



Universidad Norbert Wiener

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN CUIDADO ENFERMERO EN
GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA**

**EFICACIA DE LA INTERVENCIÓN EN LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA
PARA EL RETARDO EN LA PROGRESIÓN DE LA DEMENCIA SENIL EN
PACIENTES ADULTOS MAYORES**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN CUIDADO ENFERMERO EN GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA**

PRESENTADO POR:

Lic. Rojas Polo Jessica Gloria

Lic. Zegarra Claudio Anie Betzave

ASESORA:

Mg. Ávila Vargas Machuca Jeanette

LIMA – PERÚ

2019

DEDICATORIA

Dedicamos esta investigación a Dios nuestro principal protagonista y a nuestra familia quienes han sido fundamental de este logro alcanzado.

AGRADECIMIENTO

A nuestra asesora Mg. Ávila Vargas Machuca Jeanette , por ser pieza clave para que podamos desarrollar cada etapa de desarrollo de nuestro trabajo.

Asesora: Mg. Ávila Vargas Machuca Jeanette

JURADO

Presidente: Dra. Susan Haydee, Gonzales Saldaña

Secretario : Mg. Jaime Alberto, Mori Castro

Vocal : Mg. Efigenia Celeste, Valentin Santos

ÍNDICE

Portada	i
Página en blanco	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Asesor(a) de trabajo académico	v
Jurado	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
Resumen	x
Abstract	xi

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del Problema	12
1.2. Formulación del problema	15
1.3. Objetivo	15

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Diseño de estudio	16
2.2 Población y muestra	16
2.3 Procedimiento de recolección de datos	16
2.4 Técnica de análisis	17

CAPÍTULO III RESULTADOS	
3.1 Tablas 1	19
CAPÍTULO IV DISCUSION	
4.1 Discusión	32
CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1 Conclusiones	35
5.2 Recomendaciones	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1:	
Tabla de estudios sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.	19
Tabla 2	
Resumen de estudios sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.	29

RESUMEN

Objetivo: Sistematizar la evidencia sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores. **Material y Métodos:** El tipo de investigación en cuantitativo, el diseño de estudio es revisión sistemática, la población fue de 777 artículos, y la muestra fue de 10 artículos científicos publicados e indizados en las bases de datos científicos, el instrumento fue búsqueda en base de datos: Pub Med, Cochrane, Scielo, Epistemonikos, para la evaluación de los artículos se utilizó el método GRADE el cual evaluó la calidad de evidencia y la fuerza de recomendación. **Resultados:** Los artículos del 100%, corresponden a Brasil 20%, Inglaterra 10%, Canadá 10%, China 10%, Italia 10%, España 10%, Europa 10%, Francia 10% y Chile 10%. En relación a los diseños y tipos de estudios, 20% de revisión sistemática, 10% revisión sistemática y metaanálisis, el 50% ensayo controlado aleatorizado, 10% cuasi experimental, 10% grupo de casos y controles. **Conclusión:** De las evidencias encontradas muestran que el 100% señalan existe eficacia de las intervenciones como tareas cotidianas, interacción e integración, actividades sociales físicas e intelectuales, tareas de orientación, lenguaje, coordinación visual y motora, actividades de ocio entre otras en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores, beneficiando aumento de la memoria, mejor autoestima y autoimagen.

Palabras claves: eficacia, estimulación cognitiva, demencia senil, adultos mayores.

ABSTRACT

Objective: To systematize the evidence on the effectiveness of the intervention in cognitive stimulation for the delay in the progression of senile dementia in elderly patients. Material and Methods: The type of research in quantitative, the study design is systematic review, the population was 777 articles, and the sample was 10 scientific articles published and indexed in the scientific databases, the instrument was search based of data: Pub Med, Cochrane, Scielo, Epistemonikos, for the evaluation of the articles the GRADE method was used which evaluated the quality of evidence and the strength of recommendation. Results: 100% items correspond to Brazil 20%, England 10%, Canada 10%, China 10%, Italy 10%, Spain 10%, Europe 10%, France 10% and Chile 10%. In relation to the designs and types of studies, 20% systematic review, 10% systematic review and meta-analysis, 50% randomized controlled trial, 10% quasi-experimental, 10% group of cases and controls. Conclusion: Of the evidences found show that 100% indicate the effectiveness of interventions such as daily tasks, interaction and integration, physical and intellectual social activities, orientation tasks, language, visual and motor coordination, leisure activities among others in stimulation cognitive for the delay in the progression of senile dementia in elderly patients, benefiting increased memory, better self-esteem and self-image.

Keywords: "effectiveness", "cognitive stimulation", "senile dementia", "older adults".

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Planteamiento del problema

De acuerdo a la definición de la Organización Mundial de la Salud, el adulto mayor es la persona que comienza a tener, limitaciones fisiológicas, físicas y disminución neurocognitiva, se inicia de los 60 años de edad en adelante (1).

El crecimiento poblacional en todo el mundo ha incrementado desde el 2000 en adelante y pasará del 10 al 21% por cada año, según se proyecta, envejecerán rápidamente en la primera mitad del siglo XXI, ocasionando una transición epidemiológica caracterizada por la aparición de enfermedades degenerativas (2).

En muchos adultos mayores surge una enfermedad denominada demencia, actualmente considerada como trastornos neuropsiquiátricos adquiridos, mayormente se presentan síntomas psicológicos y conductuales (3).

