

Universidad FASTA

Facultad de Ciencias de la Salud

Licenciatura en Fonoaudiología

Tesis de Licenciatura

*“Trabajar por los de la edad mayor es, desde algún lugar, una acción
que dignifica,
incluso a quien pronto caminará ese sentir”*

El lenguaje, vía privilegiada de comunicación...
Qué sucede en la vejez, qué realidad nos toca
vivir y qué podemos hacer desde nuestro rol...

Autor: Ana Schwab

Asesoramiento:

Lic. Inés Porras
Tutora

Lic. Amelia Ramírez
Departamento de Metodología de la Investigación

Junio 2008

Índice

<i>Abstract</i>	1
<i>Introducción</i>	2
1. Primera Parte <i>Diagnóstico</i> “La tercera edad en la ciudad de Mar del Plata”	
1.1 Concepto de vejez.....	4
1.2 Definición adulto mayor.....	6
1.3 Datos de la tercera edad en Mar del Plata.....	6
2. Segunda Parte <i>Perspectiva teórica de abordaje</i>	
2.1 Capítulo 1 “Perspectiva teórica”.....	11
2.2 Capítulo 2 “El lenguaje en la tercera edad”.....	14
2.3 Capítulo 3 “La palabra en la “punta de la lengua”.....	26
2.4 Capítulo 4 “Organización discursiva la vejez”.....	29
2.4.1 Contexto social en las personas mayores”.....	31
3. Tercera Parte <i>Líneas de actuación - Programa de Intervención</i>	
3.1 Observaciones generales.....	33
3.2 Perspectivas de intervención.....	36
3.3 Objetivos generales del Programa de Intervención.....	38
3.4 Modelo de ejercicios	
3.4.1 Identidad y memoria biográfica.....	39
3.4.2 Comunicación.....	39
3.4.3 Percepción y atención.....	39
3.4.4 Concentración.....	44
3.4.5 Imaginación.....	46
3.4.6 Fluidez verbal.....	48
3.4.7 Orientación temporo espacial.....	53
3.4.8 Estructuración cognitiva.....	56
3.4.9 Técnicas asociativas.....	56
3.4.10 Razonamiento.....	59
3.4.11 Reminiscencia.....	60
3.5 Otros modelos de intervención	
3.5.1 Querer, saber y poder comunicarse bien.....	60

3.5.2 Oír, ver y hablar.....	63
3.5.3 <i>Recuperar viejas amistades</i>	65
3.5.4 <i>Juegos de palabras</i>	68
3.5.4.1 Sinónimos.....	69
3.5.4.2 Definiciones.....	73
3.5.5 Reconocimiento de caras y nombres.....	85
3.5.6 Comprender, construir y contar historias.....	85
3.5.7 Haciendo teatro.....	94
3.5.8 Doblamos cine mudo	95
3.5.9 Programas de TV, cine y novelas.....	96
3.5.10 Los adultos mayores como historiadores de las familias.....	96
3.5.11 Actividades sociales para realizar en grupo.....	96
4. Conclusión	97
5. Bibliografía	99
6. Anexo.	
Resumen de las investigaciones sobre el lenguaje narrativo en la vejez.....	100
El cerebro en envejecimiento: Deficiencia en la comunicación.....	102
Hacer crucigramas estimula al cerebro.....	104
Mini Mental State.....	105
Cuestionario de quejas mnésicas.....	107
Escala de depresión geriátrica.....	110
Declaración de la Federación Internacional de la Vejez sobre los derechos y responsabilidades de las personas de edad.....	112
Ordenanza 4751 Habilitación y Funcionamiento de Geriátricos.....	113
Ordenanza 13 647 Pequeños Hogares para Tercera Edad.....	114
"Ancianidad: gestiones y talleres por la valoración personal".....	115

Abstract

En la Argentina a pesar de las estadísticas acerca del aumento de la expectativa de vida y el aumento de la porción de población gerontológica, todavía no se han puesto en marcha políticas estratégicas que apunten a mejorar la calidad de vida de esta población -lo cual queda demostrado en el diagnóstico realizado de la ciudad de Mar del Plata-. En la presente tesis hacemos una exposición sobre investigaciones, estudios y experiencias que se han realizado sobre todo en los países llamados del primer mundo (en donde si se manejan otras políticas de desarrollo y por supuesto otros presupuestos). Es nuestro deseo por medio de este trabajo poder contribuir a: a) incrementar el interés por las personas de la tercera edad, b) conocer su realidad en nuestro hábitat, c) colaborar por su calidad de vida, d) sugerir donde podemos intervenir profesionalmente, y por último e) mostrar modelos concretos de intervención.

Introducción

El rol fonoaudiológico durante el envejecimiento normal no posee hoy día la importancia y mucho menos posee los espacios de intervención en el área de la comunicación y el lenguaje que deberían generarse. Con esta intervención se beneficiaría la calidad de vida de nuestros adultos mayores que la mayoría de las veces resultan ser postergados en la sociedad.

Basándonos en los deterioros de las capacidades comunicativas y lingüísticas que acarrea el normal envejecimiento, que han sido y siguen siendo estudiados exhaustivamente, y en relación a las reflexiones que han dejado las escasas experiencias de la intervención fonoaudiológica con personas de la tercera edad es que tenemos la convicción de que los ancianos necesitan de ella para evitar o atenuar los deterioros que se producen en el área que nos compete como profesionales. La comunicación y el lenguaje deberían constituir una de las áreas de actuación prioritarias dentro de los planes generales de intervención para los ancianos, fundamentalmente debido al hecho de que son los principales instrumentos de los que se sirven para interaccionar socialmente. Los programas de intervención en la tercera edad deberían estar enfocados en la solución de situaciones problemáticas que impiden o deterioran su nivel de satisfacción vital. Si tomamos conciencia entonces, de que el lenguaje es la vía privilegiada de comunicación y partiendo de la necesidad de trabajar los aspectos de esta aptitud humana que resultan deteriorados durante la vejez podremos: colaborar interdisciplinariamente y actuar como promotores para que cada vez más, sean incluidos estos subprogramas dentro de los programas de intervención que de modo más general se diseñan para mejorar la calidad de vida en la tercera edad.

La problemática que advertimos es entonces la escasa o ausente intervención fonoaudiológica en los programas de salud que se diseñan para la tercera edad. Por ello, este trabajo, propone realizar primero, un diagnóstico de la realidad que nos toca vivir aquí, en la ciudad de Mar del Plata; segundo, generar propuestas que puedan adaptarse al marco sociocultural y económico, para que empiecen a crearse los espacios necesarios para implementar estos programas de estimulación, actuando así como promotores de la salud.

Los objetivos específicos que tienen que ver primero con el diagnóstico del campo en el que queremos intervenir son: indagar a nivel municipal si se diseñan o no y por qué razones, programas de intervención específicos que contribuyan a mejorar aspectos deteriorados durante la vejez que tengan incumbencia fonoaudiológica y conocer si en geriátricos, hogar de ancianos, hogar de día etc., poseen fonoaudiólogos

en sus equipos terapéuticos; por otro lado, respecto a la propuesta de intervención, sugerimos la puesta en marcha de programas que: agilicen los procesos cognitivos que declinan en los adultos mayores, provean herramientas que puedan ser utilizadas frente a situaciones problemáticas diarias, fomenten las relaciones interpersonales y promuevan actitudes comunicativas positivas.

Para poner en marcha este proceso diagnóstico-práctico es necesario comprender los procesos psicológicos y psicolingüísticos que queremos abordar enlazando así la teoría con la práctica que será siempre la forma más clara de guiar la intervención. Asimismo es necesario reconocer que no existen funciones aisladas porque no sólo están relacionadas de alguna manera entre sí sino que el medio, los afectos, la motivación, las emociones tienen sobre ellas una fuerte resonancia, factores que tendremos en cuenta también a la hora de diseñar las propuestas terapéuticas.

Es convicción nuestra el poder estar entonces, en un futuro no muy lejano, insertos institucionalmente en los servicios públicos y privados de salud, para poder intervenir conjuntamente, en forma interdisciplinaria, para mejorar en los ancianos una de las capacidades más propiamente humanas.

Envejecimiento, vejez, tercera edad...

El envejecimiento de una población es una meta natural en cualquier sociedad en desarrollo y la vejez debe ser acompañada por una mejoría de calidad de vida en donde los servicios de salud deben llegar en las mejores condiciones posibles de equidad, eficiencia, calidad y trato personalizado...

Es necesario establecer una diferencia entre la vejez, como una etapa de la vida y el envejecimiento, como un proceso en la vida del ser humano que se inicia desde su nacimiento.

Para Galeno, la vejez era de naturaleza intrínseca y se encontraba en el mismo proceso generativo, vinculando así el desarrollo y la decadencia de la persona humana. Erasmo, en el siglo XVI, concebía la vejez como una carga, considerando que la locura era el único remedio contra la vejez. La vejez es un estigma, según el gerontólogo social norteamericano Robert Atchley¹, y la mayoría de las veces tal estigma es el resultado injusto de falsos estereotipos que se han ido acumulando a través de los tiempos.

Otro concepto frecuente es el de anciano, varios diccionarios lo describen así: "dícese del hombre o la mujer que tiene mucha edad", no aclara que significa mucha edad... En el nuevo testamento la palabra "anciano" tuvo otra connotación, se valoraba este aspecto, al momento de designar a jefes de religiosos o para designar personajes de la iglesia que tenían algún cargo directivo². Por otra parte, se entiende por anciano, viejo, persona de edad avanzada, a las personas en la última etapa de la vida, entre la madurez y la edad senil (60 años).³

"Envejecimiento es un proyecto de autorrealización que se va desarrollando a lo largo de la vida"⁴ lo que indica que la vejez es entonces, la última etapa de la vida que nos otorga la obligación necesaria para concluir satisfactoriamente nuestro proyecto de vida.

Otra denominación que en la actualidad es utilizada para dirigirnos a este sector de la población es el de tercera edad el cual surgió en Francia en 1950, designado por el Dr. J. A. Huet, uno de los iniciadores de la gerontología en dicho país. Al principio esta expresión abarcó a personas de cualquier edad, jubiladas, pensionadas,

¹ Robert Atchley en <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>.

² Fajardo, 1995 en <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>

³ Langarica, 1990 en <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>

⁴ Kastenbaum, 1980, en <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>

*consideradas como de baja productividad, posteriormente se precisó, caracterizando a jubilados y pensionados de más de 60 años de edad*⁵

*En abril de 1994 la Organización Panamericana de la Salud, filial de la Organización Mundial de la Salud, decidió emplear el término adulto mayor para las personas mayores de 65 o más años de edad; asimismo, esta edad ha sido tradicionalmente usada para definir el comienzo de la vejez en estudios demográficos y gerontológicos, principalmente porque en muchos países es utilizada por los sistemas de pensiones para empezar a otorgar beneficios.*⁶

En nuestra sociedad, respecto a la vejez, se enfatiza el declive mental y físico que la acompaña; cada vez se está destacando más que el deterioro mental no es inevitable; se observa que las pérdidas no afectan a todos por igual y pueden atenuarse en función de las experiencias vitales y las condiciones ambientales.

Es extraordinario el incremento de la expectativa de vida desde principio del siglo pasado, que se debió a las mejoras socioeconómicas y biomédicas, reflejadas fundamentalmente en el cambio de estilo de vida, nutrición, actividad física, avances en la prevención y tratamiento de enfermedades.

Existen posturas que sostienen que tomar los sesenta y cinco años como el comienzo de la vejez es arbitrario, pero la utilización de esa edad es convencional, lo que no quiere significar necesariamente vejez en el sentido real. Por eso es cada vez más frecuente que los gerontólogos hablen de las “vejeces” y no de la vejez. Es decir cada uno tiene la suya, donde los años anteriores tienen un fuerte impacto para lo físico, para lo psicológico y lo social. Y en esto último, hay que tener en cuenta qué redes comunicacionales ha poseído esta persona, qué vínculos ha desarrollado durante su vida joven y adulta, y qué patrimonio trae a la vejez, y evaluar qué capacidades trae para poder gestar nuevas en este momento de la vida. Por eso la forma de enfrentarse a las circunstancias de cambios en la vida será diferente para cada persona; algunos, irán adaptándose en forma paulatina sin necesidad de ayuda terapéutica, y otros con mayor dificultad, necesitarán de esta intervención.

Pensando en nuestra Argentina, la vara de los 60 años se presenta como expresión realista del inicio del envejecimiento, fundamentalmente porque buena parte

⁵ Fajardo, (1995), en <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>

⁶ Padilla, (2002), en <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>

de los mayores no han contado con las ventajas y beneficios que le permiten transitar hacia una vejez saludable y exitosa⁷. A efectos del presente trabajo vamos a tener como referencia a la hora de hablar de un adulto mayor, la siguiente clasificación ya estandarizada para fines científicos, en donde se considera que: las personas hasta **65 a. EC**⁸ son **adultos mayores**. El rango que va desde los 65 a los 74 a. EC, *mayor joven*; de 75 a 84 a. EC, *mayor adulto*; y de 85 a. EC en adelante, *mayor mayor*.⁹

La tercera edad en nuestra ciudad

La ciudad de Mar del Plata se caracteriza por atraer un gran número de adultos mayores que por la variedad de ofertas -en servicios, inmuebles, culturales etc.- que ofrece la ciudad además del bellissimo marco natural que posee, se conforma en una opción más que tentadora cuando para disfrutar de esta “tercera edad”, deciden reinstalarse en otra ciudad. Actualmente existe una población de 564.056 habitantes (Base 2001) de los cuales un 22,1%, 124.656 habitantes aproximadamente, corresponden a la tercera edad. Como dijimos anteriormente, se considera a una persona dentro de esta franja etárea a partir de los 65 años. El porcentaje de personas mayores a 65 años que no posee cobertura de salud es el 13,31% , cerca de 29.708 personas que no gozan de ningún tipo de beneficio ni ayuda sólo en lo que a la salud respecta, sin considerar otro tipo de necesidades básicas de las que también podrían ser carentes: alimentos y vivienda.¹⁰

El peso de la población anciana implica una presión para la sociedad y el Estado que deben satisfacer demandas, en tanto que aumentan las necesidades de diversos servicios sanitarios, sociales y económicos con características propias para las personas que envejecen. (Oddone, 1998)

El desarrollo de políticas sociales que contemplan los problemas del envejecimiento en los países desarrollados es muy notorio en relación con el nuestro, donde impera la incertidumbre y el desamparo, a pesar de los esfuerzos de organismos no gubernamentales, profesionales y personas relacionadas con la atención de la ancianidad. En este contexto se observa el crecimiento de la internación de larga estadía para los ancianos, al mismo tiempo que una reducida cantidad de

⁷ Cfr. Fernando Wittig, Revista Signos, “Estructura narrativa en el discurso oral de los adultos mayores” 2004, 37, 91-101.

⁸ A. EC: años de edad cronológica.

⁹ Datos suministrados por Dra. Bruger, citando a Petersen en Seminario de Envejecimiento, año 2006.

¹⁰ Datos suministrados por el Departamento de información Estratégica Municipal, con base 2001.

publicaciones en el campo de las ciencias sociales destinadas a los procesos que intervienen en este fenómeno complejo y multideterminado.¹¹

Según datos suministrados por la Secretaría de Desarrollo Social, Dirección de Discapacidad y Adultos Mayores, Área Tercera Edad, en la municipalidad hay un solo Hogar Geriátrico para personas indigentes derivadas por asistencia social que albergan apenas 140 personas. La necesidad ha originado en estos últimos años, alrededor de 50 pequeños hogares, habilitados en casa de familias para un máximo de hasta 10 ancianos. Los hogares geriátricos privados suman alrededor de 102 hogares, alojando un total aproximado de 2.600 personas. Los ancianos que ingresan en estos establecimientos poseen, pues es requisito para el ingreso, 60 años o más. Si bien la mayoría son autoválidos en su ingreso, luego sobreviene el deterioro natural que muchas veces se da en forma acelerada y esto, sumado a las condiciones desfavorables de vida que ha tenido que soportar la mayoría de estas personas, deriva en un 70% de mayores postrados en los hogares. Tanto en el hogar geriátrico municipal como en los privados, el cuerpo profesional que se le exige como obligatorio consta de un médico, un dietista y, hace poco tiempo también se incluyó, aunque todavía no consta en la ordenanza 4751¹², un terapeuta ocupacional.

Por otro lado contamos a nivel municipal también con un Hogar de Día que para su buen funcionamiento tiene una capacidad máxima para alrededor de 25 personas (aunque actualmente por problemas en el vehículo que los transporta son sólo 6 u 8 los que asisten). Está abierto de lunes a viernes de 7.30hs. a 17hs., y brinda desayuno, almuerzo y merienda para los abuelos que asisten además de cubrir las necesidades higiénicas que puedan presentarse. Si bien se desarrollan talleres, y trabajos de integración con la comunidad, la mayoría de los que asisten lo hacen por otras necesidades primarias: alimentos e higiene. El requisito para asistir al centro es tener una edad de 60 años o más y ser autoválido aunque en la realidad reciben muchos adultos mayores con patologías agregadas a quien también por razones obvias deben atender. Según los profesionales que asisten a esta población las políticas que se desarrollan en salud deberían apuntar más a la prevención para no tener que paliar con situaciones graves o abuelos muy deteriorados luego. Los talleres que se realizan están a cargo principalmente de una terapeuta ocupacional. También asisten profesores de educación física para hacerse cargo de ese aspecto. La parte de asistencia social y de médicos también es cubierta cuando se la solicita. Contaban con un psicólogo que retirado hace tiempo ya, nunca fue suplantado por otro. En cuanto a la infraestructura del lugar es un lugar amplio y luminoso, apto para

¹¹ Cfr. María Cristina de los Reyes, Ancianidad, familia e institución geriátrica. Revista Nexos Nº 12, Año 7. Marzo 2000.

¹² Ordenanza 4751 Habilitación y Funcionamiento de Geriátricos. Ver anexo Pág. 113.

el desarrollo de las actividades que se realizan. En los talleres que realiza la terapeuta ocupacional se hace hincapié en la socialización de los adultos mayores, trabaja en la prevención de demencias y también actividades manuales.

Desde la Secretaría de Desarrollo Social, Dirección de Discapacidad y Adultos Mayores se ofrecen variedad de talleres que funcionan en diferentes lugares: centro de jubilados municipales, clubes, cooperativas, centros culturales y sociedades de fomento. Los talleres que se desarrollan actualmente son los que se presentan en la siguiente tabla. Algunos están a cargo de docentes municipales por lo que son gratuitos y en otros deben hacer una pequeña colaboración para asistir.

Lugar	Dirección	Taller
Centro Asturiano	Jujuy 2285	Tapiz, Tejido a dos agujas, Macramé, Yoga, Pintura decorativa, Inglés todos los niveles, Crochet, Taller de madera, cobre y cerámica.
Centro de Jubilados Municipales	San Martín 5135	Expresión Plástica
Club Atlético Unión	9 de Julio 3749	Gimnasia
Centro Cultural J. Martín de Pueyrredón	25 de Mayo esq. Catamarca	Expresión corporal, Abuelos Narradores, Espectáculos Gratuitos
Centro Castilla y León	H. Irigoyen 2067	Francés I
Cooperativa Seguros B. Rivadavia	Av. Independencia 3082	Italiano I
Club Atlético Quilmes	Av. Luro 3868	Danzas Nativas, Gimnasia
Sociedad de Fomento Barrio Caisamar	Gorriti 1852	Entrenamiento de la Memoria, Prevención de caídas
Centro Cultural El Ciudadano	Bolívar 3655	Guitarra
Iglesia Adventista	Córdoba 2966	Canto coral, Orquesta
Parque Camet		Feria artesanal

En relación a los talleres que muestra la tabla, vemos que el único que trata directamente una función de la cognición tal y como es la memoria, entre otras, es el Taller de Entrenamiento de la Memoria. Si bien las quejas mnésicas son las más comunes durante la vejez, no constituye el único déficit sobre el que debe actuarse durante esta etapa como veremos más adelante en el desarrollo del trabajo. La neuropsicología, desde hace años viene popularizando programas sobre los cuales

debemos trabajar para compensar todas las pérdidas cognitivas que se suceden durante el envejecimiento. El cerebro es capaz de una remodelación dinámica de sus conexiones neuronales incluso en edades avanzadas. El sistema neurológico es capaz de tener una gran plasticidad, según las teorías que expondremos luego.¹³

Ahora bien, después de describir brevemente cuales son los servicios que, con toda la buena voluntad de los profesionales que los llevan adelante, se prestan a favor de la calidad de vida de nuestros adultos mayores, es necesaria la autocrítica. No hace falta reflexionar demasiado para darse cuenta, por ejemplo, que si se genera una vacante profesional en el equipo de trabajo, importante para la asistencia de los ancianos, es necesaria que sea cubierta. No hace falta un gran estudio de la demanda, para darse cuenta cuán poco significa tener en una ciudad con tanta población gerontológica como Mar del Plata, un solo Hogar Geriátrico, y un solo Hogar de Día municipales, -no queremos referirnos a las instituciones privadas en el presente trabajo porque es bien sabido, que por su costo, no son accesibles a todos aquellos que necesitan asistencia, y absorben por ende un porcentaje mínimo de la población gerontológica, que muy lejos está de nuestros adultos mayores indigentes-. Bien podría decirse al respecto que el costo para el mantenimiento de estas instituciones es elevadísimo para el Estado (esa fue la respuesta que recibí cuando pregunté por qué no hay más conociendo las demanda que tenemos hoy día), pero no podemos ser indiferentes y esperar que las soluciones sean solo fruto de la buena voluntad de quienes toman estas decisiones políticas. Cuando de participación, solidaridad, derechos y dignidad se trata, es necesario agotar recursos, alternativas, y que gestionemos, exijamos y luchemos como comunidad: **“la unión hace la fuerza”**. No tenemos certezas acerca de qué clase de gestión municipal tenemos,- ni mucho menos es nuestra intención discutir sobre ideologías o juicios políticos-, de cómo se distribuyen los fondos, qué se prioriza, como se ocupan o no de las políticas en calidad de vida, atención primaria de la salud, desarrollo social... pero sí podemos empezar por tomar conciencia, informarnos sobre qué pasa alrededor nuestro, sin ignorar la dura realidad de muchos. Identifiquemos necesidades, abramos y gestionemos espacios, estudiemos, busquemos alternativas, hagámonos partícipes de las problemáticas y con vocación de servicio y en solidaridad, brindemos lo que desde nuestro rol esté a nuestro alcance. Podemos cambiar la realidad, sólo hace falta nuestro granito de arena.

¹³ Cfr. Landau Teresa Noemí, La vejez una parte del camino, Ed Policial, 2002.

Las personas de edad tienen derecho:

Principio 12

A tener acceso a servicios salud para ayudarles a mantener o a volver a adquirir un óptimo nivel de bienestar físico, mental y a impedir o retrasar enfermedades.

Principio 13

A tener acceso a servicios sociales y jurídicos con objeto de mejorar sus posibilidades de autonomía y de brindarles protección y cuidados.

Principio 14

A utilizar niveles apropiados de atención en instituciones que les proporcionen protección, servicios de rehabilitación y estímulo social y mental en un medio humano seguro.

Principio 15

A ejercer sus derechos humanos y sus libertades fundamentales cuando residan en instalaciones de albergue, de atención o de tratamiento, incluido el pleno respeto de sus dignidad, sus creencias, sus necesidades y su vida privada y el derecho a adoptar decisiones acerca de la atención que reciban y de la calidad de sus vida.¹⁴

Declaración de la Federación Internacional de la vejez sobre los derechos y responsabilidades de las personas de edad.

¹⁴ Vertex Rev. Arg. De Psiquiatría. 1995, Vol VI:63 . Ver articulo completo en anexo Pág. 112

Capítulo 1

Perspectiva teórica

En cualquier máquina bien hecha ignoramos el funcionamiento de la mayoría de las partes -cuanto mejor funciona menos conscientes somos de ellas...- sólo una avería llama nuestra atención sobre la existencia de algún mecanismo.

Kannet Craik, The Nature of Explanation (1943)

La neuropsicología tiene por objeto el estudio de las alteraciones cognoscitivas y emocionales, así como de los trastornos de la personalidad provocados por lesiones del cerebro, que es el órgano del pensamiento y, por lo tanto, el centro de la conciencia. En la medida en que el cerebro recibe e interpreta las informaciones sensoriales, se comunica con los demás y se relaciona con el mundo mediante el lenguaje y la motricidad, construye su continuidad y, por lo tanto, su coherencia identificativa a través de la memoria, es natural que el sufrimiento cerebral por lesión se exprese a través de trastornos comportamentales, de ahí el nombre de neurología comportamental aplicado también a la neuropsicología.¹⁵

Los objetivos de la neuropsicología son tres: diagnósticos, terapéuticos y cognoscitivos. El análisis semiológico de los trastornos permite proponer una sistematización sindrómica de la disfunción del comportamiento y del pensamiento, además de identificar su sustrato lesivo y de formular hipótesis sobre la topografía de la lesión. Pero no nos encontramos en la época en que solamente un procedimiento clínico minucioso permitía deducir la localización de las lesiones, cuya prueba última era la autopsia. La exploración moderna por neuroimagen, ya sea con una base radiológica (tomografía computarizada) o sin ella (resonancia magnética) puede dirigirnos al conformismo con una neuropsicología resumida, cuando la estrategia clínica se orienta esencialmente sobre la nosología: de esta manera, una hemiplejía derecha con afasia de aparición súbita sería suficiente para sospechar infarto silviano, que podría ser confirmado por las exploraciones con neuroimágenes, complementadas por la biología, las investigaciones cardiovasculares, y la angiografía para definir la etiología y permitir plantear la prevención de una recidiva. *El procedimiento neuropsicológico invita a considerar al paciente desde otro punto de vista complementario al procedimiento etiológico: analizar de forma detallada el trastorno del lenguaje permite comprender mejor el desasosiego del paciente y, de esta manera, sensibilizarse con la reeducación, que es el segundo objetivo, pragmático, de la*

¹⁵ Roger Gil, Manual de Neuropsicología; Barcelona, Masson Editorial, 2001, Cáp. 1, Pág.1.

