



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA TERAPIA OCUPACIONAL

**“ESTIMULACIÓN COGNITIVA DEL ADULTO MAYOR DESDE LA
TERAPIA OCUPACIONAL”**

AUTORA:

MALLERLY STEFANY FLORES TIGUA

TUTOR:

LCDO.TYRON MOREIRA LÓPEZ. MG.

MANTA, 2025

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de la estudiante **Flores Tigua Mallerly Stefany** legalmente matriculada en la carrera de Terapia Ocupacional período académico 2025(2), cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto es “estimulación cognitiva del adulto mayor desde la terapia ocupacional”.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, 2025.

Lo certifico,



Lcdo. Tyron Eduardo Moreira López

Docente Tutor(a)

Área: Salud

DECLARACIÓN DE AUDITORÍA

Yo, **Flores Tigua Mallerly Stefany** con C.I **135068975-6** declaro que el presente trabajo de revisión sistemática titulado “Estimulación cognitiva del adulto mayor desde la Terapia Ocupacional”, ha sido realizado de manera original y constituye una elaboración personal con criterios que son de total responsabilidad mía.

Con esta declaratoria, manifiesto que he respetado los principios éticos y académicos en la elaboración del mismo; recalco que, aquellos trabajos de otros autores que brindaron aporte al desarrollo de esta investigación han sido correctamente citados.

Manta, 2025



Flores Tigua Mallerly Stefany

C.I: 135068975-6

Autor(a)

Dedicatoria

Me dedico este trabajo por el empeño constante que hizo posible este logro, reafirmando que puedo cumplir todos los objetivos que me proponga.

Se lo dedico a mi madre **Mayra Tigua**, que ha trabajado con dedicación y sacrificio para darme la oportunidad de cumplir mis sueños. Este logro también es tuyo, porque en cada paso de este proceso me ha brindado su cariño incondicional, que me ha impulsado a seguir adelante.

A mi padre **Raúl Flores**, quien hoy me acompaña desde el cielo, pero sigue presente en cada uno de mis logros. Sé que estás orgulloso, y que desde donde estés sonrías conmigo. Este triunfo es y siempre será también tuyo.

De la misma manera, a mis hermanos **Kimberly** y **Maykel** que siempre han estado a mi lado brindándome su apoyo; gracias por acompañarme y por la paciencia con la que me escucharon, haciendo que este camino sea más ligero y lleno de amor. Por eso este logro es por y para ustedes.

A mi amigo **Klever**, por su amistad sincera, por impulsarme y acompañarme siempre que lo necesité, brindándome apoyo constante durante todo este proceso.

Asimismo, a **mis perros**, mis leales compañeros de vida. Su amor incondicional ilumina mis días y acompaña en las noches de desvelo, haciendo esta experiencia en algo más cálida, y feliz.

A **todos ustedes**, por ser parte de mi historia, por su amor, por dar sentido y alegría a cada etapa de este recorrido.

Agradecimientos

Primeramente, agradezco a **Dios** por haberme dado la oportunidad y la fuerza para llegar hasta este punto.

Agradezco de corazón a las **personas que confiaron en mí** y me dejaron ser su terapeuta, incluso siendo estudiante. Cada encuentro y cada intervención que tuvimos fue una oportunidad invaluable para mi aprendizaje, tanto en lo académico como en lo personal.

A mis **amistades** de la universidad, que se convirtieron en mi segunda familia, gracias por hacer que los momentos compartidos se volvieran inolvidables. Sin ustedes, esta experiencia no habría sido igual.

Quiero expresar mi agradecimiento a los **docentes** que me guiaron durante la carrera, gracias por enseñarme mucho más allá de la teoría y por ayudarme a encontrar la excelencia en mi futuro como terapeuta ocupacional.

