

Programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor mediante la lúdica

Cognitive stimulation program for the intergenerational inclusion of the elderly through playfulness.

Margarita Cecilia Encalada Ojeda ¹[0009-0004-8134-6309], Carmen Siavil Varguillas Carmona ²[0000-0002-3834-2474]

^{1,2} Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba-Ecuador.

¹ mencalada@unach.edu.ec, ² cvarguillas@unach.edu.ec

CITA EN APA:

Encalada Ojeda, M. C., & Varguillas Carmona, C. S. (2023). Programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor mediante la lúdica. *Prometeo Conocimiento Científico*, 3(2), e46. <https://doi.org/10.55204/pcc.v3i2.e46>

Recibido: 2023-07-01

Revisado: 2023-07-05 al 2023-07-25

Corregido: 2023-08-03

Aceptado: 2023-08-08

Publicado: 2023-08-15

Prometeo

Conocimiento Científico

ISSN: 2953-4275



Los contenidos de este artículo están bajo una licencia de Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Los autores conservan los derechos morales y patrimoniales de sus obras.

Resumen.

Introducción: El artículo aborda el concepto de experiencias inclusivas intergeneracionales en la educación, destacando la importancia de las relaciones recíprocas entre adultos mayores, niños y adolescentes para construir intercambios basados en fortalezas generacionales. **Objetivo:** El objetivo del artículo es proponer un programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional de adultos mayores, buscando mejorar su calidad de vida a través del intercambio de aprendizajes entre generaciones. La investigación adopta un enfoque cualitativo y etnográfico para explorar los significados subjetivos y el contexto de la comunidad de Cacha. **Métodos:** El programa de estimulación cognitiva se implementa y evalúa en su impacto sobre la inclusión de adultos mayores. Los datos recopilados se analizan utilizando el software SPSS v.27. El estudio se centra en la población de 200 habitantes de 7 establecimientos educativos de la comunidad de Cacha, seleccionando una muestra intencional de 51 adultos mayores. Se utilizan diversos instrumentos, como el Mini Examen del Estado Mental (MEEM) y el test de Barthel para evaluar la función cognitiva y la independencia en actividades diarias. También se emplea el test de Lawton y Brody para evaluar las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD) y la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (GDS) para medir la depresión en adultos mayores. **Resultados:** Los resultados revelan una relación significativa entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en las actividades diarias de los adultos mayores. **Conclusiones:** Se concluye que la implementación del programa de estimulación cognitiva puede contribuir a mejorar la salud mental y la funcionalidad en actividades diarias. Dado que se establece una correlación entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en adultos mayores, se sugiere que este tipo de intervenciones puede abordar de manera integral los aspectos cognitivos y emocionales que afectan la calidad de vida de esta población.

Palabras Clave: Intergeneracional, Lúdica, Estimulación cognitiva, Adulto mayor.

Abstract:

Introduction: The article addresses the concept of intergenerational inclusive experiences in education, highlighting the importance of reciprocal relationships between older adults, children and adolescents to build exchanges based on generational strengths. **Objective:** The objective of the article is to propose a cognitive stimulation program for the intergenerational inclusion of older adults, seeking to improve their quality of life through the exchange of learning between generations. The research adopts a qualitative and ethnographic approach to explore the subjective meanings and context of the Cacha community. **Methods:** The cognitive stimulation program is implemented and evaluated for its impact on the inclusion of older adults. The data collected are analyzed using SPSS v.27 software. The study focuses on the population of 200 inhabitants of 7 educational establishments in the community of Cacha, selecting a purposive sample of 51 older

adults. Various instruments are used, such as the Mini Mental State Examination (MEEM) and the Barthel test to assess cognitive function and independence in daily activities. The Lawton and Brody test is also used to assess Instrumental Activities of Daily Living (IADL) and the Yesavage Geriatric Depression Scale (GDS) to measure depression in older adults. **Results:** The results reveal a significant relationship between depression, mental status, and functionality in daily activities in older adults. **Conclusions:** It is concluded that the implementation of the cognitive stimulation program can contribute to improve mental health and functionality in daily activities. Given that a correlation is established between depression, mental state and functionality in older adults, it is suggested that this type of intervention can comprehensively address the cognitive and emotional aspects that affect the quality of life of this population.

Key words: Intergenerational, Playfulness, Cognitive stimulation, Elderly.

1. INTRODUCCIÓN

Cuando se habla de experiencias inclusivas intergeneracionales en la parte educacional refiere el provocar un contacto entre grupos etarios bajo relaciones recíprocas entre los adultos mayores, niños y adolescentes; se fundamenta en una idea de estrecha colaboración, unión y asistencia mutua, constituye la base para construir mejores intercambios intergeneracionales basados en las fortalezas de cada generación.(Flores et al., 2019).

El problema del contacto intergeneracional se evidencia en muchas comunidades de las parroquias rurales, debido a la migración de la población del campo a la ciudad, varios centros de educación se han quedado sin alumnos y han tenido que cerrar sus puertas, existiendo más oferta que demanda en cuanto a la dotación de infraestructura educativa.(Chimborazo, 2019) Por este motivo, los niños de varias comunidades han sido concentrados en unidades educativas centralizadas y los adultos mayores ya no reciben esa estimulación por parte de la familia en su proceso de aprendizaje. El problema que surge es que los pobladores deben cubrir grandes distancias a pie para llegar a la institución educativa debido situaciones familiares; además, de que el servicio de transporte público no llega a todas las comunidades, la mayor parte de las vías son de tierra o lastradas y cuando llueve se vuelven intransitables (Chimborazo, 2019).

Impartir enseñanza de generación a generación incide en el desarrollo integral de cada uno de los miembros de la familia, ya sea este positivo y constructivo que propicie un adecuado refuerzo de habilidades sociales, valores, aprendizajes y emociones atendiendo las necesidades que se presenten para adquirir un estilo de vida óptimo, o negativo por la carencia de estructura familiar o la no convivencia, lo que genera que no se establezcan correctamente las relaciones interpersonales de manera asertiva. (Vega Roza et al., 2016).

Los factores antes mencionados llevados de forma positiva se complementan con la mitigación del deterioro cognitivo, mismo que desciende considerablemente, produciendo un retraso de las enfermedades o mortalidad de las personas adultas con un aumento de la esperanza y calidad de vida. Así, este incremento en la longevidad se explica por las mejoras en actividades de estimulación, sean de fortalecimiento físico, cognitivo, social y emocional (Benavides, 2020).

Existen varios estudios científicos que manifiestan que a partir de los 60 años el cerebro pierde de 2 a 3 gr. de peso anualmente. Estos cambios morfológicos generales también se atribuyen a modificaciones en la sustancia blanca de las regiones filogenéticamente más evolucionadas. La neuro plasticidad dentro de

la estimulación cognitiva es considerada como la posibilidad de incrementar el árbol dendrítico, las espinas y los contactos sinápticos que ayudan que no se pierda esta capacidad con el envejecimiento. (Salazar Perez, 2019).