Por otro lado, podemos recalcar que la función cognitiva, declina con el envejecimiento, debido a que el sistema neurofisiológico afecta el sistema nervioso central, se presentan un deterioro multifuncional episodios de pérdida de la memoria dando el inicio de la demencia (4).

La memoria es una de las funciones cognoscitivas que se afectan con mayor frecuencia en cualquier tipo de demencia, para integrar el diagnóstico de demencia, se requiere de la afección de otros dominios cognoscitivos, sin embargo, si dichas alteraciones se reportan de forma subjetiva como la agitación, depresión, desmotivación (5).

Las complicaciones de la demencia son: ausencia y disminución de la coordinación, ubicación temporo - espacial, del razonamiento lógico, del movimiento, del lenguaje, memoria, aislamiento y abandono. Estos cambios revelan deterioro y disminución a nivel cerebral que progresa de acuerdo al tiempo que transcurre (6).

El adulto mayor a medida que avanzan los años requiere de atención integral, cuidados de salud y solidaridad de todas las personas que correspondan a su núcleo familiar, amigos y vecinos, cuando la demencia senil se presenta en el adulto mayor puede ocasionar invalidez, ya que se propicia una disfunción en las actividades que se realizan diariamente, como hablar, platicar, comer, reconocer familiares o realizar ejercicio moderado (7).

Dentro de la población adulto mayor con demencia senil surge la necesidad de emplear programas o intervenciones planificadas con actividad física que permitan manejar el tiempo y espacio siendo promediadas por la intensidad y su efecto, actividades lúdicas o recreativas que impliquen la motivación, actividades de la vida diaria como leer, platicar, alimentarse de manera adecuada lo cual conseguirá retardar la progresión de la enfermedad, la permanencia dentro del programa y sobre todo mejorar la calidad de vida del paciente (8).

Actualmente se ha evidenciado el progreso de las intervenciones terapéuticas debido al aporte del plantel multidisciplinario ofrecido en la familia de pacientes con demencia senil, mejorando así la integración de los grupos adulto mayores, autopercepción de su imagen, sensibilizándolos hacia objetos de valor emocional y biográfico; el avance del deterioro sensorial se retarda la progresión mediante ejercicio continuos de la estimulación multisensorial, manteniendo al enfermo intelectualmente activo, con tareas que implican creatividad y control del autoestima (9).

Las intervenciones psicoeducativas y las psicoterapéuticas instruyen a los/las cuidadores/as con diferentes conocimientos, habilidades y estrategias proporcionando oportunidades de intercambio emocional y disminuyendo los niveles de agitación y angustia (10).

Se recomiendan cambios en el entorno del ambiente, y actividades relacionadas con el paciente y otras para familiares, así como programas de educación para el cuidador (familiar o no). Algunas de estas terapias adoptan un enfoque psicosocial, otras lo hacen desde la psicoterapia o se basan en la estimulación física y sensorial (11).

En el desarrollo de competencias específicas de enfermería geriátrica coadyuvará junto a otros profesionales que brindan atención al adulto mayor a garantizar la calidad y la excelencia en la atención, permitiendo potenciar el desarrollo social y prevenir que se convierta en un factor de crisis para la estructura sanitaria y de la seguridad social (12).

Por tal motivo el siguiente estudio nos permitirá ampliar nuestros conocimientos sobre las prácticas de enfermería para lograr brindar intervenciones efectivas como actividades lúdicas, ejercicios moderados, un buen manejo del auto percepción de su imagen, aumento de la autoestima de acuerdo a nuestros diagnósticos de enfermería lograremos retardar la progresión de la demencia senil, y mantener un estado de salud óptimo para la edad en que se encuentre.

1.2 Formulación de la pregunta

La pregunta formulada para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología PICO y fue la siguiente:

P = Paciente/ Problema	I = Intervención	C= Intervención de Comparación	O = Outcome Resultados
Pacientes Adultos mayores con demencia senil	estimulación cognitiva	-----	Eficacia: retardo de la progresión de la demencia senil

¿Es la estimulación cognitiva una intervención eficaz para el retardo de la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores?

1.3. Objetivo

Sistematizar las evidencias sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.

CAPÍTULO II: MATERIALES Y METODOS

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática

Éste tipo de investigación es de método observacional y retrospectivo, los cuales esquematizan los resultados de diferentes textos acerca del tema que deseamos investigar. Así también, la indagación de la evidencia se ha realizado de modo organizado de acuerdo a nuestras perspectivas de selección, lo que ha generado un análisis crítico de las investigaciones y un resumen en base a la calidad metodológica de las mismas. Éste tipo de investigaciones son parte fundamental de la enfermería basada en evidencias debido a la minuciosa técnica empleada para identificar estudios de alta calidad

2.2. Población y muestra

La población de este estudio está conformada por la revisión bibliográfica de 777 artículos científicos, de los cuales 10 reunieron los criterios de selección para el desarrollo de nuestro estudio, los cuales fueron analizados y clasificados en las bases de datos científicos y que corresponden a artículos publicados en idioma español e inglés, teniendo como límite de tiempo en un periodo no mayor de 10 años.

2.3. Procedimiento de recolección de datos

La recopilación de referencias se llevó a cabo mediante estudios de investigación que tuvieron como tema principal eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.

De éstas investigaciones halladas, se consideraron las más trascendentales de acuerdo al nivel y calidad de evidencia, así mismo se excluyeron los menos relevantes.

Se determinó la búsqueda con artículos científicos de texto completo. Además, se verifico los términos en los descriptores de ciencias de la salud (Decs) para poder mejorar el acceso a los artículos de revistas científicas, en el caso de las investigaciones en inglés, se usaron palabras de búsqueda en ese idioma.

