



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

PROCESOS COGNITIVOS EN EL ADULTO MAYOR

Enf. Mg. Adriana Hernández Bustos

Enf. Mg. María Victoria Rojas Martínez

Docentes Universidad de Cundinamarca



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

¿QUE SON LOS PROCESOS COGNITIVOS?

Son los que permiten el conocimiento y la interacción con lo que nos rodea. Comprenden la memoria, el lenguaje, la percepción, el pensamiento, la atención, memoria y reconocimiento visual (entre otros). En enfermedades como el alzhéimer, su deterioro implica la incapacidad de realizar cosas tan cotidianas como bañarse..



SC-CER355037



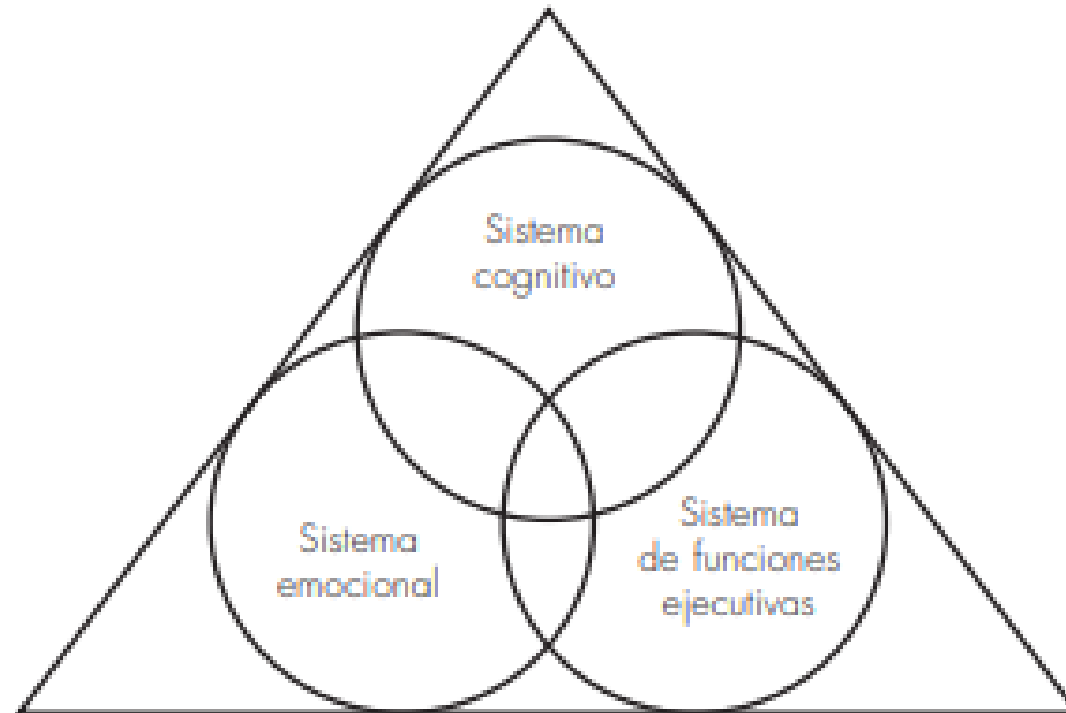
Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

SISTEMAS QUE INTERACTUAN EN LA CONDUCTA HUMANA



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co

Cambios en la capacidad funcional con la edad

Desde la segunda o tercera década de la vida, la capacidad funcional del sistema neuromuscular, cardiovascular y respiratorio del ser humano comienza a disminuir de modo progresivo.

Diversos estudios han encontrado que las personas de 75 años presentan, con respecto a los jóvenes de 20 años, una disminución de la resistencia aeróbica (45%), de la fuerza de agarre de las manos (40%), de la fuerza de las piernas (70%), de la movilidad articular (50%) y de la coordinación neuromuscular (90%).

La estimulación y la Actividad

El ser humano es un ser integral que requiere de la estimulación necesaria para aumentar sus potencialidades así disminuir las deficiencias que presente.

Así los adultos mayores requieren de estimulación la cual le permita aumentar sus potencialidades dificultando el avance de déficits (cognitivos, físicos u otros) que presenten según Schuinna (2000) y Es el eje central sobre el que los hábitos de vida del anciano deben girar ya que está demostrado que un estilo de vida activo es lo que va a permitir que los adultos mayores mantengan su independencia

Iniciemos con la Coordinación del movimiento

Bernstein (1967) entiende la coordinación como una ordenación y organización de varias acciones motrices en función de un objetivo o tarea motora.