Por esta razón el interés primordial en una propuesta de intervención en el campo de la estimulación cognitiva en base a la lúdica es donde se producen beneficios cognitivos y psicológicos; los cuales ayudan a reducir la ansiedad, depresión y especialmente a retrasar el deterioro cognitivo (Fernanda et al., 2017). En estudios previos sobre el tema tanto nacionales como internacionales se han demostrado beneficios de estimulación cognitiva significativos en un envejecimiento normal aportando en la capacidad de reserva cognitiva.

Frente a esta problemática se ha evidencia que existen alternativas que la población anciana tendría para la transformación de sus hábitos integrando nuevos valores generados por los cambios sociales que han propiciado a su vez renovaciones en la intervención social y su calidad de vida. Entre estos cambios se destaca la formación, el tiempo libre, el turismo, el desarrollo de habilidades sociales, el uso de internet como herramienta de conocimiento y comunicación, la participación y el comportamiento sociales que pueden contribuir a evitar problemas de deterioro cognitivo. Además, se puede ofrecer la oportunidad de construir una sociedad más cohesionada y solidaria, sin brechas generacionales. En esta línea, la atención a la diversidad y sus procesos inclusivos es fundamental para generar cada vez más espacios intergeneracionales. Entre los fundamentos que explican el aumento y plantean la necesidad de la existencia de programas intergeneracionales, algunos imperativos que plantean el desarrollo de las relaciones de este tipo como una cuestión inexcusable, que implica la responsabilidad política de los estados y el compromiso de los diferentes actores sociales.(Flores et al., 2019)

El presente artículo tiene como fin proponer un programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor, entendiendo la misma como el intercambio de aprendizajes de una generación a otra que contribuya a mejorar la calidad de vida de las personas; este estudio se muestra pertinente porque aborda un ámbito del ambiente familiar, mismo que tiene una función educativa y afectiva significativa, que parte de la base de experimentar por medio del aspecto lúdico la motivación, exploración, aprendizaje y potencialización de habilidades del pensamiento del adulto mayor.

Inclusión

La inclusión o Educación Inclusiva, establece un enfoque educativo basado en el valor de la diversidad, como elemento enriquecedor del desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, esto demanda una ayuda más específica, individual, un cambio de actitud y un compromiso para asegurar que las diferencias que poseen diferentes alumnos no impiden el desarrollo personal y social de cada uno de ellos, sea cual sea la necesidad educativa especial que demande. (López, Fernández Raúl, Morales, Calatayud Marianela, Medina, Peña Rolando, Palmero, 2018).

La palabra inclusión es un vocablo que proviene del latín inclusio, -ōnis, y se define como la conexión o amistad de alguien con otra persona (RAE, 2014). El concepto de inclusión surge de la era de

la “normalización” a partir de 1960, comenzando el proceso de integración educativa, es decir, de incorporación de algunos alumnos con discapacidad de centros de educación especial a centros “regulares” u “ordinarios”. (Hernández & Tobón, 2016)

De acuerdo con González y Cano (2013), “la inclusión no es un nuevo enfoque. Es más bien un reenfoque, una reorientación de una dirección ya emprendida, un corregir los errores atribuidos a la integración escolar, que subraya la igualdad por encima de la diferencia, que no se circunscribe solo al ámbito de la educación, es una idea transversal que está presente en los ámbitos de la vida social, familiar, laboral, etc.”.(Hernández & Tobón, 2016).

Como punto de partida, es fundamental no perder de vista que la inclusión, en tanto componente del derecho a la educación, es un principio rector que debe orientar el curso de las políticas y prácticas educativas, teniendo como eje fundamental el reconocimiento y valoración de la diversidad humana. La UNESCO (2005) la define como un medio para lograr el acceso equitativo de la diversidad del alumnado a una educación de calidad, sin ningún tipo de discriminación. La inclusión como derecho exige que todas las escuelas acojan a los niños, niñas y jóvenes de la comunidad independiente de sus capacidades, origen sociocultural, genero, etnia, orientación sexual, situaciones de vida. (Duk & Murillo, 2016).

Inclusión intergeneracional

Favorece un intercambio de aprendizajes, y se logra como resultados del aprendizaje, una innovación en intervención social, basada en la colaboración activa y la participación comunitaria con un evidente trasfondo 359 Octubre 9-11, 2019, Madrid, ESPAÑA V Congreso Internacional sobre Aprendizaje, Innovación y Competitividad (CINAIC 2019) educativo. La práctica sirve para promover el conocimiento mutuo de ambas generaciones, generar compromiso y valores, como el respeto y la prosocialidad.

Un programa intergeneracional define la intención de provocar que ocurra algo entre grupos de diferentes cohortes etarias, siendo ese algo su razón de ser. Para ser considerado como tal, debe tener continuidad en el tiempo y no tratarse simplemente de acciones aisladas (Sánchez Martínez et al., 2010).

Desarrollo cognitivo del adulto mayor

La función cognitiva de un individuo es el resultado del funcionamiento global de sus diferentes áreas intelectuales, incluyendo el pensamiento, la memoria, la percepción, la comunicación, la orientación, el cálculo, la comprensión y la resolución de problemas.

La función cognitiva cambia con la edad. Si bien algunos individuos envejecen «exitosamente», es decir muchas de sus funciones cognitivas permanecen igual que en su juventud; la mayoría sufre la disminución de algunas esferas cognitivas tales como las de aprender nueva información y ejecutar funciones motoras rápidas, mientras que otros sufren condiciones como la enfermedad de Alzheimer que deterioran severamente su funcionamiento cognitivo. (Varela, 2004).

El envejecimiento es una etapa del ciclo evolutivo donde se evidencian cambios cognitivos, físicos y psicosociales propios del deterioro. Como consecuencia pueden aparecer los trastornos afectivos y el

deterioro psicomotriz, cuando estos se unen a secuelas funcionales de otras enfermedades agudas o crónicas, repercuten negativamente en el estado físico y en las capacidades mentales, haciéndose más evidentes en los ancianos institucionalizados, dando lugar a diferentes síndromes y condicionando situaciones de diferentes niveles de incapacidad.(Campo et al., 2018).