El algoritmo utilizado para la búsqueda fue:

Eficacia AND intervención AND estimulación cognitiva AND progresión AND demencia senil AND adultos mayores.

Base de Datos: Pub Med, Cochrane, Scielo, Epistemonikos

2.4. Técnica de análisis

La presente investigación está constituida por las tablas de resumen (Tablas 1 y 2) que contienen resultados relevantes de los artículos elegidos, analizándolos exhaustivamente para realizar la comparación de los aspectos concordantes, así como sus discrepancias, obteniendo como resultado una evaluación minuciosa en base a los criterios técnicos ya definidos y de esa manera determinar la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada uno.

Todos los datos relevantes de cada trabajo se resumieron en las tablas, en concreto en la Tabla 1 se recogieron en una primera parte los datos de la publicación y en la segunda el contenido. En la primera, se consignan: los autores, el año de publicación, el título de la investigación, la revista donde se encuentra la publicación, el volumen y el número. En la segunda, se considera el diseño de la investigación, el instrumento, aspectos éticos y los resultados de las investigaciones empleadas.

Así también, se efectuó una lectura exhaustiva de cada investigación en base a criterios técnicos ya establecidos para determinar la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación de acuerdo al sistema Grade.

2.5. Aspectos éticos

El análisis de los artículos empleados en esta revisión se realizó bajo el amparo de las normas técnicas de bioética enfatizando el cumplimiento de principios éticos en su ejecución y respetando los estándares establecidos por la profesión de enfermería.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1 Tabla 1: Tabla de estudios sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN				
1. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Teles S, FloresM.	2017	Entrenamiento cognitivo para ancianos: una revisión sistemática de estudios nacionales (13).	Psico-USF http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712017000200337&lng=pt&tlng=pt Brasil	Volumen 22 Número 10

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN				
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática	23 artículos	No refiere	El estudio conto con 23 investigaciones. El 8% de los estudios (n = 14) se centró en el entrenamiento de la memoria episódica. Como medidas cognitivas, el 90,4% de los estudios (n = 20) incluyeron escalas de dominio comunes (no restringidas a psicólogos) y el 47,6% de los estudios (n = 10) identificaron efectos de entrenamiento para al menos una medida utilizado Se concluye que el panorama nacional en el entrenamiento cognitivo para las personas mayores se destaca por una tendencia a las intervenciones de foco grupal y dirigido a la estimulación de la memoria episódicas. Casi todos los estudios utilizaron la modalidad de intervención colectiva estas tuvieron como beneficio la resolución de tareas cotidianas y el aumento de la autonomía y la independencia.	En el estudio los autores concluyeron que existe eficacia de la intervención como resolución de tareas cotidianas en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil trajeron como beneficio autonomía y la independencia en pacientes adultos mayores.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

2. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Aguirre E, maderas R , Spector ,Orrell M	2013	Estimulación cognitiva para la demencia: una revisión sistemática de la evidencia de la efectividad de los ensayos controlados aleatorios(14).	Envejecimiento Res Rev https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2288959 9 Inglaterra	Volumen 12 Número 1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática Metaanálisis	94 estudios	Consentimiento Informado	Esta revisión se trabajó con la búsqueda selecta en las bases de datos, se realizó terapias sociales de grupo 15 estudios han demostrado consistentemente que la estimulación cognitiva es beneficiosa en la cognición para las personas con demencia ya que mejora bienestar propio y la calidad de vida. Las actividades de la vida diaria o el manejo comportamiento y autocontrol debe hacerse más ampliamente disponible en la atención de la demencia. No se observaron diferencias en relación con el estado de ánimo, las actividades de la vida diaria o el comportamiento. Estos estudios encontraron beneficios significativos para la estimulación cognitiva. en medidas cognitivas en el seguimiento (Efecto general EG= 0,57 (IC del 95%: 0,01,1.14), Z = 2.00, P = 0.05).	El estudio concluyo que existe eficacia de terapias sociales en las la intervención con actividades de la vida diaria que fueron beneficiosas para el bienestar propio y la calidad de vida del adulto mayor.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

3. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Yuill N, Hollis V.	2011	Una revisión sistemática de la terapia de estimulación cognitiva para adultos mayores con demencia leve a moderada: una perspectiva de la terapia ocupacional (15).	Ocupar la int. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2142538 1 Canadá	Volumen 18 Número 4

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática	24 artículos	No refiere	<p>Del estudio se evidencio el mantenimiento o control de la función cognitiva, la compensación por déficits, la reducción del mal comportamiento injustificado. Los síntomas y la facilitación de apoyo social cuidado la interacción e integración en las relaciones sociales. Los terapeutas modifican continuamente las estrategias de intervención de acuerdo con el progreso de la demencia senil como enfermedad.</p> <p>Los resultados tienen un nivel de significancia positiva en 70% el potencial de mantener la identidad del individuo, promover sentimientos de utilidad o disfrute y minimizar la ansiedad que pueda resultar de forma progresiva, disminución de la capacidad frente al medio ambiente. Se encontró que los estudios eran de buena calidad. Los estudios obtuvieron una puntuación alta</p>	Del estudio concluyeron que existe eficacia de intervenciones cognitivas que manejan la reducción del mal comportamiento a través de apoyo social cuidado en la interacción e integración en las relaciones sociales teniendo como beneficio la disminución de la ansiedad en adultos con demencia senil.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

4. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Young D, Ng P, Kwok T, Ho F, Cheng D, Mak V, Lau A.	2019	Los efectos de un modelo expandido de terapia de estimulación cognitiva en la mejora de la capacidad cognitiva de los ancianos con demencia leve que viven en una comunidad: un ensayo aleatorio controlado por lista de espera (16).	Envejecimiento Ment Salud https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2978172 5 China	Volumen 23 Número 7

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado	101 adultos mayores N=50 N=51	Consentimiento informado	Dentro de las intervenciones se suscitaron 14 intervenciones específicas: los juegos físicos, juegos de niños sonidos, cambios de escenas, categorización, juego con alimentos, colocando precio a los objetos, jugando con números, mencionar asuntos de la actualidad, ser creativo, asociación de palabras, juego con palabras, orientación de donde vive y prueba de equipos. 51 fueron colocados en el grupo de tratamiento y 50 fueron asignado al grupo control del estado mental es de 20,67% (SD = 2,30). En el grupo de control mejoro la puntuación post intervención específicas (F = 12.31, p <.01) con un tamaño de efecto moderado en cuando a un mejor manejo de la memoria.	El estudio demostró eficacia que intervenir dentro de las 14 intervenciones específicas en los trastornos cognitivos mejoro la progresión de la demencia del adulto mayor, trayendo como beneficio manejo de la memoria.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

5. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Karssemeijer E, Aaronson J, Bossers W, Donders R, Olde Ri, Kessels R	2019	La búsqueda de sinergia entre el ejercicio físico y la estimulación cognitiva a través de juegos de ejercicio en personas con demencia: un ensayo controlado aleatorio. (17).	Alzheimers Res Ther. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3061128 <u>6</u> Holanda	Volumen 11 Número 3

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Ensayo controlado aleatorizado	115 adultos con demencia senil	Consentimiento informado	Hubo una mejora significativa en la velocidad psicomotora en los grupos aeróbico y juegos de ejercicio en comparación con el grupo de control activo en un 95% aeróbico versus control de 0.103-0.637, los ejercicios de juego versus control 0.326 (0.081 -0.571). No se obtuvieron diferencias significativas entre los grupos de intervención y control para el funcionamiento ejecutivo, la memoria episódica y la memoria de trabajo. encontramos que la velocidad psicomotora mejoró tanto en el cómo el grupo aeróbico en comparación con controles activos. Este efecto se mantuvo en seguimiento a las 24 semanas, de lo cual se pudo determinar que tanto los elementos de entrenamiento físico como cognitivo son factibles para personas con demencia.	El estudio concluyo que existe eficacia de las intervenciones con juego en ejercicios como elementos para mejorar el área cognitiva en adultos mayores con demencia senil, tuvieron beneficio.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

6. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Días J, Rodrigues I, Casemiro F, Monteiro D, Luchesi B, Chagas , et al.	2017	Efectos de un programa de educación para la salud sobre la cognición, el estado de ánimo y la capacidad funcional. (18).	Rev. Bras. Enferm http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0638 Brasil	Volumen 70 Número 4

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Ensayo controlado aleatorizado	40 adultos mayores N=20 N=20	Consentimiento informado	Del estudio trabajaron en actividades sociales, físicas o intelectuales está asociada con el aumento o mantenimiento de la capacidad cognitiva las cuales obtuvieron un valor p dentro de sus beneficios atención 0.194, memorización con 0, 027 teniendo un valor significativamente más alto que las otras variables, fluidez verbal 1.000, lenguaje 0,593, visual espacial 0,705, en discusiones grupales, mediante la dinámica y la socialización. Se pudo mejorar el dominio de la memoria y la capacidad cognitiva de acuerdo a todos los parámetros establecidos. Estas intervenciones favorecieron a la educación, la promoción de la integración y la interacción de los adultos mayores a la vida social	Del estudio se pudo concluir existe eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva en actividades sociales, físicas o intelectuales dirigidos a la estimulación de la memoria episódicas para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores, teniendo como beneficio la integración y la interacción de los adultos mayores.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

7. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Piras F, Carbóne E, faggian S, Salvalaio E, gardini S, Borella E, et al.	2017	Eficacia de la terapia de estimulación cognitiva para adultos mayores con demencia vascular (19).	Hacer loco. neuropsicol http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-57642017000400434&lng=en&tlng=en Italia	Volumen 11 Número 4

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Ensayo controlado aleatorizado	35 adultos mayores N=21 N=14	Consentimiento informado	Los resultados de la prueba t no revelaron diferencias significativas entre los dos grupos al inicio del estudio. Se trabajó con un programa de 14 intervenciones temas principales / actividades Las variables de resultado principales en los ensayos de variable diferencial, deben ser multimodales al incluir la cognición las actividades de la vida diaria y los síntomas conductuales. Además, dada la especificidad del perfil cognitivo, es importante examinar la contribución de los procesos ejecutivos a la cognición en individuos con esto mejoro la calidad de vida, solo en individuos con demencia mostrando un valor significativo (p = 0.08).	Se concluyó con la eficacia en la intervención para la estimulación cognitiva en el control de la demencia senil en adultos mayores, realizando actividades diarias multimodales .