De igual manera, a los **profesionales** que me acompañaron como tutores en las distintas prácticas, gracias por compartir generosamente sus conocimientos, consejos y orientaciones. Sus enseñanzas fueron un gran apoyo para afianzar mis habilidades y lo que sé.

A mi tutor de tesis, **Lic. Tyron Moreira**, por su apoyo constante, su paciencia y su guía durante todo este proceso.

Mi gratitud infinita también a mi **familia**, mis **amigos** y mis **compañeros**, que me acompañaron en esto. Cada palabra de aliento y cada gesto de ayuda fueron un sostén invaluable, motivándome a seguir adelante y haciendo que este logro sea también de ustedes.

Gracias a todos por cada consejo y por confiar en mí; Sin duda, han dejado una huella imborrable en mi vida y en mi formación profesional.

Resumen

El envejecimiento es un proceso natural que produce cambios físicos, cognitivos y sociales, por lo cual es indispensable incluir la estimulación cognitiva en el abordaje terapéutico. Esta estimulación mantiene activas funciones como la memoria, el razonamiento, la atención y el lenguaje, necesarias para mantener la autonomía y la calidad de vida de la persona. La terapia ocupacional busca preservar capacidades conservadas y disminuir las posibilidades de un avance rápido en el deterioro cognitivo integrando actividades significativas y adaptadas a las necesidades individuales. Entre las técnicas más utilizadas encontramos la reminiscencia, la musicoterapia, la aromaterapia y la ludoterapia, todas ellas tienden a estimular las funciones cognitivas y promover la participación social. Por esta razón el objetivo general de esta investigación es determinar los efectos de la estimulación cognitiva en adultos mayores desde la terapia ocupacional. Los objetivos específicos se orientaron en indagar la incidencia de alteraciones cognitivas en adultos mayores, identificar las técnicas de estimulación cognitiva que se aplican en los adultos mayores, y describir las alteraciones que presentan las personas con deterioro cognitivo en sus actividades de la vida diaria. Los resultados de este trabajo evidencian que la estimulación cognitiva cuando se aborda desde la terapia ocupacional logra ralentizar el avance del deterioro cognitivo y mantener la independencia de los adultos mayores. Al incorporar técnicas y actividades significativas no solo se refuerza la memoria, sino que también se previenen problemas físicos y se enriquece la participación social de la persona.

Palabras claves: estimulación cognitiva, adultos mayores, terapia ocupacional, deterioro cognitivo, actividades de la vida diaria.

ABSTRACT

Aging is a natural process that produces physical, cognitive, and social changes, which makes it essential to include cognitive stimulation in the therapeutic approach. This stimulation keeps functions such as memory, reasoning, attention, and language active, which are necessary to maintain the person's autonomy and quality of life. Occupational therapy aims to preserve retained abilities and reduce the likelihood of rapid cognitive decline by incorporating meaningful activities tailored to individual needs. Among the most commonly used techniques are reminiscence therapy, music therapy, aromatherapy, and play therapy, all of which tend to stimulate cognitive functions and promote social participation. For this reason, the overall objective of this research is to determine the effects of cognitive stimulation on older adults from an occupational therapy perspective. The specific objectives were aimed at investigating the incidence of cognitive impairments in older adults, identifying the cognitive stimulation techniques applied to older adults, and describing the impairments that individuals with cognitive decline exhibit in their daily living activities. The results of this study demonstrate that cognitive stimulation, when delivered through occupational therapy, can slow the progression of cognitive decline and maintain the independence of older adults. By incorporating meaningful techniques and activities, not only is memory reinforced, but physical problems are also prevented and the person's social participation is enriched.

Keywords: cognitive stimulation, older adults, occupational therapy, cognitive impairment, activities of daily living.

