

Programa 1

Sesión 3



Dimensión cognitiva

Atención, memoria, orientación, interpretación de escenas y reminiscencia.

Presentación



A través de un video con **imágenes de bajo nivel de movimiento**, se realiza una breve presentación inicial que incluye un saludo cercano y preguntas sencillas, como qué han hecho durante el día. De manera progresiva, el mensaje guía a la persona para que se **sienta acogida y segura**, facilitando la orientación y la comprensión de dónde se encuentra y qué está haciendo en ese espacio. Este acompañamiento gradual favorece una experiencia de **calma, confianza y presencia**, preparando a la persona para la intervención de forma respetuosa y no invasiva.

Inmersión



Tras la presentación inicial, se realiza una **transición armónica** hacia un segundo contenido audiovisual con **mayor nivel de movimiento**. De forma progresiva y respetuosa, la persona es introducida en la dinámica que se desea activar, aumentando gradualmente la estimulación visual y sensorial.

Este cambio controlado favorece la **activación de los receptores sensoriales**, la atención y la conexión con la experiencia, preparando a la persona para participar de manera más activa en la propuesta, siempre dentro de un entorno percibido como seguro y acompañante.

Activación 1



Estimulación de memoria, atención, percepción visual, orientación espacial y lenguaje mediante la observación de un mercado complejo y culturalmente rico.

Objetivo terapéutico principal

Favorecer el entrenamiento de funciones cognitivas superiores mediante la observación activa de un entorno de mercado, estimulando memoria, atención, orientación espacial y habilidades de lenguaje.

Descripción del contenido del video

El video muestra un **recorrido por La Boqueria**, incluyendo:

- **Variedad de productos:** frutas, pescados, especias, dulces y alimentos típicos.
- **Disposición de los puestos:** organización lineal y colorida que requiere atención visual.
- **Movimiento de personas:** clientes y vendedores interactuando, creando un escenario complejo.
- **Pasillos y señalización:** que permiten trabajar la orientación espacial y la percepción tridimensional.
- **Ambiente cultural y gastronómico:** que conecta con conocimientos previos y experiencias personales.

Aspectos cognitivos a trabajar

1. Memoria semántica

- Identificación y denominación de alimentos y productos.
- Asociación con recetas, regiones o costumbres culturales.
- Activación del conocimiento general y ampliación del vocabulario.

2. Atención y percepción visual

- Selección y organización de información visual entre estímulos múltiples.
- Entrenamiento de atención sostenida y selectiva.
- Discriminación perceptiva de colores, formas y texturas de los productos.

3. Orientación espacial y direccional

- Comprensión del recorrido por los pasillos del mercado.
- Reconocimiento de relaciones espaciales entre puestos y secciones.
- Percepción del entorno tridimensional para favorecer autonomía y coordinación visoespacial.

4. Lenguaje y razonamiento

- Descripción verbal de productos, colores, texturas y actividades.
- Comparación y categorización de alimentos.
- Razonamiento simple: elegir trayectorias, identificar secciones y tomar decisiones sobre recorridos.

Preguntas guía para trabajar la dimensión cognitiva

Memoria semántica

- “¿Cómo se llama esta fruta o producto?”
- “¿En qué recetas o comidas lo has visto antes?”

Atención y percepción

- “Observa los colores de los puestos: ¿cuál te llama más la atención?”
- “Cuenta cuántos productos diferentes hay en este puesto.”

Orientación espacial

- “Si estamos en la entrada del mercado, ¿dónde queda el puesto de pescado?”
- “Describe qué ves a tu izquierda y derecha mientras recorres el pasillo.”

Lenguaje y razonamiento

- “Explica qué actividad está realizando el vendedor o el cliente.”
- “Si quieres llegar al puesto de dulces, ¿qué pasillo seguirías?”

Actividades complementarias sugeridas

- **Nombrar y clasificar productos** según color, forma o tipo de alimento.
- **Ejercicio de atención selectiva:** localizar productos específicos dentro del video.
- **Orientación y planificación:** trazar mentalmente un recorrido por el mercado.
- **Diálogo grupal:** describir los productos y sus usos en recetas o tradiciones.
- **Razonamiento práctico:** decidir la mejor manera de llegar a un puesto concreto en el recorrido.

Reacciones esperadas en adultos mayores

- Mayor activación de memoria semántica y vocabulario.
- Incremento de atención sostenida y discriminación visual.
- Mejora de la orientación espacial y percepción del entorno.
- Expresión verbal más rica y estructurada.
- Estimulación de razonamiento práctico y capacidad de planificación visual.

Adaptaciones según nivel cognitivo

Deterioro cognitivo leve:

- Preguntas simples y directas sobre un producto o puesto específico.
- Repetición de nombres de alimentos y colores para reforzar la memoria.