Se ha considerado que la tercera edad es una etapa de declinación de las funciones fisiológicas que, unido a determinados eventos como la jubilación, supone un importante descenso en el nivel de ingresos económicos y cambios en el estilo de vida. A las consultas acuden adultos mayores con diversos trastornos, tales como ansiedad, MEDISAN 2017; 21(11):3137 depresión e irritabilidad que, unido a la pérdida de la pareja y los amigos, así como del atractivo físico y de los inevitables problemas de salud provocan que muchas personas aborden esta etapa de la vida con una autoestima baja. A pesar de ello, en este periodo no tiene que ser inevitable el deterioro fatal de las capacidades físicas e intelectuales, puesto que los sujetos pueden mostrar la necesaria motivación y la intención de mantener un estilo de vida productivo y atractivo donde se les propicien las condiciones para desenvolverse en un entorno rico, estimulante, en el cual se favorezcan experiencias de aprendizaje, así como reconozcan y estimulen los esfuerzos por alcanzar determinados logros. En cuanto a la participación en actividades de diversa índole, la senectud puede evitarse o demorarse, la expresión libre de sus potencialidades y su inteligencia cristalizada en productos novedosos que contribuyan al desarrollo social y aumenten su sentido de utilidad, sin dudas, permiten un afrontamiento armónico de esta etapa de la vida y satisfacen la necesidad principal del adulto mayor que es la trascendencia. En estudios realizados, los puntajes de calidad de vida se mantuvieron altos en las personas que encontraron valores y disfrute espirituales en otras dimensiones de la vida. (Salgado et al., 2017).

En el estudio “Efecto de la implementación de un programa de estimulación cognitiva en una población de adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Bogotá”, de Vega y Montero (2016) defienden al envejecimiento como normal, sin generalizar a toda la población adulta mayor, se puede presentar un declive en las funciones cognitivas e intelectuales previamente desarrolladas por el individuo. Desde la neuropsicología se han movilizado estrategias para mejorar este funcionamiento o detener el declive que se pueda presentar. Dentro de las estrategias de intervención, los programas de estimulación cognitiva muestran efectos beneficiosos en la cognición de estos adultos, mejorando o retardando problemas asociados a una demencia. El objetivo de este estudio fue identificar los perfiles pre y post, de un grupo de adultos mayores a quienes se les suministró un programa de estimulación en las funciones mentales superiores. Esta investigación está enmarcada dentro de un tipo de estudio comparativo-descriptivo, cuasi experimental, de diseño con grupo de estudio y grupo de comparación no equivalentes, realizado a 40 adultos mayores de ambos géneros quienes residen en la Ciudad de Bogotá. Para el análisis estadístico de los resultados se utilizó el paquete estadístico SPSS en su versión 22, utilizando estadísticos descriptivos y la prueba U de Mann-Whitney para las comparaciones. En los resultados se encontraron cambios en el perfil del grupo de estudio a nivel de sus medias, con datos estadísticamente significativos, evidenciando una mejoría tras el proceso de estimulación. Mientras que el grupo comparación mantuvo sus

perfiles. En conclusión, se establece la relevancia de la estimulación cognitiva en el envejecimiento normal como proceso terapéutico para el mantenimiento del funcionamiento cognitivo y la mejora de la calidad de vida de la población adulta mayor.”(Vega Rozo et al., 2016).

Cognición

El estudio del desarrollo cognitivo ha estado siempre estrechamente ligado a la biología, como muestra su origen evolucionista y las aportaciones de investigadores como Piaget. En realidad, el propio concepto de desarrollo surge de la base biológica de la mente humana. (García Madruga, 2018).

La cognición en términos generales se entiende como el funcionamiento intelectual que nos permite interactuar con el medio en el que nos desenvolvemos. Con el envejecimiento se presentan en el cerebro de forma normal cambios morfológicos, bioquímicos, metabólicos y circulatorios que dependiendo de la plasticidad cerebral y de la actividad redundante de muchas funciones cerebrales pueden llevar a presentar alteraciones cognitivas o continuar su función normal.(Benavides, 2020).

El termino cognición normal hace referencia a un momento inicial del continuum cognitivo, pero podría ser la antesala del deterioro cognitivo leve, y conducir en última instancia a la demencia. Se ha sugerido que pueden considerarse dos niveles cognitivos dentro de este rango de la cognición normal y que sus diferencias pueden ser debidas en parte a la reserva cognitiva que los adultos mayores han adquirido a lo largo de la vida a través del nivel educativo, la ocupación y la participación en actividades de estimulación cognitiva.(Calatayud et al., 2017).

El déficit cognitivo al ser una patología multifactorial, con una gran influencia de factores sociales y ambientales en su etiología, no puede ser manejado tan sólo con un enfoque clínico-farmacológico, se requieren políticas públicas de salud que evalúen al paciente mayor de forma integral, permitiendo una detección temprana del déficit neurológico y los síndromes geriátricos relacionados con el deterioro de la calidad de vida.(Benavides, 2020).

La función cognitiva de un individuo es el resultado del funcionamiento de sus diferentes áreas intelectuales, incluyendo el pensamiento, la memoria, la percepción, la comunicación, la orientación, el cálculo, la comprensión y la resolución de problemas. La función cognitiva cambia con la edad, algunos individuos envejecen exitosamente, porque muchas de sus funciones cognitivas permanecen igual que en su juventud; la mayoría sufre la disminución de algunas esferas cognitivas, como aprender nueva información y ejecutar funciones motoras rápidas.(León et al., 2017).

Las teorías representacionales de la cognición consideran a las creencias y los pensamientos como representaciones mentales causalmente eficaces de hechos, estados de situación o proposiciones. Los críticos del representacionalismo han sostenido que la TCC confunde los informes individuales del pensamiento (que están representados por su contenido icónico o lingüístico) con los propios pensamientos (que no necesitan tener ningún contenido representacional).(Fernández-Álvarez & Fernández-Álvarez, 2017).

Estimulación lúdica

La investigación “El juego como estrategia lúdica para la educación Inclusiva del buen vivir”, de Cordoba y col. (2017) referente a “La discusión sobre la implementación del proyecto político educativo del sumak kawsay en Ecuador demanda de recursos y propuestas que puedan contribuir a su desarrollo. En este sentido se propone lo lúdico como un posible recurso didáctico que permita ofrecer espacios de inclusión educativa de las distintas facetas del ser humano que demanda el buen vivir tanto en cuanto se conceptualiza constitucionalmente el derecho a la educación en su formación holística, de la conciencia, identificación del ego como barrera para el diálogo y las posibilidades de la interculturalidad, o la humildad mediante la autocrítica, entre otras. En este trabajo se persigue plantear una sucinta reflexión y propuesta concerniente al juego como estrategia lúdica favorecedora de prácticas inclusivas, así como justificar su promoción como medio formativo de una cultura educativa del sumak kawsay.” (Cordoba Pillajo et al., 2017).

En el trabajo de investigación “La estimulación cognitiva en personas adultas mayores”, de Jara y col. (2007) plantea la importancia de la psicoestimulación cognitiva en personas adultas mayores y la necesidad de hacer uso de intervenciones no farmacológicas en la población longeva. La persona adulta mayor sufre de un envejecimiento cognitivo que requiere de la estimulación de las funciones cognitivas para prevenir el deterioro de estas funciones.”(Jara, 2007).