*neuropsicología. Por último, nos queda añadir que el conocimiento de los trastornos provocados por lesiones cerebrales permite generar hipótesis sobre el funcionamiento del cerebro normal: éste es el tercer objetivo, cognoscitivo, de la neuropsicología, que teje una relación entre la neurología del comportamiento y las ciencias denominadas humanas.*¹⁶

Según R.Gil la exposición de las grandes modalidades de expresión neuropsicológica y comportamental de las lesiones cerebrales no debe dejarnos la impresión de un cerebro desmembrado en funciones atomizadas. El ser humano puede conocer el mundo y actuar en él gracias a un funcionamiento coordinado de sus recursos cognoscitivos y a las múltiples conexiones que el cerebro teje, no solamente de un hemisferio a otro, sino también en el interior de cada uno de ellos, dibujando una compleja red neuronal articulada de un extremo a otro. De esta manera se establecen innumerables relaciones entre la cognición, la afectividad, la percepción sensorial y la motricidad. Dichas relaciones tienen como sustrato la neurona, designado como la unidad fundamental del sistema nervioso, sin olvidar que, aunque el papel de la neurona es: vehicular y tratar la información, las neuronas sólo son útiles por su multiplicidad y por las innumerables conexiones que las unen en las sinapsis para crear así múltiples redes. Los cuerpos celulares de las neuronas, agrupadas, constituyen la sustancia gris repartida en la superficie del cerebro (córtex o corteza), pero también dispersada en pequeñas masas centrales que constituyen el tálamo y los núcleos grises (en particular el lenticular, caudado y sustancia negra). La sustancia blanca, repartida entre la corteza y los núcleos grises, está constituida por las prolongaciones de las neuronas, axones y dendritas, rodeadas de su vaina de mielina.

Las consecuencias de las lesiones focalizadas del cerebro y los trastornos provocados por lesiones callosas que ocasionan una desconexión ínter hemisférica han permitido establecer la existencia de una especialización funcional de cada uno de los hemisferios, denominada dominancia. Las afasias han inaugurado la historia de la neuropsicología, definidas por la destrucción o alteración de una función fundamentalmente humana: por ellas se ha llamado dominante al hemisferio que gestiona las funciones lingüísticas y que ordena la mano más hábil que en los diestros es el hemisferio izquierdo. Por otro lado el hemisferio derecho (que también se denomina menor) se especializa en las funciones visuoespaciales y atencionales, así

¹⁶ Toullat G. Pluchon C. et al, en Manual de neuropsicología de Roger Gil, Ed. Masson, 2001.Pág. 1

como en el reconocimiento de caras y en el control emocional. También se ha comprobado que el hemisferio izquierdo lleva a cabo tratamientos analíticos secuenciales, mientras que el hemisferio derecho procede de manera simultánea y paralela (holística).¹⁷ Dentro de esta corriente, es representativo el trabajo de Fodor¹⁸ quien describe la **Hipótesis de la Modularidad**, en la cual, enumera las propiedades que consideraba propias de los módulos cognitivos. Entre estas propiedades es importante la **encapsulación informativa**, que significa que un módulo puede realizar su propia forma de procesamiento con total ignorancia o aislamiento de los procesos que se producen en otros lugares del sistema cognitivo (por ejemplo, habrá un módulo que procesa la expresión emocional de la cara, y otro módulo independiente que reconozca la cara y determine quién es la persona en cuestión). Según Fodor, los módulos deben disponer también de **especificidad de dominio**, lo que significa que cada módulo acepta sólo un tipo particular de aferencia. Por ejemplo el módulo que procesa la expresión de las caras sería incapaz de procesar el tono emocional de las voces. Estas dos propiedades ya descritas se combinan a su vez con la especificidad neurológica, por la cual los módulos están representados de forma diferenciada en el cerebro, la neuropsicología cognitiva se convierte en una empresa viable, porque aparece la posibilidad de que las lesiones cerebrales afecten selectivamente ciertos módulos, mientras dejan a los demás intactos y operando con unos niveles de efectividad propios del período anterior a la lesión. Estas son las propiedades de los módulos propuestas por Fodor que han gozado de mayor aceptación.

Teniendo en cuenta todos estos conceptos la neuropsicología cognitiva trata de explicar los patrones de realización intactos y afectados, a partir de las disociaciones, en las que un aspecto de la ejecución está afectado mientras otros preservados, se considera que traducen la existencia de subsistemas cognitivos independientes o módulos (explicado anteriormente), responsables de distintas operaciones cognitivas. La supuesta organización de estos módulos puede representarse en forma de un diagrama de procesamiento de la información. Con frecuencia las asociaciones observadas entre déficit son más difíciles de interpretar debido al peligro de que su asociación obedezca a razones anatómicas más que funcionales (por ejemplo, módulos cognitivamente distintos que dependen de regiones adyacentes de la corteza cerebral y, como consecuencia, tienden a alterarse en forma conjunta).¹⁹

¹⁷ Cfr. Roger Gil, Manual de neuropsicología, Ed. Masson, 2001. Cap. 1 Pág. 1.

¹⁸ Citado por Ellis y Young en Neuropsicología cognitiva humana, Ed. Masson, 1992. Cap 1. Pág. 14.

¹⁹ Cfr. Ellis y Young, Neuropsicología cognitiva humana, Ed. Masson, 1992. Cap 1. Pág. 23

Capítulo 2

El lenguaje en la tercera edad

“El desarrollo del lenguaje durante los primeros años de crecimiento puede caracterizarse por un incremento sucesivo de las capacidades comunicativas y lingüísticas”.²⁰

Nos interesamos específicamente en este trabajo, en el desarrollo del lenguaje durante la tercera edad. Si bien se considera, que el desarrollo es un proceso progresivo, constructivo y de expansión de las competencias en un determinado dominio, al pensar en la vejez se suelen tener en mente conceptos como involución, conservación y acomodación a determinadas limitaciones que la edad impone.

Birren y Fisher ²¹, han utilizado varias metáforas para hablar del desarrollo en la vejez, que pueden integrarse en dos:

1. Una *metáfora humanista* que considera la vejez como la última etapa de un largo viaje o peregrinación a lo largo de la vida. En este viaje se ha ganado experiencia, conocimiento del mundo y de las personas, sabiduría, al mismo tiempo que se ha producido un desgaste, un cansancio o debilitación. Según esta concepción, el desarrollo es continuo a lo largo de toda la vida, multidireccional, contextualizado y caracterizado por una dinámica entre ganancias y pérdidas.
2. Una *metáfora evolucionista* y basada en el procesamiento de la información, según la cual los cambios que se producen en la vejez constituyen un patrón que surge como contrapartida de un programa genético que determina el desarrollo de un sistema humano de computación. Envejecer ha sido necesario evolutivamente para que el sistema humano se desarrolle; es plausible que en los seres humanos la supervivencia de la especie haya estado ligada a una vida más larga, que permitía mayor acumulación de experiencias. La vejez es la contrapartida evolutiva del desarrollo (sobrevivirían mejor las tribus cuyos miembros fuesen más longevos). Según esta concepción, representada especialmente por Birren, el cerebro humano

²⁰ O. J. Rabadán ,Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención; Ed. Masson, 1998, cap 1. Pág. 1-2

²¹ Citados por O.J Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención. Ed. Masson, 1998, cap 1. Pág. 1-2

va ganando conocimiento con la edad, pero pierde actividad o capacidad de procesamiento.

Una nota característica durante la vejez es el **enlentecimiento**, que es definido por Birren y Fisher (1992)²² como “tiempo necesario para cualquier tarea que requiera la mediación del sistema nervioso central”. El enlentecimiento es el cambio más significativo observado en todos los organismos que envejecen. Un enlentecimiento que afecta todo el comportamiento y especialmente la cognición, y que se ha explicado por la menor rapidez en las transmisiones neuronales. En los ancianos se refleja por cambios en la actividad eléctrica cerebral y por unos tiempos de reacción más elevados para todas las actividades. El enlentecimiento es la contrapartida evolutiva a la rapidez de respuestas y de procesamiento, que se manifiesta en fases más tempranas del desarrollo. El enlentecimiento afecta especialmente la eficacia computacional del sistema. Es en este sentido que Birren²³ habla de involución en la vejez o de edad involutiva: en la vejez se manifiesta la contrapartida evolutiva de unos patrones genéticos que han estado presentes a lo largo del desarrollo.²⁴

Desde una perspectiva evolutiva se ha hablado de involución, pérdida de capacidades y deterioro en la vejez. ¿Qué tipo de deterioro se produce en la vejez? ¿Significa la involución un paso atrás en el desarrollo? ¿Significa un proceso inverso al desarrollo que tiene lugar en la infancia y en la juventud? ¿Implica algún tipo de desorganización de los sistemas organizados a lo largo del desarrollo? ¿Podemos considerar que la involución es algún tipo de regresión?

Aunque el concepto de involución se ha relacionado con el de regresión, la vejez no es exactamente un proceso inverso al desarrollo que tiene lugar en la infancia; por lo tanto, involución no significa recorrer el mismo camino que se ha hecho, sino a la inversa. *El concepto de regresión en el desarrollo fue elaborado por Jackson²⁵ (1932) en su célebre e influyente teoría neuropsicológica sobre las funciones psíquicas y en relación con las leyes de complejidad y jerarquía que, según él, presiden la organización del sistema nervioso central.* Significaba la desorganización de las funciones más complejas y lo aplicaba especialmente a los fenómenos lingüísticos que tienen lugar en la afasia, como consecuencia de lesiones cerebrales. El sistema lingüístico se ve afectado en su complejidad y en su organización jerárquica,

²² Birren y Fisher 1992, citados O. J. Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención, cap 1, Pág. 2.

²³ Citado por O. Juncos Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención, cap. 1, Pág. 2.

²⁴ Cfr. O. Juncos Rabadán. Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención, cap 1, Pág. 2

²⁵ Citado por O. Juncos Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención, cap 1, Pág. 2.

alterándose las funciones más complejas y más evolucionadas o superiores jerárquicamente. El sistema, que se ha desarrollado siguiendo una línea de complejidad y jerarquización según la cual lo más simple queda integrado en formas y funciones más complejas, sufre una involución o una regresión. Se alteran, en primer lugar, las formas más complejas que constituyen el lenguaje proposicional, quedando sin afectar o pareciendo otras formas más primitivas y simples, como son los automatismos lingüísticos.²⁶

Aceptaremos entonces el término involución como un concepto general referido a la desorganización o desestructuración e procesos complejos que se han ido construyendo a lo largo del desarrollo (infancia, juventud y adultez). Esta desestructuración no tiene por qué seguir un proceso exactamente inverso a su construcción. El proceso de involución puede ser diverso y referirse a algunos aspectos del desarrollo, especialmente a la eficacia en el procesamiento.

Características del lenguaje y la comunicación en la tercera edad

Nos interesa aquí caracterizar el lenguaje y la comunicación en esta etapa llamada la tercera edad, donde las personas suelen sufrir numerosas pérdidas, que forman parte de su propia vida: salud, trabajo, seres queridos, relaciones sociales, etc. Afortunadamente, la mayor parte de las personas de edad avanzada conservan la palabra. El lenguaje es su bien más apreciado. Los ancianos suelen utilizar ampliamente su lenguaje, hablan mucho y si no tienen con quién, hablan solos; porque el lenguaje es lo más importante que conservan. Gracias al lenguaje pueden guardar y compartir sus experiencias, hacer proyectos, amar y participar en distintos ámbitos sociales. El lenguaje de los adultos mayores se ve influenciada por factores socioculturales, biológicos y cognitivos.

La actividad comunicativa y lingüística en la vejez está determinada por dos procesos: uno, de carácter sociocultural, que es el alejamiento del sistema productivo, y otro, de carácter biológico, que es el deterioro propio de todos los seres vivos en la etapa final de su vida. Desde el punto de vista social, el alejamiento del sistema productivo que tiene lugar con la jubilación altera la red de relaciones sociales que se han construido durante la vida de una persona. El proceso de desarrollo social, que inicia en la infancia y que está presidido por una complejidad progresiva de las relaciones sociales a partir de las primitivas relaciones familiares, sufre una involución

²⁶ Cfr. O. J Rabadán. Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, 1998, cap 1 Pág. 4.

que tiene su punto inicial en la jubilación. Para la mayoría de las personas, la nueva situación disminuye sus posibilidades de interacción, reduciéndolas a relaciones más elementales. Comienza así una etapa de la vida que puede conducir a la simplificación de relaciones a un pequeño núcleo de familiares (en el que incluso faltan los hijos) y amigos. Las posibilidades de comunicación disminuyen, bien porque los ancianos se quedan solos, bien porque las personas que conviven con ellos (familia o compañeros de institución) no son los interlocutores más estimulantes. En esta nueva situación, las posibilidades de usar el lenguaje se reducen, quedando limitadas, a veces, a simples monólogos o desembocando, incluso, en el mutismo. Las limitaciones lingüísticas que impone la nueva situación pueden estar paliadas por el nivel educativo de ancianos, por las situaciones sociales privilegiadas en las que vivan o por la intervención educativa institucional.²⁷

Según Hayflick ²⁸ el concepto de envejecimiento biológico como fenómeno universal en todos los seres vivos es algo que todavía se encuentra en discusión. Sin embargo, una explicación biológica se ha ido abriendo paso en la gerontología humana: las células somáticas tienen una vida limitada. El envejecimiento celular se manifiesta a nivel sistémico, especialmente en el sistema locomotor, cardiovascular y respiratorio. Con la edad aumenta la atrofia muscular y la pérdida de calcio óseo, que junto con otros factores, como la reducción de la actividad física y la nutrición, pueden desencadenar los principales problemas en el sistema locomotor de los ancianos. Los cambios cardíacos y vasculares disminuyen la frecuencia cardíaca y alteran la dinámica arterial. Aumentan los problemas respiratorios, por disminución de la capacidad pulmonar y endurecimiento de los bronquios.

Aunque hay un deterioro en todos los sentidos, parece que la pérdida de la audición es el déficit sensorial más generalizado con la edad y prácticamente inevitable en las sociedades occidentales caracterizadas por altos niveles de ruido. La disminución de audición puede traducirse en problemas de comprensión oral y reducción de la comunicación. También la visión se deteriora y a partir de los 60 años las pérdidas de agudeza visual son cada vez mayores. Sus consecuencias más evidentes son la pérdida de seguridad y el aislamiento de los ancianos. Aunque no son irremediables, porque muchos reaccionan positivamente, pueden tener influencia en los problemas de comunicación.²⁹

²⁷ Cfr. O. J Rabadán. Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, 1998, cap 1, Pág. 4.

²⁸ Hayflick, (1978) citado por O. J Rabadán. Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, 1998, cap 1, Pág. 5.

²⁹ Ryan, et al. 1986 en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed Masson, 1998, cap 1 Pág. 5.

En la vejez normal, al margen de posibles alteraciones específicas, se produce un deterioro del lenguaje. Numerosos estudios realizados en las últimas décadas proporcionan datos a favor de la hipótesis de un deterioro del lenguaje asociado a la edad y que afecta el léxico y la organización discursiva. En un estudio translingüístico reciente (Juncos e Iglesias, 1992, 1994) se ha comprobado que en adultos mayores de 70 años pertenecientes a diferentes culturas y lenguas se produce un deterioro en el rendimiento lingüístico general que afecta diferentes niveles y procesos lingüísticos.

Al respecto, O. Juncos Rabadán plantea la siguiente hipótesis: con la edad se produce un deterioro de uno de los sistemas centrales, la memoria operativa, que afecta todos los aspectos del lenguaje, especialmente los procesos más complejos. Las alteraciones del lenguaje en la vejez normal no afectan los módulos y, por lo tanto, a diferencia de las afasias, no son selectivas de dominio (que afectan el lenguaje como sistema modular fonológico, sintáctico y léxico semántico), sino que afectan el sistema atencional y de control, especialmente los procesos atencionales y de inhibición que implican selección, planificación y supervisión. Afectan especialmente los aspectos del lenguaje en los cuales la capacidad de memoria operativa es más necesaria: acceso al léxico, comprensión y producción de oraciones complejas y comprensión y producción del discurso.

Memoria operativa, inhibición y enlentecimiento

En los últimos años, el debate sobre el deterioro cognitivo en la vejez se ha centrado en tres conceptos: la memoria operativa, la inhibición y la rapidez de procesamiento. Son conceptos profundamente relacionados y que pueden ser evocados, cada uno en mayor o menor grado, para explicar distintos aspectos del deterioro producido a causa de la edad. A continuación haremos una breve revisión de ellos para comprender su implicación en los problemas de lenguaje que se presentan en la vejez.

Memoria operativa en la vejez

El concepto de memoria operativa ha evolucionado a lo largo de la historia de la psicología cognitiva para referirse a dos aspectos del funcionamiento de la mente:

memorización o almacenamiento temporal de información y procesamiento o manipulación de esa información³⁰:

1. La memorización temporal, en tiempo corto, de diversas representaciones o informaciones necesarias para diferentes actividades cognitivas, como son el procesamiento del lenguaje y el razonamiento, entre otras, también se ha llamado memoria a corto plazo.
2. El procesamiento de la información disponible inmediatamente, así como de la búsqueda de otras informaciones almacenadas en la memoria a largo plazo, el mantenimiento de ciertas informaciones previas y la inhibición de ciertas otras es el segundo aspecto que recoge el concepto de memoria operativa.

La comprensión y la producción del lenguaje es una de las tareas humanas más complejas que requiere el funcionamiento de la memoria operativa, memorizando temporalmente secuencias del lenguaje, conectando esta información con conocimientos almacenados en la memoria a largo plazo y manteniendo unas informaciones y rechazando otras. En casi todas las concepciones sobre la memoria operativa se acepta que funciona como un espacio de trabajo mental con una capacidad limitada. Esta limitación explica muchos fenómenos del conocimiento humano: la capacidad limitada para recordar series de números o de palabras, la capacidad limitada para realizar varias tareas simultáneamente, etc. La versión más difundida de este concepto ha sido la definida como un sistema tripartito, compuesto por dos subsistemas subordinados, especializados en almacenar material verbal (almacén fonológico) y material perceptivo-visual (almacén visuoespacial), y un sistema atencional de control y supervisión que ha sido llamado *ejecutivo central* o *sistema atencional supervisor*.³¹

La capacidad de la memoria operativa varía con la edad. A lo largo del desarrollo hay un incremento considerable de la capacidad de recordar temporalmente material verbal. Por ejemplo, la aplicación de la prueba de los dígitos (utilizada y reconocida como una medida de memoria operativa fonológica) muestra que los niños de 4 años son capaces de recordar entre dos y tres dígitos, mientras que a los 14 años llegan al umbral máximo de siete dígitos.

³⁰ Logie 1996, citado por O. J Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, 1998, cap 1, Pág. 6.

³¹ Baddley y Shallice en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, 1998, cap 1, Pág. 7.

El desarrollo del subsistema fonológico articulatorio fue estudiado por Hulme, Thompson, Muir y Lawrence (1984)³², a través de experimentos de repetición de palabras en diferentes edades. Comprobaron que la memoria de palabras se incrementa en los niños con la edad, al mismo tiempo que aumenta la capacidad articulatoria para repetir palabras, medida en número de veces que una palabra puede ser repetida correctamente durante un segundo.

El desarrollo del ejecutivo central ha sido estudiado por Case, Kurland y Golberg (1984)³³, a través de sus experimentos sobre memoria a corto plazo en niños de 3 a 6 años. Los autores afirmaron que con la edad se incrementa el espacio destinado al procesamiento de la información. Comprobaron que con la edad aumenta la eficacia del procesamiento, lo que permite una mejora en la capacidad de memoria. Hitch, Halliday y Litter (1989)³⁴ han demostrado también el incremento de la eficacia operativa con la edad o, en otras palabras, el desarrollo del ejecutivo central.

Si bien estas investigaciones han encontrado datos que apoyan la idea de que en la vejez tiene lugar una reducción de la capacidad de la memoria operativa, que podría considerarse una involución en el desarrollo del que hemos hablado antes, no hay todavía acuerdo respecto a qué componente de la memoria operativa se ve más afectada. Lo que sí podemos afirmar es que los componentes estructurales (fonológico, visuoespacial y ejecutivo central) y aspectos funcionales (capacidad de almacenamiento a corto plazo, eficacia de procesamiento y capacidad de control) se alteran en la vejez. En la vejez se altera el sistema de la memoria operativa, en su subsistema fonológico, dando lugar a problemas de fluidez verbal presentes en los ancianos. También parece que se altera el componente ejecutivo central y se produce un enlentecimiento general de los procesos, como han comprobado varias investigaciones. Todos los trabajos sobre memoria operativa en la vejez (usando tests en forma oral o escrita) han demostrado una pérdida en esta capacidad, resaltando el enlentecimiento del proceso semántico. Salthouse y Babcock (1991)³⁵ han afirmado que la organización estructural del conocimiento (memoria semántica) y la capacidad de almacenamiento se mantienen en los ancianos, pero se altera la organización funcional de éste y la eficacia en el procesamiento. Según sus investigaciones, la capacidad para mantener varios módulos activos simultáneamente en la memoria semántica decrece con la edad, así como el monto total de activación y la velocidad de procesamiento.

³² Citados por O. J. Rabadán en *Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención*. Ed Masson, cap 1, Pág. 6-8.

³³ Ídem.

³⁴ Ídem.

³⁵ Ídem.

Memoria operativa y procesos inhibitorios

Los problemas de la memoria operativa en la vejez se han explicado desde otra perspectiva por el equipo de Hacer y Zacks (1988, 1994,1996)³⁶. Según estas autoras, la eficacia del procesamiento cognitivo a todos los niveles, especialmente en los procesos complejos, como es el lenguaje, no depende de la capacidad o tamaño de la memoria operativa, sino de sus contenidos. Si la información activada en la memoria operativa es relevante para los objetivos de la operación que se está realizando, el procesamiento será eficaz; en cambio, si se mezcla información relevante e información irrelevante, el procesamiento será ineficaz. Por lo tanto, uno de los mecanismos fundamentales para el buen funcionamiento de la memoria operativa es la eliminación o inhibición de la información irrelevante. En términos generales, se puede definir la inhibición, según Kisbourne,³⁷ como aquellos procesos que posibilitan la consecución de la eficiencia en cualquier modalidad de comportamiento mediante la supresión de los planes de acción ineficaces para éste.

En esta concepción, el funcionamiento de la memoria operativa está muy relacionado con los mecanismos atencionales y con la capacidad para atender la información relevante e inhibir las interferencias o atención selectiva. Keele y Neill (1978)³⁸ elaboraron un modelo de atención selectiva en que se consideraba que la información es sometida a dos tipos de procesos: por una parte se realiza un procesamiento del input o información relacionada y por la otra se inhibe activamente la información inatendida o irrelevante, en contra de la postura tradicional que postulaba una decadencia progresiva de la información irrelevante Stoltzfus Hacer, Zacks, Ulivi y Goldstein (1993)³⁹ opinan que es este segundo tipo de proceso el que se encuentra alterado en la vejez.

El concepto de memoria operativa (integrando las aportaciones de Hacer y Zacks) sugiere que una alteración de los mecanismos atencionales e inhibitorios implicados en la memoria operativa, específicamente en su comportamiento ejecutivo central o sistema atencional supervisor, podría producirse como consecuencia de la edad en los adultos mayores. Una de las consecuencias de esta alteración sería la existencia de *interferencias*. (El estudio de las interferencias se ha realizado especialmente mediante el Test de Stroop (1935)). Según Tipper⁴⁰, *otra medida comportamental del efecto de la inhibición es lo que se ha llamado negative priming o*

³⁶ Citados por O. J. Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, cap 1, Pág. 8-10.

³⁷ Ídem.

³⁸ Ídem.

³⁹ Ídem.

⁴⁰ Ídem.

primado negativo. *Mide la eficacia con que un individuo inhibe la atención a un estímulo distractor, mientras la focaliza en el estímulo objetivo.*

Las deficiencias del sistema inhibitorio en los ancianos se han estudiado también con una serie de tareas que tienen que ver con lo que se ha llamado el olvido dirigido. Este tipo de olvido es aquel promovido por el propio sujeto con el fin de deshacerse de información caduca o inútil que puede interferir con la actual. Por último, también se considera válido el estudio del material que involuntariamente se activa al procesar o recuperar información de la memoria a largo plazo, a través del denominado efecto abanico (fan effect).

El deterioro de los procesos inhibitorios en los ancianos puede agruparse en torno a tres aspectos: sensoriales, de aprendizaje y de activación semántica. El origen de este deterioro podría ser una alteración en la dinámica cerebral, una alteración del proceso de excitación-inhibición⁴¹, o una alteración del proceso de inhibición⁴². La inhibición como resistencia a la interferencia ha sido destacada como un proceso cognitivo con gran poder explicativo, que puede integrar perfectamente la reducción de la capacidad de la memoria operativa y el enlentecimiento en el procesamiento observado en la vejez. Dempster (1992)⁴³ propone una explicación evolutiva de este proceso, sugiriendo que está relacionada con el desarrollo de los lóbulos frontales del cerebro, que es *uno de los sistemas cerebrales que se desarrolla más tarde y que primero sufre involución en la vejez.*

Parece evidente que el lóbulo frontal, que representa cerca del 40% del área total del cerebro, es una de las últimas estructuras en desarrollarse en el proceso evolutivo filo y ontogenético, y una de las primeras en involucionar con el paso del tiempo en los individuos. Durante la adultez tardía, asimismo, varios signos de involución comienzan a aparecer en la corteza frontal humana. En particular, la vejez se acompaña de un descenso en el tamaño, volumen y densidad de las células, quizás en parte como resultado de un metabolismo proteico defectuoso, como sugiere el descenso de los niveles de ARN. Como consecuencia, hay descensos significativos en el peso del cerebro y en el grosor cortical de la región frontal, y atrofia cortical al menos en la séptima y octava décadas de la vida en la mayoría de los individuos.

⁴¹ Luria (1976) en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed Masson, 1998. Cap 2. Pág. 26

⁴² Kausler y Kleim; Hacer y Zacks; Dempster y Connelly en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed. Masson, 1998. Cap 2. Pág. 26.

⁴³ Dempster citado por O. J. Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed Masson, 1998. Cap 2. Pág. 36.

Otros estudios⁴⁴ han revelado descensos acelerados en el flujo sanguíneo que recibe el cerebro a partir de la sexta década de la vida, cambios en los patrones de potenciales evocados y degradación de la actividad de los neurotransmisores en los viejos sanos, especialmente de la dopamina, que se cree que influye en el envejecimiento cognitivo.

También Arbuckle y Gold⁴⁵ coinciden en la atribución de responsabilidad del lóbulo frontal en los procesos inhibitorios, en particular su implicación en las alteraciones de la fluencia discursiva, y consideran que el discurso destinado (que falla en el mantenimiento del tópico) está provocado, al menos en parte, por el fracaso en la supresión de respuestas irrelevantes que compiten con las que tienen relación con el tipo discursivo.