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

8. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Fernández E, Rodríguez, C, Sánchez Gómez M, Monroy Pérez, F, Barbero Iglesia J, et al	2018	Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores(20).	Gerokomos http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v29n2/1134-928X-geroko-29-02-00065.pdf España	Volumen 29 Número 2

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado Prospectivo	147 adulto mayor N= 19 hombres N= 128 mujeres	Consentimiento informado	Estas intervenciones fueron utilizadas para mejorar la estimulación cognitiva, realizaron tareas de orientación, gnosis, funciones ejecutivas como la memoria de trabajo, toma de decisiones, planificación, razonamiento y estimación temporal), lenguaje y memoria. Otras actividades fueron utilizadas como toma de medicación y adherencia al tratamiento, comprensión de las prescripciones realizadas por el médico, pautas para la toma de medicación como la dosificación y horarios, una correlación positiva ($r = 0,500$, para $p < 0,01$) entre las puntuaciones correspondientes demostraron que existe efectividad de las intervenciones psicoestimulación cognitiva mejoraron notablemente su capacidad cognitiva para la resolución de problemas cotidianos	Del estudio han concluido que existe eficacia de las intervenciones como las tareas de orientación, lenguaje y memoria en pacientes adultos mayores con demencia senil, beneficiando en la resolución de problemas de la vida cotidiana.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

9. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Moreno C. Lopera R	2010	Efectos de un entrenamiento cognitivo sobre el estado de ánimo (21)	Revista Chilena de Neuropsicología. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179314915008 Chile	Volumen 5 Número 2

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Cuasi experimental	8 mujeres adulto mayor	Consentimiento informado	El análisis no paramétrico no dio evidencia de un cambio estadísticamente significativo ($p < 0,05$) en ninguno de los aspectos evaluados por el instrumento en la fase final, respecto a la inicial. Sin embargo si se generó una alta mejora clínica (entre 0 .75 y 1.10) en el aspecto que mide la sensación de problemas de memoria, una mejoría media Del estudio utilizaron intervenciones de entrenamiento cognitivo las cuales fueron: coordinación visual motora, discriminación visual, identificación y diferenciación de figuras, discriminación figura – fondo, orientación visual espacial, orientación en 2 dimensiones, orientación en 3 dimensiones, organización visuomotora, reproducción de patrones, composición de figuras planas, organización visual, discriminación y recorrido de itinerarios. Con el escucha se trabajaron actividades que requerían atención auditiva tareas duales, como hacer cálculos matemáticos, éstas trajeron beneficios sobre la autoestima y el estado de ánimo. Se comprobó los beneficios en los problemas de memoria	En el estudio concluyeron que existe eficacia de las intervenciones de coordinación visual motora, y diferenciación de figuras, escucha, cálculos matemáticos, trajeron consigo aumentar el autoestima y la memoria en pacientes con demencia senil

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Grimaud É, Taconnat L, Clarys D	2017	Estimulación cognitiva de salud en adultos mayores: un programa de estimulación cognitiva que utiliza actividades de ocio en comparación con un programa de estimulación cognitiva convencional (22)	Geriatr Psychol Neuropsychiatr Vieil. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2862594 2 Francia	Volumen 15 Número 2

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Ético	Resultados	Conclusión
Grupo de casos y controles	67 adultos mayores	Consentimiento informado	El estudio fue evaluado mediante un cuestionario, se tomó en cuenta 4 dimensiones de la cual se intervino en el manejo de las artes plásticas, música escritura y museo. Hubo un efecto de grupo marginal en el aumento de la memoria. [F (2,64) = 2,87; p = 0.06] y autoestima [F (2,64) = 2,89; p = 0,06] de lo cual se determinó que actualizar el rendimiento en la memoria de trabajo mejoro entre pre-test y post-test para el grupo, siendo beneficiosos para la autoestima. Cuando se utilizan las actividades de ocio para la estimulación cognitiva resultan ser una herramienta beneficiosa. El efecto de la sesión fue significativo [F (1.64) = 6.42; p = 0.01, p 2 = 0.09].	Del estudio se concluyó que existe eficacia de la intervención en actividades de ocio como artes plásticas, música escritura y museo en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores, mostrando beneficios como un mejor manejo de la memoria y autoestima.

Tabla 2: Resumen de estudios sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
Revisión Sistemática Entrenamiento cognitivo para ancianos: una revisión sistemática de estudios nacionales	En el estudio los autores concluyeron que existe eficacia de la intervención como resolución de tareas cotidianas en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil trajeron como beneficio autonomía y la independencia en pacientes adultos mayores.	Alta	Fuerte	Brasil
Revisión Sistemática Metaanálisis Estimulación cognitiva para la demencia: una revisión sistemática de la evidencia de la efectividad de los ensayos controlados aleatorios	El estudio concluyó que existe eficacia de terapias sociales en las la intervención con actividades de la vida diaria que fueron beneficiosas para el bienestar propio y la calidad de vida del adulto mayor.	Alta	Fuerte	Inglaterra
Revisión Sistemática Una revisión sistemática de la terapia de estimulación cognitiva para adultos mayores con demencia leve a moderada: una perspectiva de la terapia ocupacional.	Del estudio concluyeron que existe eficacia de intervenciones cognitivas que manejan la reducción del mal comportamiento a través de apoyo social cuidado en la interacción e integración en las relaciones sociales teniendo como beneficio la disminución de la ansiedad en adultos con demencia senil.	Alta	Fuerte	Canadá