Por lo tanto, los juegos son actividades que despiertan el interés de los estudiantes de primaria y los mantiene concentrados en el logro de determinadas acciones y objetivos, además es un espacio que les permite descargar el exceso de energía, la cual pueden aprovechar en la creación nuevas estructuras del conocimiento. En este sentido, los participantes del hecho lúdico pueden asumir el proceso educativo como algo divertido e innovador en su desarrollo. Por su parte, Vygotsky (1971, citado por Díaz-Barriga, 2002) afirma que: El juego es un espacio de construcción de una semiótica y hace posible el desarrollo del pensamiento conceptual y teórico, considerando que el niño a partir de sus experiencias va formando conceptos, con un carácter descriptivo y referencial en cuanto se hallan circunscritos a las características físicas de los objetos. (Zulay Quintanilla, 2020).

Estrategias lúdicas

Para Díaz y Hernández (2002, p. 234), “son instrumentos con cuya ayuda se potencian las actividades de aprendizaje y solución de problemas”. Cuando el docente emplea diversas estrategias se realizan modificaciones en el contenido o estructura de los materiales, con el objeto de facilitar el aprendizaje y comprensión. Son planificadas por el docente para ser utilizadas de forma dinámica, propiciando la participación del educando. Según García (2004, p. 80), por medio de estas estrategias se invita a la: “exploración y a la investigación en torno a los objetivos, temas, contenidos. Introduce elementos lúdicos como imágenes, música, colores, movimientos, sonidos, entre otros. Permite generar un ambiente favorable para que el alumnado sienta interés y motivación por lo que aprende”. Al respecto, Ferreiro (2009, p. 69) señala que la estrategia “ha sido transferida, por supuesto creativamente, al ámbito de la educación, en el marco de las propuestas de enseñar a pensar y de aprender a aprender”. El término

estrategia proviene del ámbito militar y significa literalmente el arte de dirigir las operaciones militares. Los pasos o elementos de una estrategia son las tácticas. (Guerrero, 2015).

El juego es parte fundamental de la diversión, ya que es una actividad natural y necesaria en el ser humano (Tourtet, 2003). En el quehacer pedagógico, especialmente en el preescolar, se ha tomado el juego como estrategia de enseñanza - aprendizaje ya que los niños se encuentran en la edad de construcción de su personalidad y en el desarrollo de las dimensiones (García, 2013). Muchas han sido las investigaciones realizadas en torno a los beneficios del juego; según García (2013), desde la pedagogía tradicional se ha hecho un llamado a los docentes para aplicar ésta como herramienta permanente de formación que permita dinamizar y articular los contenidos y acciones en educación integral. Existen diversos juegos, los cuales se pueden organizar por características, tipos y clases, brindando enormes beneficios al ser humano, ya sean niños, jóvenes, adultos o ancianos. Para Tourtet (2003) las estrategias más sobresalientes infieren en la motivación, la exploración, el aprendizaje y la potencialización de habilidades del pensamiento (observar, analizar, asociar, descubrir, identificar, resolución de problemas); estimulando todas las dimensiones del desarrollo en el estudiante; permitiendo expresiones artísticas heterogéneas (bailar, cantar, hablar, pintar, dibujar); promoviendo el ambiente escolar, fomentando el ejercicio y la interiorización de valores que estimulen la imaginación, la creatividad, la actitud lúdica frente a la vida; contribuye a la capacidad de asombro y sorpresa; a través del juego dirigido siguen reglas, se respeta el ritmo y las capacidades de cada estudiante; permite situaciones para que el niño acepte el mundo que lo rodea; construye reglas para una sana convivencia; permite aceptar diferencias, fortalezas y debilidades a través de la relación social que genera y potencia el desarrollo psicomotor y el vocabulario generando destrezas mentales y físicas (García Madruga, 2018).

En la investigación “Valija del recuerdo” Conjunto de materiales didácticos para estimular las funciones ejecutivas en las personas adultas mayores se sintetiza en la producción didáctica que buscaba estimular las funciones ejecutivas mayormente utilizadas por las personas adultas mayores del centro diurno “La Casa de los abuelos” de la asociación de ancianos de Cubujuquí de Heredia. Por esta razón, la investigación se basó en una perspectiva andragógica, en la cual las personas adultas mayores fueron partícipes y conscientes de su propio aprendizaje. De esta manera se utiliza la estimulación cognitiva como una forma de reforzar la memoria, atención y concentración de los participantes, que debido al desgaste cognitivo que se da durante el envejecimiento se ven comprometidas. Para ello se recopilaron 11 relatos de experiencias de vida de los participantes, las cuales luego de identificar los elementos en común se construyó un relato que sirvió de base para el diseño de diversos materiales didácticos. A sí mismo la “Valija del recuerdo” contemplo una guía didáctica, donde se menciona el objetivo de cada recurso didáctico y posibles sugerencias de uso. Es así como todos los materiales que conforman esta producción didáctica; fueron diseñados y elaborados por la investigadora de este proyecto y validados, por las personas participantes y otros profesionales consultados. Por lo que, al crear la “Valija del recuerdo” como una forma educativa de estimular las funciones ejecutivas de las personas, se da lugar a una nueva oportunidad para

incluir social y educativa mente a persona adulta mayor; ya que se valoriza aún más la figura de esta, haciéndola ver como un elemento fundamental dentro de una sociedad que se encuentra en constante cambio. (Salazar Perez, 2019).

Asimismo, la investigación ha demostrado que la educación es uno de los predictores más fuertes de la mantención de la función cognitiva, puesto que los adultos mayores también necesitan habilidades para hacer frente a las preocupaciones relacionadas con la edad, tales como el ocio, la jubilación, la salud, la muerte, la vivienda y las finanzas. Aumentar los conocimientos de los adultos mayores y el rendimiento de actividades de bienestar o de temas económicos, por ejemplo, permite reducir la dependencia de los programas de bienestar social y mejora la calidad de vida. (Rodríguez & Vidal Figueroa, 2015).

2. METODOLOGÍA O MATERIALES Y METODOS

El enfoque del estudio fue de tipo cualitativo a veces referido como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica, es una especie de "paraguas" en el cual se incluye una variedad de concepciones, visiones, técnicas y estudios no cuantitativos. con lo que reconoce que además de la descripción y medición de variables sociales, en este caso el programa de estimulación cognitiva y su aporte en la inclusión intergeneracional, considerando los significados subjetivos y la comprensión del contexto donde ocurre el fenómeno en este caso el contexto de la comunidad de Cacha.

Considerando lo expresado por Creswell, (2005), los diseños etnográficos pretenden describir y analizar ideas, creencias, significados, conocimientos y prácticas de grupos, culturas y comunidades. Se investigaron grupos o comunidades que comparten una cultura: el investigador seleccionó el lugar, detectó a los participantes, recolectó y analizó los datos obtenidos. Por lo tanto, para la realización del presente proyecto se implementó un programa de estimulación cognitiva el cual será evaluado en su impacto, sobre los aspectos de la inclusión en el adulto mayor. Y el análisis de los datos recopilados serán procesados en el programa SPSS v.27. partir del muestreo del instrumento de habilidades cognitivas.