Memoria operativa y enlentecimiento cognitivo

En los ancianos, independientemente de su situación socioeconómica y cultural, una de las particularidades más evidentes es el enlentecimiento que sufre la ejecución de diversas tareas (sensoriales, motoras y cognitivas). Pero qué provoca este enlentecimiento? Según Salthouse y Babcock,⁴⁶ una pérdida más rápida de información, o bien una codificación o activación enlentecida. A raíz de sus estudios contemplando estas dos posibilidades, concluyen que la responsable es la velocidad con que se activa la información relevante. Los mayores responsables de este enlentecimiento parece que son los procesos perceptivos, ya que su control estadístico parece neutralizar gran parte de las diferencias en medidas de memoria y cognición. También pueden influir en el aumento de tiempos en la ejecución de tareas otros procesos determinados por la relación entre el tiempo de decisión y la precisión de la respuesta.

La memoria operativa, inhibición y rapidez de procesamiento son tres conceptos profundamente relacionados. Afirmamos que la memoria operativa incluye estos dos conceptos, y que por ende el deterioro de la misma puede explicar alteraciones en el lenguaje que se encuentran en la vejez; como por ejemplo, problemas de acceso al léxico, de comprensión y producción sintáctica compleja y de organización del discurso.

⁴⁴ Dustman, Shearer y Emerson, 1993. Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed Masson, 1998, Pág. 11.

⁴⁵ Citados por O. J. Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed Masson, 1998, Pág. 12.

⁴⁶ ídem.

Alteraciones del lenguaje en la vejez

Léxico

En los estudios sobre el léxico en los ancianos se han encontrado tres fenómenos distintos:

1. El vocabulario pasivo aumenta o se mantiene: los ancianos reconocen y comprenden tantas o más palabras que los jóvenes, dependiendo naturalmente del nivel cultural.
2. Dificultades importantes en el acceso al léxico: problemas para encontrar la palabra adecuada para nombrar objetos, incremento en los episodios de “en la punta de la lengua”, problemas para encontrar la palabra adecuada a una definición o dificultades en el recuerdo de palabras.
3. El conocimiento conceptual no parece que se deteriora con la edad, sino que al parecer se incrementa en los ancianos.

Todo parece indicar que las dificultades léxicas en los ancianos responden más a un problema de ejecución que de competencia. El conocimiento léxico se mantiene tanto desde el punto de vista conceptual, como semántico y fonológico. Lo que se observa es una dificultad para acceder a este conocimiento que se manifiesta en: a) incapacidad para encontrar los nombres (especialmente de personas o poco frecuentes), b) aumento de los tiempos de reacción, y c) uso de paráfrasis como estrategia compensatoria. Estas dificultades pueden diferenciarse de otro déficit en el léxico que tiene lugar en ciertos estados patológicos, como en las demencias y las afasias, y que sí representan una alteración de la competencia. En las demencias se altera la organización semántico- conceptual y se cometen errores de vocabulario que son una disgregación o confusión en el contenido de las palabras. En las afasias se produce una alteración en la organización semántica del vocabulario (parafasias semánticas) o una alteración en la organización fonológica (parafasias fonológicas). Sin embargo, en los ancianos normales, los problemas de vocabulario se parecen más al típico fenómeno de la punta de la lengua, que tiene que ver no con la disgregación o ausencia de la palabra correspondiente, sino con la selección adecuada.

Las alteraciones del acceso al léxico en los ancianos que ya hemos mencionado podrían explicarse como una dificultad de acceso al lexicón fonológico. Dicho acceso implica la inhibición de alternativas irrelevantes y una toma de decisión acerca de la palabra requerida. Los problemas de denominación en los ancianos,

al igual que los fenómenos en “punta de la lengua” y algunos casos de anomia, se podrían deber a una alteración no selectiva que afectaría el sistema atencional, de control ejecutivo.

Sintaxis

En los estudios realizados sobre las capacidades sintácticas en los ancianos se han descrito dificultades en la comprensión, repetición y uso espontáneo de oraciones complejas.

La explicación más convincente sobre los problemas en la comprensión y producción de estructuras sintácticas complejas en los ancianos ha sido proporcionada por Kemper⁴⁷ que ha relacionado estas dificultades con alteraciones en la memoria operativa. Se supone que la dificultad tiene su origen en las limitaciones de los ancianos para operar simultáneamente con diferentes tipos de información o con material complejo, o en la limitación de la memoria verbal a corto plazo.

Discurso

De forma intuitiva se observa que muchos ancianos presentan problemas en la organización del discurso: tienen dificultades en comprender historias o noticias complejas; cuando cuentan historia, pierden el hilo conductor o los detalles de éstas; prefieren programas de televisión que son simples y lineales a las películas o programas más complejos. En las investigaciones se han encontrado en los ancianos importantes dificultades para comprender y producir adecuadamente diferentes tipos de discurso: comprensión de textos, conversación espontánea, descripciones, relatos autobiográficos, comprensión y narración de historias y comprensión de párrafos en prosa. El deterioro se manifiesta en: a) el efecto negativo de la edad sobre el recuerdo de la información en el discurso; b) la dificultad de los sujetos de edad avanzada para comprender la información estructurada de forma compleja en los textos orales o escritos que se presentan, o a partir de materiales visuales, y c) la dificultad para elaborar historias coherentemente estructurada y con gran contenido informativo. El primer aspecto podría explicarse por alteraciones de la memoria asociadas a la edad. El segundo y el tercero tienen que ver con la organización de la estructura del discurso.

⁴⁷ Ídem.

Operar con material complejo, ya sean oraciones, textos o historia, conlleva un proceso de atención, control y organización sobre los diferentes elementos implicados, que puede verse alterado en los ancianos.

Capítulo 3

Alteraciones en el acceso léxico y dificultades discursivas en la vejez

En este capítulo analizamos los problemas de acceso al léxico, como el fenómeno de tener una palabra en la punta de la lengua, las vacilaciones al tratar de encontrar una palabra o las dificultades que a veces se producen en la evocación; por otro lado, describimos las dificultades que exhiben muchos ancianos cuando se enfrentan a tareas discursivas, para finalmente centrarnos en las consideraciones específicas para la intervención fonoaudiológica.

La palabra en la “punta de la lengua”

Todos hemos sentido alguna vez que teníamos una palabra en la punta de la lengua y durante un tiempo más o menos largo nos ha sido imposible decirla, sufriendo su ausencia durante unos segundos o minutos.

El acceso rápido, sin esfuerzo y eficaz a las palabras es uno de los mecanismos cognitivos de la capacidad humana para el lenguaje.

Cómo es posible la selección de una palabra entre miles que componen el léxico de un adulto? Podemos imaginarnos la complejidad de los procesos de selección léxica que supondría por ejemplo una pequeña conversación de cinco minutos.

Según O.J. Rabadán y R. Elosúa de Juan, el acceso al léxico, en circunstancias normales, es un proceso automático de activación e inhibición en los diferentes niveles de procesamiento, conceptual, léxico-semántico y léxico- fonológico. En este proceso se van seleccionando los ítems o palabras más adecuadas para expresar un conocimiento determinado a partir de claves proporcionadas por el contexto situacional

y del habla. Así, por ejemplo⁴⁸, sabemos el nombre de esa persona que nos presentaron en la fiesta de Andrés, y en una conversación en la que se haga referencia a su persona, evocaremos automáticamente su nombre. Sin embargo, en otras circunstancias evocar un nombre nos resulta una tarea ardua, y el proceso parece haber perdido la rapidez y eficacia de los automatismos. Es necesario, entonces, que de forma voluntaria y consciente desarrollemos una serie de claves: unas basadas en el contexto situacional (lugar y momento en que nos presentan a una persona), otra de tipo léxico –semántico (la palabra es un nombre propio) y otra de tipo fonológico (la palabra empieza con “a” aguda, tiene un grupo consonántico, etcétera). Para que la evocación del nombre sea posible. Este proceso de búsqueda implica aumentar la probabilidad de todas aquellas palabras que tienen relación con esas claves. En nuestro ejemplo, aumentará la probabilidad de evocar los nombres de las personas que conocimos en aquella fiesta o de aquellos que estaban presentes cuando nos presentaron a Andrés. También aumentará la tendencia de aparición de nombres propios de varón que empiecen con A, que sean agudo y que tengan grupos consonánticos. El proceso de búsqueda implicaría igualmente la inhibición de todas aquellas palabras que comparten menos claves y que actúan como competidoras de “Andrés”. Este proceso de excitación –inhibición está controlado y supervisado por el sistema atencional supervisor (ejecutivo central), que permite ir desechando algunas de las palabras competidoras que nos vienen a la mente, sabiendo que no son la palabra adecuada, e incluso que nos permite rectificar en caso de error.

La mayoría de las investigaciones sobre memoria operativa en la vejez, utilizando diferentes tipos de tareas sugiere que una alteración de los mecanismos atencionales e inhibitorios implicados en la memoria operativa, específicamente en su componente ejecutivo central, podría producirse como consecuencia de la edad de los adultos mayores. El origen de este deterioro podría ser una alteración en la dinámica cerebral, en el proceso de excitación- inhibición, en el sentido de Luria⁴⁹, o en el proceso de inhibición, como han propuesto Hasher y Zacks⁵⁰. La inhibición ha sido destacada como un proceso cognitivo con gran poder explicativo, que puede integrar perfectamente la reducción de la capacidad de la memoria operativa y el enlentecimiento en el procesamiento observado en la vejez.

⁴⁸ O. J. Rabadán y Rosa Elosúa de Juan en *Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención*. Ed. Masson, 1998. Cap.2, Pág. 25.

⁴⁹ Citado por O. J. Rabadán en *Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención*. Ed. Masson, 1998. Cap 3. Pág. 26.

⁵⁰ Ídem.

La dificultad de inhibición determina que los ancianos no presentan el efecto de facilitación negativa o primado negativo del que hemos hablado anteriormente. Este efecto es una medida de la capacidad de inhibición de un estímulo distractor y de focalizar la atención en un estímulo diana. La ausencia de **facilitación negativa** en los ancianos se relaciona con el debilitamiento de su capacidad de inhibición, y este a su vez podría afectar las funciones del ejecutivo central provocando una limitación en la memoria operativa de los ancianos y por ende problemas en el acceso léxico.

Las dificultades léxicas, que se producen en los ancianos, implican un deterioro en los procesos automáticos y, sobre todo, en los procesos voluntarios en los que interviene de forma fundamental la **inhibición**. Los problemas de acceso léxico pueden estar relacionados con una alteración funcional de los procesadores centrales a la hora de la integración de los diversos subprocesos de la denominación. **Atención** e inhibición están en la base de este proceso fundamental de la integración de información, de la conexión de la información con el conocimiento conceptual y del control de los diferentes módulos implicados. Éstas son tres funciones centrales que pueden estar alteradas o debilitadas en los ancianos.

Una evidencia extraída de la vida cotidiana es que a medida que aumentan los años, empieza a ser más difícil la recuperación de unidades léxicas. Muchas personas adultas relatan que, a medida que se van haciendo mayores, presentan más dificultades para recordar nombres de personas o de objetos, que muchas veces se quedan en blanco, o que intentan, sin resultado, decir algo que tienen en la punta de la lengua. Asimismo, el conocimiento de vocabulario se incrementa con la edad y la riqueza de significado al parecer está ligada a una mayor experiencia con las palabras y las cosas.

Según O. Juncos Rabadán y Rosa Elosúa de Juan a la hora de plantear las bases para la intervención de los problemas del acceso al léxico debe apuntarse a la optimización del funcionamiento cognitivo de las personas mayores, tal y como sugiere un enfoque multifactorial del envejecimiento cognitivo.

En este contexto es cada vez más claro que el funcionamiento cognitivo de un anciano depende de varios factores entre los cuales destacan: a) factores relativos al propio sujeto (su salud, nivel de inteligencia y educativo, motivación, grado de actividad, personalidad, etc.); b) factores relativos al material que se utilice (dificultad, estructura, organización, etc.) y c) factores relativos a la tarea específica (las condiciones de recuperación, el modo de presentación y el tiempo que se deje para

los diferentes ejercicios. Proponen que el objetivo básico de toda la intervención sea el favorecer los mecanismos de activación e inhibición.⁵¹

Organización discursiva en la vejez

En los estudios e investigaciones que se han realizado sobre el discurso narrativo en los ancianos⁵² se han encontrado diversas características; los resultados que estas arrojan, dan cuenta de varios fenómenos discursivos: a) la edad tiene un efecto negativo sobre el recuerdo de la información, al menos literal; b) la edad incrementa la dificultad que entraña la comprensión de información complejamente estructurada, ya sea en la modalidad oral, escrita o representada pictóricamente y poco plausible; c) los ancianos tienen más dificultades a la hora de elaborar discursos coherentemente estructurados y ricos en contenido informativo que mantenga la coherencia del tópico; d) en los ancianos se produce un estilo narrativo más subjetivo, que se basa en la integración de experiencias y conocimientos y en la menor fidelidad a los datos y detalles, y e) los ancianos tienen dificultades en mantener el tema central de sus narraciones y se producen muchas divagaciones sobre aspectos secundarios o interpretaciones tangenciales. Estos fenómenos son el resultado de alteraciones que al parecer afectan la macroestructura del discurso y no alteraciones propiamente lingüísticas o de microestructura. Tienen que ver no tanto con la capacidad de narrar siguiendo un esquema, sino con el control que se ejerce sobre el curso de la narración. La capacidad de construir historias, basándose en una superestructura o guión, pertenece al conocimiento del procedimiento por el cual los sujetos han aprendido que para contar algo tienen que situarlo en un escenario, desarrollarlo en el tiempo y darle un final. Según los estudios realizados, esta capacidad se mantiene en los ancianos, aunque sus historias tengan una estructura más simple y con menos contenido informativo que las de los más jóvenes. Esto hace posible que se puedan utilizar estrategias arriba-abajo, estrategias integrativas e interpretativas, que hablan a favor de un estilo más subjetivo pero menos informativo, esto quiere decir que conservan la capacidad para establecer esquemas, guiones, superestructuras. Sin embargo, parece alterado el control que permite la supervisión de todos los elementos de la historia, la decisión sobre el mantenimiento de la

⁵¹ Rosa Elosúa de Juan y Onésimo Juncos Rabadán en "Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención"; Barcelona, Masson Editorial, 1998, Cap 2, Pág. 21

⁵² Ver en anexo Tabla de Resumen de las Investigaciones sobre lenguaje narrativo en la vejez., realizada por O. J Rabadán y Arturo Xosé Pereiro Rosas. Pág.100

información relevante y la inhibición de lo no relevante, la guía en la búsqueda de inferencias y de información en la memoria a largo plazo, y la activación de los modelos de situación o vivencias personales en la memoria episódica. En la intervención por ejemplo, ejercitar la eliminación de la información irrelevante que contiene un texto permite seleccionar la información relevante para su comprensión, elaborando un discurso más adecuado y transmitir al interlocutor ideas, sentimientos y planes. Ejercitar esta macro regla a través de múltiples actividades permite a su vez incidir sobre uno de los aspectos claves en la vejez: la capacidad de inhibición. En el programa de intervención que desarrollaremos más adelante se especifican actividades concretas que resultan fundamentales para la organización discursiva.

Las dificultades de los ancianos para organizar el discurso narrativo, descritas anteriormente, no tienen un carácter estrictamente lingüístico. Dijimos que los ancianos conservan el nivel micro lingüístico (ej. estructuras sintácticas) el cual nos puede servir de apoyo para intervenir sobre los niveles macro lingüísticos (ej. estructura del discurso). Todas las dificultades que aparecen en este nivel, están relacionadas con un posible deterioro cognitivo del que han hablado muchos investigadores y que se manifiesta en dos aspectos esenciales y muy relacionados: dificultades en la atención y alteraciones en la memoria operativa.

Podemos hablar de tres tipos de alteraciones que distintos autores creen que influyen en la ejecución cognitiva, y en particular discursiva, de los ancianos. En primer lugar, Stine, et al. (1995)⁵³ hablan, partiendo de la hipótesis de Kemper (1988)⁵⁴, de una reducción en el “espacio de trabajo” en el que se realizan las diversas operaciones de procesamiento. Como segunda posibilidad, inspirándose en la interpretación de Hasher y Zacks⁵⁵, se considera un hipotético fracaso en la inhibición de información irrelevante. Por último, contemplando la hipótesis de Salthouse⁵⁶, se observa un enlentecimiento en la velocidad en el acometimiento de estos procesos. Según este autor, la primera tiene que ver con el incremento de las limitaciones en su capacidad. La segunda hace referencia a mayores dificultades en la coordinación de tareas que han de ser ejecutadas simultáneamente (responsabilidad del ejecutivo central). La tercera, y última, tiene que ver con la eficiencia con las que se procesa,

⁵³ Citado por O. J. Rabadán en Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención. Ed Masson, 1998. Cap 3. Pág. 64.

⁵⁴ Ídem.

⁵⁵ Ídem.

⁵⁶ Ídem.

especialmente cuando las demandas que exige la tarea sobre los recursos de procesamiento son altas.

Todas las consideraciones que se han hecho deben servirnos como fundamento a la hora de pensar en la intervención fonoaudiológica. Conocer estos mecanismos y descubrir como pueden alterarse en las personas mayores es la base para intervenir en este nivel discursivo o dicho de otro modo en el lenguaje narrativo.⁵⁷

Contexto social de las personas mayores

La capacidad comunicativa en los seres humanos es un instrumento de interacción social que se desarrolla a lo largo de toda la vida a través de múltiples relaciones que están en continua transformación. En nuestra sociedad, la vida está estructurada por las relaciones que se crean a partir del trabajo, por un lado, y a partir de la familia por otro. El trabajo estructura el tiempo a través del ciclo vital en tres etapas principales: antes del trabajo, durante el trabajo, y después del trabajo. Y no sólo estructura el tiempo, sino también una gran parte de las relaciones sociales que contribuyen al desarrollo de la estructura de la personalidad. El tiempo vital durante la vejez está definido por haber dejado el trabajo. La jubilación inicia en los adultos una nueva etapa, que hasta hace muy poco se asimilaba con el inicio de la vejez. Define un nuevo tiempo no productivo y unas relaciones sociales distintas en que se pasa de la utilidad y la necesidad a la “inutilidad” y la libertad. Se ha identificado y definido la vejez por el retiro del trabajo o la jubilación. Sin embargo, las tendencias que al parecer se apuntan en la naturaleza y en la organización del trabajo en nuestra sociedad obligan a replantearse esa definición. Los cambios que se están produciendo en la naturaleza del trabajo y en sus sistemas de organización están dando lugar a dos fenómenos interesantes que comienzan a afectar, y lo harán mucho más en un futuro no muy lejano, la vivencia de la vejez. En primer lugar, la jubilación anticipada hace que la etapa de después del trabajo sea cada vez más larga y aumenta las diferencias entre el inicio del retiro y el principio de la vejez. Muchos adultos en la década de los cincuenta y los sesenta, en excelentes condiciones físicas y mentales dejan de trabajar e ingresan en ese colectivo cada vez más diferenciado de los pensionistas. En segundo lugar, la precariedad e inestabilidad laboral en los años de la adultez obligan a vivir durante esa etapa de la vida muchos momentos, más o menos largos, de

⁵⁷ Cfr Onésimo Juncos Rabadán y Arturo Xosé Pereiro Rozas. Lenguaje en la vejez. Bases para la intervención, Cap. 3. Pág. 67.

“después” del trabajo. Perder el empleo, terminar un contrato y pasar períodos relativamente largos sin trabajo va siendo cada vez más una experiencia común de muchas personas a las que les faltan muchos años para alcanzar la tercera edad.

Las condiciones socioeconómicas crean situaciones muy diversas y un mundo de jubilados tan heterogéneo en cuanto a la edad y el poder adquisitivo que nos obliga a repensar la asimilación que durante mucho tiempo se ha hecho entre persona mayor, tercera edad, y jubilación. La estructura de relaciones sociales de los ancianos se hace plural y sus posibilidades de comunicación habrán de ser analizadas en la diversidad. Será necesario plantearse esta diversidad para poder hacer planes de intervención social, educativa y fonaudiológica con la tercera edad.⁵⁸

⁵⁸ Cfr. Arturo Xosé Pereiro Rozas y Onésimo Juncos Rabadán, Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención, Cáp. 7 Diseños de Programas sobre lenguaje y comunicación en la vejez., Pág. 149.

Observaciones generales

El programa que vamos a presentar a continuación, intenta aportar soluciones a las problemáticas que se presentan en la tercera edad y que incumben a nuestra área, por lo que, es preciso un buen conocimiento de la realidad que se pretende transformar. Además de plantear qué es lo que se quiere hacer, por qué, para qué y la metodología, es necesario realizar un diagnóstico del medio en que se desarrollaría el mismo, en este caso, de la población del municipio de Mar del Plata.

La comunicación y el lenguaje deberían constituir una de las áreas de actuación prioritarias dentro de los planes generales de intervención para los ancianos, fundamentalmente debido a que son los principales instrumentos de los que se sirven para interactuar socialmente. La existencia de alteraciones a este nivel puede comportar problemas que trascienden los aspectos puramente comunicativos y pueden deteriorar más su, por lo general, pobre red de interacción, provocando un aceleramiento en su proceso de deterioro.

Anteriormente se hizo una descripción de las diferentes manifestaciones del lenguaje en la vejez, y a partir de estas explicaciones se proponen entonces las líneas de actuación para prevenir posibles deterioros y mejorar, en la medida de lo posible, las capacidades comunicativas y lingüísticas de los adultos mayores, mejorando su calidad de vida.

Las actividades del programa de intervención que se proponen a continuación están basadas en pequeñas experiencias que se realizan gracias a la participación de voluntarios, o de profesionales que, muchas veces desde otro puesto de trabajo, ven necesaria la intervención en esta área. Será necesario por otro lado, contar con una buena cuota de creatividad por parte del profesional que las lleve a cabo para poder adaptarse a las características propias del grupo con el que interactúe para enriquecer y hacer más amenos los encuentros.

El objetivo general es intervenir sobre los problemas de comunicación y lenguaje que se suelen presentar en personas mayores en centros residenciales o personas que estén poco expuestas a situaciones de las que puedan beneficiarse accidentalmente o bien para todas aquellas que quieran participar de encuentros que además de aportar una dosis de distracción resultarán terapéuticos.

Este programa está diseñado para ser utilizado con personas mayores que no sufran deterioros neurológicos específicos. Exigen niveles adecuados de habilidades comunicativas y lingüísticas, por lo que sólo en algunos casos y con las adaptaciones correspondientes podrán ser utilizados en sesiones especiales con pacientes adultos afectados de afasia o de otros trastornos neuropsicológicos.⁵⁹ Tampoco se recomienda su empleo en personas con minusvalías graves en la visión o la audición o con trastornos de la conducta graves. Será importante a la hora de intervenir, realizar un informe acerca de la población a la que se va a dirigir el programa. Tener información a nivel individual (nivel socioeducativo, estado de salud, motivaciones, etc.) como colectivo, será fundamental para adecuar el programa a la realidad que queremos transformar. Contar con una buena evaluación individual nos ayudará a ver la incidencia del programa y la evolución de cada paciente y por otro lado, a integrar adecuadamente el grupo. Si bien la confiabilidad de los instrumentos de evaluación de las funciones cognitivas en general y en la persona añosa en particular es un tema controvertido, con las debidas precauciones y tomando los datos con criterio aproximativo y no diagnóstico, creemos que es importante utilizar algunos de ellos para el seguimiento de los resultados en relación con la evolución general del paciente. Algunas sugerencias por la sencillez de administración serían el Mini mental State Test de Folstein; la escala Wais para adultos, para evaluar vocabulario, capacidad de anticipación, planeamiento, abstracción; la escala Mattis que evalúa entre otras cosas la fluidez verbal y el razonamiento; el cuestionario de Quejas Mnésicas de la Escuela de Utrecht, evaluación del estado de ánimo, humor o estado emocional, evaluación de las habilidades para la vida cotidiana.⁶⁰

Podrá ser aplicado en residencias geriátricas, centros de jubilados e instituciones dedicadas a la salud integral del adulto mayor o cualquier espacio que de buena voluntad se disponga para la realización del taller en cuestión. Este tipo de intervención puede convertir las residencias en un espacio global de bienestar, convivencia y disfrute del tiempo libre y de la cultura. El fonoaudiólogo actúa dentro del equipo terapéutico, haciendo propuestas concretas específicas sobre los programas de comunicación y lenguaje.

⁵⁹ *En el caso de la Demencia de Alzheimer, la más frecuente en las personas mayores, hay evidencia de muerte neuronal que es irreversible e irremediable. Sin embargo, existe evidencia que el tipo de vida, la educación, la actividad intelectual que se realice y el ambiente en que se vive, jugarían roles importantísimos a la hora de detener o al menos, enlentecer los procesos degenerativos de la enfermedad.*

⁶⁰ Ver anexo. Páginas 105, 107, 110.

Aunque algunos de los programas pueden ser aplicados de forma individual, la realización en grupo puede ser el mejor sistema de puesta en marcha. La actividad en grupo favorece la comunicación, estimula la cooperación y hace más divertidas sesiones que, en ocasiones, pueden parecer un poco académicas. Puede también utilizarse un diseño de trabajo cooperativo en grupo con competición intergrupos que se asemeja a juegos de competición.

A continuación presentamos una serie de actividades modelo que podrían ser implementadas en el programa de estimulación. El tiempo que durarán o como se desarrollarán en el tiempo dependerá de factores tales como el espacio disponible, tiempo, cantidad de personas, etc. Las adaptaciones serán realizadas por el fonoaudiólogo que los implemente en orden a las necesidades, recursos y tiempos con los que disponga.

No existen referencias bibliográficas sobre programas específicos de intervención en la comunicación y el lenguaje en los ancianos sin patologías especiales. Por lo tanto, como dijimos anteriormente el contenido del programa que se propone está basado en pequeñas experiencias relatadas, de la imaginación y creatividad, y de la convicción de que los ancianos necesitan una intervención que evite o atenúe el deterioro de sus capacidades comunicativas y lingüísticas.

Parte del contenido que exponemos luego, pertenece al capítulo 8 “Programas de intervención en centros residenciales” – Arturo Xosé Pereiro y Onésimo Juncos Rabadán del libro-, del libro Lenguaje y envejecimiento. Bases para su intervención., que ya fue citado anteriormente. Por otro lado, mostramos ejercicios del libro “Talleres de activación cerebral y entrenamiento para la memoria” de Acuña y Risiga. En la actualidad existen numerosas revistas que nos proveen de variedad de ejercicios que pueden ser utilizados, como por ejemplo, crucigramas, sopas de letras, ejercicios de deducción lógica, de percepción, etc. Por cuestiones obvias no podemos incluir en este trabajo todo el abanico de posibilidades que se nos ofrecen, y mucho menos todas las adaptaciones que podemos y debemos realizar ya sea en complejidad o aportando nuestra propia creatividad. También hay una gran cantidad de juegos didácticos para adultos que pueden ser utilizados en estos programas.⁶¹ Repetimos entonces, que los siguientes ejercicios son resultados de una recopilación de ejercicios

⁶¹ Mercedes Acuña y Magali Risiga, Talleres de activación cerebral y entrenamiento para la memoria. Guía para profesionales que trabajan con pacientes añosos; Argentina, Ed. Paidós, 1997.

preexistentes que sirven como ejemplo y modelo para seguir creando más aún. Simplemente nos indican y enseña la manera en que pueden ser abordados los déficit que se presentan en el lenguaje durante el envejecimiento, sobre los cuales podemos intervenir de manera lúdica, práctica, creativa y eficaz.