ÍNDICE

Introducción	1
Fundamentación Teórica.....	4
Cognición	4
Alteraciones cognitivas	4
Deterioro físico asociado.....	6
Estimulación Cognitiva	7
Envejecimiento	8
Afectaciones en las AVD.....	9
Terapia Ocupacional en estimulación cognitiva	10
Técnicas y estrategias de la Estimulación Cognitiva	10
Reminiscencia	11
Aromaterapia	12
Beneficios de la Terapia Ocupacional en la Estimulación Cognitiva.....	13
Metodología	14
Criterios de inclusión de estudio.....	15
Criterios de exclusión de estudio	15
Evaluación de la Validez de los Estudios Primarios	16
Resultados.....	17
Análisis de contenidos de los artículos seleccionados	17
Discusión	36

Conclusiones	37
Recomendaciones	38
Referencias bibliográficas	39
Anexos	46
Matriz de artículos	46
Certificado de análisis tutor	54

Introducción

Según las proyecciones estadísticas de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), se estima que entre los años 2015 y 2050 se duplicará el porcentaje de personas mayores de 65 años, pasando del 12 % al 22 % de esta población a nivel mundial. Este acelerado proceso de envejecimiento poblacional representa un desafío considerable para los sistemas de salud, ya que se prevé un aumento en la prevalencia de enfermedades crónicas, trastornos neurocognitivos y la necesidad de promover un envejecimiento activo y saludable.

El envejecimiento es un proceso biológico natural que implica cambios progresivos a nivel físico y cognitivo, afectando de manera directa la autonomía y el desempeño funcional de la persona, lo que evidencia la necesidad de intervenciones, entre las cuales la estimulación cognitiva ha demostrado ser eficaz para mantener y potenciar las funciones cognitivas. (Muñoz-González, 2018).

La estimulación cognitiva consiste en un conjunto de técnicas y estrategias dirigidas a la población adulta mayor, diseñadas para potenciar procesos cognitivos esenciales tales como la percepción, el lenguaje, la orientación espacial y la praxis. Su finalidad es preservar y optimizar las funciones cognitivas mediante actividades específicas implementadas en programas de estimulación cognitiva. (Muñoz-González, 2018).

En Colombia, Duque et al. (2022) exploraron los beneficios de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores pertenecientes a una fundación social, evidenciando mejoras no solo en el área cognitiva, sino también en su participación social, en el estado de ánimo, en la organización y desempeño en sus rutinas diarias.

De acuerdo con los datos del informe del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2024), el 9 % de la población ecuatoriana está constituida por personas mayores

de 65 años. Este grupo enfrenta un elevado riesgo de experimentar un declive cognitivo, afectando su capacidad funcional y comprometiendo su calidad de vida.

En Ecuador, Intriago Ceme & Rodas (2024) implementaron un programa de estimulación cognitiva dirigido a la población adulta mayor, donde se aplicaron actividades terapéuticas ocupacionales adaptadas a las necesidades del grupo etario. Las actividades fueron tanto estimulantes como placenteras, demostrando un aumento de la autoestima y sentido de pertinencia de la persona, lo que sugiere que el programa no solo tuvo un impacto positivo en las funciones cognitivas, sino también en el bienestar emocional.

El deterioro cognitivo afecta la interacción social del adulto mayor, reduciendo su red de apoyo y aumentando la vulnerabilidad social, emocional y física (Moreira Valencia, 2023). Los terapeutas ocupacionales utilizan la ocupación y actividades significativas como herramienta clave para potenciar y mantener las capacidades cognitivas, favoreciendo su desempeño ocupacional, autoeficacia, participación y calidad de vida de la persona. (Giles et al., 2019).

A pesar de la creciente evidencia sobre el impacto del deterioro cognitivo en la población adulta mayor, surge la necesidad de analizar de manera sistemática el abordaje desde la terapia ocupacional, integrando los componentes cognitivos, funcionales y ocupacionales dentro de una perspectiva holística que favorezca la autonomía y la participación del adulto mayor.

Por ello, el objetivo general de la presente investigación es determinar los efectos de la estimulación cognitiva del adulto mayor desde la terapia ocupacional.