El proyecto de titulación con componente de investigación aplicada comprendió la elaboración de un documento escrito estructurado por normas de forma y contenido que contiene un diseño teórico-metodológico con rigor científico en el que se planificó la solución de un problema trascendente a fin de producir nuevos conocimientos sobre fenómenos relacionados con las líneas de investigación.

Actualmente existen 7 establecimientos educativos funcionando debido a las políticas públicas de educación, de la comunidad de Cacha; dichas unidades serán muestreadas para mediante los criterios de inclusión y exclusión.

La población de estudio estuvo constituida por un total de 200 pobladores de los 7 establecimientos, de ellos se estima una muestra intensional no probabilística o por conveniencia de 51 adultos mayores que cumplen con los requisitos de selección para formar para del grupo de estudio.

La técnica será la encuesta y como instrumento se aplicará el cuestionario de preguntas, mismo que fue validado por constructo en base a un análisis de fiabilidad interna con el alfa de Cronbach de 0,852

considerado como bueno.

El primer cuestionario correspondió al Mini Examen del Estado Mental (MEEM), también conocido como Mini-Mental State Examination (MMSE) en inglés, desarrollado por Folstein et al. en 1975. Este examen es una herramienta de evaluación cognitiva ampliamente utilizada para medir el funcionamiento mental y detectar posibles problemas como la demencia y el deterioro cognitivo en adultos y adultos mayores. El otro instrumento aplicado fue el test de Barthel, este test mide la capacidad de una persona para realizar Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD) y determina su grado de dependencia o independencia. Los resultados se dividen en cuatro categorías: Dependencia Severa, Dependencia Moderada, Dependencia Escasa e Independencia. De igual manera se utilizó un instrumento para medir los niveles de dependencia conocido como el test de Lawton y Brody para las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD) los mismos que son una herramienta de evaluación utilizada para medir la capacidad de un individuo, especialmente adultos mayores, para llevar a cabo tareas y actividades diarias más complejas y menos básicas que las evaluadas en el Test de Barthel (ABVD). Las AIVD se enfocan en la capacidad de una persona para vivir de manera independiente en la comunidad y mantener un estilo de vida autónomo. Y para medir la depresión en los adultos mayores Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (GDS, por sus siglas en inglés), una herramienta de evaluación utilizada para identificar síntomas de depresión en adultos mayores fue la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (GDS, por sus siglas en inglés), una herramienta de evaluación utilizada para identificar síntomas de depresión en adultos mayores..

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La tabla 1 muestra la distribución de sexo en este grupo de pacientes adultos mayores es casi equilibrada, con una pequeña diferencia entre hombres (51%) y mujeres (49%). Esto sugiere que el estudio tiene una representación adecuada de ambos géneros. La frecuencia del analfabetismo en este grupo es alta (82.4%), lo que podría indicar que la población de estudio posee bajos niveles de educación o acceso limitado a la educación. La distribución de edades en el grupo de pacientes adultos mayores muestra una mayor proporción de individuos de 76 años o más (52.9%) en comparación con aquellos en el rango de edad de 50 a 75 años (47.1%).

Tabla 1.

Características sociodemográficas de la población de estudio

Sexo	f	%
Masculino	26	51
Femenino	25	49
Total	51	100
Analfabetismo		
No	9	17.6
Si	42	82.4
Total	51	100
Edad		
De 50 a 75 años	24	47.1
De 76 en adelante	27	52.9
Total	51	100

La tabla 2 presentada muestra los resultados del mini examen del estado mental del grupo de estudio y de acuerdo con los resultados, la mayoría de los individuos evaluados (78.4%) presentan algún grado de

deterioro cognitivo. La siguiente categoría más común es la sospecha patológica (11.8%), lo que indica que existe una preocupación sobre el estado mental de estos individuos, aunque no se confirme necesariamente la demencia. Solo el 3.9% de los adultos mayores fueron diagnosticados con demencia, y un pequeño porcentaje (5.9%) fue clasificado como normal. Estos resultados sugieren que el grupo evaluado presenta un alto porcentaje de individuos con dificultades cognitivas, ya sea en forma de deterioro o sospecha patológica.

Tabla 2.

Test de mini examen del estado mental (Folstein et al. 1975)

Test de estado mental	f	%
Demencia	2	3.9
Deterioro	40	78.4
Sospecha Patológica	6	11.8
Normal	3	5.9
Total	51	100

De acuerdo con los resultados del Test de Barthel, la mayoría de los individuos evaluados (45.1%) presentan Dependencia Moderada, lo que indica que tienen dificultades para realizar algunas de las actividades básicas de la vida diaria, pero no en un grado severo. El 27.5% de los individuos presenta Dependencia Escasa, sugiriendo que tienen menor dificultad para realizar estas actividades. Solo el 7.8% de los individuos tiene Dependencia Severa, lo que implica que enfrentan serias limitaciones para realizar las actividades básicas de la vida diaria. Por otro lado, el 19.6% de los individuos evaluados se clasifican como Independientes, lo que significa que pueden realizar las actividades básicas de la vida diaria sin dificultades significativas.

Finalmente, mayoría de los adultos mayores evaluados experimenta algún grado de dependencia en las actividades básicas de la vida diaria. Es fundamental investigar las causas subyacentes de estas limitaciones y desarrollar intervenciones apropiadas para mejorar la calidad de vida de estos individuos. Además, sería útil examinar cómo estos resultados se comparan con otros grupos demográficos y si son representativos de la población en general.

Tabla 3. Test de Barthel

Niveles test de Barthel (Actividades básicas de la vida diaria)	f	%
Dependencia severa	4	7.8
Dependencia moderada	23	45.1
Dependencia escasa	14	27.5
Independencia	10	19.6
Total	51	100

De acuerdo con los resultados de la tabla 4, hay diferencias notables en los niveles de dependencia entre hombres y mujeres en esta población adulta mayor. En general, las mujeres presentan mayores niveles de dependencia en comparación con los hombres. La mayoría de las mujeres (60%) tienen dependencia

moderada, mientras que la mayoría de los hombres (46.2%) también presentan dependencia moderada, pero en menor proporción que las mujeres. La proporción de mujeres con dependencia total (16%) y grave (12%) es mayor en comparación con los hombres (3.8% y 7.7%, respectivamente). En contraste, los hombres muestran una mayor proporción de individuos con dependencia ligera (30.8% frente a 12% en mujeres) y autónomos (11.5% frente a 0% en mujeres).

Estos resultados sugieren que las mujeres en esta población adulta mayor pueden enfrentar mayores desafíos en la realización de actividades instrumentales de la vida diaria en comparación con los hombres.