Perspectivas de intervención

Teniendo en cuenta el conocimiento actual sobre el lenguaje en la tercera edad, se abre una perspectiva de intervención fonoaudiológica que no está limitada a los casos de afasias o demencias, sino que se propone como actuación sobre los ancianos normales que ven cómo sus capacidades comunicativas se van deteriorando. La intervención que proponemos descansa sobre dos pilares: primero, posibilitar y desarrollar estrategias comunicativas que ayuden a superar la disminución de interacciones sociales; y segundo, paliar y compensar el deterioro lingüístico.

Como objetivo general, toda la actividad estará orientada a compensar y paliar el deterioro de los procesos atencionales e inhibidores. Para ello se desarrollarán actividades que faciliten la puesta en marcha de procesos voluntarios y la toma de decisiones, toda la vida de los ancianos parece estar hecha de automatismos y rutinas. Los que viven en familia o en residencias organizan o ven organizada su vida en función de actividades rutinarias que les permiten compensar sus pérdidas sensoriales, motrices o de memoria. Los automatismos y rutinas les proporcionan seguridad en su vida diaria. También en el lenguaje y la comunicación se restringen y se repiten los interlocutores, los repertorios, los temas de conversación, etc. Sin embargo, los automatismos no pueden regir la vida de los ancianos. Los ancianos menos deteriorados tienen mayor control en todos los aspectos de su vida, diversifican su acción, realizan actividades creativas y toman decisiones. El control, la diversificación, la creación, en definitiva, la toma de decisiones, ponen en marcha mecanismos atencionales que permiten la elección ante diversas posibilidades y mecanismos inhibidores que bloquean alternativas irrelevantes.

La intervención fonoaudiológica se basa en una reorganización intersistémica: reorganizar los procesos léxicos, sintácticos y discursivos afectados, partiendo de los sistemas modulares que no están afectados, y a través de diferentes tipos de actividades, paliar y compensar el deterioro de los sistemas centrales atencionales y de inhibición. Esta reorganización se pondrá en marcha mediante ejercicios lingüísticos de léxico sintaxis, y composición, preferentemente escrita, para desarrollar procesos atencionales e inhibidores.

El proceso léxico más deteriorado es el acceso a la unidad léxica a partir de la unidad semántica correspondiente. La reorganización del proceso se basará en el buen funcionamiento del lexicon fonológico y semántico, y de una organización conceptual sin problemas. Se podrán realizar ejercicios de vocabulario con ayudas fonéticas, semánticas o léxicas. Ejercicios de fluidez verbal: dado un sonido, encontrar palabras que empiecen por él; reconocimiento de palabras y no-palabras de una serie presentada de forma oral y por escrito. A partir de una definición, seleccionar la palabra que mejor le corresponde, presentando varias posibilidades, y a la inversa. Seleccionar en una lista los sinónimos y antónimos que correspondan a las palabras que se presenten en forma oral o visual. En todas las actividades anteriores, que son sólo ejemplos, se activan procesos de selección e inhibición en el acceso léxico, proporcionando las claves fonológicas y semánticas que los sujetos dominan sin dificultad.

La intervención sintáctica se basará en: a) ejercicios de juicio de gramaticalidad, a partir de los cuales se haga reflexionar sobre las estructuras adecuadas, para utilizarlas luego en diversas oraciones que el sujeto ha de crear, b) ejercicios de expresar varias ideas o preposiciones con diferentes estructuras gramaticales que se le ofrecen. Entre ellas, el individuo debe elegir; 1º la más breve, 2º la más compleja; 3º la más adecuada en el lenguaje ordinario, y 4º la más adecuada en el lenguaje culto, y c) ejercicios de construcción de oraciones a partir de palabras dadas.

En cuanto al discurso, se tendrá en cuenta: a) la organización secuencial de una historia a partir de viñetas separadas, b) la estructuración de textos escritos a partir de oraciones separadas en presencia de imágenes representativas; c) la narración oral de sucesos o historias, grabación de estas narraciones y estudio posterior de sus elementos, personajes, escenarios, acontecimientos, etc.; y d) detección de errores en historietas gráficas y en historias cortas grabadas en video o audio.⁶²

⁶²Cfr. Onésimo Juncos Rabadán. Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención; Barcelona, Masson Editorial, 1998, Cap.1. Pág. 16.

“Programa de intervención”

Objetivos Generales

Objetivos relacionados con la comunicación:

- Mejorar las interacciones en grupo
- Incorporar a la comunicación en grupo a personas aisladas
- Enseñar y reeducar mecanismos de conversación: hablar y escuchar, turnos de conversación, reglas de conversación, etc.
- Ayudar a comprender las intenciones del interlocutor, diferenciando lo explícito y lo implícito.
- Propiciar la participación activa en las conversaciones
- Impulsar la comunicación de los mayores con sus amigos, dentro y fuera de casa o institución.

Objetivos relacionados con el lenguaje:

- Estimular atención y funciones ejecutivas
- Ejercitar las capacidades de comprensión de los distintos tipos de discurso oral y escrito (narrativo, descriptivo, argumentativo, informativo, etc.)
- Ejercitar el acceso al léxico en distintas situaciones y en temas variados
- Propiciar el desarrollo de las habilidades narrativas
- Favorecer el uso de habla y del lenguaje en situaciones no ordinarias (por ejemplo, en la narración de una carta)

Identidad y memoria biográfica

Objetivos:

- Reforzar la propia identidad. Conocerse. Entrar en confianza
- Ejercitar la memoria.

Ejercicios:

El coordinador y cada participante dirán su nombre y los datos que deseen agregar (estado civil, nacionalidad, etcétera) y luego evocarán el nombre y todos los datos posibles que han oído de los otros participantes.

Comunicación

Objetivos

- Favorecer la integración y el intercambio entre los miembros del grupo.
- Despertar y estimular la curiosidad y el interés por los acontecimientos actuales,
- Superar el repliegue sobre sí mismo.
- Crear nuevos vínculos.
- Ejercitar el lenguaje y el vocabulario y, por lo tanto, la fluidez verbal.

Ejercicios:

Comentarios acerca de acontecimientos recientes, espectáculos, etc., elegidos por los participantes.

Percepción y atención

Objetivos

- Despertar y desarrollar la agudeza sensorial
- Desarrollar la discriminación perceptiva
- Entrenarse en utilizar los sentidos como referentes para evocar recuerdos.
- Tomar conciencia de la importancia de la atención y la observación para aprehender datos y luego memorizarlos eficientemente.
- Desarrollar la atención a partir de los datos sensoriales, los elementos o el tema, a fin de constituir referentes que faciliten la evocación.
- Introducir las nociones de registro, interferencias e imagen mental.

Visuales

- Despertar y desarrollar la agudeza visual a partir de colores y formas.

- Aprender a constituir referentes visuales por asociación color-objeto para facilitar una mejor memorización.

Ejercicios:

Observar y registrar, para luego evocar:

1. Los colores de las vestimentas de los participantes.
2. los elementos que hay en la habitación donde se realiza el entrenamiento
3. los objetos colocados sobre una bandeja
4. los dibujos o fotografías en láminas (con frutas, hortalizas, animales, objetos, prendas de vestir, elementos domésticos como escoba, máquinas de lavar, etc., herramientas, utensilios de comedor y cocina, personajes, etc.).
5. una lámina o reproducción de un cuadro, solicitando se preste atención y se nombren los colores de las prendas de vestir de los personajes, y luego, sin mirar la lámina, evocarlos.
6. carteles de avisos

Ejemplo. Percepción visual y atención

LA GRAN VÍA

GRAN LIQUIDACIÓN

por cambio de firma

hasta el 40 %

sobre todas las mercaderías

VERANO – INVIERNO

TENIS – SKI – PLAYA – POLO – DANZA

Las marcas más conocidas:

LACORTE – NAKE – ADADES

BENITTEN

Santa Fe 223 – Olivos – Pcia. De Buenos Aires

Auditivos

Objetivos

- Despertar y desarrollar la agudeza auditiva
- Reaprender a escuchar sonidos
- Entrenarse para discriminar sonidos determinados sobre un fondo de sonidos diversos.
- Aprender a constituir referentes auditivos.
- Entrenarse para detectar interferencias.

Ejercicios

1. Juego del “teléfono descompuesto”. Un participante comienza diciendo alguna frase al oído de su vecino, quien a su vez la repetirá igualmente a otro, y así sucesivamente. El último deberá decir en voz alta la frase que oyó. Este ejercicio permite, por ejemplo, graficar las consecuencias de una deficiente atención y las posibles interferencias.
2. Ejecutar y memorizar distintas consignas escuchadas.
3. Registrar y retener para memorizar sonidos y ruidos simples (desde un casete)
4. Registrar y retener sonidos complejos (mezclados).
5. Retener y luego evocar una palabra repetida varias veces de una lista de palabras escuchadas.

LISTA DE PALABRAS ESCUCHADAS

- SILLA
- POLERA
- CAMA
- SILLA
- MANZANA ‘MANTEL
- NARANJA
- SILLA
- BIBLIOTECA
- ZAPATO
- SILLA
- ARMARIO ‘CEREZA
- PANTALÓN
- SILLA

6. Retener y evocar luego textos escuchados que incluyan colores, nombres y números. Ejemplo:

TEXTOS ESCUCHADOS

Ejemplos:

- a) Colores:

La habitación había sido decorada con cortinados de listas azules y amarillas. Las paredes estaban pintadas de celeste claro y el techo de color blanco. El piso y la puerta eran de madera natural marrón, y la araña de bronce dorado colgaba del techo.

- b) Nombres:

Sara y Elena se conocían desde pequeñas. Sus madres, Nora y Ester, habían sido también amigas desde la niñez. Roberto, el hermano de Elena, se había casado con Susana, y tuvieron un niño a quien llamaron Luis.

- c) Números y cifras:

Esta mañana, 12 de junio, el tren partió a las 8.00 desde el andén número 6. Se me asignó el asiento 23, al lado de la ventanilla. En el vagón había sólo 10 pasajeros.

7. Memorizar una lista de palabras escuchadas

- a) de igual categoría (colores, profesiones, etc.)
b) de diferentes categorías (objetos, comestibles, profesiones, etc.)

EJEMPLO DE LISTA DE PALABRAS ESCUCHADAS PARA MEMORIZAR Y LUEGO CLASIFICAR POR CATEGORÍAS

MARTILLO	DENTISTA
TULIPÁN	PARAGUAS
PINZA	ROSA
ABOGADO	ANTEOJOS
LIRIO	TENAZA
GUANTES	ARQUITECTO
SERRUCHO	CLAVEL
MARINO	SOMBRERO
TENAZA	CALA
BASTÓN	MÉDICO

8. Leer un texto solicitando que se preste atención a las vocales “o”, “a”, “u”, contándolas. Se comenzará con una sola vocal.
9. Para niveles cognitivos más altos, a partir de un tema musical (por ejemplo, “Pedro y el lobo”), distinguir y luego evocar los distintos instrumentos percibidos.

Olfatorios

Objetivos

- Despertar y desarrollar la agudeza olfatoria para reconocer distintos tipos de colores y aromas.

- Aprender a constituir referentes olfatorios y entrenarse en memorizarlos. (Tener en cuenta la importancia de reconocer olores como por ejemplo, gas y humo)

Los ejercicios con el olfato son muy apropiados para la reminiscencia espontánea.

Ejercicios

1. Cuando sea posible, reconocer, para luego evocar, aromas y olores de frutas, legumbres, comidas, flores, etc. (reales).
2. Registrar y reconocer los olores y los aromas de sustancias contenidas en recipientes opacos numerados, cuya boca estará cubierta por una tela muy porosa (por ejemplo gasa). El operador previamente enuncia las sustancias que se habrán de reconocer.
3. Nombrar y luego evocar una lista de palabras escuchadas relacionadas con sustancias olorosas.

ESTÍMULOS OLFATORIOS A TRAVÉS DE UNA LISTA DE PALABRAS ESCUCHADAS

- | | |
|-------------|-----------------|
| 1. LAVANDA | 8. MANDARINA |
| 2. CAFÉ | 9. COLIFLOR |
| 3. ALCANFOR | 10. LAVANDINA |
| 4. AJO | 11. CEBOLLA |
| 5. ALCOHOL | 12. NAFTA |
| 6. LAUREL | 13. CARNE ASADA |
| 7. AZAHAR | 14. ACETONA |

4. De una lámina con dibujos de distintos objetos olorosos. (manzana, dentífrico, zorrino, etcétera) reconocer y describir los olores y aromas y luego evocarlos.
5. A través de textos escuchados (el cumpleaños, el mercado, etcétera) evocar las referencias a olores.

Gustativos

Objetivos

- Ejercitarse en distinguir y describir los sabores de distintas sustancias (dulce, salado, amargo, perfumado, ácido, agrio)
- Activar la memorización de éstos.

Ejercicios

De una lámina con dibujos de sustancias comestibles, describir, retener y memorizar las descripciones de los sabores de cada una (dulce, amargo, salado, ácida, etcétera) y expresar su gusto o disgusto por ellos.

Nombrar y describir otras sustancias. Evocarlas.

Táctiles

Objetivos

- Ejercitarse en distinguir formas y texturas.
- Activar su memorización.

Ejercicios

Formas:

- Registrar con el tacto y los ojos cerrados, distintos objetos (lápiz, vaso, plato, etcétera) dentro de una bolsa, habiéndolos primero reconocido visualmente y nombrado. Luego evocarlos.
- Repetir con objetos recortados en cartón o acrílico de tamaño adecuado (20cm.), por ejemplo, tijera, balde, corazón, estrella, etc.

Texturas

- Registrar con el tacto y con los ojos cerrados distintos elementos (algodón, papel de lija, metal, madera, goma, vidrio, lana, seda, cuero, etc.) nombrarlos y evocarlos.
- Domino de texturas. Es un domino clásico cuyas fichas, en lugar de puntos, tienen texturas (conviene confeccionarlos en tamaño más grande que lo usual, de madera o cartón). Cada mitad de las fichas tienen una textura diferente, por ejemplo, piel, seda, lana, papel de lija grueso, papel de lija fino, paño terciopelo, etc. Las reglas son las mismas que las del juego de dominó convencional.

Concentración.

Objetivos:

- Entrenar la atención sostenida
- Ejercitarse para observar los detalles y hacer un esfuerzo de precisión y de coordinación visográfica.

- Entrenarse en concentrarse en una tarea a fin de desarrollar la capacidad de atención para facilitar la retención y evitar interferencias en la memorización.

Ejercicios

- Tachado de letras. Ejemplo

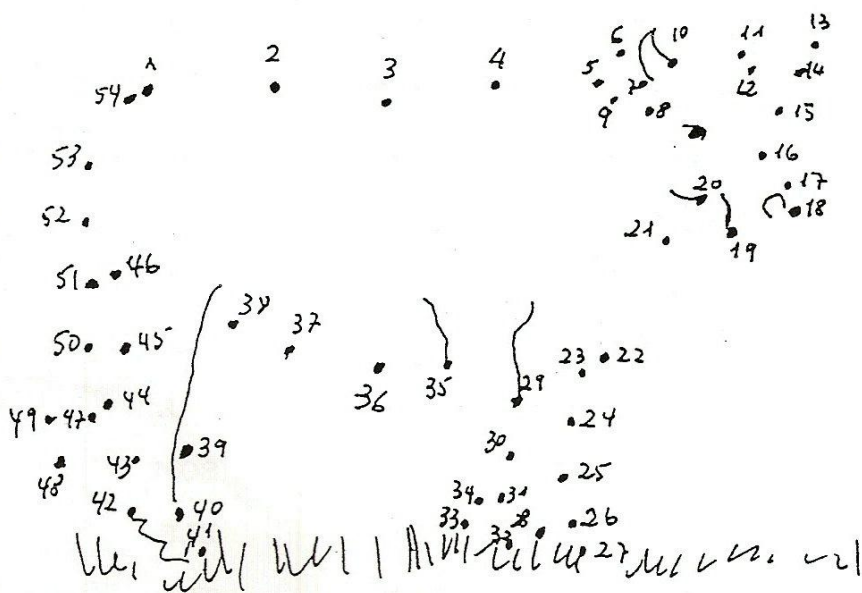
Tachar todas las letras “a”, “e” y “r”.

Determinados valores adquieren ahora una importancia especial: la entrega al oído se ha emprendido, la fidelidad, la palabra dada, la fidelidad respecto, todo aquel cuya confianza haya recibido el norco mosen timien toinfa libi edeloque esnobi eyloque esvulgar. Lacapacidad distingue ren treauté ntico enp alabras, conduc tayco sas... Eslaépoc aenque significala duración. Representalo que, dentro de la orientación del tiempo tiene parentesco con lo eterno:

loque edifican tiene pie, sostiene y lleva adelante. En esta época de cubretable mbiéne lhombr eloques ignifican fun dament os, defensasy tradición. Desde cubre qué está erily también que miseresaba donar cons tantem entela línea de acción ntraz adapo relque vadel ante, para empezar todo de nuevo.

Víctor Frankl

- Encontrar diferencias en dibujos iguales y elementos iguales en dibujos distintos.
- Encontrar objetos escondidos en un dibujo.
- Puntos a unir.

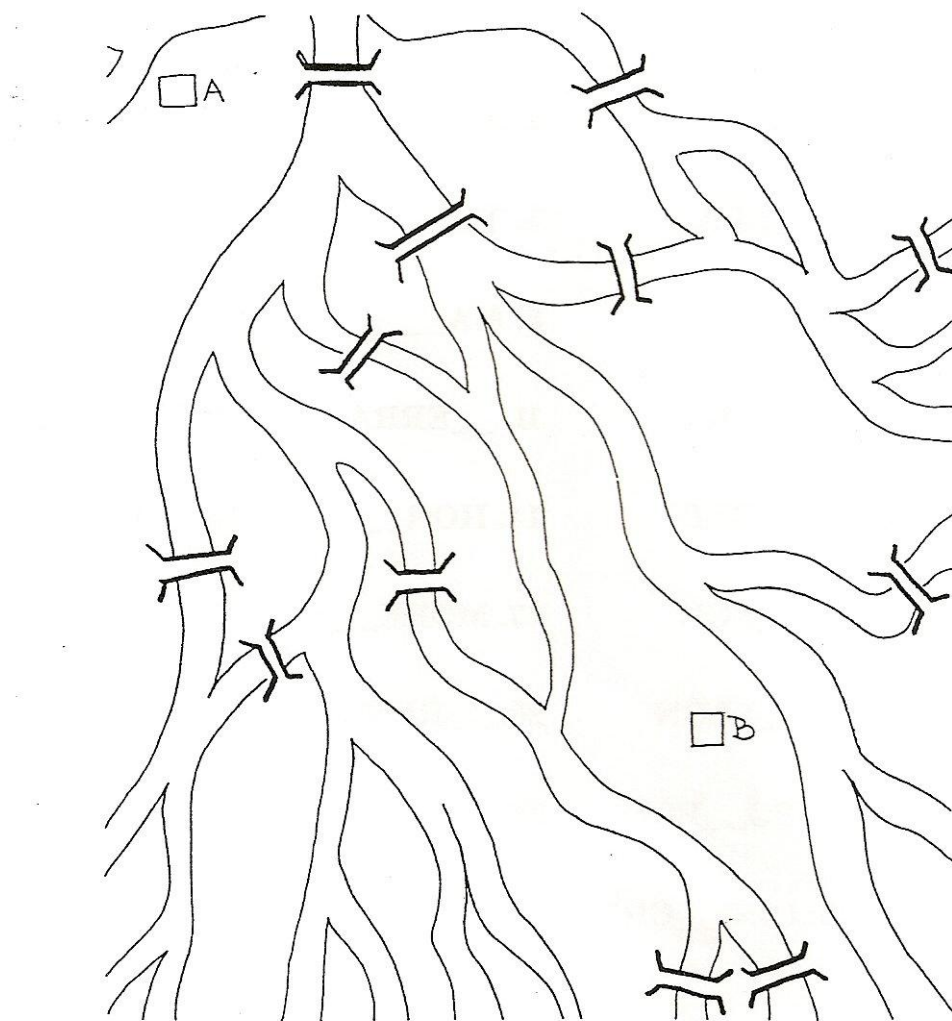


- Rellenar un texto con las letras faltantes.

Completar las letras faltantes con “SI” o “NO”

- | | | |
|-------------|---------------|------------|
| 1. MO__ | 2. A__ENTO | 3. __TICIA |
| 4. __LLA | 5. TO__ | 6. CAMI__ |
| 7. __VIO | 8. MA__ | 9. MI__L |
| 10. A__R | 11. __ERRA | 12. VECI__ |
| 13. __BLE | 14. HOR__ | 15. __DRA |
| 16. __FÓN | 17. MORE__ | 18. __GLO |
| 19. __LLÓN | 20. __RENA | 21. ORÉG__ |
| 22. PO__BLE | 23. ÓRGA__ | 24. ORDE__ |
| 25. RE NA | 26. OPO__CIÓN | |

- Circuitos para recorrer (laberintos, etcétera). Ejemplo:



Imaginación.

Objetivos.

- Despertar y desarrollar la imaginación a partir de la evocación de objetos, rostros, percepciones sensoriales.
- Aprender a utilizarla como referente
- Desarrollar la imaginación a partir de asociaciones que permitan consolidar la retención y así facilitar el recuerdo.
- Ejercitar los mecanismos de evocación por asociación.

Ejercicios

1. Escuchando sonidos, ruidos, o música, decir qué les sugiere.
2. Lo mismo oliendo distintas sustancias.
3. Imaginar historias o relatos a partir de láminas o cuadros.
4. Lo mismo a partir de sonidos o temas musicales.
5. Lectura de cuentos o textos cortos. Se pide a los participantes que inventen el final (puede hacerse de forma individual o grupal). Luego se lee el final verdadero.
6. Solicitar a los participantes que recorten imágenes de periódicos o revistas (la consigna puede darse de forma individual o grupal), no al azar sino las que generen sensaciones: agradable-desagradable-bonito-tierno-colorido, etc. Estas figuras recortadas deben organizarlas y pegarlas sobre un papel o una cartulina, armando una historia. La secuencia puede ser sólo visual o con un texto escrito, lo que aumentaría la complejidad de la consigna. Este ejercicio implica otro estímulo (el movimiento) y permite apelar a la creatividad de los participantes en todos sus pasos (elección y recortado, ordenamiento y relato).
7. Visualización o evocación visual. Transformar ideas en imágenes concretas:
 - a) un campo de girasoles (un campo de girasoles ondeando al viento)
 - b) un bebé durmiendo (un bebé durmiendo en un moisés de mimbre; un bebé durmiendo en un moisés de mimbre con volados celestes)
 - c) el tiempo (mientras espero que el tiempo transcurra)
 - d) miedo (miedo en la oscuridad)Relatar imágenes comentar sus detalles. Proponerles recordarlos en los días siguientes.
8. Imaginar historias o relatos a partir de temas provistos por los mismos participantes.
9. Evocar lo que cada participante ha relatado luego de cada ejercicio.

Fluidez verbal

Objetivos

- Practicar y desarrollar el léxico
- Desarrollar la fluidez verbal utilizando conocimientos vehiculizados por el lenguaje.
- Entrenarse en buscar lazos de unión entre palabras que permitan recordar cada una de ellas,
- Ejercitar la agilidad mental a partir de datos verbales.

Ejercicios

1. Evocar la mayor cantidad posible de palabras a partir de categorías (flores, animales, deportes, comidas, etc.) que empiecen con las letras P, L, M, R, A, etc.
2. Lo mismo pero agregando una consigna de categorización. Por ejemplo, nombres de animales que comiencen con P, calles que comiencen con A, etc., artistas, personajes de la historia, comidas, etc.
3. Columnas de palabras. Leer la primera columna, luego ocultarla: encontrar la palabra a través de las pistas en las otras columnas. Ejemplo:

Leer la primera columna, luego ocultarla: encontrar las palabras a través de las pistas en las otras columnas.

CEPILLO	CEPI	CEP	CAM
CUCHILLO	CUCHI	CUCH	CAL
PANTALÓN	PANTA	PANT	DEN
MASITAS	MASI	MAS	SOM
PEINE	PEIN	PEI	ELE
CAMISA	CAMI	CAM	CEP
DENTÍFRICO	DENTI	DEN	ACT
CALCETÍN	CALCET	CAL	TEA
SOMBRERO	SOMBRE	SOM	MAS
ELEFANTE	ELEF	ELE	CAL
TEATRO	TEAT	TEA	PAN

4. Juego del abecedario. Se arma una grilla con distintos rubros. Su cantidad y tipo dependerán del nivel cognitivo de los participantes. Cuanto más alejados de su vida cotidiana e intereses estén los rubros y cuanto mayor sea su cantidad, más complejos será el ejercicio.

5. Evocar palabras que comiencen por ejemplo, con “inter” y “auto”.
6. Evocar las que terminen con “dad”, “ción”, etc.
7. Evocar sinónimos de palabras dadas.
8. Evocar antónimos de palabras dadas.
9. Decir una palabra y asociarla con otras. Ejemplo: cine=butaca, pantalla, película, etc.
10. Encontrar palabras escondidas en una misma palabra
 - a) Encontrar nombres de varón o mujer escondidos en las siguientes palabras.

PATINES AMARGADOS INTERESANTE ACLARANDO SACARLOS

Respuesta: Inés Marga Teresa Clara Carlos

b) Encontrar la mayor cantidad posible de palabras escondidas en las siguientes palabras (no es necesario que las letras que se usen sean correlativas).

Ejemplo: **FLORENCIA**

Respuesta: flor- reía- oler- freía- etcétera.

La manera más simple y clara de presentar este ejercicio es recortar palabras de revista, pegarlas en un papel y fotocopiarlas.

11. Juego con letras y rubros. El equipo de letras se arma pegándolas sobre cartón y mostrando letra por letra.

Se arman tarjetas que refieren a distintos rubros cada una de ellas.