Según Kiphard (1976), para una óptima coordinación es necesario satisfacer las siguientes condiciones:

- una adecuada medida de fuerza que determina la amplitud y velocidad del movimiento
- una adecuada elección de los músculos que influyen en la conducción y orientación del movimiento
- Una capacidad de alternar rápidamente la tensión y la relajación muscular



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

Actividades de Coordinación



SC-CER355037



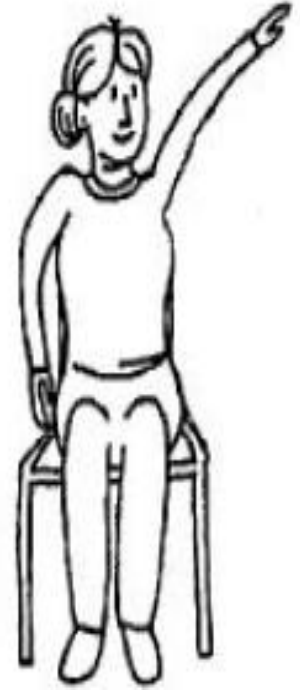
Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

Actividades de Coordinación



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co

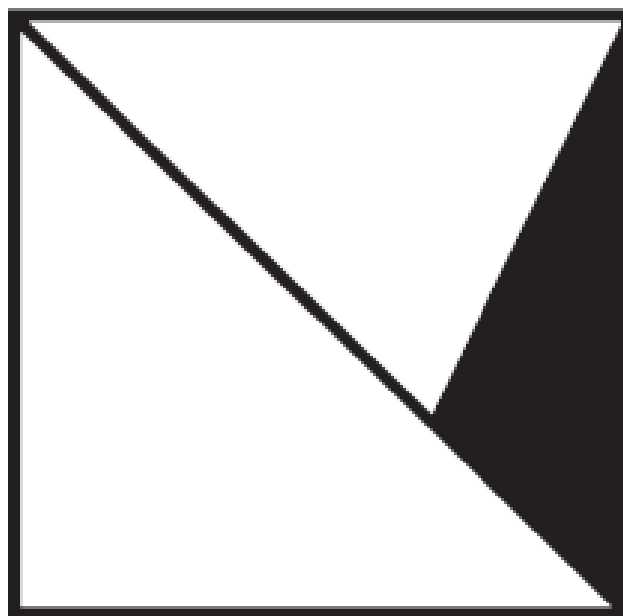
¿Qué son las gnosias?

Son las funciones cognitivas que se ponen en funcionamiento para reconocer la forma y características físicas–visuales, auditivas, olfativas, gustativas– de las personas y de objetos del entorno.



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

COPIE EL DIBUJO CON TODOS LOS DETALLES...



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

COPIE EL DIBUJO CON TODOS LOS DETALLES...



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

COPIE EL DIBUJO CON TODOS LOS DETALLES...



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

COPIE EL DIBUJO CON TODOS LOS DETALLES...



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

Observe el siguiente Cuadro:
¿Qué encontramos en la intersección B2?

	1	2	3	4	5	
A						A
B						B
C						C
D						D
E						E
	1	2	3	4	5	

QUE ES EL CALCULO?

Es una actividad **cognitiva** que realizamos para relacionar cosas. Esta es una actividad que está presente en nuestra cultura desde hace siglos, ya que los seres humanos hemos tenido la necesidad de hacer **cálculos** con todo lo que encontrábamos a nuestro alrededor.

EJERCITEMOS UN MOMENTO EL CALCULO

Compro en el supermercado dos bolsas de leche con un con un precio cada una de \$1.500 pesos, cuatro barras de chocolate cada una de \$250 pesos y tres bocadillos de \$160 pesos.

Tengo un billete de \$ 10.000 pesos, cuanto me queda?

R: _____

OTRO EJERCICIO....

30 pollitos se fueron a nadar para atravesar el lago y llegar a un mejor lugar, 7 de ellos se devolvieron y 4 de ellos fueron atacados y comidos por un cocodrilo.

Cuantos pollitos lograro llegar? _____

QUE ES LA ATENCIÓN?

La capacidad de seleccionar y concentrarse en los estímulos relevantes. Es decir, la atención es el proceso cognitivo que nos permite orientarnos hacia los estímulos relevantes y procesarlos para responder en consecuencia. Como se puede intuir por la propia definición de atención, esta capacidad cognitiva es de gran importancia, pues la usamos a diario. Afortunadamente, podemos mejorar la atención con un plan adecuado de entrenamiento cognitivo.

En resumen, se puede decir que la atención es una capacidad que nos sirve para crear, guiar y mantener nuestro cerebro activo de manera que podamos procesar correctamente la información.



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

RECORDEMOS EL NOMBRE DE LA NOVELAY LOS ACTORES



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

RECORDAMOS EL NOMBRE DE LA NOVELA Y LOS ACTORES



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

RECORDAMOS EL NOMBRE DE LA NOVELAY LOS ACTORES



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co



UDEC
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

RECORDAMOS EL NOMBRE DE LA NOVELA Y LOS ACTORES



SC-CER355037



Vigilada MinEducación

www.ucundinamarca.edu.co

Por último...escuchemos y recordemos el nombre de las canciones.

- 1. O A
- 2. O O
- 3. P O
- 4. L

Bibliografía

Ramos Poncio de Chuy, M. M., & Hernández Ramírez de Castellanos, D. P. (2018). Beneficios de la estimulación cognitiva del adulto mayor del Hogar de Ancianas San Vicente de Paul (Doctoral dissertation, Universidad de San Carlos de Guatemala).

MAYOR, M. D. E., & CLARA, V. 1.25 EJERCICIOS FISICOS ADAPTADOS PARA LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN EL ADULTO. Título del libro: Contextualización Investigativa y Uso Solidario del Conocimiento Capítulo: Cultura Física y Deporte.