La finalidad de esta investigación es sintetizar información que permita a los profesionales de terapia ocupacional mejorar las intervenciones terapéuticas dirigidas a la

población adulta mayor, promoviendo la autonomía y el bienestar general del usuario a través de la estimulación cognitiva.

Los objetivos específicos son:

Objetivo 1. Indagar la incidencia de alteraciones cognitivas en adultos mayores.

Este objetivo busca aportar a los profesionales una mayor comprensión de la aparición, progresión y repercusión de las alteraciones cognitivas en la funcionalidad y calidad de vida de la persona adulta mayor.

Objetivo 2. Identificar las técnicas de estimulación cognitiva que se aplican en los adultos mayores.

Este objetivo pretende agrupar información que permita proponer mejoras, adaptar intervenciones según las necesidades individuales y contribuir al bienestar cognitivo de esta población desde una perspectiva preventiva y terapéutica.

Objetivo 3. Describir las alteraciones que presentan las personas con deterioro cognitivo en sus actividades de la vida diaria.

Este objetivo busca comprender el impacto funcional que tiene el deterioro cognitivo en la realización de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, como el aseo personal, la alimentación, el manejo del dinero o la toma de medicamentos.

Este estudio de enfoque cualitativo se desarrolló mediante una revisión sistemática de literatura científica, acompañada de un análisis estructurado de la información recopilada. Para ello se seleccionaron artículos científicos vinculados específicamente con la estimulación cognitiva del adulto mayor desde la terapia ocupacional, considerando criterios de pertinencia, actualidad y rigor metodológico.

Fundamentación Teórica

Cognición

La cognición es el conjunto de procesos mentales que nos permite interactuar con el entorno, resolver problemas y tomar decisiones. El envejecimiento activo y saludable permite conservar estas capacidades por un tiempo prolongado, mientras que un envejecimiento patológico está asociado a grados variables de deterioro cognitivo. (J. Gutiérrez Rodríguez y G. Guzmán Gutiérrez, 2017).

La cognición se encuentra estrechamente relacionada con la llamada reserva cognitiva, entendida como la habilidad del cerebro para compensar cualquier daño en su estructura. Esto debido a la plasticidad de las neuronas y al uso eficiente de sus redes funcionales. Este mecanismo permite que algunas personas demuestren un rendimiento cognitivo superior a pesar de la edad avanzada o la presencia de cambios neuropatológicos. (Alvares Pereira et al., 2022).

La cognición representa un pilar fundamental para la independencia, la participación social y el bienestar general de las personas, siendo un área clave para intervenir en el adulto mayor. En este sentido, el objetivo es prevenir o retrasar el declive cognitivo asociado al envejecimiento. (Prince et al., 2016). No obstante, cuando estos procesos cognitivos se ven comprometidos, comienzan a manifestarse diversas alteraciones que afectan el desempeño funcional del adulto mayor.

Alteraciones cognitivas

Las alteraciones cognitivas abarcan una variedad de deficiencias que impactan directamente a las funciones ejecutivas del cerebro, la capacidad de razonamiento y el lenguaje. Estas dificultades se manifiestan con mayor frecuencia en personas de edad avanzada debido al proceso de envejecimiento y a enfermedades neurodegenerativas (Prince et al., 2016).

El deterioro cognitivo no implica necesariamente la presencia de demencia, sino que abarca un espectro más amplio de dificultades en funciones mentales como la memoria, el razonamiento, la atención y el lenguaje. Estas alteraciones pueden manifestarse de manera sutil, afectando la capacidad de la persona para realizar tareas cotidianas, o bien tener un impacto más profundo en su independencia y calidad de vida. (Espinoza et al., 2020).

El aumento de casos de deterioro cognitivo leve y demencia es notable con el avance la edad, lo que representa un desafío en la salud pública a nivel mundial. Se estima que la incidencia del DCL afecta una proporción significativa de adultos mayores, y la falta de intervención incrementa el riesgo de progresión a demencia, lo que enfatiza la urgencia de programas de intervención y manejo (Calatayud et al., 2021).