Ejemplo:

Una flor-Un cereal-Nombre de un presidente-Un prócer- Un postre

Consignas:

- a) El equipo de letras se coloca sobre una mesa.
- b) Se reparten tarjetas a los participantes. La cantidad depende de su nivel cognitivo y fatiga. En general, se da de 3 a 5 tarjetas a cada uno.
- c) Si se lo quiere transformar en un juego de competencia, quien primero termine la formación de palabras corta el juego y gana un

puntaje establecido previamente para cada palabra cuando sus compañeros no hayan podido formar o completar.

12. Juego de naipes con letras: se arman 50 naipes en cartón o cartulina con una letra en cada uno.

- a) Se reparten los naipes entre los participantes, quienes deberán formar palabras con ellos, tratando de utilizar la mayor cantidad posible de naipes. Todas las palabras formadas se colocan boca arriba sobre la mesa.
- b) Las letras sobrantes tratarán de agregarlas en las palabras formadas por sus compañeros, pudiéndose incluso “robar” letras de todas las palabras formadas y modificarlas, siempre y cuando los al completar los movimientos queden palabras formadas.
- c) Si se lo quiere hacer juego de competencia, se otorga un puntaje por cada naipe que los otros participantes no hayan podido colocar.

13. Anagramas. Transposición de las letras de una palabra o sentencia que da por resultado otra palabra o sentencia.

Ejemplo: **AMOR** ----- **ROMA**

14. Utilizar iniciales para encontrar palabras que formen una frase

Ejemplo: **E M R S A**
 El Mantel Rosa Se Arrugo

15. Sopa de letras: encontrar palabras entre las letras en un cuadro.

M O A L C A U C I L F A
F A M I O N U E R A D E
Z E N A L O L I T B A P
A J O G I C E B O L L A
P L U E F A N O M S P P
A A I O L S T U A O E A
L U I N O J E S T J R I
L R L A R P J U E A E O
O E S P I N A C A G J L
J L N A B O Z A N U I M
I R A B A N O S , E A L O

16. Objetos- palabras. Sopa de letras en las que se muestran los objetos y luego hay que buscar palabras.

17. Refranes, Completarlos; ordenarlos.

“DICHOS”, PROVERBIOS .Y REFRANES

A) Completar los proverbios:

Leer en voz alta los siguientes proverbios:

- a) Una golondrina no hace verano.
- b) No por mucho madrugar se amanece más temprano.
- c) No todo lo que reluce es oro.
- d) Quien mal anda, mal acaba.
- e) Más vale pájaro en mano que cien volando.
- f) Haz bien sin mirar a quien.
- g) Al que madruga Dios lo ayuda.

Luego se presenta el siguiente ejercicio para ser completado:

1. No por mucho _____ se _____ más temprano.
2. Quien _____ anda, mal _____
3. Una _____ no hace verano.
4. No todo lo que _____ es oro.
5. Más vale _____ en mano que _____ volando.
6. Haz bien sin _____ a quién.
7. Al que _____ Dios lo _____

B) Completar “dichos” o expresiones populares:

Leer primero todas las siguientes expresiones. Luego dar una palabra y hacer completar la expresión. Evocar todas las expresiones. Hacer que los participantes propongan otros “dichos”.

1. Sordo como una tapia.
2. Sólido como una roca.
3. Duro como un adoquín.
4. Elegante como una reina.
5. Fuerte como el acero.
6. Frío como un témpano.
7. Linda como una flor.
8. Pasó como un torbellino.

9. Como perro en cancha de bochas.

10. Dulce como la miel.

18. Letras en desorden. Formar palabras con ellas.

LETRAS EN DESORDEN

R-C-A-T-A

U-A-C-D-O-R-E-N

Z-A-N-A-M-A-N

R-S-O-S-N

I-A-P-N-O

S-A-O-V

M-R-I-E-O-M-A

C-O-E-A-D-O-N-R

Poner a la vista la planilla con las siguientes palabras, para luego reconstituirla con la siguiente, en que las letras se encuentran en desorden.

PIANO - MANZANA

VASO - CUADERNO

CARTA - SONRISA

MEMORIA

ACORDEÓN

19. Palabras cruzadas.

20. Juego de dados con letras para formar palabras. (Goggle, en comercios)

21. *Juego con tablero para formar palabras* (Scrabble, en comercios). Puede adaptarse y simplificarse antes de comenzar a jugarse con sus reglas clásicas.

- a) Formar palabras con las letras de las fichas.
- b) Ejercitarse en cruzar las palabras en un trabajo individual.

Ejemplo: **C**

ROSA

S

MAR

- c) Jugarlo en grupo pero sin tablero, directamente sobre la mesa.
- d) Intentar de seguir las reglas del juego sobre su tablero.

ORIENTACIÓN TEMPORO ESPACIAL- REFERENTES ESPACIALES Y TEMPORALES

Objetivos:

- Desarrollar el sentido de la orientación y la memorización del espacio por medio de asociaciones entre lugares y objetos, utilizando la imagen mental.
- Aprender a desplazarse en el espacio a través de referentes espaciales.
- Desarrollar la memoria espacial.

Ejercicios espaciales

1. Describir, retener y evocar trayectos (circuitos concretos) de la casa, del barrio, de recorridos habituales.
2. Juego de memoria visuoespacial con tarjetas con dibujos, de a pares iguales, colocándolas boca abajo, ordenadas en hileras. Cada participante pondrá una tarjeta boca arriba, al describirla y mostrarla a todos los participantes, la volverá al mismo lugar, boca abajo. El juego consiste en que cada participante irá por turno, dando vuelta dos tarjetas por vez de esa forma. El participante que consiguió formar una pareja retirará las tarjetas. Se continuará hasta que se terminen todas las parejas de tarjetas.
3. Juego de memoria visoespacial con fichas de figuras abstractas y de colores que se encuentran iguales de a pares. Similar al anterior, se colocan todas las fichas boca abajo sobre la mesa, ordenadas en hileras (es importante que durante el juego los participantes puedan conservar este orden, ya que colabora en la evocación de las fichas). Por turno van dando vueltas dos fichas, si son iguales, pueden retirarlas del juego. Si Son diferentes, se colocan nuevamente dadas vuelta en el mismo lugar.

Gana quien más pares de fichas obtiene. Es muy aconsejable señalar a los participantes la importancia de atender al juego.

Generalmente estos juegos se consiguen en comercios, pero es bueno tener en cuenta que no es conveniente trabajar con los que muestran figuras muy infantiles. Aun en grupos con muy buen nivel, es aconsejable comenzar a jugar con menor cantidad de fichas o tarjetas, e ir agregando otras a medida que los participantes comprenden la consigna y adquieren habilidad. En ocasiones resulta de utilidad (sobretudo en grupos de menor nivel cognitivo) trabajar primero con las fichas boca arriba, y pedirles que nombren las figuras de cada una y fijen la atención en las posiciones en que se encuentran (referencias- asociaciones). Sólo después de este primer paso, darán vuelta las fichas o tarjetas y comenzarán a jugar.

4. Localizar mentalmente objetos asociados a distintos lugares de su casa. Se menciona primero los objetos para asociar, colocándolos luego mentalmente en un lugar determinado y diciendo dónde se los ubica. Luego, a partir de los objetos, evocar dónde fueron colocados. Y finalmente, a partir de los lugares, evocar qué objetos fueron colocados en cada lugar.

Ejemplo: dormitorio: un florero; cocina: un libro; baño, un pañuelo.

5. Recorrer con un lápiz laberintos hasta encontrar la salida.
6. Observar, retener y evocar la ubicación de fichas sobre un damero, colocándolas en la misma ubicación en otro damero vacío.
7. Igual al anterior, pero con naipes. (De mayor dificultad).
8. Microplanos y macroplanos.
 - Localizar en un plano sencillo distintos lugares y calles. Primeramente se los nombra y describe en voz alta. Luego en un plano igual pero sin los nombres escritos, ubicar las calles y los lugares.
9. Rompecabezas. Armar rompecabezas. Su complejidad aumentará según el nivel de los participantes.
10. Con cubos de lados coloreados, armar las figuras según modelos de dificultad adecuada al nivel de los participantes.

Objetivo:

- Desarrollar la noción de sucesión en el tiempo, situando un acontecimiento en relación con otros y utilizando referentes temporales.

Ejercicios temporales

1. Evocar la fecha actual (día, mes, año), la estación del año actual, la anterior y la posterior. Aprovechar para evocar las características de cada estación.

2. Cronología de hechos vividos. Se trabaja la sucesión en el tiempo de distintos hechos y episodios, por ejemplo modas, costumbres, medios de transporte, etc. A través del material gráfico y escrito. Puede ser comparando fotografías de distintas épocas y de la actualidad (incluso con las que lleven los mismos participantes), a través de textos o periódicos antiguos o de la actualidad, o de mapas con las localidades en las que han vivido.
3. Evocar hechos históricos acontecidos durante su vida, hechos importantes, cambios de presidentes, etc. Si es posible, con fechas.
4. Presentar una lámina o un cuadro con personajes y solicitarles una historia actual; luego relatar una historia con “antes” y “después”.

ESTRUCTURACIÓN COGNITIVA- ORGANIZACIÓN DE LAS INFORMACIONES- CLASIFICACIÓN.

Objetivos:

- Aprender a organizar la percepción agrupando y clasificando por categorías.
- Entrenarse en encontrar jerarquías en estas categorías.
- Aprender a introducir un orden en el desorden.
- Desarrollar el sentido práctico de la organización.
- Identificar un todo a partir de uno o más elementos.
- Desarrollar la capacidad de análisis- síntesis que facilita la retención de información escuchada o leída.

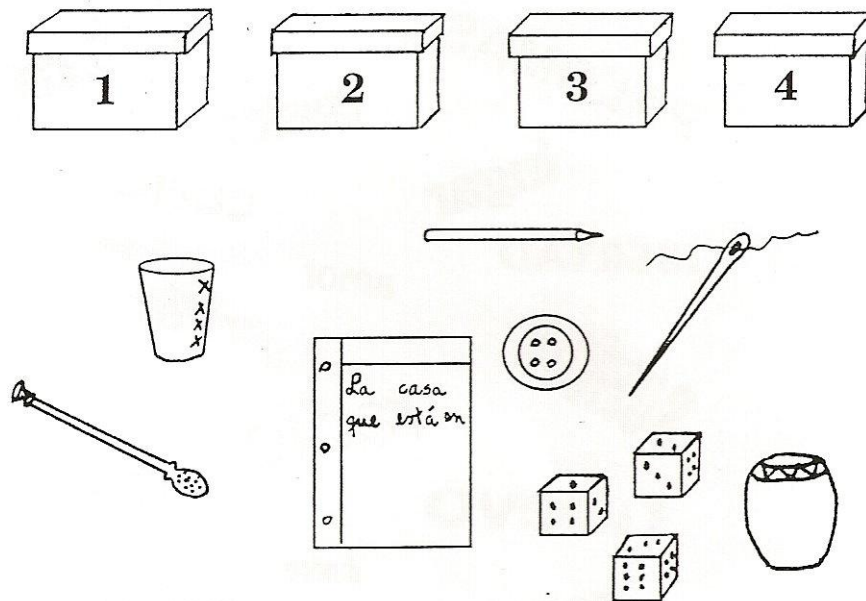
Ejercicios

1. Clasificación de elementos por categorías

- a) con objetos reales,
- b) con figuras o fotografías de objetos recortados, pegados sobre cartón o madera (no deben ser muy pequeños para ser reconocibles), y de colores.
- c) con láminas donde se han dibujado cajas y distintos elementos que puedan clasificarse por categorías, a fin de guardarlos en su caja correspondiente.

En cada caja van dos objetos que tienen que ver entre sí, ¿cómo los guardaría?

Respuesta: - Mate y bombilla.
- Dados y cubilete.
- Aguja y botón.
- Lápiz y hoja de carpeta.



En los tres casos se pide a los participantes que realicen la clasificación a través de consignas dadas directamente por el operador, o clasificaciones personales que tienen que resolver ellos mismos.

2. Clasificación de palabras leídas o escuchadas. Se presentan las palabras para ser clasificadas por categorías.
3. Proverbios incompletos. Completarlos.
4. Resumen de textos leídos o escuchados. Luego de escuchar o leer el texto, resumirlo entre todos los participantes.
5. Organizar las comidas del día, menús, etcétera.

ESTRUCTURACIÓN MENTAL POR MEDIO DE TÉCNICAS ASOCIATIVAS MNEOTECNIA

Objetivos

- Entrenarse para crear asociaciones entre objetos, personas, lugares, acontecimientos, que permitan consolidar la retención y facilitar el r el recuerdo.

- Aprender a memorizar códigos de referencia personales , para facilitar la retención y su posterior evocación.

Ejercicios

1. Parejas de imágenes. Se pide a los participantes que observen cada pareja de imágenes y nombren lo que ven.

a) Se tapa la hilera de personajes y al observar los elementos, deben recordar su pareja de imagen.

b) A la inversa, recordar los elementos observando sólo los personajes.

c) Ocultar la lámina e intentar recordar la mayor cantidad posible de parejas de imágenes.

2. Parejas de palabras: casa-ladrillo; martillo- clavo; etcétera. Semejante al anterior, luego de observar las palabras, ocultar la primera fila de ellas y evocar su pareja.

3. Personajes conocidos y desconocidos. Con fotografías, identificarlos con sus nombres por medio de asociaciones.

4. Lotería de la canción. Se arman grillas diferentes con nombres de canciones que, conociendo la historia de los participantes, se sepa que les resultan conocidas (tangos, folclore, etcétera). Se confeccionan tarjetas con los nombres de las canciones que se encuentran en todas las grillas, y se van sacando de a una como en la lotería o el bingo. Quienes tengan esa canción en sus grillas, deben tratar de recordar un pequeño fragmento de música y/o letra.

5. Asociación de palabras sin conexión aparente. Se confeccionan dos listas de palabras en dos columnas, enfrentando cada palabra de la primera lista con otra sin conexión aparente de la segunda. Los participantes deben asociarlas según una forma personal, para luego ocultar la primera columna, evocar la palabra correspondiente.

Ejemplo: Bandera_____Árbol

Asocio una bandera colgada de un árbol.

6. Evocación de elementos, de una lista determinada de objetos, por el uso, los colores, etcétera.

7. Palabras para hacer frases. Se confecciona un equipo de palabras recortadas de periódicos o revistas (es importante que sean en gran cantidad y tamaño) y se colocan en la mesa. Se pide a los participantes que formen todas las frases que puedan con ellas, o se les da una consigna según su nivel o grado de fatiga.



8. Juego de pistas o indicios.

a) los participantes deben intentar deducir personajes, objetos, elementos, animales, lugares, etcétera, a partir de pistas verbales que les va dando el operador.

Ejemplo: - se encuentra en todas las casas.

- es un objeto
- se asocia a la basura
- es compañera de la pala
- tiene mango
- sirve para barrer

Las pistas no se dan en una sola vez sino de a dos o tres, y se van agregando a de a una si el grupo no puede deducirlo.

b) Se divide a los participantes en dos grupos. A un grupo se le entregan tarjetas con nombres, de objetos, lugares, elementos, flores, etcétera., sin decir el nombre, y ellos deben pensar pistas para que el otro grupo deduzca la palabra.

Razonamiento

Objetivos

- Entrenarse para resolver problemas frente a situaciones concretas.
- Desarrollar la capacidad de reconocer similitudes y resolver problemas lógicos.
- Entrenarse para hacer deducciones desde un texto leído o escuchado.
- Desarrollar la flexibilidad y la agilidad de los mecanismos intelectuales.
- Entrenar la capacidad para manipular cifras en la vida diaria.

Ejercicios

a) Deducción lógica- Flexibilidad

1. Juego de deducción de números de dos cifras.

El operador piensa en un número de dos cifras (que no deben ser iguales) y lo anota en un papel sin que el grupo lo vea. Pide a los participantes que digan un número cualquiera de dos cifras. Ejemplo:

- Número pensado por el operador = 72
- Número pensado por el grupo = 38

El grupo debe, a partir del 38, llegar a deducir el original (72), basado e pistas que el operador escribirá en el pizarrón:

B= número correcto en posición correcta

R= número correcto en posición incorrecta.

M= número incorrecto.

En el caso del número 38= MM (ambos son números incorrectos). Se aclara que estas pistas no responden necesariamente a cada número.

Se pide al grupo otro número de dos cifras, tomando la pista de que tanto el número 3 como el 8 son incorrectos (están mal). Por ejemplo, dan

67=MR

y así sucesivamente se van tomando en cuenta las pistas hasta deducir el número correcto:

76= BM

72= BB

También este ejercicio puede hacerse más complejo agregando más cifras.

2. Organizar recetas de cocina.
3. Deducciones desde un texto.
4. Buscar “quién es quién” (revista enigmas)

b) Cálculo mental

1. Problemas con compras de mercado, almacén, etcétera (pago, vueltos, etcétera)
2. Ejercicios de cálculo.
3. Confección de presupuestos.

Reminiscencia

Objetivos

- Estimular de manera indirecta la reminiscencia a fin de buscar simultáneamente un refuerzo de la propia identidad, ejercitar la memoria evocando hechos pasados y encontrar referentes espaciales y temporales.

Ejercicios

1. A partir de estímulos sensoriales (olfato, gusto, tacto), solicitar a cada participante que relate qué recuerdo le trae cada uno.
2. Lo mismo, a partir de fotografías que lleven los participantes.

A continuación presentamos Programas de Intervención diseñados por Arturo Xosé Pereiro Rozas y Onésimos Juncos Rabadán

“Querer, saber y poder comunicarse bien”

Entre los ancianos podemos encontrarnos con algunos que, debido a sus experiencias previas familiares y sociales, son reacios a comunicarse. Durante mucho tiempo permanecen solos en la residencia y evitan las situaciones de comunicación. Podemos encontrar a otros para los cuales comunicarse consiste en hablar constantemente, produciendo efectos contrarios ya que son rechazados o evitados. Este programa está destinado a resaltar el valor de la comunicación entre los ancianos y a posibilitar una comunicación eficaz y placentera.

Comunicar es, en primer lugar, deseo de comunicar, tener un plan para compartir. Muchas veces, los problemas de comunicación en las personas mayores se deben a un bloqueo de intenciones: para qué voy a hablar si nadie me hace caso; a una falta de temas de conversación, a partir de los cuales arranque el deseo de comunicar: los temas normales de familia, salud, trabajo se han repetido infinidad de veces y no son ya estimulantes; a una falta de voluntad, influida por estados depresivos o por el mismo aislamiento. Es necesario provocar en los ancianos la necesidad de comunicar y que experimenten que la conversación es estimulante. Es necesario aprovechar las diversas circunstancias de la vida en las residencias para

provocar temas de conversación. Las diversas actividades preparadas en los programas de animación sociocultural, como lecturas excursiones, televisión, etc. Puede enriquecer los temas sobre los que conversar y pueden conseguir que se tenga algo que decir.

Comunicar es también saber comunicar, tener presentes las reglas de comunicación y de la conversación. La comunicación es una interacción social en la que se han de respetar diferentes principios necesarios para que sea eficaz. Esta interacción se rige por varios principios que afectan a los participantes, la interacción implica la presencia de uno o varios oyentes y hablantes, y una alternancia de actuación entre ellos: se han de respetar los turnos de conversación, escuchar al otro para después hablar. En cuanto a lo que se dice, se han de tener en cuenta unos principios de cooperación que hagan posible la interacción lingüística y que han sido llamados reglas de conversación. En cuanto a lo que no se dice, ambos interlocutores deben coparticipar en lo que el otro no dice, es decir, en lo que presupone. Cuando conversamos, es más lo que no se dice que lo que se dice; es decir, la comunicación está determinada por las presuposiciones. Lo que no se dice ha de estar presente como conocimiento y participación de cada interlocutor en lo que el otro presupone.

Los problemas de comunicación en los ancianos pueden proceder de una falta de conocimiento práctico de lo que es una conversación eficaz, ya que en su pasada experiencia no llegaron a practicarla debido a años de soledad e incomunicación. Muchos de ellos no respetan los turnos adecuadamente, hablan todo el tiempo o, al contrario, escuchan o soportan en silencio a los parlanchines. Debido a los problemas de organización discursiva, muchas veces los ancianos pierden el hilo de la conversación o el tema central que se está abordando. Se disgregan en vericuetos temáticos irrelevantes. Es necesaria la intervención del fonoaudiólogo para hacerles conscientes de estos problemas y proponer maneras de abordarlos para mejorar su saber y llevar a cabo una conversación eficaz y estimulante.

Objetivos:

1. *Querer comunicarse.* Estimular e impulsar la necesidad y el deseo de comunicar algo a alguien.
2. *Saber comunicarse.* Comprender lo que significa comunicarse y conocer las normas o principios de la comunicación. Comprender y asimilar los principios conversacionales.
3. *Poder comunicarse.* Permitir y desencadenar situaciones que posibiliten la comunicación.

Actividades

1. Discusión en pequeños grupos sobre los siguientes puntos:

- a) ¿Qué es para usted comunicarse?
- b) ¿Quiere usted comunicarse?, ¿necesita comunicarse?
- c) ¿Qué problemas tiene para hacerlo?
- d) ¿De qué desea hablar usted y de qué desea que le hablen?

Es interesante indagar acerca de los gustos y apetencias de los sujetos en torno a lo que desean contar y lo que quieren que los demás les cuenten. Esta actividad se puede realizar de modo escrito, contestando a estas preguntas, para luego contrastar los resultados. Esto puede ayudar a definir los criterios conversacionales relacionados con la empatía que posibilita que un diálogo no sea de sordos.

2. Actividades para estimular los deseos e intenciones de comunicarse:

- a) El fonoaudiólogo mantendrá conversaciones individualmente con las personas más reticentes a comunicarse.
- b) Reunidos en grupos de tres personas, el logopeda preguntará por temas relacionados con la vida de cada uno de los asistentes:
 - familia
 - trabajo anterior.
 - salud
 - otros...

3. Proponer un tema de conversación en grupos de tres personas. Dos de ellas desarrollarán la conversación durante unos minutos; la otra actuará como observador:

- a) El observador se fijará en los siguientes puntos que tendrá anotados:
 - Turnos y tiempos de conversación
 - Intensidad y tono de los participantes
 - Uso de los gestos corporales y faciales: significación de éstos.
 - Principios de la conversación: cantidad de información, veracidad de lo que se dice, relevancia, claridad y concisión.
- b) Después se discutirá entre todos sobre las observaciones realizadas. Puede utilizarse una grabación en video para revisar las formas y principios de la conversación mantenida.

Materiales. Hoja de observación según el modelo adjunto

- Relevancia
- Concisión
- Sinceridad

Modelo de hoja para la observación de la conversación

<i>Turnos</i>	<i>Tiempo</i>	<i>Tono</i>	<i>Gestos</i>	<i>Relevancia</i>	<i>Concisión</i>	<i>Sinceridad</i>
<i>Juan</i>	<i>1 min.</i>	<i>fuerte</i>	<i>enfadado</i>	<i>no</i>	<i>no</i>	<i>sí</i>

4. Practicar la conversación controlada una vez cada 15 días utilizando la misma técnica de observación y discusión señalada anteriormente. Se propondrá que cada miembro del pequeño grupo proponga y prepare un tema de conversación: noticia relevante, película experiencia en la residencia, etc. El proponente proporcionará información sobre el tema a los demás miembros del grupo.
5. Transformar un mensaje que es demasiado largo y redundante en otro que cumpla los principios correspondientes de la conversación. Cada miembro del grupo intenta comunicarlo a los demás.

Ejemplo. EL señor Mariano se fue a Madrid a pasar un mes con sus hijos. Se fue de vacaciones a Madrid porque tenía allí a sus hijos. Marchó a pasar una temporada a Madrid en casa de sus hijos

6. Organizar una tertulia entre los miembros de un grupo (3 o 4 personas). En esa conversación se han de cumplir los principios de cantidad, cualidad, relación y forma. Otro grupo observa la tertulia y anota los momentos en que infringen los principios. Gana el grupo que tenga menos puntos negativos.

“Oír, ver y hablar”

La organización sensorial y motriz de la comunicación es uno de los aspectos que pueden estar alterados en la vejez. Hemos comprobado en otros capítulos cómo los problemas de audición, de visión, de voz y de articulación pueden hacer difícil la comunicación en las personas mayores. Muchas veces, los ancianos se quejan de que

no son capaces de comprender bien la televisión o a las personas con las que hablan, cuando en realidad lo que pasa es que tiene pérdidas auditivas o que no oyen bien. Con este programa no pretendemos reducir estas dificultades, que tienen un tratamiento eminentemente médico, sino intentar hacer conscientes a los ancianos de que estas dificultades no deben impedir la comunicación y de que se pueden utilizar diferentes estrategias para paliarlas.

Objetivos:

1. Tomar conciencia de que la pérdida de audición puede dar lugar a incomunicación o a problemas de comunicación.
2. Aprender a usar estrategias comunicativas que palien las pérdidas de audición.
3. Tomar conciencia de que los problemas de visión pueden causar dificultades en la comunicación e incluso en el aislamiento.
4. Aprender a usar estrategias que ayuden en los problemas de visión.
5. Tomar conciencia de que los problemas de voz y articulación pueden causar dificultades en la comunicación.
6. Aprender a mantener la voz en condiciones adecuadas a y a hacer ejercicios que mejoren la articulación.

Actividades

1. Reunidos en grupo, intentar escuchar hablando todos a la vez. Reflexionar y comentar sobre la influencia del ruido ambiental en la dificultad para escuchar lo que las otras personas dicen, especialmente si hay algún problema auditivo.
2. En el grupo, una persona lee en voz alta mientras las demás escuchan. A mitad de la lectura se tapa la boca con las manos. Comentar los efectos que tiene sobre la audición el no ver los labios de la persona que habla. Destacar que las pérdidas de audición, aunque no sean muy graves, dificultan el proceso e comprensión y que la "lectura labial" puede favorecer la comprensión en estos casos.
3. En el grupo, una persona lee en voz alta y despacio. Se pide ahora que los demás le miren a la cara atentamente e intenten comprender lo que dice. Después a cada uno de los oyentes se le pide que explique lo que ha entendido. A continuación, la misma persona que lee explica lo que ha leído usando además gestos y expresiones faciales.
4. Si algún miembro del grupo lleva audífonos, insistir en la importancia del buen mantenimiento de éstos para ayudar en la audición: comprobar las pilas, la limpieza, la colocación, que no tenga roturas, etc.