Tabla 4. Niveles de dependencia de Lawton y Brody (Actividades instrumentales de la vida diaria)

Niveles de dependencia - Hombres	f	%
Dependencia total	1	3.8
Dependencia grave	2	7.7
Dependencia moderada	12	46.2
Dependencia ligera	8	30.8
Autónomo	3	11.5
Total	26	100
Niveles de dependencia - Mujeres		
Dependencia total	4	16
Dependencia grave	3	12
Dependencia moderada	15	60
Dependencia ligera	3	12
Total	25	100

De acuerdo con los resultados de la tabla 5, el 39.2% de los individuos evaluados no presenta síntomas de depresión, mientras que el 60.8% presenta síntomas que sugieren una posible depresión. Esto indica que una proporción significativa de la población adulta mayor en este grupo experimenta síntomas depresivos. Esta información es importante porque la depresión en adultos mayores puede afectar su calidad de vida, bienestar emocional y funcionalidad en las actividades diarias. Además, la depresión no tratada puede aumentar el riesgo de problemas de salud adicionales y complicaciones.

Tabla 5. Escala de depresión geriátrica de Yesavage

Escala de Depresión	f	%
No depresión	20	39.2
Posible depresión	31	60.8
Total	51	100

La tabla 6 presenta las correlaciones de Pearson entre varias variables relacionadas con la salud mental y la funcionalidad en adultos mayores del grupo de estudio. Las variables incluidas fueron: la Escala de Yesavage (Screening de Depresión), el Estado Mental de Folstein, Escala de Lawton y Brody (Actividades Instrumentales de la Vida Diaria) – Mujeres, Escala de Lawton y Brody (Actividades Instrumentales de la Vida Diaria) – Hombres, y el Índice de Barthel (IB) - Actividades Básicas de la Vida Diaria.

Los resultados mostraron que la Escala de Yesavage (Screening de Depresión) tiene una correlación

negativa fuerte y significativa con el Estado Mental de Folstein (-.642). Esto indica que a medida que aumenta la depresión, el estado mental tiende a deteriorarse.

La Escala de Yesavage también tiene correlaciones negativas significativas con la Escala de Lawton y Brody (Mujeres) (-.464), Escala de Lawton y Brody (Hombres) (-.469) y Índice de Barthel (IB) (-.366). Estas correlaciones sugieren que a medida que aumenta la depresión, la funcionalidad en las actividades instrumentales y básicas de la vida diaria tiende a disminuir.

El Estado Mental de Folstein tiene correlaciones positivas significativas con la Escala de Lawton y Brody (Mujeres) (.513), Escala de Lawton y Brody (Hombres) (.480) y Índice de Barthel (IB) (.674). Esto sugiere que a medida que mejora el estado mental, también mejora la funcionalidad en estas áreas.

Tabla 6. Correlaciones

Correlaciones	Escala de Yesavage (Screening de Depresión)	Estado Mental de Folstein	Escala de actividades instrumentales de la vida diaria (Mujeres)	Escala de actividades instrumentales de la vida diaria (Hombres)	Índice de Barthel (IB) Actividades Básicas de la Vida Diaria
Escala de Yesavage (Screening de Depresión)	1	-.642**	-.464**	-.469**	-.366**
		0,00	0.001	0.001	0.008
Estado Mental de Folstein	-.642**	1	.513**	.480**	.674**
	0		0	0	0
Escala de actividades instrumentales de la vida diaria (Mujeres)	-.464**	.513**	1	.952**	.794**
	0.001	0		0	0
Escala de actividades instrumentales de la vida diaria (Hombres)	-.469**	.480**	.952**	1	.742**
	0.001	0	0		0
Índice de Barthel (IB) Actividades Básicas de la Vida Diaria	-.366**	.674**	.794**	.742**	1
	0.008	0	0	0	

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La Escala de Lawton y Brody (Mujeres) y la Escala de Lawton y Brody (Hombres) están altamente correlacionadas entre sí (.952), lo que indica que estos dos grupos experimentan patrones similares de funcionalidad en las actividades instrumentales.

El Índice de Barthel (IB) tiene correlaciones positivas significativas con la Escala de Lawton y Brody (Mujeres) (.794) y la Escala de Lawton y Brody (Hombres) (.742), lo que indica una relación entre la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.

En conclusión, se mostró que existe una relación significativa entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria en adultos mayores. Estos resultados sugieren el diseño e intervención con programas de apoyo dirigidos a mejorar la calidad de vida en esta población.

Discusión

La correlación negativa fuerte entre la Escala de Yesavage (Screening de Depresión) y el Estado Mental de Folstein sugiere que a medida que aumenta la depresión, el estado mental tiende a deteriorarse. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que han demostrado que la depresión en adultos mayores puede afectar negativamente la función cognitiva y el estado mental (Bennett & Thomas, 2014).

Además, se encontraron correlaciones negativas significativas entre la Escala de Yesavage y las escalas de funcionalidad en actividades instrumentales y básicas de la vida diaria, tanto para hombres como para mujeres. Estudios anteriores han encontrado que la depresión puede contribuir a un declive en la funcionalidad y a una mayor dependencia en actividades cotidianas (Ortiz, 2018).

El Estado Mental de Folstein mostró correlaciones positivas significativas con la funcionalidad en las actividades instrumentales y básicas de la vida diaria. Esto respalda la idea de que un mejor estado mental está asociado con una mayor independencia en estas áreas (Mendoza-Ruvalcaba & Arias-Merino, 2015).

La alta correlación entre la funcionalidad en actividades instrumentales de la vida diaria para hombres y mujeres, sugiere que ambos grupos experimentan patrones similares de funcionalidad en estas actividades. Esto refuerza la importancia de abordar las necesidades de ambos géneros en el diseño de intervenciones y programas de apoyo para adultos mayores como lo señala (Wang et al., 2019).

Es importante tener en cuenta que la correlación entre la depresión y el estado mental podría ser bidireccional. Investigaciones han demostrado que no solo la depresión puede afectar el estado mental, sino que también un deterioro cognitivo puede aumentar el riesgo de desarrollar síntomas depresivos (Jorm, 2000). Este hallazgo sugiere que podría ser beneficioso implementar intervenciones integrales que aborden tanto la salud mental como la cognitiva en adultos mayores.

Asimismo, la relación entre la depresión y la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria puede verse influenciada por factores sociales y ambientales. Investigaciones han mostrado que el apoyo social y la participación en actividades recreativas y de ocio pueden tener efectos positivos tanto en la salud mental como en la funcionalidad de los adultos mayores (Park et al., 2017). Esto sugiere la necesidad de diseñar intervenciones que fomenten la inclusión social y la participación en la comunidad para mejorar la calidad de vida de esta población.

Además, es relevante analizar el impacto de las comorbilidades y los factores de riesgo en la relación entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad. Estudios han demostrado que enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares pueden tener un efecto negativo tanto en el estado mental como en la funcionalidad de los adultos mayores (Prince et al., 2015). La identificación y el manejo adecuado de estas comorbilidades podrían ser esenciales para mejorar la salud mental y la calidad de vida en esta población.

