

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

CONSERVACIÓN Y RENDIMIENTO DE FUNCIONES COGNITIVAS EN PERSONAS MAYORES MEDIANTE NUEVAS TECNOLOGÍAS

José I. Navarro, Inmaculada Menacho, Concepción Alcalde, Esperanza
Marchena, Manuel Aguilar y Gonzalo Ruiz

Departamento de Psicología

Universidad de Cádiz

MEMORIA FINAL

Diciembre 2005

ISBN 13: 978-84-608-0407-9

ISBN 10: 84-608-0407-0

Nota: Los autores forman parte del Grupo de investigación del PAI HUM-634. El proyecto fue financiado por el contrato OTRI, Ref.: OT2003056 con la Diputación provincial de Cádiz.



AGRADECIMIENTOS

Los autores del proyecto de investigación mantienen una deuda de agradecimiento con todas aquellas personas mayores de la residencia Matía y Calvo que han colaborado con nosotros. Sin su voluntaria y eficiente participación no hubiera sido posible desarrollar este proyecto. Sus nombres han sido omitidos para respetar su privacidad, pero cada una de las mujeres y hombres que han participado en el proyecto nos han dado lecciones de respeto y entusiasmo, ayudando a eliminar los estereotipos sociales de que la vejez necesariamente supone decadencia. Este agradecimiento se hace extensivo al director del centro *D. Luis Pérez Martínez*, el personal de animación sociocultural y el sanitario, así como el resto de los trabajadores que nos han ayudado en cada momento. Igualmente quisiéramos agradecer la colaboración de la Delegación de Bienestar Social de la Excelentísima Diputación de Cádiz. Personal técnico como *D^a Pilar Prieto* nos ha prestado la cobertura institucional necesaria y su colaboración profesional a lo largo de todo el trabajo.