5. Leer varios letreros con diferentes tamaños de letras y a diferentes distancias. Comprobar si alguien tiene problemas de visión. Preguntar si se usan lentes y porqué.
6. A los miembros del grupo que los usan, insistir en la necesidad de mantenerlos limpios, de usarlos siempre, de procurar luz adecuada e usar, si es necesario, una lupa para leer.
7. Hacer diferentes ejercicios de respiración, relajación y emisión vocal.
8. Hacer diferentes ejercicios de articulación típicos de la fonoaudiología en la disartria.

“Recuperar viejas amistades”

Este programa se basa en uno de los deseos más potentes que acometen a las personas mayores durante su estancia en centros residenciales: volverse a encontrar con viejos amigos, lo cual puede ser ocasión de disfrute para los ancianos y puede desencadenar una intensa comunicación.

Objetivos

1. Ejercitar la memoria episódica. Recordar diferentes situaciones vividas con viejas amistades.
2. Ejercitar el lenguaje narrativo. Relatar la biografía de estos amigos y diferentes episodios compartidos.
3. Ejercitar el lenguaje descriptivo. Describir física y psicológicamente a estos amigos, describir los lugares donde compartieron momentos importantes.
4. Ejercitar el vocabulario. Practicar el acceso léxico referido a nombres propios y comunes referidos a profesiones, lugares, familiares y amigos.
5. Ejercitar la conversación. Practicar la conversación directa y por teléfono.
6. Ejercitar el lenguaje escrito. Leer y escribir diferentes tipos de textos.

Desarrollo del programa

En este programa se abordan diferentes aspectos de la comunicación y el lenguaje. Es un programa global que ha de desarrollarse en varias sesiones, las

cuales, en grupos pequeños de tres o cuatro personas, pueden tener una duración aproximada de hora y media.

Preparación. El fonoaudiólogo deberá investigar las posibles amistades de los ancianos de la residencia, a través de los familiares o de entrevistas individuales. Recuperan también las direcciones y los teléfonos de esas personas.

Primera sesión:

1. En la reunión de grupo se plantea el tema general como una pregunta: "Les gustaría recuperar a algún viejo/a amigo/a para hablar con él/ella?. Cada participante responde de forma genérica y abierta.
2. Se presenta el cuestionario siguiente para ayudar a organizar los recuerdos sobre la persona que desean recuperar. El cuestionario puede presentarse de forma oral y /o escrita, dependiendo de las condiciones de los participantes. También se puede contestar oralmente y/o por escrito.
3. Cada miembro del grupo ha de hacer una descripción más detallada posible de su amigo siguiendo las siguientes pautas, que pueden entregarse y responderse por escrito.
 - a) Nombre
 - b) Domicilio
 - c) Lugar de nacimiento
 - d) Edad
 - e) Rasgos físicos: altura, peso, color de ojos ...
 - f) Rasgos de personalidad

Segunda sesión:

1. Cada miembro del grupo ha de hacer una narración de un acontecimiento vivido en que participen como personaje su amigo/a y él/ella mismo/a. Los restantes miembros del grupo escuchan atentamente y pueden tomar notas para después volver a contar las diferentes historias. Se proporciona el esquema de la tabla que sigue a continuación para organizar el lenguaje narrativo.

Esquema para organizar la narración sobre un acontecimiento vivido.

Escenario

Dónde y cuando sucedió (descripción detallada del lugar y momento)

Personajes que intervinieron

Desarrollo

Inicio

Objetivos de los personajes (intenciones y metas)

Reacciones de los personajes

Fin

Resolución de la trama.

2. Cada miembro del grupo escribe las historias de sus compañeros (este paso es optativo dependiendo de las condiciones y posibilidades de los participantes y puede plantearse como trabajo individual que debe realizarse fuera de la sesión de grupo).
3. Cada miembro del grupo vuelve a contar las historias de sus compañeros. Después de la intervención de cada uno, el fonoaudiólogo y cada participante hacen preguntas y aclaraciones sobre ésta para elaborar la mejor historia posible, que cumpla con las condiciones del lenguaje narrativo, mayor contenido informativo posible, mayor coherencia y mayor cohesión.

El fonoaudiólogo da unas pautas para que la historia recontada contenga.

- a) toda la información en cuanto al escenario, personajes y acontecimientos.
 - b) La cohesión entre sus diferentes partes a través de pronombres y conjunciones especialmente.
 - c) La coherencia del discurso para que sea semánticamente plausible.
4. Entre todos los miembros del equipo se elabora la mejor historia posible siguiendo las pautas dadas por el logopeda.

Tercera sesión

1. Escribir una carta dirigida al amigo/a para invitarle a un encuentro. El fonoaudiólogo da las pautas para estructurar la carta:
 - a) Encabezamiento: nombre y dirección completa del destinatario.
 - b) Saludo: querido, apreciado, estimado...
 - c) Presentación: soy fulano de tal, me encuentro bien...
 - d) Expresión de buenos deseos
 - e) Recuerdo de acontecimientos vividos juntos (haciendo mención a lo trabajado en la sesión)
 - f) Invitación al reencuentro
 - g) Despedida y saludo
2. Cada miembro del equipo lee su carta y los demás opinan sobre la corrección de ésta.
3. Preparar una conversación telefónica con el amigo.

Cuarta sesión

1. Cada miembro del grupo lee la carta de respuesta recibida. Se comenta el resultado de las invitaciones telefónicas.
2. Se prepara en grupo el reencuentro, ayudando especialmente a los que se encuentren más emocionados o temerosos.

Quinta sesión

Cada miembro del grupo cuenta cómo le fue en el reencuentro haciendo una narración de lo sucedido, una descripción de su amigo, y de su propio estado de ánimo, siguiendo las pautas trabajadas en sesiones anteriores.

“Juegos de palabras”

Uno de los problemas más frecuentes en la tercera edad es el acceso a las palabras. Conseguir recuperar la palabra apropiada en el momento oportuno suele ser una ardua tarea que a veces no alcanza el éxito. En este programa nos proponemos abordar este problema.

Objetivos

1. Facilitar la producción de palabras a partir de claves semánticas.
2. Facilitar la producción de nombres comunes a partir de claves perceptivo visuales.
3. Facilitar el proceso de selección de la palabra adecuada entre varias alternativas competidoras.
4. Ejercitar la memoria operativa para las palabras.
5. Facilitar la producción de nombres propios a partir de claves perceptivas y semánticas.
6. Posibilitar la expresión del contenido conceptual de las palabras.

Actividades

En primer lugar pueden proponerse como actividades numerosos juegos de mesa. Son juegos muy adecuados para sesiones de competición en pequeños grupos. Por ejemplo el Pictionary, que permite la búsqueda de palabras a través de claves pictóricas; el Tabú obliga a parte del grupo a buscar una definición de la palabra “tabú”, para que uno de sus miembros encuentre la palabra que es resto esté definiendo, etc.

A continuación proponemos una serie de actividades que son propiamente ejercicios lingüísticos.

Sinónimos

Se presenta como un juego de competición, para realizar en grupos de seis personas, que versa sobre las palabras. El grupo se divide en dos subgrupos de tres. Cada subgrupo tiene que intentar hacer el mayor número posible de respuestas. Si se comprueba que algún o algunos miembros del grupo no participan, el fonoaudiólogo puede realizar también el ejercicio en grupos más pequeños o en competición uno a uno.

El ejercicio consiste en la presentación oral, por parte del logopeda, de una palabra, y a continuación proporciona otras cuatro, entre las cuales se encuentra un sinónimo de la misma. Los sujetos tienen que elegir lo más rápidamente posible la palabra adecuada. Puede responder cualquier miembro del subgrupo. Cada subgrupo responde de forma alternativa. Si un subgrupo no responde en 15 seg., puede contestar el subgrupo competidor, el cual, si acierta ganará el punto correspondiente.

Materiales: cronómetro y lista de palabras siguiente.

LISTA DE PALABRAS PARA LA ELECCIÓN DE SINÓNIMOS

1. ABADÍA	1) casa	2)monasterio	3)estancia	4)lugar
2. ABANICO	1)contador	2)papel	3)paipai	4)zueco
3. ABASTO	1)barco	2)mercado	3)susto	4)suministro
4. ABISMO	1)sima	2)grieta	3)mar	4)tierra
5. ABOLENGO	1)fama	2)linaje	3)gloria	4)lealtad
6. ABONO	1)estiércol	2)riego	3)metralla	4)planta
7. ACERTIJO	1)ilusión	2)engaño	3)adivinanza	4)acierto
8. ACOGIDA	1)pelea	2)recibimiento	3)herida	4)acometida
9. ACTA	1)escritura	2)letra	3)acto	4)certificado
10. ADOBO	1)gusto	2)adobe	3)cliño	4)lote
11. ADORNO	1)liga	2)ornamento	3)fragancia	4)lustre
12. AFONÍA	1)fonda	2) ronquera	3)finura	4)apatía
13. ALCOBA	1)pieza	2)sitio	3)escoba	4)dormitorio
14. ALGARADA	1)alboroto	2)tormenta	3)fiesta	4)soplo
15. ALUD	1)salud	2)lista	3)avalancha	4)santuario
16. ANTORCHA	1)llama	2)pedazo	3)cueva	4)pilar
17. APURO	1)capaz	2)aprieta	3)queja	4)afecto
18. ARCA	1)balsa	2)disco	3)baúl	4)chapa
19. ASEDIO	1)asco	2)reunión	3)astucia	4)bloqueo
20. ATALAYA	1)torre	2)asalto	3)cierre	4)lápida
21. BADÉN	1)pala	2)bache	3)peto	4)golfo
22. BALANZA	1)fardo	2)rampa	3)peso	4)loseta
23. BÁLSAMO	1)charco	2)balsa	3)asiento	4)medicamento
24. BARATIJA	1)chuchería	2)barandilla	3)comilona	4)panza
25. BIOMBO	1)bombo	2)torta	3)ribete	4)mampara
26. BOATO	1)beato	2)lujo	3)gitano	4)bulto
27. COMBONA	1)bomba	2)botella	3)saco	4)lámpara
28. BRECHA	1)rotura	2)brevia	3)lustre	4)maga
29. BULLA	1)bula	2)pompa	3)ruido	4)burla
30. CABRIOLA	1)cabra	2) estaca	3)calma	4)voltereta
31. CENTELLA	1)ceniza	2)chispa	3)limpieza	4)hospital
32. CIMA	1)cumbre	2)nuca	3)señal	4)loma
33. CLOACA	1)corte	2)sumidero	3)choza	4)banda
34. COÁGULO	1)gemido	2) ángulo	3)odio	4)grumo
35. COLOQUIO	1)extremo	2)cobijo	3)conversación	4)enojo
36. CONTRATO	1)comienzo	2)pacto	3)oposición	4)llanto
37. CORAJE	1)rabia	2)unión	3)traje	4)ímpetu
38. CRECIMIENTO	1)lamento	2)renombre	3)opinión	4)desarrollo
39. CUERO	1)cuerpo	2)piel	3)suelo	4)labor
40. DECENCIA	1)intriga	2)avería	3)honestidad	4)docencia
41. DEFENSA	1)protección	2)garrafa	3)mentira	4)pampa
42. DELITO	1>trueque	2)crimen	3)perito	4)placer
43. DIBUJO	1)lápiz	2)artesano	3)rojo	4)pintura
44. DINERO	1)moneda	2)rico	3)estanco	4)diferencia
45. DOCILIDAD	1)facilidad	2)engaño	3) humildad	4)molestia
46. DUDA	1)cantidad	2)indecisión	3)rigor	4)calidad
47. EDIFICIO	1)inmueble	2) sacrificio	3)babero	4)ahorro
48. EJE	1)lazo	2) genio	3)paje	4)barro
49. ELOGIO	1)dificultad	2)tufo	3)litigio	4)alabanza

50. EMISARIO	1)corsario	2)mensajero	3)apasionado	4)iluso
51. EMPIECE	1)comienzo	2)estruendo	3)despiece	4)empacho
52. ENCIERRO	1)salida	2)entierro	3)cárcel	4)lugar
53. ENJAMBRE	1)alucinación	2)tristeza	3)misterio	4)multitud
54. ENOJO	1)hinojo	2)enfado	3)solución	4)prisa
55. EQUILIBRIO	1)estabilidad	2)equilátero	3)aventura	4)calamidad
56. ERUCTO	1)síntoma	2)reducto	3)regüeldo	4)misiva
57. ESCAMA	1)escuela	2)placa	3)cama	4)leyenda
58. ESTAFA	1)brillo	2)estufa	3)desdén	4)timo
59. EXAMEN	1)prueba	2)certeza	3)alegría	4)salida
60. FÁBRICA	1)caseta	2)industria	3)iglesia	4)cuenta
61. FAJA	1)paja	2)traba	3)corsé	4)parte
62. FALTA	1)camisa	2)haz	3)falda	4)culpa
63. FANGO	1)barro	2)tango	3)muñeco	4)mazo
64. FIERA	1)mercado	2)bestia	3)feria	4)caja
65. FLECHA	1)bola	2)vara	3)dardo	4)percha
66. FUEGO	1)grifo	2)forro	3)fuelle	4)lumbre
67. GALA	1)etiqueta	2)sala	3)fruta	4)salud
68. GAMUZA	1)lechuza	2)bayeta	3)carga	4)sopa
69. GOZO	1) peso	2)alegría	3)pozo	4)galán
70. GUÍA	1) dulce	2)conductor	3)bandido	4)pesado
71. GUIÑAPO	1) guiño	2)trapo	3)insecto	4)papel
72. HÁBITO	1)costumbre	2)habitación	3)noticia	4)idioma
73. HACHA	1)flecha	2)machete	3)navaja	4)pala
74. HAMACA	1)posada	2)petaca	3)estampa	4)tumbona
75. HEMORRAGIA	1)abundancia	2)cardenal	3)sangría	4)bulto
76. HERRAMIENTA	1)utensilio	2)alambre	3)campana	4)esquina
77. HONOR	1)labor	2)honra	3)odio	4)abandono
78. ÍMPETU	1)locura	2)espíritu	3)paz	4)fuerza
79. INCENDIO	1)acaso	2)luz	3)fuego	4)infierno
80. INDULTO	1)perdón	2)fortuna	3)insulto	4)falta
81. INSOLENCIA	1)torpeza	2)descaro	3)fama	4)paciencia
82. INTERÉS	1)duda	2)ánimo	3) vigor	4)atención
83. IRA	1)imaginación	2)burla	3)rabia	4)melón
84. JEFE	1)juez	2)patrón	3)cliente	4)sabio
85. JETA	1)seta	2)lote	3)cabeza	4)cara
86. JORNAL	1)día	2)penal	3)sueldo	4)grupo
87. JUGO	1)zumo	2) paseo	3)callo	4)socio
88. LABOR	1)ocasión	2)trabajo	3)gozo	4)dolor
89. LADRIDO	1)peña	2)reja	3)ladrillo	4)aullido
90. LANCHA	1)banda	2)pieza	3)barca	4)lancha
91. LÁSTIMA	1)compasión	2)estima	3)fatiga	4)espacio
92. LECHO	1)pecho	2)cama	3)suelo	4)chopo
93. LEY	1)habla	2)hueste	3)rezo	4)norma
94. LICENCIA	1)arte	2)fortuna	3)autorización	4)paciencia
95. LUCHA	1)pelea	2)exceso	3)crueledad	4)mezcla
96. MAGIA	1)figura	2)hechizo	3)pereza	4)señal
97. MANADA	1)red	2)mareo	3)miseria	4)rebaño
98. MANÍA	1)ensayo	2)intriga	3)capricho	4)tara
99. MAREO	1)vértigo	2)paseo	3)ardor	4)asalto
100. MÉDULA	1)mancha	2)tuétano	3)primor	4)taller

101. MILAGRO	1)recuento	2)ardor	3)fiebre	4)prodigio
102. MOFA	1)solfa	2)trato	3)burla	4)inquietud
103. MUDO	1)callado	2)pelo	3)nudo	4)moción
104. NIEBLA	1)juicio	2)bruma	3)unión	4)multa
105. OBRA	1)cobra	2)mal	3)regalo	4)labor
106. OFENSA	1)insulto	2)defensa	3)brío	4)cargo
107. OPINIÓN	1)disparo	2)parecer	3)ocasión	4)daño
108. ORILLA	1)perilla	2)valor	3)redil	4)ribera
109. PACTO	1)convenio	2)razón	3)juicio	4)injuria
110. PALCO	1)celda	2)balcón	3)talco	4)ruina
111. PALIZA	1)caliza	2)estepa	3)tunda	4)colina
112. PANZA	1)solar	2)lanza	3)lote	4)vientre
113. PERMISO	1)autorización	2)soledad	3)tino	4)apoyo
114. PÉSAME	1)motín	2)sanción	3)duelo	4)rezo
115. PLAGA	1)lote	2) plaza	3)error	4)peste
116. POSADA	1)rostro	2)mesón	3) cansancio	4)banquete
117. PRISIÓN	1)cárcel	2)proeza	3)hebra	4)danza
118. QUIETUD	1)idea	2)labia	3)calma	4)lepra
119. RACIÓN	1)clase	2)porción	3)giro	4)excusa
120. RATO	1)pato	2)momento	3)envío	4)guía
121. REBANADA	1) lancha	2)linaje	3)rábano	4)ánimo
122. RECREO	1)audacia	2)origen	3) diversión	4)oído
123. REHÉN	1)retén	2)prisionero	3)orden	4)renglón
124. RETO	1)desafío	2) rato	3)vuelta	4)voz
125. RIFA	1)rumor	2)risa	3)sorteo	4)farsa
126. ROCE	1)llanto	2)pozo	3)peso	4)frote
127. RUMBO	1)cartel	2)dirección	3)pretexto	4)peña
128. SALDO	1)ganga	2)trozo	3)sueldo	4)pasmo
129. SANCIÓN	1)canción	2)golpe	3)castigo	4)salón
130. SASTRE	1) señal	2)astro	3)corte	4)modisto
131. SEBO	1) robo	2) grasa	3)furor	4)cebo
132. SEÍSMO	1)torrente	2) ritmo	3)gesto	4)terremoto
133. SERMÓN	1)discurso	2)salmón	3)huella	4)pesar
134. SÍNCOPER	1)espalda	2) gresca	3)mareo	4)cinta
135. SOBORNO	1)adorno	2)corrupción	3)gremio	4)pesar
136. SOSTÉN	1)sucio	2)desfile	3)azar	4)apoyo
137. SUPERFICIE	1)extensión	2)protección	3)gasto	4)sustento
138. TACO	1)tapón	2)saco	3)pasma	4)palabrota
139. TEMA	1)tablao	2)regla	3)asunto	4)peso
140. TERNURA	1)delicadeza	2) carne	3)humor	4)temple
141. TERROR	1) opinión	2)edad	3)pánico	4)quietud
142. TRABA	1) trapo	2)dificultad	3)aviso	4)duda
143. TURNO	1)choza	2)turbo	3)alza	4)vez
144. URNA	1)tienda	2)zona	3)caja	4)tiro
145. VALIJA	1)maleta	2)vasija	3)forro	4)concha
146. VELO	1)voto	2)mantilla	3)susto	4)terna
147. VÍVERES	1)mirada	2)permiso	3)provisiones	4)bono
148. VOCERÍO	1)alboroto	2) tos	3)furia	4)enlace
149. ZANJA	1)pena	2)fosa	3)panza	4)caldo
150. ZURRÓN	1)zorro	2)paliza	3)dulce	4)balsa

Definiciones

Puede organizarse igual que el ejercicio anterior como un juego de competición. El fonoaudiólogo ofrece una definición y el grupo ha de encontrar la palabra definida. Se puede plantear también como un juego de selección: los sujetos eligen la palabra más adecuada a la definición entre una lista de tres palabras. Con esta tarea de selección se ejercita también la memoria operativa para las palabras, ya que los sujetos tienen que retener las tres opciones para poder elegir la más adecuada. Si la respuesta es errónea, se puede intentar de nuevo. Se puede pedir a los miembros del grupo que justifiquen su respuesta explicando por qué eligieron una opción diferente a la opción correcta.

A continuación presentamos tres listas de 50 definiciones cada una con sus posibilidades de elección. Hemos elegido palabras con diferentes niveles de dificultad, según su frecuencia, para que el fonoaudiólogo, elija dependiendo de las características de los sujetos.

Las definiciones han sido tomadas del Diccionario de la Real Academia Española y, en ocasiones, han sido adaptadas, acortándolas para evitar que el párrafo tenga más de dos líneas. Están expuestas en orden alfabético, pero en el juego se pueden utilizar eligiendo al azar cualquiera de las 50 de cada grupo, dependiendo de la dificultad que se quiera.

Una dificultad evidente en los ancianos que se relaciona con la de acceso léxico y que está agravada por los bajos niveles educativos de esta población es suministrar descripciones funcionales o pragmáticas acerca de palabras para definir las. Cuando un sujeto es requerido para que nos denote el significado de una palabra, es frecuente que recurra a ejemplificaciones lingüísticas, usando determinadas frases con la finalidad de expresar su conocimiento acerca de tal palabra. Lo que ocurre con frecuencia es que el sujeto extrae el significado de esa palabra constreñido o demasiado generalizado por los efectos de esa ejemplificación (por ejemplo decir que un santuario, es ir a rezar). Lo que nos proponemos es evitar este tipo de estrategias y fomentar el uso de sinónimos que permiten la abstracción del significado de esas palabras.

El camino es el inverso de la anterior actividad, nosotros proporcionamos palabras a los sujetos y estos deben explicarnos su significado y darnos la definición de la misma de la forma más exacta posible. Se pueden utilizar las mismas palabras

del ejercicio anterior, seleccionándolas de acuerdo con su dificultad. El fonoaudiólogo, en caso de que el sujeto recurra a la estrategia antes expuesta, ha de conducir al individuo, a base de preguntas y pistas, a la conclusión de que no es la acertada, e intentar hacerlo consciente de que es ese mismo contexto lingüístico que utiliza como apoyo el que le provoca la confusión.

Es conveniente actuar en todo momento con el máximo tacto y proporcionar la palabra en el caso de que nuestras pistas no surtan el efecto deseado, ya que esta actividad suele provocar un fuerte sentimiento de frustración en los individuos.

Palabras de baja frecuencia (7-9 Sg. Índice de Algarabel, 1996)

1. Cualquier profundidad grande, imponente y peligrosa, como la de los mares, la de una sima, etc.
1) Pozo 2) agujero 3) abismo

2. Cada una de las propiedades de un ser.
1) atributo 2) razón 3) parte

3. Espacio descubierto y por lo común cercado de pórticos que hay en algunos edificios.
1) Corral 2) atrio 3) terraza

4. Caseta o albergue construido toscamente y con materiales ligeros
1) Tienda 2) torre 3) barraca

5. Masa que resulta de la mezcla de tierra y agua.
1) Cemento 2) cal 3) barro

6. Cuerpo esférico de cualquier materia.
1) Bola 2) balón 3) pelota

7. Esfuerzo o valentía de las personas
1) Bravura 2) pasión 3) coraje

8. Polvo de color gris que queda después de una combustión completa
1) Humo 2) carbón 3) ceniza

9. Dicho agudo y gracioso

- 1) cuento 2) chiste 3) historia

10. Lo más alto de los montes

- 1) Nube 2) ladera 3) cima

11. Parte de color gris que está debajo de la tierra y sobre la que se apoya todo él.

- 1) Cimiento 2) sótano 3) cueva

12. Falta de ánimo y valor

- 1) Pereza 2) cobardía 3) astucia

13. Adorno femenino que rodea al cuello.

- 1) Collar 2) rosario 3) medalla

14. Actor que representa papeles graciosos.

- 1) Cantante 2) payaso 3) cómico

15. Oposición o rivalidad entre dos o más que aspiran a obtener la misma cosa.

- 1) envidia 2) competencia 3) envidia

16. Función de música en la que se ofrecen composiciones sueltas.

- 1) Sonata 2) concierto 3) banda

17. Serie de montañas enlazadas entre sí.

- 1) Cordillera 2) monte 3) colina

18. Trozo de tela fina que como adorno se pone alrededor del cuello y cae hasta el pecho.

- 1) Pajarita 2) bufanda 3) corbata

19. Parte externa de las raíces y tallos de las plantas.

- 1) Corteza 2) hoja 3) musgo

20. Cada una de las partes en que se divide un territorio, un edificio, un vehículo, una caja, etc.

1) sitio 2) lugar 3) departamento

21. Conocimiento de la verdad con que se sale del engaño en que se estaba.

1) Desengaño 2) acierto 3) ilusión.

22. Casa en la que reside el embajador.

1) Palacio 2) embajada 3) secretaría

23. Arma de fuego portátil con uno o dos cañones medianamente larga.

1) Fusil 2) escopeta 3) pistola.

24. Pieza en la que el jinete apoya el pie.

1) estribo 2) piedra 3) bota

25. Liberación brusca de gran cantidad de energía encerrada en un volumen relativamente pequeño.

1) Humo 2) llama 3) explosión

26. Tira ancha de tela con que se rodea el cuerpo por la cintura.

1) Cinturón 2) corsé 3) faja

27. Torre alta en las costas con luz para servir de señal a los navegantes.

1) Roca 2) faro 3) almena

28. Resplandor y brillantez con luz propia.

1) Fulgor 2) rayo 3) sol

29. Mano o pie de animal cuando están armados de uñas fuertes y agudas.

1) garra 2) pezuña 3) pata

30. Instrumento musical de cuerda, de madera, con un agujero central en la caja y un mástil con trastes.

1) arpa 2) piano 3) guitarra

31. Animal de sexo femenino.

1) gata 2) hembra 3) paloma.

3. Propiedad de las cosas que nos hace amarlas, infundiendo en nosotros deleite espiritual.

- 1) Utilidad 2) sabor 3) belleza

4. Mamífero de cuello y cola poblados de cerdas largas y abundantes que se domestica fácilmente y es de los más útiles al hombre por su aplicación al tiro de carruajes, a servir de cabalgadura, etc.

- 1) Burro 2) caballo 3) perro

5. Lengua de tierra que penetra en el mar.

- 1) Cabo 2) isla 3) faro

6. Bebida muy común que se hace por infusión de una semilla tostada y molida.

- 1) Té 2) manzanilla 3) café

7. Parte muscular del cuerpo de los animales.

- 1) Carne 2) grasa 3) piel

8. Conjunto de ideas, creencias religiosas, ciencias, técnicas, artes y costumbres propias de un determinado grupo humano.

- 1) Raza 2) Civilización 3) religión

9. Carruaje de cuatro ruedas de tracción animal o automóvil, con una caja, dentro de la cual hay espacio para dos o más personas.

- 1) Coche 2) carro 3) lancha

10. Obra de teatro de enredo y desenlace festivos y placenteros.

- 1) Poesía 2) drama 3) comedia.