<p>Ensayo Controlado Aleatorizado</p>	<p>El estudio demostró eficacia que intervenir dentro de las 14 intervenciones específicas en los trastornos cognitivos mejoro la progresión de la demencia del adulto mayor, trayendo como beneficio manejo de la memoria.</p>	Alta	Fuerte	China
<p>Los efectos de un modelo expandido de terapia de estimulación cognitiva en la mejora de la capacidad cognitiva de los ancianos con demencia leve que viven en una comunidad: un ensayo aleatorio controlado por lista de espera</p>	<p>El estudio concluyo que existe eficacia de las intervenciones con juego en ejercicios como elementos para mejorar el area cognitiva en adultos mayores con demencia senil tuvieron beneficio.</p>	Alta	Fuerte	Holanda
<p>Ensayo Controlado Aleatorizado</p>	<p>La búsqueda de sinergia entre el ejercicio físico y la estimulación cognitiva a través de juegos de ejercicio en personas con demencia: un ensayo controlado aleatorio.</p>	Alta	Fuerte	Brasil
<p>Ensayo Controlado Aleatorizado</p>	<p>Del estudio se pudo concluir existe eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva en actividades sociales, físicas o intelectuales dirigidos a la estimulación de la memoria episódicas para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores, teniendo como beneficio la integración y la interacción de los adultos mayores.</p>	Alta	Fuerte	Brasil
<p>Efectos de un Programa de educación para la salud sobre la cognición,el estado de animo y la capacidad funcional.</p>				

<p>Ensayo Controlado Aleatorizado</p> <p>Eficacia de la terapia de estimulación cognitiva para adultos mayores con demencia vascular</p>	<p>Se concluyó con la eficacia en la intervención para la estimulación cognitiva en el control de la demencia senil en adultos mayores, realizando actividades diarias multimodales mejoro la calidad de vida</p>	Alta	Fuerte	Italia
<p>Ensayo Controlado Aleatorizado Prospectivo</p> <p>Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores</p>	<p>Del estudio han concluido que existe eficacia de las intervenciones como las tareas de orientación, lenguaje y memoria en pacientes adultos mayores con demencia senil, beneficiando en la resolución de problemas de la vida cotidiana</p>	Alta	Fuerte	España
<p>Cuasi Experimental</p> <p>Efectos de un entrenamiento cognitivo sobre el estado de ánimo</p>	<p>En el estudio concluyeron que existe eficacia de las intervenciones coordinación visual motora, y diferenciación de figuras, escucha, cálculos matemáticos, trajeron consigo aumentar el autoestima y la memoria en pacientes con demencia senil</p>	Alta	Fuerte	Chile
<p>Grupo de casos y controles</p> <p>Estimulación cognitiva de salud en adultos mayores: un programa de estimulación cognitiva que utiliza actividades de ocio en comparación con un programa de estimulación cognitiva convencional</p>	<p>Del estudio se concluyó que existe eficacia de la intervención en actividades de ocio como artes plásticas, música escritura y museo en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores, mostrando beneficios como un mejor manejo de la memoria y autoestima</p>	Alta	Fuerte	Francia

CAPITULO IV: DISCUSIÓN

4.1 Discusión

La revisión sistemática de los 10 artículos científicos sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo de la progresión de la demencia senil en adultos mayores, fueron tomados de las siguientes bases de datos:

Pub Med, Cochrane, Scielo, Epistemonikos.

Posterior a la revisión sistemática de los artículos del 100%, corresponden a Brasil 20%, Inglaterra 10%, Canadá 10%, China 10%, Italia 10%, España 10%, Europa 10%, Francia 10% y Chile 10%.

En relación a los diseños y tipos de estudios, 20% de revisión sistemática, 10% revisión sistemática y metaanálisis, el 50% ensayo controlado aleatorizado, 10% cuasi experimental, 10% grupo de casos y controles

De las evidencias encontradas muestran que el 100% señalan existe eficacia de las intervenciones como tareas cotidianas, interacción e integración, actividades sociales físicas e intelectuales, tareas de orientación, lenguaje, coordinación visual y motora, actividades de ocio entre otras en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores, beneficiando aumento de la memoria, mejor autoestima y autoimagen.

Teles (13) afirmo en su investigación que los efectos de ganancia para la *transferencia de información y actividades* fue la más comúnmente

reportada en los estudios analizados, lo que también permite un avance en este aspecto del manejo de la demencia senil

Aguirre (14) refiere que existe evidencia consistente de que las intervenciones de estimulación cognitiva benefician la función cognitiva y los aspectos del bienestar social y físico. La estimulación cognitiva debe realizarse ampliamente disponible en la atención de la demencia, coincide con, Yuill (15) afirma que es necesario realizar más investigaciones que exploren los resultados de las intervenciones de la terapia de estimulación cognitiva en el contexto de la función diaria en individuos que experimentan deterioro cognitivo.

Young (16) afirman la eficacia de un modelo de terapia de estimulación cognitiva que combina un grupo de 14 intervenciones específicas para mejorar la capacidad cognitiva de los ancianos chinos que viven en la comunidad con demencia en etapa leve, coincide con Piras (19) refiere que se identificó una tendencia hacia una mejora significativa en el dominio a corto plazo / memoria de trabajo. La tarea utilizada en nuestro estudio exige habilidades de control cognitivo para mantener y manipular activamente las representaciones de la memoria, actividades diarias multimodales mejorando la calidad de vida igualmente coincide con, Fernández (20) el cual afirma que existe efectividad de las intervenciones debido a que mejoro en los ítems “total”, “cálculo”, “razonamiento”, “comprensión” y “reconocimiento visual”. En los demás ítems a estudio, “orientación” “repetición”, “orden escrita”, “fluidez verbal”, “denominación” y “escritura”.

