos?*
 - ✓ *¿Creen que deberíamos mejorar algo de las sesiones? ¿Qué cosas?*
- *Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.*

Despedida:

- *Se les entregará pastillas psicológicas con frases a cada participante en la cual se promoverá la participación del adulto mayor en el programa. **(Ver Anexo 5)***
- *Para finalizar, se les dará las gracias por su participación y se les invitará para que asistan a la próxima sesión.*

IV. ANEXOS

Anexo 1



Anexo 2



Anexo 3

ABRAZOTERAPIA

LOS ABRAZOS CONSIGUEN QUE NUESTRO CUERPO LIBERE MÁS OXITOCINA, DE LA QUE YA HEMOS HABLADO ANTES. AL HACER QUE NUESTRO ORGANISMO GENERE MÁS OXITOCINA TENEMOS UNA SENSACIÓN DE BIENESTAR Y DE APEGO, LA CUAL NOS PERMITE REDUCIR LOS NIVELES DE ESTRÉS EN NUESTRO ORGANISMO. ES POR ESO QUE UTILIZAMOS EL ABRAZOTERAPIA COMO UNA TÉCNICA EFECTIVA.

Anexo 4

“UN ABRAZO DE AMOR”

Objetivo:

Favorecer el bienestar emocional a través del abrazo terapia en el adulto mayor víctima de violencia psicológica.



Anexo 5



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	MOMENTOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	MATERIALES
20	Estimular las funciones cognitivas en adultos mayores víctimas de violencia psicológica.	Evaluar a través de un post test la influencia del programa en el adulto mayor.	INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Presentación del facilitador(es).</i> • <i>Asistencia de los participantes de la sesión.</i> • <i>Revisión de la tarea dejada en la sesión anterior.</i> • <i>Presentación de la sesión.</i> • <i>Dinámica de bienvenida: “Relajación y calma”</i> • <i>Frase inicial.</i> 	15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Hojas de color • Lápices • Papelotes • Material audiovisual • Fichas de asistencia • Impresora • Proyector multimedia • Equipo de sonido
			DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluación de las funciones cognitivas en el adulto mayor a través del Post test.</i> 	25 minutos	
			CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Retroalimentación final y autorreflexión.</i> • <i>Actividad final y despedida.</i> 	10 minutos	

DESARROLLO DE LA SESIÓN N° 20

I. DATOS INFORMATIVOS:

NOMBRE DE LA SESIÓN	“Medimos nuestros logros”
OBJETIVO DE LA SESIÓN	Evaluar a través de un post test la influencia del programa en el adulto mayor.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">✓ Papel bond✓ Lápices✓ Colores✓ Material audiovisual✓ Ficha de trabajo✓ Pastillas psicológicas
DURACIÓN DE LA SESIÓN	30 minutos

II. MARCO TEÓRICO DE LA SESIÓN:

La evaluación neuropsicológica planea distinguir alteraciones dentro de las capacidades cognitivas y luego proponer una intervención según lo indicado por los resultados obtenidos. Este proceso incorpora la investigación y el diagnóstico de las características neuropsicológicas, que luego, permitirá planificar un perfil de las capacidades aun preservadas y alteradas, lo que hace posible observar el avance y el logro del programa a través de pruebas previas y posteriores. (Lepe, et al., 2017).

Según la Asociación Americana de Psicología (APA), la evaluación neuropsicológica es definido como un proceso que hace uso de un post test para poder evaluar la influencia que ha tenido un programa o plan de tratamiento, permitiendo medir las mejoras logradas y sobre todo poder plantear un plan de tratamiento.

A través de la aplicación del post test se podrá recoger información sobre cómo es que ha influido un conjunto de actividades en el adulto mayor y poder determinar de manera objetiva el progreso que tiene la población beneficiaria, así como valorar la importancia y eficacia del programa.

III. PROCEDIMIENTO

• INICIO

Presentación del facilitador(es):

- El facilitador(es) darán la bienvenida a los adultos mayores que participarán de la última sesión, denominada “Medimos nuestros logros”
- Posteriormente se presentarán y darán inicio a la sesión 20.

Asistencia de los participantes de la sesión:

- El facilitador(es) registrará la asistencia de los participantes de la sesión, de manera física o virtual de acuerdo sean las circunstancias.

Presentación de la sesión:

- El facilitador(es) explicarán de manera breve cual es el objetivo de la sesión, posteriormente se dará la explicación de lo que se realizará y de lo que se desea lograr. **(Ver Anexo 1)**
- Seguido de la explicación se les preguntará a los participantes si entendieron el objetivo de la sesión y si tienen alguna duda.