11. Conocimiento interior del bien que debemos hacer y el mal que debemos evitar.

- 1) Sabiduría 2) conciencia 3) bondad

12. Disertación en público sobre algún tema.

- 1) Conferencia 2) coloquio 3) entrevista.

13. Parecer u opinión que se da o se toma para hacer o no hacer una cosa.

- 1) Lección 2) crítica 3) consejo

14. Opuesto a una cosa

- 1) Contrario 2) desafío 3) siguiente

15. Conjunto de todas las personas que forman la familia y la comitiva del rey.

- 1) Monarquía 2) corona 3) corte

16. Hábito, moda habitual de proceder o concluirse.

- 1) manía 2) costumbre 3) forma.

17. Solicitud y atención para hacer bien una cosa.

- 1) Cuidado 2) Recelo 3) ánimo.

18. Falta más o menos grave cometida a sabiendas y voluntariamente.

- 1) Error 2) culpa 3) pesar

19. Mujer noble o de calidad distinguida

- 1) Sierva 2) ama 3) dama

20. Cualidad o accidente por el que una cosa se distingue de otra.

- 1) color 2) diferencia 3) peso

21. Espacio o intervalo de lugar o de tiempo que media entre dos cosas o sucesos.

- 1) día 2) metro 3) distancia

22. Sentimiento, pena o congoja que se siente en el ánimo.

- 1) dolor 2) placer 3) preocupación.

23. Conjunto de las fuerzas aéreas y terrestres de una nación.

- 1) Batalla 2) Ejército 3) infantería.

24. Alteración más o menos grave de la salud.

- 1) Dolor 2) mareo 3) enfermedad

25. Resultado feliz de un negocio, actuación, etc.

- 1) Remate 2) éxito 3) final

26. Enseñanza que se adquiere con el uso, la práctica o sólo con el vivir.

- 1) Experiencia 2) saber 3) instrucción.

27. Ayuda o socorro que se concede o se hace a una persona.

- 1) Acción 2) agrado 3) favor.

28. Nota o indicación del lugar y tiempo en que se hace o sucede una cosa, y especialmente la indicación que se pone al principio o al final de una carta o de cualquier otro documento.

- 1) Fecha 2) mes 3) día

29. Día en que se celebra alguna solemnidad nacional y en el que están cerradas las oficinas y otros establecimientos públicos.

- 1) Víspera 2) cumpleaños 3) fiesta

30. Repetición a menudo de un acto o suceso

- 1) Frecuencia 2) casualidad 3) momento.

31. Sujeto dotado de capacidad intelectual extraordinaria o facultad de crear o inventar cosas nuevas y admirables.

- 1) Sabio 2) genio 3) científico

32. movimiento del rostro o de las manos con el que se expresan los diversos estados de ánimo.

- 1) Sonrisa 2) gesto 3) mueca

33. Voz sumamente esforzada y levantada.

- 1) Grito 2) canto 3) llamada.

34. Estímulo interior que determina a los animales a actuar para su conservación o reproducción.

- 1) Hambre 2) sed 3) instinto

35. Superior o cabeza de un cuerpo u oficio.

- 1) Jefe 2) presidente 3) gobernador

36. Ejercicio recreativo sometido a reglas y en el cual se gana o se pierde.

- 1) asunto 2) gloria 3) juego

37. Órgano muscular situado en la boca y que sirve para gustar, para tragar y para hablar.

- 1) Labios 2) Lengua 3) Diente

38. Edad que la ley fija para tener plenos derechos.

- 1) Mayoría 2) Adultez 3) juventud

39. En la religión cristiana, cosa inaccesible a la razón y que debe ser objeto de fe.

- 1) Bautismo 2) misterio 3) iglesia

40. Parte del cuerpo humano que se extiende desde el cuello hasta el vientre, y en cuya cavidad se contienen el corazón y los pulmones.

- 1) Pecho 2) columna 3) cráneo.

41. Cuero curtido de modo que se conserve por fuera su pelo natural.

- 1) Suela 2) manto 3) piel

42. Metal precioso blanco y brillante.

- 1) Cobre 2) plomo 3) plata.

43. Hijo primogénito del rey heredero de la corona.

- 1) Conde 2) infante 3) príncipe.

44. Lugar de la costa, defendido de los vientos y dispuesto para la seguridad de las naves y para operaciones de tráfico marítimo.

- 1) Puerto 2) playa 3) bahía.

45. Inspección que un jefe hace de las personas o cosas sometidas a su autoridad o a su cuidado.

- 1) Revista 2) archivo 3) limpieza.

46. Abundancia de bienes y cosas preciosas.

- 1) Herencia 2) riqueza 3) propiedad

47. Militar sin graduación

- 1) Soldado 2) cabo 3) caballero

48. Acción y efecto de resolver una duda o dificultad.

- 1) Solución 2) problema 3) respuesta

49. Vestido peculiar de una clase de personas o de los naturales de un país.

- 1) Chaqueta 2) traje 3) gabán

50. Pieza de madera, plana, más larga que ancha de poco grueso.

- 1) Palo 2) tabla 3) viga.

Palabra de alta frecuencia (>100 según el índice de Algarabel, 1996)

1. El que ha hecho alguna cosa

- 1) Autor 2) sabio 3) secretario

2. Miembro del cuerpo que comprende desde el hombro hasta la mano,

- 1) Puño 2) brazo 3) codo

3. Vía en un pueblo o ciudad

- 1) Carretera 2) camino 3) calle

4. Terreno extenso fuera de una población.

- 1) Lugar 2) campo 3) finca

5. Parte anterior de la cabeza humana desde el principio de la frente hasta el extremo de la barbilla.

- 1) Cara 2) mejilla 3) mentón

6. Edificio para habitar.

- 1) Casa 2) fábrica 3) corral

7. Todo lo que es, ya sea corporal o espiritual, natural o artificial.

1) Animal 2) cosa 3) persona

8. Cálculo u operación aritmética.

1) Cuenta 2) corta 3) número

9. Tiempo que una persona ha vivido, a contar desde que nació.

1) Edad 2) vida 3) duración

10. Moneda corriente.

1) sueldo 2) dinero 3) real.

11. Tiempo que dura la claridad del sol sobre el horizonte.

1) Mes 2) Período 3) día

12. Establecimiento donde se da a los niños instrucción primaria.

1) Instituto 2) escuela 3) guardería

13. Carencia o privación de alguna cosa.

1) Falta 2) hambre 3) miseria.

14. Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntos bajo la autoridad de una de ellas.

1) Tribu 2) Familia 3) linaje

15. Parte inferior de una cosa hueca.

1) Fondo 2) asiento 3) interior

16. Vigor, robustez y capacidad para mover una cosa que tenga peso o haga resistencia.

1) Energía 2) Valentía 3) Fuerza

17. Conjunto de los ministros de Estado

1) Gobierno 2) Senado 3) Tribunal

18. Lucha armada entre dos o más naciones o entre bandas de una misma nación.

1) Pelea 2) Hostilidad 3) guerra

19. Persona que con respecto a otra tiene los mismos padres.

- 1) Hermano 2) tío 3) primo.

20. Cada una de las partes, generalmente verdes, plana y delgada, que nacen en la extremidad de los tallos y ramas de los vegetales.

- 1) Flor 2) Hoja 3) raíz

22. Beneficio producido por el capital

- 1) Ventaja 2) Aumento 3) interés.

23. Preceptor dictado por la autoridad en que se manda o prohíbe una cosa de acuerdo con la justicia y por el bien de los gobernados.

- 1) Ley 2) lección 3) castigo.

Reconocimiento de caras y nombres

Con este ejercicio se pretende facilitar el acceso a nombres propios a través de claves pictóricas, semánticas y fonéticas. Se presentan fotografías de personajes celebres que los sujetos tienen que reconocer. Se pregunta por ejemplo, conoce usted a esta persona?, sabe usted como se llama?, después se le pide que diga todo lo que sepa acerca de la persona; por último, se le pide que de el nombre. Si no es capaz de recordarlo, se le proporciona la letra o la silaba con la que empieza, hasta conseguir que el sujeto diga el nombre. Pueden confeccionarse tarjetas con fotos de personas famosas tomadas de las revistas.

Comprender, construir y contar historias.

Como hemos visto, los ancianos suelen tener problemas en la organización del discurso narrativo. El procesamiento de la información compleja se ve dificultado por los problemas de memoria operativa, que entorpecen en muchas ocasiones el acceso a los puntos principales de la historia. Las dificultades para establecer un control (por alteración en el funcionamiento del sistema atencional supervisor) sobre la información entrante, para suprimir o inhibir la información no necesaria y para decidir qué información vale la pena conservar, producen dos alteraciones discursivas principales: problemas para determinar la relevancia de las distintas unidades de información y problemas para establecer la referencia. Las dificultades inhibitorias llevan consigo la

perdurabilidad de informaciones secundarias que entorpecen el mantenimiento del hilo central de las historias.

Sin embargo, también sabemos que no todo son aspectos negativos en el discurso de los ancianos. Los mecanismos meta cognitivos que permiten utilizar la superestructura o esquema general de las historias como proceso arriba – abajo, se conservan. Aunque la historia se reduzca en contenido informativo, o se disperse en subhistorias tangenciales, el esquema de escenario, trama resolución se mantiene en los ancianos y puede ayudar a construir un discurso organizado, también se conservan las macrorreglas y procedimientos cognitivos que tienen una influencia suma sobre el discurso narrativo. Las macrorreglas permiten saber: a) que hay que eliminar la información no relevante aunque se tengan problemas efectivos para inhibir esta información; b) que hay que generalizar o abstraer, integrando la información nueva en otra de mayor nivel de generalización, y c) que hay que construir un todo coherente con el conjunto formado por la información que llega y la que ya se posee. La capacidad semántica y el conocimiento a largo plazo también se mantienen y pueden permitir organizar narraciones semántica e informativamente correctas, desechando las historias absurdas o aberrantes.

El programa que presentamos a continuación es muy amplio y se podría dividir en subprogramas. Los objetivos son bastante ambiciosos y cada uno podría dar lugar a la organización de un subprograma específico. De todas maneras, y como dijimos al principio del capítulo, son programas abiertos y pueden ser completados con las adaptaciones que queramos llevar a cabo.

Objetivos:

1. Utilizar la superestructura como mecanismo arriba-abajo para comprender historias representadas en dibujos. Usar el tema general y el esquema escenario trama- resolución para comprender historias representadas pictóricamente.
2. Desarrollar la capacidad de encontrar el tema central de una historia.
3. Ejercitar la memoria operativa verbal para comprender, recordar y recontar pequeñas historias contadas oralmente.
4. Desarrollar la capacidad de decidir sobre la relevancia de una información con respecto al tema central.
5. Desarrollar la capacidad de búsqueda de la referencia en historias presentadas de forma oral o escrita.
6. Utilizar la macrorregla de eliminación para ayudar a inhibir la información secundaria o irrelevante.

7. Utilizar la macrorregla de generalización e integración para ayudar a integrar información nueva en otra de mayor nivel de generalización,
8. Desarrollar la capacidad de búsqueda de la referencia en oraciones pictóricas representadas.
9. Desarrollar la capacidad de búsqueda de la referencia en pequeñas narraciones representadas pictóricamente.
10. Detectar las pistas temporo espaciales que proporcionan los textos narrativos.
11. Descubrir las peculiaridades del discurso narrativo y la descripción.

Actividades

Ver un programa corto de televisión

Seleccionar un programa corto de televisión que cuente una historia en un solo capítulo.

Antes de ver el programa, el fonoaudiólogo da un esquema general de una historia. La historia que vamos a ver tiene la siguiente estructura: uno o varios escenarios donde ocurre la historia y unos personajes a los que les sucede algo; el desarrollo de uno o varios sucesos; reacciones de los personajes ante esos sucesos: los personajes quieren conseguir algo y actúan para conseguirlo, y tienen unas intenciones, pensamientos y sentimientos, la historia tiene un fin en que se resuelven o no esos sucesos. El esquema puede proporcionarse por escrito.

Después de ver el programa y divididos en pequeños grupos, los ancianos intentan reconstruir la historia siguiendo el esquema que se les ha proporcionado.

Cada grupo presenta la reconstrucción que ha hecho de la historia y se premia la mejor.

Determinación de pistas temporoespaciales

A través de viñetas secuenciadas el individuo debe elaborar y contar una historia. A continuación se analizan los aciertos y errores cometidos a causa de la buena o mala interpretación de las pistas temporoespaciales (discriminación del escenario, personajes y transformaciones lógicas obradas tanto en unos como en otros).

Esta actividad puede desenvolverse también sobre un texto escrito. En este caso, los sujetos deben subrayar las partículas lingüísticas que, según ellos, aportan algún tipo de información sobre estos aspectos. Estas partículas pueden ser

eliminadas luego (en la medida de lo posible) con la finalidad de observar las consecuencias que provoca su ausencia sobre la comprensibilidad del texto.

Ejemplo 1. Presentar el siguiente texto:

Mientras Pedro salía de la mala racha que había caracterizado la última etapa de su vida, asistía a los jóvenes del barrio que todavía parecían estar entrando. Un día cuando se dirigía al centro de ayuda al drogodependiente, observó como Juan, uno de sus protegidos, salía a gran velocidad del estanco de su tía llevando consigo, entre otras cosas, algunas cajetillas de tabaco, al tiempo que Marcos se ocupaba de encender el vespino en la esquina de esa misma manzana.

Ejemplo 2. Eliminar todos los adverbios y conjunciones que indiquen el tiempo, lugar u orden de las acciones.

Mientras Pedro salía de la mala racha que había caracterizado la última etapa de su vida, asistía a los jóvenes del barrio que todavía parecían estar entrando. Un día cuando se dirigía al centro de ayuda al drogodependiente, observó como Juan, uno de sus protegidos, salía a gran velocidad del estanco de su tía llevando consigo, entre otras cosas, algunas cajetillas de tabaco, al tiempo que Marcos se ocupaba de encender el vespino en la esquina de esa misma manzana.

Ejemplo3. Eliminar los sintagmas o cláusulas que indiquen tiempo o lugar en el que se desarrolla la acción:

Mientras Pedro salía de la mala racha que había caracterizado la última etapa de su vida, asistía a los jóvenes del barrio que todavía parecían estar entrando. Observó cómo Juan, uno de sus protegidos, salía a gran velocidad llevando consigo, entre otras cosas, algunas cajetillas de tabaco, Marcos se ocupaba de encender el vespino.

Ejemplo 4. Se puede recurrir a la transformación de los verbos al infinitivo o al desorden secuencial de las oraciones que componen el texto.

El proceso también se puede llevar a cabo la inversa, presentando el texto en una de sus fases de reducción y pidiendo a los sujetos que le añadan lo que falta con el fin de hacerlo claro y fácilmente inteligible.

Contar una historia representada en viñetas

Muchos ancianos no están familiarizados con las historias representadas pictóricamente. En su educación no han aprendido a leer a partir de dibujos, como los

comics, por lo que al inicio resulta un ejercicio que puede presentar dificultades. La actividad comenzará familiarizando a los sujetos con pequeñas historietas representadas en tres viñetas. Se puede proceder de la siguiente manera, por ejemplo:

1. Mostrar tres tarjetas en las que están representadas las tres viñetas que componen la historia
2. Explicarles el tema o superestructura de la historieta. Se les puede decir: “estos tres dibujos representan un atraco”
3. Pedirles que ordenen las viñetas de acuerdo con el tema que les hemos indicado.
4. Pedirles que cuenten la historia.
5. A partir de la historia que han contado, organizar la estructura de ésta: escenario (¿dónde ocurre?, personajes, quienes intervienen, inicio del suceso, acción, quien hace que, desarrollo mental, que pretende quién, reacción de los personajes, cómo reaccionan y que sienten quienes, desenlace, cómo acaba el suceso.
6. Pedirles que vuelva a contar la historia teniendo en cuenta la estructura anterior. Intentar entre todos construir la mejor historia posible: a) con el máximo de información en cada uno de los puntos de la estructura anterior, b) usando elementos de cohesión (sustituir los nombres por pronombres, utilizar conjunciones, etc.), y c) con alusiones o conclusiones personales y subjetivas (opinión sobre el acontecimiento, moraleja, etc.)

Construir una historia o partir viñetas eliminando las no relevantes.

Se presentan cinco viñetas en cinco tarjetas. Dos de ellas no tienen nada que ver con la historia que representan las otras tres. Los sujetos tienen que colocar por orden las viñetas que cuentan la historia y eliminar las que no son relevantes.

Se puede llevar a cabo la actividad de dos maneras, una más fácil y otra más difícil: a) se le da , y b) no se les da ninguna clave, por lo que ellos tienen que descubrir el tema.

Buscar la referencia

En pequeños grupos se leen cortos párrafos como los que se muestran en los ejemplos. Después se hacen diversas preguntas que obligan a los sujetos a buscar la referencia en el texto.

Ejemplo 1. Referencia léxica:

José y María se habían casado en el año 1940. la mujer ha envejecido mucho y no puede recordar la fecha de aquel acontecimiento.

- ¿Quién ha envejecido mucho, José o María?
- ¿Qué es lo que no podía recordar María?

Ejemplo 2 Referencia pronominal:

Juan fue a visitar a un amigo suyo que se llamaba Ramón. Juan le llevó un regalo. Él le agradeció mucho la visita y le preparó un café.

- ¿A quién llevó Juan un regalo?
- ¿Quién preparó un café?

Ejemplo 3. Referencia semántica con elipsis.

Había una vez un marinero que navegó durante muchos años acompañado de un mono. No podía soportar quedarse en tierra. Cuando Alguna vez bajaban del barco, se quedaba agarrado a él sin moverse.

- ¿Quién acompañaba al marinero?
- ¿Quién no podía soportar quedarse en tierra?
- ¿Quién se quedaba agarrado a quién?

Buscar la continuidad referencial

Se presentan desordenadas varias frases que juntas componen una historia. Los sujetos tienen que ordenarlas para que se organice una historia con sentido.

Ejemplo 1. Historia correctamente ordenada.

Ana, vestida con su vestido nuevo, estaba en la cafetería tomando un café. Esperaba a su amiga Sara para mostrarle su vestido. De pronto le cayó el café y le manchó el vestido. Ana se puso a llorar.

Ejemplo2. Historia donde se ha roto la continuidad referencial.

Esperaba a su amiga Sara para mostrarle su vestido. Ana se puso a llorar. De pronto le cayó el café y le mancho el vestido. Ana vestida con su vestido nuevo estaba en a cafetería tomando un café.

Discriminar entre narración y descripción.

A los sujetos se les presenta una narración y una descripción cortas, y se debate en grupos acerca de las diferencias entre una y otra.

¿Qué necesita una descripción? Un objeto o realidad estática a describir y una observación de cualidades, sensaciones, sentimientos, etc; acerca de esa realidad o el efecto que produce.

¿Qué necesita una narración? Un argumento o acción que se desenvuelve en un tiempo y un espacio y que mantiene su coherencia interna y temática.

A continuación se les presenta una historia gráfica secuenciada y se ejecutan las dos modalidades sobre la lámina; los compañeros anotan los enunciados que se salgan de la modalidad establecida.

Finalmente se fusionan estas dos actividades en una sola y se desarrolla sobre la lámina una descripción y narración de su contenido, observando la calidad del producto.

Ejemplo de descripción:

En verano soportábamos un calor húmedo de baño turco, pero mi colegio se regía por las normas impuestas por la Reina Victoria en la brumosa Inglaterra de fines de siglo pasado. El uniforme era un sayo medieval de tela gruesa atado con tiras porque los botones se consideraban frívolos, zapatones de aspecto ortopédico y un sombrero de explorador calado hasta las orejas, capaz de bajar los humos al más arrogante. (Fragmento de la novela Isabel Allende, Paula. Barcelona: Plaza & Janés; 1994).

Ejemplo de narración:

Espoleó a Artrax y el caballito obedeció. Paso a paso, iba comprobando la firmeza del suelo y, de ese modo, avanzaban lentamente. Finalmente, Atreyu desmontó y llevo a Artrax las riendas. El caballo se hundió unas cuantas veces pero consiguió siempre salir. No obstante, cuanto más profundamente se adentraban al Pantano de la Tristeza, tanto más torpes se hacían sus movimientos. Dejaba colgar la cabeza y se limitaba a arrastrarse hacia delante. (Fragmento de la novela de Michael Ende, La historia interminable; Madrid; Alfaguara, 1985)

Tomar conciencia de la importancia del script de cara a la comprensión del discurso.

Esta actividad consiste en enfrentar a los sujetos a una descripción, definición o narración de hechos a modo de adivinanza.

Ejemplo de definición. Se presenta el siguiente texto, del que hemos eliminado las partes comprendidas entre paréntesis:

Se presentaban en planchas, que comprenden un número variable de estampillas según los países y la época de emisión. Para facilitar se desprendimiento de la plancha se delimitan por perforaciones, de manera que una vez separados de ella (para adherirlos al sobre), presentan un dentado marginal (la forma de los sellos). Su forma es, por lo general, rectangular, aunque también los hay cuadrados, triangulares e incluso poligonales. Su superficie, varía comúnmente entre 4 y 20 centímetros cuadrados, aumenta de ordinario con el valor representado, y depende también del motivo o composición elegida. (Definición de sello de correos tomada de enciclopedia Larousse).

Ejemplo de narración.

La pongo pocas veces a la semana y casi siempre por la noche porque odio su desagradable ruido. A mi hijo, particularmente le fascina, se queda mirando por esa ridícula ventanita y puede pasarse horas observando su monótono evolucionar. Es verdad que son muchos los programas entre los que elegir, pero en esencia todas son lo mismo. Hoy incluso las hay inteligentes, seleccionan automáticamente el programa y ahorran un montón de energía. Pocas son las cosas que actualmente carecen de ella. (Una lavadora).

Eliminar en un texto las oraciones irrelevantes para construir una historia

Construir una historia oral o escrita a partir de la presentación de un esquema.

El esquema puede ser simple como el que aparece en el ejemplo1, donde sólo hay un episodio constituido por un solo acontecimiento (el encuentro del anciano y la cocinera) o puede complicarse introduciendo varios episodios, como en el ejemplo 2, en que el resultado del primer episodio es el inicio del segundo.

Ejemplo 1. Tema o tópico: una historia de amor.

Escenario:

- Marco espacial: un balneario.
- Marco temporal: Semana Santa.
- Personajes: un anciano de 80 años y la cocinera joven del balneario.

Episodio:

- Inicio: el anciano felicita a la cocinera por el potaje de Viernes Santo

-Desarrollo: Reacción compleja

Reacción simple: el anciano queda prendado de la belleza de la cocinera; ésta se interesa por la posición económica del anciano y le atrae su aspecto elegante y educado.

-Meta: el anciano intenta conquistar a la cocinera.

-Vía de solución:

Intento de conseguir la meta: *inventarlo*.

-Resultado: *inventarlo*.

- Final: inventarlo.

Ejemplo 2. Tema o tópico: un crimen.

Escenario:

-Marco espacial: una pequeña aldea.

-Marco temporal: una noche de verano.

-Personajes: un señor, Pedro, y su vecino, José.

Episodio1

-Inicio: los personajes están regando y Pedro descubre que José le tapa su riego para robarle agua.

-Desarrollo: Reacción compleja

Reacción simple: Pedro se enfurece contra José y le insulta. José responde al insulto y le recuerda que aquella finca era de sus padres.

Meta: Pedro quiere que José le destape su riego y José no quiere.

Vía de solución. Intento de conseguir la meta: Pedro intenta destapar con su azada el riego y José se lo impide.

Resultado: en el forcejeo, Pedro mata a José con la azada.

Episodio 2.

Inicio: Pedro ha matado a José con su azada.

Desarrollo: Reacción compleja.

Reacción simple: Pedro se siente culpable y turbado.

Meta: Pedro quiere entregarse a la policía.

Intento de conseguir la meta:

Pedro va al pueblo cercano a entregarse.

Resultado: Pedro se entrega y es encarcelado.

Final: Pedro acaba en prisión.

Haciendo teatro.

La representación teatral es una actividad que gusta mucho a los ancianos. Representar y ver representar pequeñas piezas teatrales permite el desarrollo de capacidades comunicativas y expresivas. Haciendo teatro los ancianos pueden cooperar en grupos más o menos numerosos para poner en marcha sus posibilidades creativas, expresivas y vocales. Con este programa se pueden organizar muchas actividades en cooperación con otros profesionales del centro. Por su carácter complejo exige una preparación y un desarrollo cuidadoso que puede prolongarse por lo menos durante un mes. Es un programa indicado para poner en marcha con motivo de festividades importantes como la Navidad, Fin de año, u otras. Los ancianos cooperan con entusiasmo en su preparación. Pueden participar muchas personas en su desarrollo y organizar diferentes grupos de trabajo para la creación del guión, la representación, los decorados, el vestuario, la iluminación, la música, etc. En este programa indicaremos solamente unas pautas generales. Los objetivos que podrían perseguirse son.

Objetivos:

1. Facilitar la posibilidad de escribir historias representables. Poder estructurar una historia para ser representada en base a un escenario, unos personajes, relaciones entre los personajes, acontecimientos y relaciones causales entre ellos.
2. Desarrollar la comunicación y la cooperación en grupo.
3. Desarrollar la capacidad de expresión corporal y vocal.
4. Mejorar la comprensión de historias representadas y de su estructura: escenario, personajes, trama, desenlace.

Actividades.

1. Se propone a distintos grupos que preparen el guión de una pequeña obra teatral. Cada grupo ha de presentar una propuesta en un plazo determinado.
2. Se orienta a los grupos para que preparen su propuesta teniendo en cuenta que la representación tiene que ser corta (una media hora), que la obra tiene que tener un marco temporoespacial fácilmente representable, que el tema es libre, pero ha de tener una estructura: unos personajes, a los que sucede algo, que tienen unas reacciones determinadas para enfrentarse a ese o esos acontecimientos, y que la trama se resuelve de alguna manera.

3. los grupos presentan sus propuestas a un jurado, elegido entre los ancianos del grupo, que elegirá tres de las obras para ser interpretadas.
4. Se piden voluntarios para la interpretación. Se intenta convencer a algunos de los sujetos que no se presentan voluntarios que conviene que participen debido a su particular situación de comunicación en el grupo.
5. Se piden voluntarios para participar en la preparación de los escenarios, música, vestuario e iluminación.
6. Se realizan ensayos, ayudando en el aprendizaje de los papeles teniendo en cuenta que habrá un apuntador para solventar los problemas de memoria. En los ensayos se procurará hacer diferentes ejercicios vocales: respiración, relajación, emisión vocal, etc.
7. Se hacen las representaciones.
8. Después de las representaciones se comentan en pequeños grupos. Se pide que se cuente cada una de las historias siguiendo un esquema de escenario, personajes, trama y desenlace. Se piden comentarios sobre las actuaciones de cada uno de los personajes y sobre el conjunto.