Karssemeijer(17) afirma que se requiere una mayor duración del entrenamiento para mejorar la velocidad psicomotora. Aunque todavía está en debate, hay alguna evidencia de que el ejercicio físico lleva a mejorar la función cognitiva a través de la promoción del hipocampo, coincide con Moreno (21) afirman que un proceso de estimulación cognitiva grupal además de favorecer directamente las funciones cognitivas entrenadas y la funcionalidad en las actividades de la vida

diaria, también genera un efecto positivo indirecto sobre la auto-eficacia, la autoestima y el estado de ánimo de sus participantes.

Días (18) afirma que existen acciones de atención, memorización y aprendizaje en discusiones grupales, mediante la dinámica y la socialización. A esto se agrega el hecho de que el presente estudio no es una intervención exclusivamente cognitiva, sino un programa de psicoeducación y actividades de ocio también se presentaron actividades sociales, físicas o intelectuales dirigidos a la estimulación de la memoria episódicas, coincide con Grimaud (22) en su estudio hace mención que la promoción de intervenciones con actividades de ocio como visitar el museo, actividades plásticas, de escritura y música mostraron un buen rendimiento cognitivo y un efecto desencadenante, presentadas con un beneficio sobre el bienestar psicológico.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

La revisión sistemática de los 10 artículos científicos sobre la eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.

Fueron tomados de las siguientes bases de datos: Pub Med, Cochrane, Scielo, Epistemonikos, los estudios fueron de diseños: 20% de revisión sistemática, 10% revisión sistemática y metaanálisis, el 50% ensayo controlado aleatorizado, 10% cuasi experimental, 10% grupo de casos y controles.

Posterior a la revisión sistémica, se concluyó que el 100% de autores señalan que existe eficacia de la intervención en la estimulación cognitiva

para el retardo en la progresión de la demencia senil en pacientes adultos mayores.

Las intervenciones de estimulación cognitiva como: desarrollar roles, leer

libros o revistas, mantenerse informado y siga diariamente los informativos

de la radio o televisión, realice ejercicios de estimulación mental: pasatiempos (sopas de letras, palabras cruzadas, sudoku, crucigramas, autodefinidos, búsqueda de errores), juegos de mesa (cartas,

dominó, parchís, oca, ajedrez, etc.), acuda a actividades culturales (cine, teatro, exposiciones, conferencias), fomente y mantenga su hobby, beneficia la memoria retroalimentando su conocimiento y habilidades que tiene el adulto mayor ,retardando la progresión de la demencia senil .

5.2. Recomendaciones

Se recomienda que Enfermería en las Unidades de Geriátrica realice capacitaciones, desarrolle y difunda protocolos en torno a las intervenciones cognitivas funcionales como tareas cotidianas, interacción e integración, actividades sociales físicas e intelectuales, tareas de orientación, lenguaje, coordinación visual y motora, actividades de ocio entre otras las cuales deben mantener un horario, coordinación de las funciones y el control hemodinámico del paciente antes y después de una intervención lo cual disminuiría efectos negativos en la intervención.

Establecer sistemas de gestión de calidad que ayuden a mantener el énfasis en optimizar la capacidad funcional. Satisfacer las necesidades básicas propias; aprender, crecer y tomar decisiones; tener movilidad; crear y mantener relaciones; estas capacidades permiten a las personas mayores envejecer de forma segura en un lugar adecuado para ellas, continuar desarrollándose personalmente, contribuir a sus comunidades y conservar su autonomía y salud.

Mantener compromiso con un envejecimiento saludable, sensibilización con respecto al valor del envejecimiento saludable y un compromiso y medidas sostenibles para formular políticas de base científica que refuercen las capacidades de las personas mayores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cardona A, Giraldo E, Maya M. Factores asociados con la calidad de vida relacionada con la salud en adultos mayores de un municipio colombiano, 2013. *Medicas UIS* [Internet]. 2016 Abr [citado 23 Jun de 2019]; 29(1): 17-27. Disponible desde:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-03192016000100003&script=sci_abstract&tlng=pt
2. García C., Cardona A, Segura C., Garzón D. Factores asociados a la hipertensión arterial en el adulto mayor según la subregión. *Rev. Colomb. Cardiol.* [Internet]. 2016 Dic [citado 07 de Jul. 2019]; 23(6): 528-534. Disponible desde:
<http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/22>
3. Custodio N, Montesinos R, Alarcón J. Evolución histórica del concepto y nuevos criterios diagnósticos para la demencia. *Rev Neuropsiquiatr* [Internet]. 2018 Oct [citado 01 de Jul 2019]; 81(4): 235-249. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972018000400004&lng=es.
<http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v81i4.3438>.
4. Poblete F, Matus C, Díaz E, Vidal P. & Ayala M. Depresión, cognición y calidad de vida en adultos mayores activos. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM* [Internet]. 2015 Mar [citado 01 de Jul 2019] 16 (2)71-77. Disponible desde:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6239529>
5. Aguilar C, Martínez A, Sosa A. Diagnóstico diferencial de las demencias. *Arch Neurocién (Mex)* [Internet]. 2016 Mar [citado 16 de May 2019] 21(1): 26-38. Disponible desde:
<http://archivosdeneurociencias.com/sites/default/files/eventos/documentos/supl-17-colorw.pdf#page=108>
6. Tenecel S. Proceso de atención de enfermería en el adulto mayor con demencia senil. [Tesis de grado]. Ecuador: Universidad Técnica de Machala; 2016.