RESUMEN GENERAL DEL PROYECTO DE TRABAJO

LA ESTIMULACIÓN DE LOS PROCESOS COGNITIVOS

EN LOS ANCIANOS. La flexibilidad de la memoria

MÉTODO

Participantes

Pruebas administradas

PROCEDIMIENTO

VARIABLES dependientes del estudio

RELACIÓN DE PARTICIPANTES EN CADA GRUPO DE TRABAJO

GRUPO DE TRATAMIENTO CON ORDENADORES

Asistencia

GRUPO DE TRATAMIENTO CON LÁPIZ Y PAPEL

Asistencia

GRUPO MIXTO: ORDENADORES Y LÁPIZ Y PAPEL

Asistencia

RESULTADOS

RESULTADOS DE LAS PRUEBAS DE SCREENING

RESULTADOS DEL NIVEL DE APRENDIZAJE Y SATISFACCIÓN DEL GRUPO ENTRENADO CON ORDENADORES

RESULTADOS DEL NIVEL DE APRENDIZAJE Y SATISFACCIÓN DEL GRUPO ENTRENADO CON LÁPIZ Y PAPEL

RESULTADOS DEL NIVEL DE APRENDIZAJE Y SATISFACCIÓN DEL GRUPO MIXTO ENTRENADO CON ORDENADORES MÁS LÁPIZ Y PAPEL

RESUMEN DE DATOS DEL NIVEL DE INTERÉS POR EL PROGRAMA, EL CAMBIO, LA MEJORA Y EL RENDIMIENTO PERCIBIDOS

RESULTADOS DE LOS TRATAMIENTOS EFECTUADOS SEGÚN LAS VARIABLES DEPENDIENTES REGISTRADAS EN LAS TRES EVALUACIONES

CONTRASTES ESTADÍSTICOS

NIVEL DE SATISFACCIÓN DE LA DIRECCIÓN Y DEL PERSONAL TÉCNICO
DEL CENTRO

DISCUSIÓN

CONCLUSIONES

Dossier de prensa

Documentación gráfica

Planificación prevista hasta finalizar el año 2004

Planificación prevista hasta finalizar el año 2005

ANEXO PRUEBAS ADMINISTRADAS

REFERENCIAS



UCA

Universidad
de Cádiz

RESUMEN GENERAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

En ocasiones, las personas mayores se ven afectadas por deterioros significativos en los procesos psíquicos superiores que afectan a su vida cotidiana y su autoconcepto. Existen ciertas evidencias que han puesto de manifiesto que el entrenamiento de las funciones de memoria, atención, concentración y relajación puede ayudar a retrasar el deterioro psíquico, mejorando la calidad de vida de estas personas y su integración social, y ayudando así a mejorar su *autoestima*. En este trabajo se ejercita a un grupo de personas mayores con diferentes niveles de afectación en sus procesos de memoria y atención, mediante programas informáticos de entrenamiento de funciones cognitivas (entrenamiento en estrategias de memoria, atención, concentración,...) que permiten una generalización de las mejoras adquiridas, aplicándolas en su vida cotidiana. Para comprobar la eficacia del entrenamiento se establecen medidas psicológicas antes, durante y después del tratamiento. El proyecto trata de combinar experimentalmente los conocimientos derivados de la investigación sobre memoria humana en personas mayores y los procedimientos de Instrucción Asistida por Ordenador. Tiene como finalidad utilizar las nuevas tecnologías como programas preventivos contra la pérdida de memoria asociada a la edad y la rehabilitación de las habilidades cognitivas de atención, mejorando las actividades de concentración. Dado que es uno de los primeros síntomas que aparece en los problemas de memoria que manifiestan muchas personas mayores y que pueden llegar a constituir una causa de desintegración social y familiar de dicho colectivo. Para ello nos planteamos los siguientes objetivos: (1) Evaluación de las funciones cognitivas de las personas mayores ingresadas en el centro. (2) Analizar la eficacia de las Nuevas Tecnologías para el tratamiento de la pérdida de memoria asociada a la edad mediante el *software* multimedia interactivo "*Cómo mejorar tus habilidades mentales*". (3) Aumentar la actividad cognitiva de personas mayores para mantener sus habilidades mentales, aprovechando sus facultades existentes. (4) Promover la motivación y la autoestima de los mayores a partir de su actividad individual y grupal. Fomentar la interacción social de las personas mayores realizando sesiones de entrenamiento en grupos. (5) Realizar un seguimiento longitudinal de la evolución de los procesos cognitivos entrenados en las personas mayores participantes.

Para este estudio se seleccionó una muestra de personas mayores de 60 años con dificultades cognitivas, del ámbito territorial de la provincia de Cádiz. Los participantes en el proyecto son miembros de la residencia de Mayores *Fundación Matía Calvo* (Cádiz, c/ Dr. Marañón, nº 5), de la Diputación Provincial de Cádiz. El estudio se desarrolla con una metodología experimental de grupos, con medidas repetidas de las variables dependientes, enmarcado en un trabajo longitudinal de 2 años de duración. Los participantes son sometidos a pruebas de evaluación de las funciones cognitivas de memoria, atención y concentración, así como de indicadores de personalidad como autoestima y autoconcepto. Tras la aplicación de los programas de tratamiento en mejora de la memoria, atención y concentración mediante procedimientos multimedia de Enseñanza Asistida por Ordenador con tareas individuales y de grupo, se realizan nuevas medidas de las funciones cognitivas entrenadas de manera que podamos comparar las ganancias de antes y después, así como las comparaciones entre los grupos de control y experimental. Un seguimiento individual de los sujetos con nuevas medidas de su evolución cognitiva nos mostrará un índice del mantenimiento de las ganancias. La investigación pretende que los participantes no sólo mejoren en sus funciones cognitivas, sino que integren las ganancias en sus formas de vida cotidiana; para ello se desarrollarán las tareas en grupos con contenidos personalizados. Así mismo, se pretende que el valor añadido del proyecto permita configurar un modelo de intervención práctica en la mejora de la memoria de las personas mayores que pueda utilizarse de manera preventiva desde contextos de grupo y autoaplicable por parte de los usuarios. Los resultados obtenidos sugieren que las personas mayores mejoraron en su capacidad de recuerdo, disminuyeron sus quejas de memoria de la vida cotidiana, y vieron incrementada la valoración personal de su estado de salud, si bien los efectos de los tratamientos no

pueden estadísticamente diferenciarse. Así mismo, la validez de contexto de la intervención en el centro estuvo garantizada a juzgar por los datos facilitados por la dirección y el personal técnico del mismo.