Programa. Doblamos cine mudo

Esta es una actividad que por su complejidad estaría recomendada para grupos avanzados. Se llevaría a cabo en pequeños grupos dentro de los cuales el profesional moderaría su dinámica y catalizaría la toma de decisiones.

Objetivos:

1. Trabajar la coherencia temática en torno al tema cinematográfico elegido.
2. Tomar conciencia de y desempeñar las distintas modalidades (narración, descripción, monólogo/diálogo, etc.) y roles (personaje/narrador, agente/paciente, etc.) discursivos.
3. Tomar conciencia de y respetar los turnos de palabra.
4. Integrar y sincronizar el lenguaje corporal y el lenguaje oral.
5. Percibir y considerar los vínculos temporoespaciales.
6. Considerar los aspectos cohesivos y la plausibilidad.
7. Ejercitar la dramatización prosódica.
8. Potenciar la creatividad.

Actividades

1. Visualización y elección del cortometraje o fragmento de éste.

2. Determinación del tema/s que podrían ajustarse a las imágenes y devenir del filme.
3. División de la película en secuencias que compartan los mismos parámetros temporoespaciales y temáticos.
4. Elaboración de la línea argumental o guión.
5. Adaptación del guión a cada una de las secuencias obtenidas.
6. Doblaje.
7. Supervisión.

Programas de televisión, cine, novelas...

Se pretende fomentar la participación de los distintos mayores en conversaciones que giren en torno a diferentes programas de televisión, películas o telenovelas. Después de haber visto el programa elegido deberán realizar un primer resumen, explicando argumento, describiendo personajes, y por último dar en forma argumentada su valoración positiva o negativa respecto al mismo.

Los mayores como historiadores de las familias

Aprovechando que a los mayores les encanta contar historias pasadas, con esta actividad se pretende mantener sus capacidades narrativas. Se intentará conducir la narración de las mismas, evitando que se pierdan en historias secundarias, mediante preguntas u otras intervenciones.

Actividades sociales para realizar en grupo

Ir al cine, al teatro o al fútbol con los abuelos...

La participación de los mayores en actividades culturales o recreativas fuera del hogar y en compañía de amigos o familiares contribuye a potenciar las relaciones y la conversación. Con este programa se favorece: a) la toma conjunta de decisiones, porque hay que seleccionar la actividad que se va a realizar, b) la discusión sobre los diversos aspectos, tema, escenario, personajes, desarrollo de la actividad elegida y c) las relaciones interpersonales que se establecen entre abuelos y los acompañantes.

Conclusión

Según se expone en este trabajo existen estudios que evidencian cierta plasticidad cerebral y acción de neurotransmisores, capaces de lograr cierta flexibilidad adaptativa en los adultos mayores.

Si bien no podemos prevenir ciertas patologías neurológicas, sí podemos enlentecer el proceso de deterioro o declinación natural del adulto mayor con actividad cognitiva general.

Como vimos, existen numerosas técnicas y actividades para la estimulación neurocognitiva, algunas son implementadas en algunas experiencias en forma voluntaria y propiciadas por la iniciativa de profesionales que han visto la necesidad de hacerlo y en orden a las problemáticas que se hacen evidentes. Es por ello que pensamos que, es responsabilidad de cada uno generar estos espacios de intervención, representando un aporte valiosísimo al hablar de calidad de vida en la tercera edad. Por otra parte estos trabajos irán asentando un antecedente más como experiencia en este tipo de intervención, motivando a todos aquellos que estén interesados en esta población muchas veces menospreciada y desfavorecida.

Por otro lado, para llevar a cabo cualquier actuación para una vejez de calidad es necesario el trabajo interdisciplinario de fonoaudiólogos, terapistas, animadores socioculturales, personal sanitario y también de los responsables de la gestión de recursos de esta población. Las condiciones ambientales y el esfuerzo personal de cada uno, unido a un buen programa para la tercera edad, pueden lograr que adultos mayores compensen sus defectos y potenciando sus posibilidades desarrollen actividades de todo tipo, al igual que los jóvenes.

Anhelamos que los adultos mayores comprendan, piensen y vivan la vejez como un proceso complejo pero que no signifique menos diversidad, flexibilidad y pluralidad a la hora de las relaciones sociales, de la comunicación, en síntesis, menos posibilidades; sino por el contrario, puedan transitarla con una actitud positiva y adaptativa, para afrontar los cambios múltiples y acelerados que se viven... Pero cómo es posible este entendimiento? Sólo si primero nosotros nos atrevemos a creer en el potencial que poseen para desarrollar sus habilidades, si renunciamos a prejuicios y actitudes negativas que tiene la sociedad respecto a la vejez, haciéndolos más protagonistas en este mundo, actuando profesionalmente desarrollando los programas

de intervención necesarios, y trabajando siempre con vocación de servicio y en pos de mejorar su calidad de vida.

Ana Schwab.-

Bibliografía

→ Acuña Mercedes y Risiga Magali, **Talleres de activación cerebral y entrenamiento para la memoria. Guía para profesionales que trabajan con pacientes añosos; Argentina**, Ed. Paidós, 1997.

→ De los Reyes María Cristina, “Ancianidad, familia e institución geriátrica”, **Nexos**, MDP, Ed UNMdP , 2000, N°12.

→ Ellis y Young, **Neuropsicología cognitiva humana**, Ed. Masson S.A, 1992.

→ Landau Teresa Noemí, **La vejez: una parte del camino**, Ed. Policial, 2002.

→ Matusevich Daniel, “Envejecer”, **Vertex**, Vol VI N°19, Ed. Chulca Impresora S. A, Buenos Aires, 1995.

→ Onésimo Juncos Rabadán, **Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención**; Barcelona, Masson editorial, 1998.

→ Roger Gil, **Manual de Neuropsicología**, Barcelona, Ed. Masson , 2001.

→ Wittig Fernando, “Estructura narrativa en el discurso oral de los adultos mayores”, **Signos**, 2004.

→ Datos suministrados por el Departamento de información Estratégica Municipal, con base 2001.

Sitios Web:

→ <http://www.clarin.com/diario/2007/06/17/sociedad/s-04816.htm>

→ <http://www.hhmi.org/news/buckner20071206-esp.html>

→ <http://www.espaciovisual.org/fundacion/id16.html>

ANEXO

Resumen de las investigaciones sobre el lenguaje narrativo en la vejez

Autor	Tareas	Resultados
Barlett (1932)	Recuerdo de textos en prosa.	Efecto de la edad, Los mayores tienen un estilo interpretativo.
Gordon y Clark (1974)	Comprensión de textos escritos.	Efecto de la edad. Los mayores recuerdan menos información.
Cohen (1984)	Recuerdo de las historias.	Efecto de la edad. Dificultad de los mayores para el recuerdo de la esencia de la historia. Errores de referencia.
Mandel y Jonson (1984)	Recuerdo y comprensión de las historias canónicas.	No efecto de la edad, pero sí de la educación en el uso de esquemas o superestructura.
Ulatowska, et al. (1985, 1986)	Recordar, contar y resumir historias previamente escuchadas.	Efecto de la edad. Dificultad de los mayores para establecer presuposiciones y referencias.
Rice y Meyer (1986)	Comprensión y recuerdo de textos en prosa.	Efecto de la edad. El total de información recordada disminuye en los mayores. Efecto de la capacidad verbal y la educación sobre el recuerdo.
Kemper (1987)	Análisis longitudinal y transversal de diarios escritos.	Efecto de la edad. En los mayores se reduce la complejidad sintáctica en textos.
Pratt, et al. (1989)	Recordar y recontar historias leídas o representadas en viñetas.	Efecto de la edad. Dificultad de los mayores para establecer vínculos coherentes y referencias.
Holland y Rabbit (1990)	Recuerdos autobiográficos y recuerdo de textos escritos.	Efecto de la edad. Los mayores pierden más detalles.
Adams, et al. (1990)	Recuerdo de textos	Efecto de la edad. Los mayores tienen un estilo más interpretativo e integrativo.
Kemper, et al (1990)	Contar y comprender historias.	Efecto de la edad. Los mayores

Glosser y Deser (1992)	Entrevista informal sobre temas familiares y profesionales.	reducen la complejidad estructural y tiene dificultades en establecer la cohesión (pierden antecedentes pronominales). Efecto de la edad. En los mayores se mantienen las habilidades micro lingüísticas, pero se alteran las macro lingüísticas (coherencia global).
Gould y Dixon (1993)	Narraciones en pareja de experiencias vividas.	Efecto de la edad. Los mayores tienen un estilo más subjetivo.
Obler, et al (1994)	Descripción de la lámina de "las galletas" del Boston.	No hay efecto de la edad sobre la estructura micro lingüística del discurso.
Juncos (1996)	Estudio translingüístico de narraciones de la "Historia del nido" del BAT	Efecto de la edad sobre la estructura, contenido de la historia y la coherencia.

Revisión sobre los estudios realizados sobre el discurso narrativo de los ancianos.
Onésimo Juncos Rabadan, **Lenguaje y envejecimiento. Bases para la intervención**, cap. 3
pág 55.

El cerebro en envejecimiento: Deficiencia en la comunicación

Un equipo de investigadores del Instituto Médico Howard Hughes ha demostrado que el envejecimiento normal interrumpe la comunicación entre distintas regiones del cerebro. La nueva investigación, para la que se utilizaron técnicas médicas avanzadas de procesamiento de imágenes para observar la función cerebral de 93 individuos sanos de entre 18 y 93 años de edad, demuestra que esta disminución sucede incluso en ausencia de patologías serias como la enfermedad de Alzheimer.

Los investigadores han sabido por bastante tiempo que el envejecimiento normal degrada lentamente manojos de axones del sistema nervioso central que transmiten señales críticas. “Nuestro estudio demuestra que la disminución cognitiva durante el envejecimiento se puede relacionar con la interrupción de la comunicación entre distintas regiones del cerebro”, dijo Buckner, quien es investigador del Instituto Médico Howard Hughes, en la Universidad de Harvard.

La nueva investigación, publicada el 6 de diciembre de 2007, en la revista *Neuron*, comienza a revelar la forma en la que el simple hecho de envejecer puede afectar los sistemas superiores del cerebro que gobiernan la cognición. “Podemos haber captado la falta de la comunicación en acción”, dijo Buckner.

El cerebro humano se puede dividir en regiones funcionales importantes, cada una responsable de distintas clases de “aplicaciones”, por ejemplo la memoria, la entrada y procesamiento sensoriales, la función ejecutora o incluso la meditación interna personal. Las regiones funcionales del cerebro están relacionadas por una red de conductos de materia blanca. Estos canales de comunicación ayudan al cerebro a coordinar y compartir información entre las distintas partes cerebrales. La materia blanca es el tejido a través del cual los mensajes pasan entre las distintas regiones del cerebro.

Los científicos sabían que la materia blanca se degrada con la edad, pero no entendían la forma en la que esa disminución contribuía a la degradación de los sistemas a gran escala que gobiernan la cognición.

“La intercomunicación entre las distintas partes del cerebro es como una llamada en conferencia”, dijo Jessica Andrews-Hanna, estudiante de doctorado del laboratorio de Buckner y primera autora del estudio. “Estábamos escuchando a hurtadillas esta intercomunicación y observamos la forma en la que la actividad en una región del cerebro se correlaciona con otra”.

Buckner, Andrews-Hanna y sus colegas observaron la intercomunicación en los cerebros de 93 personas de edades de entre 18 y 93 años, divididas aproximadamente en un grupo adulto joven (18-34 años de edad) y un grupo adulto mayor (60-93 años de edad). Se les dio a los participantes mayores un conjunto de pruebas para medir sus habilidades cognitivas -entre las que se encuentran la memoria, la función ejecutora y la velocidad de procesamiento-. Estudiaron a cada persona utilizando exámenes de imágenes por resonancia magnética funcional (fMRI, por sus siglas en inglés) para medir la actividad en distintas partes del cerebro. La fMRI puede mapear con precisión el incremento del flujo sanguíneo en regiones específicas del cerebro. El incremento del flujo sanguíneo refleja una mayor actividad en las regiones del cerebro que se utilizan durante las tareas mentales.

Para la tarea utilizada en el estudio de *Neuron*, se le presentó a los sujetos palabras y se les pidió que decidieran si cada palabra representaba un objeto vivo (por ejemplo un perro) o inanimado (por ejemplo una casa). “Tal tarea requiere que los participantes procesen de forma significativa las palabras”, dijo Buckner.

El grupo de Buckner exploró si el envejecimiento en el grupo mayor causaba una pérdida de correlación entre las regiones del cerebro que -al menos en los adultos jóvenes- llevan a cabo

una intercomunicación nerviosa importante.

Se centraron en las conexiones entre dos redes críticas, una responsable del procesamiento de la información del mundo exterior y una, conocida como la red por defecto, que es más interna y se activa cuando meditamos. Por ejemplo, se supone que la red por defecto depende de dos regiones del cerebro ligadas por vías de materia blanca de largo alcance. El nuevo estudio reveló una diferencia dramática en estas regiones entre los sujetos jóvenes y mayores. “Encontramos que en los adultos jóvenes, la parte frontal del cerebro estaba bastante sincronizada con la parte posterior del cerebro”, dijo Andrews-Hanna. “En los adultos mayores éste no era el caso. Las regiones dejaban de estar sincronizadas y estaban menos relacionadas entre sí”. Es interesante que los adultos mayores con relaciones normales y abundantes tuvieran mejores resultados en las pruebas cognitivas.

Según Buckner, se deduce que en un cerebro joven y sano, las señales se transmiten fácilmente por conductos de materia blanca. A medida que envejecemos, esos conductos se ven comprometidos. “Las mediciones de la integridad de la materia blanca en los adultos mayores indican una disminución”, dijo. Dependiendo de las redes en juego, el resultado puede ser un deterioro en la memoria, el razonamiento u otras funciones cognitivas importantes.

Buckner y Andrews-Hanna enfatizaron que otros cambios en el cerebro en envejecimiento pueden contribuir a la disminución cognitiva. Por ejemplo, la capacidad de las células de expresar neurotransmisores químicos también podría estar comprometida.

En general, el nuevo trabajo promete una mejor comprensión de la fisiología de la disminución cognitiva en los ancianos y podría ayudar a explicar diferencias entre los individuos. “Podría ayudar a explicar por qué algunas personas son tan listas a los 90 años como a los 40”, hizo notar Andrews-Hanna. “Todos envejecemos de forma diferente y las capacidades cognitivas varían considerablemente entre individuos”.

Típicamente, dijo Buckner, a medida que los individuos llegan a los 70 y 80 años, se observa un cierto grado de cambio. “Podemos utilizar esta nueva metodología (que correlaciona las actividades de distintas regiones del cerebro) como herramienta para comprender la variación entre individuos. Podemos también explorar los factores de riesgo para las interrupciones (en estas vías) de la misma forma en la que se hace con la salud cardiovascular”.

Fuente: <http://www.hhmi.org/news/buckner20071206-esp.html>

Hacer crucigramas estimula al cerebro

Se confirmó un dato que se presumía: tanto los crucigramas como los rompecabezas no sólo son ejercicios que pueden llegar a ser muy divertidos, sino que también ayudan a estimular el cerebro. Y más en adultos mayores.

Al menos ésa es la conclusión de una investigación reciente, que sugiere que hacer un crucigrama a diario o una tarea similar de alta concentración como podría ser armar rompecabezas puede ayudar a afinar los poderes generales de concentración.

"Existe una cantidad creciente de actividades, desde crucigramas hasta Sudoku, que se promueven como maneras de mantener el cerebro joven. Nuestros datos preliminares sugieren que el entrenamiento de la atención es, sin lugar a dudas, una manera de reducir la susceptibilidad de los adultos mayores a los estímulos que distraen y a mejorar la concentración", aseguró Jennifer Mozolic, estudiante de posgrado del Centro médico Bautista de la Universidad de Wake Forest de Winston-Salem, Carolina del Norte, Estados Unidos.

Sus hallazgos fueron presentados el jueves en la conferencia de la Organization for Human Brain Mapping, en Chicago.

Los adultos mayores tienden a combinar la información que perciben a través de los sentidos con mayor facilidad que los adultos más jóvenes. Esta tendencia, conocida como integración sensorial, podría dificultar ignorar imágenes y sonidos que distraigan para concentrarse en una tarea específica.

Los resultados preliminares de este estudio de 23 personas entre los 65 y los 75 años, mostraron que ocho sesiones de entrenamiento en atención de una hora semanales mejoraron su capacidad para bloquear las distracciones y concentrarse.

Las sesiones consistieron en seguir un ejercicio mental estructurado entre dos personas, y también completar un programa de ejercicios mentales grupales.

En la investigación, se usaron imágenes por resonancia magnética funcional (IRMf) para analizar el flujo sanguíneo y la actividad cerebral de los participantes mientras realizaban las tareas asignadas. El estudio aún continúa y con el tiempo incluirá en total 66 participantes.

"Los datos conductuales y de imaginología corroboran nuestra hipótesis de que el entrenamiento en atención puede reducir la integración multisensorial. Esto sugiere que el entrenamiento en atención es una manera potencial de mejorar el procesamiento sensorial, reduciendo la susceptibilidad de los adultos mayores a los estímulos que distraen", puntualizó.

Fuente: 17.06.2007 | Clarin.com

<http://www.clarin.com/diario/2007/06/17/sociedad/s-04816.htm>

Nombre y Apellido.....Fecha.....N °.....

MINI MENTAL STATE (MMS)

Puntaje total: 30 puntos, 1 punto por cada ítem correcto 27 - 30 = Normal

24 - 26 = Deterioro dudoso

<24 = Deterioro cognitivo

1. ORIENTACIÓN (espacial y temporal)

1. ¿Qué fecha es hoy?
2. ¿Qué año?
3. ¿Qué mes?
4. ¿Qué día de la semana es hoy?
5. ¿En qué estación del año estamos?
6. ¿En qué lugar estamos?
7. ¿En qué calle estamos?
8. ¿En qué piso estamos?
9. ¿En qué ciudad estamos?
10. ¿En qué país?

2. RECUERDO INMEDIATO (Registro)

Decir clara y lentamente las tres palabras PELOTA - BANDERA - ÁRBOL, pedir que las repita y que las retenga para evocarlas más tarde.

11. Pelota
12. Bandera
13. Árbol

3. ATENCIÓN Y CÁLCULO

Solicitar que comience con 100 y descontando 7 cada vez (o las restas).

14. 93 (100 -7)=
15. 86 (40-4)=
16. 79 (20-2)=
17. 72 (10-1)=

4. CONCENTRACIÓN: DELETREAR “MUNDO” AL REVÉS (O-D-N-U-M)

18. Se anota 1 punto sólo si es correcto. ()

5. RECUERDO DIFERIDO (Lenguaje)

¿Recuerda las tres palabras? (No interesa el orden de enunciación.)

19. Pelota ()

20. Bandera ()

21. Árbol ()

6. DENOMINACIÓN (Lenguaje) Solicitarla de los siguientes objetos:

22. Reloj ()

23. Lápiz ()

7. REPETICIÓN (Lenguaje)

24. “EL FLAN TIENE FRUTILLAS Y FRAMBUESAS” ()

8. COMPRENSIÓN DEL LENGUAJE: UNA ORDEN EN TRES ETAPAS

25. TOME EL PAPEL CON SU MANO DERECHA ()

26. DÓBLELO POR LAMITAD ()

27. PÓNGALO EN EL SUELO ()

9. LECTURA (Comprensión y Lenguaje)

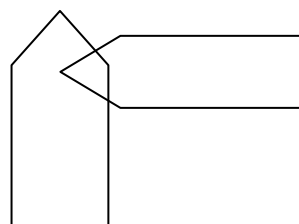
28. Sobre un papel, escribir “CIERRE LOS OJOS”, y solicitar que se lo lea en voz baja y se haga lo que está escrito. ()

10. ESCRITURA (Expresión y Lenguaje)

29. Pedir al paciente que escriba un pensamiento cualquiera. ()

11. COPIA DE LA FIGURA (Praxias constructivas)

30. Deben estar presentes al menos cinco ángulos y la intersección. (No importan rotación ni temblor.) ()



Frase:

Total:.....

Fuente: Acuña y Risiga, **Talleres de Activación cerebral y entrenamiento de la memoria**, Argentina, Ed Paidós, 1997.

CUESTIONARIO DE QUEJAS MNÉSICAS
(Vinck et al, 1992)

Nombre y Apellido:

Fecha:

Edad:

Operador:

Anote el puntaje que usted asigna a cada una de las preguntas, de la siguiente forma:

a) ¿Cuántas veces? Dentro de []

Nunca: 0; Pocas veces: 1; A veces: 2; A menudo: 3.

b) ¿Cuánto le molesta? Dentro de ()

Nada: 0; Algo: 1; Mucho: 2.

¿Cuántas veces...? ¿Cuánto le molesta...?

1. ¿No puede memorizar un nuevo número telefónico que decididamente quiere recordar?

[] ()

2. ¿No puede recordar un número telefónico que creía saber de memoria?

[] ()

3. ¿Ha olvidado un número telefónico que acaba de buscar cuando va a discarlo?

[] ()

4. ¿No recuerda cosas aprendidas en la escuela, que por muchos años había recor dado, tal como fechas o nombres de lugares?

[] ()

5. ¿No recuerda el día de la semana en que vive, por ejemplo, si es domingo o lunes?

[] ()

6. ¿No recuerda la fecha (por ejemplo, si es 20 o 21 de mayo)?

[] ()

7. ¿No puede encontrar la palabra que necesita?

[] ()

8. ¿No puede recordar el nombre de alguien a quien ha conocido recientemente?

()

9. ¿No puede recordar el nombre de una persona muy conocida, por ejemplo, un familiar, un buen amigo o una persona muy conocida de la televisión?

()

10. ¿Olvida inmediatamente el nombre de una persona que acaba de serle presentada?

()

11. ¿No reconoce a una persona que le han presentado recientemente?

()

12. ¿No reconoce a alguien muy conocido, por ejemplo, un familiar, un buen amigo o una persona muy conocida de la televisión?

()

13. ¿Se equivoca de camino en un lugar donde va con frecuencia?

()

14. ¿Se pierde en un lugar al que en realidad lo conoce bien?

()

15. ¿Se pierde en un lugar no muy conocido, por ejemplo, en una ciudad o barrio desconocido o en un edificio grande?

()

16. ¿Vuelve a verificar si ha hecho algo o no, por ejemplo, apagar el gas, cerrar las ventanas?

()

17. ¿Olvida objetos en algún sitio, por ejemplo, el paraguas o la cartera?

()

18. ¿Olvida hacer actos rutinarios, por ejemplo, tomar medicinas o regar las plantas?

()

19. ¿Olvida cómo hacer determinadas acciones que domina bien, por ejemplo, escribir a máquina, el manejo de la máquina de coser u otros aparatos?

()

20. ¿Olvida dónde ha dejado hace un rato algún objeto, por ejemplo, los anteojos o el monedero?

()

21. ¿No puede encontrar algo que siempre está en su lugar fijo, por ejemplo, la tabla de planchar o las tazas de té?

()

22. ¿Durante una conversación, olvida sobre qué estaba hablando?

()

23. ¿Puede recordar que recién se le ha dicho algo pero ya no sabe qué?

()

24. ¿Le pasa que pregunta o dice algo sin darse cuenta de que acaba de preguntar o decir lo mismo?

()

25. ¿Ya no recuerda una conversación mantenida hace algunos días?

()

26. ¿Si está leyendo, de repente ya no sabe lo que acaba de leer?

()

27. ¿Olvida después de algunos días el contenido de un libro (artículo) que acaba de leer?

()

28. ¿Olvida un compromiso que ha contraído?

()

29. ¿Olvida lo que quería hacer cuando estaba en camino, por ejemplo, va a la cocina a hacer algo pero cuando llega ya no sabe qué?

()

30. ¿Le sucede que quiere hacer o decir algo pero olvida qué, por ejemplo, despachar una carta o transmitir un recado?

()

Puntaje:

Total []

Total ()

Fuente: Acuña y Risiga, **Talleres de Activación cerebral y entrenamiento de la memoria**, Argentina, Ed Paidós, 1997.

ESCALA DE DEPRESIÓN GERIÁTRICA (GDS), de Yesavage

Seleccione la respuesta que más se aproxime a su estado durante la semana, rodeándola con un círculo.

Se responde con SI o No

1. ¿Se encuentra satisfecho con su vida en términos generales?*
2. ¿Ha abandonado muchos de sus intereses y actividades?
3. ¿Siente que su vida está vacía?
4. ¿Se aburre a menudo?
5. ¿Se siente esperanzado frente al futuro?*
6. ¿Está molesto por pensamientos que no puede sacar de su cabeza?
7. ¿Suele encontrarse de buen humor?*
8. ¿Tiene miedo de que algo malo pueda pasarle?
9. ¿Se encuentra feliz habitualmente?*
10. ¿Suele sentirse impotente?
11. ¿Suele encontrarse nervioso o inquieto?
12. ¿Prefiere quedarse en casa en vez de salir a hacer cosas nuevas?
13. ¿Le preocupa a menudo su futuro?
14. ¿Cree que la memoria le falla más que a los demás?
15. ¿Cree que es estupendo estar vivo?*
16. ¿Suele sentirse desanimado y triste?
17. ¿Se considera poco útil, tal como está ahora?
18. ¿Suele preocuparse por cosas del pasado?
19. ¿Cree que la vida es estimulante?*
20. ¿Considera difícil interesarse por cosas nuevas?
21. ¿Se encuentra lleno de energía?*
22. ¿Cree que su situación no tiene solución?
23. ¿Piensa que casi todo el mundo está mejor que usted?
24. ¿Suele preocuparse demasiado por cosas sin importancia?
25. ¿Suele tener ganas de llorar?
26. ¿Tiene dificultad para concentrarse?

27. ¿Disfruta levantándose por la mañana?*
28. ¿Prefiere evitar las reuniones sociales?
29. ¿Le resulta fácil tomar decisiones?*
30. ¿Tiene la cabeza tan clara como la solía tener?*

En pacientes deprimidos, las preguntas señaladas con un asterisco (*) deben tener una respuesta negativa ('no' = 1 punto) y todas las restantes deben ser positivas ('sí' = 1 punto).

- Ancianos normales: 0 - 10 puntos.
- Depresión de gravedad progresiva: 11 puntos o más.
- La puntuación media de los ancianos con depresión grave es de 23 ± 5 ($m \pm DE$).

Fuente: Acuña y Risiga, **Talleres de Activación cerebral y entrenamiento de la memoria**, Argentina, Ed Paidós, 1997.