Dinámica de bienvenida: “Relajación y calma”

Objetivo: Permitir la relajación corporal y regulación emocional, para posteriormente realizar el post test.

- El facilitador(es) brindará las instrucciones a los participantes para realizar la dinámica:
 - ✓ Se les pedirá a los participantes que inhalen por la nariz de manera profunda, llevando el aire hacia el abdomen.
 - ✓ Posteriormente los participantes deberán de exhalar de manera lenta por la boca (como si estuviera soplando una vela).
 - ✓ Seguido de la respiración, se le pedirá que cierren los puños lo más fuerte que ellos puedan, durante 5 segundos y luego afloja lentamente.
 - ✓ Luego se les pedirá que arruguen la frente y mientras lo hacen roten la cabeza de derecha a izquierda, luego de 3 repeticiones se les pedirá que aflojen la frente.
 - ✓ Además, se les dirá que arruguen la cara, que frunzan los ojos, el ceño y los labios por 5 segundos.
 - ✓ Nuevamente se repetirá la respiración realizada inicialmente.
 - ✓ Se retomará los ejercicios de estiramiento y relajación con los músculos de los hombros, los brazos, piernas y pies.
 - ✓ Finalmente, se les pedirá a los participantes que piensen por 15 segundos en algo que les guste mucho, ya sea una canción, un lugar, un momento especial o una persona.

NOTA: Este ejercicio se realizará con ayuda de una música de fondo, la cual deberá de ser suave y relajante. **(Ver Anexo 2)**

Frase inicial:

- Se presentará la frase: **“Luego de cada aprendizaje, siempre es bueno evaluar nuestros logros” (Creación propia)**
- Posteriormente se dará pase al desarrollo de la sesión.

• DESARROLLO

Evaluación de las funciones cognitivas en el adulto mayor a través del Post Test:

- La evaluación podrá ser realizado de manera grupal o individual, de acuerdo a consideración de los facilitadores.
- El facilitador(es) entregarán o enviaran de manera virtual (según sea el caso) la evaluación del post test, y se les leerá las instrucciones para que los participantes puedan realizarla.
- Se les dirá a los evaluados que respondan de la manera más honesta, personal y consciente posible.
- El facilitador(es) deberán de responder las dudas que pueda tener la persona evaluada, evitando ejemplos evidentes para inducir posibles respuestas.
- Los adultos mayores contarán con 10 a 15 minutos aproximadamente para responder la evaluación del post test.

• CIERRE

Retroalimentación final y autorreflexión:

- El facilitador(es) realizan la pregunta final a los participantes:
 - ✓ ¿Cómo se sintieron durante la realización del programa?
 - ✓ ¿Qué les pareció las sesiones realizadas?
 - ✓ ¿Creen que han sido útiles las actividades que hemos realizado?
 - ✓ ¿Qué opina sobre la estimulación cognitiva en el adulto mayor?
- Con las respuestas brindadas por los adultos mayores se creará un clima de reflexión.

Actividad final y despedida:

- Se finaliza el programa haciendo entrega de unos reconocimientos a los participantes y se realiza un compartir entre todos (a elección de los facilitadores). **(Ver Anexo 3)**
- Para finalizar, se les dará las gracias por su participación durante todas las sesiones.

IV. ANEXOS

Anexo 1



“MEDIMOS NUESTROS LOGROS”

Objetivo:
Evaluar a través de un post test la influencia del programa en el adulto mayor.

The graphic features a blue background with a white brain icon and two stylized elderly figures (a man and a woman) in the upper right corner.

Anexo 2

Link música relajante

<https://www.youtube.com/watch?v=KfADcE8DOuU>

Anexo 3

DIPLOMA

DIRIGIDO A:



**POR SU PARTICIPACIÓN EN EL PROGRAMA
DE ESTIMULACIÓN NEUROPSICOLÓGICA EN
ADULTOS MAYORES**





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CHUNGA PAJARES LUIS ALBERTO, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHICLAYO, asesor de Tesis titulada: "PROGRAMA NEUROPSICOLÓGICO PARA ESTIMULAR LAS FUNCIONES COGNITIVAS EN ADULTOS MAYORES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA, CHICLAYO 2022", cuyos autores son RIOS SILVA BRYGHAM MANUEL, RENGIFO ASENJO ANDREA ABIGAIL, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 8.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

CHICLAYO, 16 de Julio del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CHUNGA PAJARES LUIS ALBERTO DNI: 43500086 ORCID: 0000-0002-6424-9695	Firmado electrónicamente por: CPAJARESLA el 16- 07-2022 22:54:26

Código documento Trilce: TRI - 0348674