7. Villafuerte R, Alonso A, Alonso V, Alcaide G, Leyva B, Arteaga C. El bienestar de los ancianos y la calidad de vida, un reto para la acción intersectorial. *Medisur* [Internet]. 2017 Feb [citado 02 Jul de 2019]; 15(1): 85-92. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000100012&lng=es.
8. Cabezas M, Álvarez M, Guallichico A, Chávez H, Romero F. Entrenamiento funcional y recreación en el adulto mayor: influencia en las capacidades y habilidades físicas *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*. [Internet]. 2017 [citado 02 Jun de 2019]; 36(4):1-13. Disponible desde: <http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/22>
9. Domínguez T, Román B, Montero D. Evaluación del efecto de un programa de arteterapia aplicado a personas con enfermedad de Alzheimer u otras demencias seniles *Arte, Individuo y Sociedad*. [Internet]. 2017, Ene [citado 02 May de 2019] 29 (3): 255-278. Disponible desde: <https://www.redalyc.org/pdf/5135/513554414016.pdf>
10. Amador M, Guerra M. Eficacia de las intervenciones no farmacológicas en la calidad de vida de las personas cuidadoras de pacientes con enfermedad de Alzheimer. *Gac Sanit* [Internet]. 2017 Abr [citado 02 Jun de 2019] 31(2): 154 – 160. Disponible desde: https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S0213-91112017000200154&script=sci_arttext&tlng=es
11. Becerra P, Valdes E. Abordaje no farmacológico de las demencias. *Arch Neurocién (Mex)* [Internet]. 2016 [citado 02 May de 2019]; 20(1): 95-102. Disponible desde: <http://archivosdeneurociencias.com/sites/default/files/eventos/documentos/supl-17-colorw.pdf#page=108>
12. Llanes B. Envejecimiento demográfico y necesidad de desarrollar las competencias profesionales en enfermería geriátrica. *Rev haban cienc méd* [Internet]. 2015 Feb [citado 07 May de 2019]; 14(1): 89-96. Disponible en: en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2015000100013&lng=es

13. Teles S, Flores M. Entrenamiento cognitivo para ancianos: una revisión sistemática de estudios nacionales. *Psico-USF* [Internet]. 2017 Ago [citado el 02 de Abr 2018]; 22(10):1-14. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712017000200337&lng=pt&tlng=pt
14. Aguirre E, maderas R, Spector, Orrell M Estimulación cognitiva para la demencia: una revisión sistemática de la evidencia de la efectividad de los ensayos controlados aleatorios Envejecimiento Res Rev [Internet]. 2013 Ene [citado el 02 de Abr 2018]; 12(1):253-62. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22889599>
15. Yuill N, Hollis V. Una revisión sistemática de la terapia de estimulación cognitiva para adultos mayores con demencia leve a moderada: una perspectiva de la terapia ocupacional Ocupar la int. [Internet]. 2011 Dic [citado el 02 de Abr 2018]; 18(4):163-63. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21425381>
16. Young D, Ng P, K wok T, Ho F, Cheng D, Mak V, Lau A. Los efectos de un modelo expandido de terapia de estimulación cognitiva en la mejora de la capacidad cognitiva de los ancianos con demencia leve que viven en una comunidad: un ensayo aleatorio controlado por lista de espera Envejecimiento Ment Salud [Internet]. 2019 Jul [citado 02 de Abr 2018]; 23(7):852-862. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29781725>
17. Karssemeijer E, Aaronson J, Bossers W, Donders R, Olde Ri, Kessels R. La búsqueda de sinergia entre el ejercicio físico y la estimulación cognitiva a través de los juegos de ejercicio en personas con demencia: un ensayo controlado aleatorio *Alzheimers Res Ther.* [Internet]. 2019 Ene [citado 07 May de 2019]; 11(3):1- 13. Disponible desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3061128>

18. Dias J, Rodrigues I, Casemiro F, Monteiro D, Luchesi B, Chagas, et al. Efectos de un programa de educación para la salud sobre la cognición, el estado de ánimo y la capacidad funcional. *Rev. Bras. Enferm* [Internet]. 2017 Oct [citado el 02 de Abr 2018]; 70(4):815-821. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0638>
19. Piras F, carbóne E, faggian S, Salvalaio E, gardini S, borella E, at el Eficacia de la terapia de estimulación cognitiva para adultos mayores con demencia vascular *Hacer loco. neuropsicol* [Internet]. 2017 Oct [citado 02 de Abr 2018]; 11(4):1-8. Disponible en:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-57642017000400434&lng=en&tlng=en
20. Fernández E, Rodríguez, C, Sánchez Gómez M, Monroy Pérez, F, Barbero Iglesia J, at el Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores *Gerokomos* [Internet]. 2018 Jul [citado el 02 de Abr 2018]; 29(2):65-71. Disponible en:
<http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v29n2/1134-928X-geroko-29-02-00065.pdf>
21. Moreno C. Lopera R. Restrepo Efectos de un entrenamiento cognitivo sobre el estado de ánimo. *Revista Chilena de Neuropsicología* [Internet]. 2010 Jul [citado el 02 de Abr 2018]; 5(2):146-152. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179314915008>
22. Grimaud É, Taconnat L, Clarys D. Estimulación cognitiva de salud en adultos mayores: un programa de estimulación cognitiva que utiliza actividades de ocio en comparación con un programa de estimulación cognitiva convencional. *Geriatr Psychol Neuropsychiatr Vieil*. [Internet]. 2017 Jun [citado 07 May de 2019]; 15(2): 214-223. Disponibe desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28625942>