Finalmente es fundamental considerar múltiples factores al abordar la relación entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria en adultos mayores. El diseño de intervenciones integrales y personalizadas que aborden tanto aspectos de salud

mental y cognitiva como factores sociales, ambientales y de salud general podría ser clave para mejorar la calidad de vida de esta población. Por tanto se ha planteado una propuesta basada en los hallazgos establecidos en la población de estudio involucrando el aspecto lúdico como herramienta de apoyo para el fin planteado.

Programa de Estimulación Cognitiva para la Inclusión Intergeneracional del Adulto Mayor mediante la Lúdica

El programa se basa en teorías y principios de la gerontología, la psicología cognitiva y la educación intergeneracional. Algunos elementos teóricos clave incluyen:

Teoría de la actividad (Havighurst, 1963): Esta teoría sostiene que el envejecimiento activo y la participación en actividades significativas contribuyen al bienestar y la satisfacción en la vida adulta. El programa promueve la participación activa de los adultos mayores en actividades lúdicas y cognitivas.

Teoría de la estimulación cognitiva (Stern, 2002): La estimulación cognitiva se basa en la idea de que la actividad mental sostenida y desafiante puede mejorar el funcionamiento cognitivo y retrasar el deterioro cognitivo. El programa incorpora actividades específicas para estimular habilidades cognitivas en adultos mayores.

Educación intergeneracional (Newman & Hatton-Yeo, 2008): La educación intergeneracional promueve el aprendizaje y el intercambio mutuo entre generaciones, fomentando la comprensión, la solidaridad y la cooperación. El programa se centra en la creación de espacios para el aprendizaje y la interacción intergeneracional.

Objetivo general:

Fomentar la inclusión intergeneracional y el enriquecimiento mutuo entre adultos mayores y otras generaciones mediante un programa de estimulación cognitiva basado en la lúdica.

Objetivos específicos:

Promover la interacción social y la creación de vínculos entre adultos mayores y personas de otras generaciones a través de actividades lúdicas compartidas.

Estimular las habilidades cognitivas de los adultos mayores mediante juegos y actividades que desafíen y potencien sus capacidades intelectuales.

Facilitar el bienestar emocional y la calidad de vida de los adultos mayores al abordar aspectos relacionados con la salud mental, como la depresión y el estado cognitivo.

Actividades:

Organizar talleres intergeneracionales donde adultos mayores y personas de otras generaciones participen en actividades lúdicas juntas. Estos talleres podrían incluir juegos de mesa, actividades artísticas, narración de historias, música y danza, entre otras.

Establecer grupos de discusión intergeneracionales donde los participantes puedan compartir sus experiencias, conocimientos y habilidades en un ambiente de apoyo y respeto mutuo.

Implementar actividades de entrenamiento cognitivo específicas para adultos mayores, como

ejercicios de memoria, atención, lenguaje y funciones ejecutivas, adaptadas a sus necesidades y capacidades.

Realizar sesiones de relajación y técnicas de manejo del estrés para promover el bienestar emocional de los adultos mayores y facilitar su participación en las actividades lúdicas.

Fomentar la participación de los adultos mayores en la planificación y organización de las actividades del programa, de manera que se sientan comprometidos e involucrados en su propio proceso de enriquecimiento cognitivo y social.

Evaluar periódicamente el impacto del programa en la salud mental, el estado cognitivo y la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria de los adultos mayores para adaptar y mejorar las intervenciones según sea necesario.

Facilitar la participación de la comunidad en el programa mediante la colaboración con organizaciones locales, centros de atención para adultos mayores y escuelas, con el fin de promover la inclusión intergeneracional y la cooperación en beneficio de todos los participantes.

Talleres y actividades específicas:

Taller de juegos de mesa intergeneracionales: Los participantes se reúnen para jugar a juegos de mesa clásicos y modernos, fomentando la interacción social, la cooperación y el desarrollo de habilidades cognitivas, como la memoria, la concentración y la toma de decisiones.

Taller de narración de historias y reminiscencia: Los adultos mayores comparten sus experiencias de vida y recuerdos con personas más jóvenes, lo que fomenta la empatía, la comunicación y la conexión emocional entre generaciones.

Taller de arte y creatividad: Los participantes trabajan juntos en proyectos artísticos, como pintura, escultura o collage, lo que permite la expresión creativa y el desarrollo de habilidades cognitivas y motoras finas.

Taller de música y danza: Los adultos mayores y jóvenes participan en actividades musicales y de danza juntos, promoviendo la coordinación, el equilibrio, la memoria y la conexión social a través del movimiento y la expresión.

Taller de habilidades digitales intergeneracionales: Jóvenes voluntarios enseñan a los adultos mayores cómo utilizar dispositivos digitales y aplicaciones, lo que les permite mantenerse conectados y actualizados en el mundo digital.

Taller de entrenamiento cognitivo y memoria: Se realizan actividades y ejercicios específicos para mejorar las habilidades cognitivas, como juegos de memoria, rompecabezas y ejercicios de atención.

Taller de manejo del estrés y la ansiedad: Los participantes aprenden técnicas de relajación, como la respiración profunda, la meditación y el yoga, para ayudar a reducir el estrés y mejorar su bienestar emocional.

Además, se realizarán evaluaciones periódicas del progreso y el bienestar de los participantes, utilizando herramientas como la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage, la Escala de Barthel y la

Escala de Lawton y Brody para evaluar la eficacia del programa y garantizar que las actividades sean apropiadas y beneficiosas para todos.

El programa de Estimulación Cognitiva para la Inclusión Intergeneracional del Adulto Mayor mediante la Lúdica tiene como objetivo promover la inclusión social, el aprendizaje mutuo y el envejecimiento activo, al mismo tiempo que mejora la calidad de vida y la salud mental de los adultos mayores. Al proporcionar actividades lúdicas y educativas para diferentes generaciones, se fomenta la comprensión y la cooperación entre grupos de edad, lo que puede contribuir a la creación de una sociedad más inclusiva y solidaria.

Al implementar este programa, se espera que los adultos mayores se beneficien de un mayor apoyo social, un mejor funcionamiento cognitivo y una mayor conexión con otras generaciones.

4. CONCLUSIONES

La implementación del programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor mediante la lúdica puede contribuir a mejorar tanto la salud mental como la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria. Dado que se ha establecido una correlación entre la depresión, el estado mental y la funcionalidad en adultos mayores, este tipo de intervenciones puede abordar de manera integral los aspectos cognitivos y emocionales que afectan la calidad de vida de esta población.

El enfoque intergeneracional del programa de estimulación cognitiva mediante la lúdica puede potenciar la inclusión social y la participación de los adultos mayores en la comunidad. Al fomentar el intercambio de aprendizajes entre diferentes generaciones, se puede incrementar el apoyo social y fortalecer las redes de soporte, lo cual ha demostrado tener efectos positivos en la salud mental y la funcionalidad de los adultos mayores.