Deterioro moderado:

- Limitar la observación a una sección del mercado.
- Ofrecer opciones de respuesta simples ("¿Fruta o pescado?").

Adultos mayores sin deterioro:

- Facilitar análisis completo del mercado, incluyendo interacción social y culturales.
- Promover planificación de recorridos y resolución de problemas espaciales complejos.

Activación 2



Estimulación de atención, percepción visual, orientación espacial y habilidades visoespaciales mediante la observación de un recorrido urbano dinámico.

Objetivo terapéutico principal

Favorecer el entrenamiento de funciones cognitivas superiores mediante la observación activa de un entorno urbano complejo, estimulando atención sostenida, percepción visual y orientación espacial.

Descripción del contenido del video

El video muestra un **recorrido por Calle Larios**, incluyendo:

- **Movimiento de personas** transitando la calle.
- **Escaparates y tiendas** con exhibiciones variadas y colores atractivos.
- **Decoraciones estacionales**, como luces navideñas o adornos de temporada.
- **Iluminación urbana dinámica**, reflejando cambios de luz natural y artificial.
- **Trayecto lineal con puntos de referencia** que permite trabajar la orientación espacial.

Estos elementos ofrecen un escenario rico en estímulos visuales y espaciales que promueven la actividad cognitiva.

Aspectos cognitivos a trabajar

1. Atención y percepción visual

- Observación de detalles en escaparates, decoraciones y peatones.
- Entrenamiento de atención sostenida y concentración.
- Discriminación visual de elementos relevantes frente a estímulos múltiples.

2. Orientación espacial y direccional

- Comprensión del recorrido lineal y relación entre puntos de referencia.
- Desarrollo de habilidades visoespaciales y percepción tridimensional del entorno.
- Mejora de la capacidad de ubicación y desplazamiento mental dentro de un espacio urbano.

3. Lenguaje y razonamiento

- Descripción verbal de escenas, colores y actividades observadas.
- Comparación de elementos (escaparates, decoraciones, movimientos de personas).
- Razonamiento simple para identificar trayectorias y ubicaciones en la calle.

Preguntas guía para trabajar la dimensión cognitiva

Atención y percepción

- “¿Qué escaparate te llamó más la atención y por qué?”
- “Fíjate en las decoraciones de temporada: ¿qué colores predominan?”

Orientación espacial y direccional

- “Si estamos al inicio de la calle, ¿dónde queda la fuente al fondo?”
- “Describe qué ves a tu izquierda y derecha mientras recorres Calle Larios.”

Lenguaje y razonamiento

- “Explica lo que está haciendo la gente en esta escena.”
- “Si quieres llegar a la tienda de dulces, ¿qué dirección seguirías?”

Actividades complementarias sugeridas

- **Identificación de detalles visuales:** elementos decorativos, escaparates o luces.
- **Ejercicio de atención selectiva:** contar personas o distinguir objetos específicos.
- **Orientación y planificación:** trazar mentalmente la ruta desde un punto hasta otro.
- **Diálogo grupal:** describir escenas y comparar observaciones entre participantes.
- **Razonamiento práctico:** decidir cómo desplazarse o encontrar un punto de referencia dentro del recorrido.

Reacciones esperadas en adultos mayores

- Mayor atención sostenida y discriminación visual.
- Incremento de habilidades de orientación espacial y percepción tridimensional.
- Expresión verbal más clara y detallada sobre el entorno observado.
- Estimulación del razonamiento y planificación mental.
- Sensación de involucramiento cognitivo activo y alerta.

Adaptaciones según nivel cognitivo

Deterioro cognitivo leve:

- Preguntas simples sobre elementos concretos del recorrido o colores.
- Repetición de nombres de calles o tiendas para reforzar memoria y orientación.

Deterioro moderado:

- Limitar la observación a una sección de la calle.
- Ofrecer opciones de respuesta simples ("izquierda / derecha" o "escaparate / decoración").

Adultos mayores sin deterioro:

- Facilitar análisis completo del recorrido, interacción social y elementos visuales.
- Promover planificación de rutas alternativas y razonamiento sobre trayectorias.

Relajación



Finalizada la actividad principal, se inicia una **transición de salida de la experiencia**, diseñada para acompañar a la persona de manera gradual y respetuosa. A través de **preguntas sencillas de valoración**, se invita a expresar cómo ha vivido la actividad o qué sensaciones le ha generado.

Este cierre se apoya en un **soporte audiovisual con música suave y relajante**, junto a imágenes armónicas y dinámicas, que facilitan la integración de la experiencia, promueven la calma y favorecen una finalización consciente y positiva del recorrido inmersivo.