El uso de la lúdica en el programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor puede facilitar la adherencia y el compromiso de los participantes en las intervenciones. Las actividades lúdicas pueden ser más atractivas y motivadoras, lo que a su vez puede favorecer una mayor participación y un impacto más significativo en la salud mental, el estado cognitivo y la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria en adultos mayores.

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERESES

Los Autores declaran que no existe conflicto de intereses

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

	Encalada M.	Varguillas C.
Participar activamente en:		
Conceptualización		X
Análisis formal		X
Adquisición de fondos		
Investigación	X	

Metodología	X	
Administración del proyecto	X	
Recursos	X	
Redacción –borrador original	X	X
Redacción –revisión y edición	X	X
La discusión de los resultados	X	X
Revisión y aprobación de la versión final del trabajo.	X	X

RECONOCIMIENTO A REVISORES:

La revista reconoce el tiempo y esfuerzo del editor Verenice Sánchez y de revisores anónimos que dedicaron su tiempo y esfuerzo en la evaluación y mejoramiento del presente artículo.

REFERENCIAS

- Benavides, C. (2020). Depresión Y Deterioro Cognitivo En El Adulto Mayor. *Poliantea*, 15(26), 107–112. <https://doi.org/10.15765/poliantea.v15i26.1501>
- Bennett, S., & Thomas, A. J. (2014). Depression and dementia: Cause, consequence or coincidence? *Maturitas*, 79(2), 184-190. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2014.05.009>
- Calatayud, E., Gómez, A., & Gómez, I. (2017). *Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal: ensayo clínico aleatorizado*. 1–5.
- Campo, E., Laguado, E., Crbonell, M., & Camargo, K. (2018). Funcionamiento cognitivo, autonomía e independencia del adulto mayor institucionalizado. *Revista Cubana de Enfermería*, 34(4), 1–14.
- Chimborazo, G. autónomo descentralizado de la provincia de. (2019). *Plan de desarrollo y ordenamiento territorial de la parroquia Cacha*.
- Cordoba Pillajo, E. F., Lara Lara, F., & Garcia Umana, A. (2017). El juego como estrategia lúdica para la educación inclusiva del Buen Vivir. *Ensayos-Revista De La Facultad De Educacion De Albacete*, 32(1), 81–92.
- Duk, C., & Murillo, F. J. (2016). La inclusión como Dilema. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 10(1), 11–14. <https://doi.org/10.4067/s0718-73782016000100001>
- Fernanda, E., Pillajo, C., Lara, F. L., & García Umaña, A. (2017). El Juego Como Estrategia Lúdica Para La Educación Inclusiva Del Buen Vivir the Game As a Fun Strategy for the Inclusive Education of Good Living. *Revista de La Facultad de Educación de Albacete*.
- Fernández-Álvarez, H., & Fernández-Álvarez, J. (2017). Terapia cognitivo conductual integrativa. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 22(2), 157–169. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.22.num.2.2017.18720>
- Flores, M. J., Ortega, M. del C., & Vallejo, S. (2019). Experiencias inclusivas intergeneracionales: ¿Un nuevo horizonte para la inclusión de personas mayores y menores? *Miscelánea Comillas*, 77(150), 139–152. <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/11716>
- García Madruga, J. A. (2018). Cognición y desarrollo. *Revista de Psicología.*, 14(27), 7–24.
- Guerrero, R. (2015). Estrategias lúdicas: herramientas de innovación en el desarrollo de las habilidades numéricas. *REDHECS*, 18(9), 5–24.
- Hernández, H., & Tobón, S. (2016). Análisis documental del proceso de inclusión en la educación. *Ra Ximhai*, 12(6), 399–420.

- Jara, M. (2007). La estimulación cognitiva en personas adultas mayores. *Revista Cúpula*.
- Jorm, A. F. (2000). Is depression a risk factor for dementia or cognitive decline? *Gerontology*, 46(4), 219-227. <https://doi.org/10.1159/000022163>
- León, O., Valdés, D., Valdés, P., & Zaldívar, D. (2017). Programa para el entrenamiento de la actividad cognitiva en el adulto mayor. *Revista Ímpetus*, 11(01), 113–122.
- López, Fernández Raúl, Morales, Calatayud Marianela, Medina, Peña Rolando, Palmero, U. D. E. (2018). La educación inclusiva en el proceso de formación docente. *CONRADO*, 14(65), 190–195.
- Mendoza-Ruvalcaba, N. M., & Arias-Merino, E. D. (2015). Instrumental activities of daily living: An evaluation scale for the classification of elderly adults in Mexico. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 37(4-5), 245-252.
- Ortiz, G. G. (2018). Depresión y dependencia funcional en adultos mayores. *Revista Médica de Chile*, 146(1), 132-133. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872018000100132>
- Park, S., Han, J. W., & Lee, J. R. (2017). Social and physical environments and self-rated health in urban and rural communities in Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(11), 1326. <https://doi.org/10.3390/ijerph14111326>
- Prince, M. J., Wu, F., Guo, Y., Gutierrez Robledo, L. M., O'Donnell, M., Sullivan, R., & Yusuf, S. (2015). The burden of disease in older people and implications for health policy and practice. *The Lancet*, 385(9967), 549-562. <https://doi.org/10.1016/S0140-6736>
- Rodríguez, M. C., & Vidal Figueroa, C. (2015). Solidaridad intergeneracional: jóvenes y adultos. *Prospectiva. Revisya de Trabajo Social e Intervención Social*, 20, 261–278.
- Salazar Perez, G. (2019). “Valija del recuerdo” Conjunto de materiales didácticos para estimular las funciones ejecutivas mayores. *Journal of Wind Engineering and Industrial Aerodynamics*, 26(3), 1–4.
- Salgado, M., Matos, D., Castillo, Y., & Cardero, D. (2017). Evaluación de indicadores funcionales asociados a la creatividad en el adulto mayor. *Medisan*, 21(11), 3136–3144.
- Varela, L. (2004). Características del deterioro cognitivo en el adulto mayor hospitalizado a nivel nacional hospitalized peruvian elderly adults. *Revista Soc. Per. Med. Inter.*, 17, 2.
- Vega Roza, 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://doi.org/10.5839/rcnp.2016.11.01.03>
- Wang, H., Chen, K., Pan, Y., Jing, F., & Liu, H. (2019). Associations and impact factors between living arrangements and functional disability among older Chinese adults. *PLoS ONE*, 14(1), e0210168. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210168>
- Zulay Quintanilla, N. (2020). Estrategias lúdicas dirigidas a la enseñanza de la matemática a nivel de Educación Primaria. In *Mérito - Revista de Educación* (Vol. 2, Issue 6, pp. 143–157). <https://doi.org/10.33996/merito.v2i6.261>