A nivel epidemiológico, se estima que entre el 10% y el 20 % de las personas mayores de 65 años experimentan algún declive cognitivo, y que este porcentaje supera el 30 % en personas mayores de 80 años. Estas cifras sugieren que la edad representa un factor de riesgo clave en el desarrollo de deterioro cognitivo (Livingston et al., 2020).

Entre los principales factores de riesgo que pueden generar deterioro cognitivo encontramos:

- Edad avanzada
- Enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión, dislipidemia)
- Patologías neurológicas previas
- Sedentarismo
- Consumo excesivo de alcohol y tabaco
- Limitada interacción social
- Aislamiento prolongado
- Trastornos depresivos (Livingston et al., 2020).

Estas alteraciones no solo repercuten en el funcionamiento mental, sino que también pueden generar consecuencias a nivel físico, evidenciando la estrecha relación entre el deterioro cognitivo y la condición corporal del adulto mayor. (Livingston et al., 2020).

Deterioro físico asociado

Las personas que experimentan deterioro cognitivo tienden a adoptar hábitos de vida caracterizados por una menor actividad física y una mayor propensión de sedentarismo. A esto se le suma, en muchos casos, patrones alimentarios inadecuados. Esta combinación de factores acelera la pérdida de masa y fuerza muscular causando un impacto negativo en la salud física de la persona. (Kim et al., 2024).

La sarcopenia, es un síndrome geriátrico, que se define por la disminución gradual de la masa muscular y la fuerza, que va más allá de los cambios relacionados con la edad estrechamente relacionado con el deterioro cognitivo. Los adultos mayores con sarcopenia tienen mayor probabilidad de sufrir caídas, limitaciones funcionales y dependencia (Del Brutto et al., 2023).

La deficiencia física limita la capacidad de realizar las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria. Este tipo de limitaciones repercuten directamente en la aptitud del individuo para llevar a cabo tareas cotidianas, y fundamentales del ser humano (Oveisgharan et al., 2024).

La actividad física no solo contribuye a mantenernos en forma, sino que también juega un papel crucial en la protección de nuestras funciones cognitivas. Esto implica que el ejercicio puede ayudar a preservar la memoria, la capacidad de atención y otras habilidades mentales que son importantes para desenvolverse en la vida diaria. Es importante comprender que el deterioro físico y cognitivo no son inevitables con la edad (Del Brutto et al., 2023).

Frente a este panorama, resulta necesario implementar estrategias de intervención orientadas a preservar las capacidades cognitivas y funcionales del adulto mayor.

Estimulación Cognitiva

La estimulación cognitiva se define como un conjunto de técnicas y estrategias diseñadas para mejorar o mantener las funciones cognitivas en personas que presentan deterioro cognitivo o riesgo de padecerlo. Estas intervenciones buscan trabajar áreas como la atención, la memoria, el lenguaje, la orientación y el razonamiento, así promover la independencia y la autonomía del adulto mayor (Muñoz-González, 2018).

Es un proceso estructurado, que abarca una serie de ejercicios que se presentan de forma gradual y se ajustan con precisión a las necesidades de la persona. Las actividades cognitivas buscan fortalecer las habilidades que aún conserva la persona y estas pueden ser tanto individuales o grupales, (Calatayud Sanz et al., 2021).

Uno de los objetivos principales de la estimulación cognitiva es preservación de la autonomía y la independencia de la persona, ya que mantener activas las funciones cognitivas permite prolongar la capacidad para realizar las actividades de la vida diaria. Asimismo, busca mejorar la autoestima y el bienestar emocional de los adultos mayores (Prince et al., 2016).

Uno de los puntos clave de la estimulación cognitiva en su doble función, tanto en la prevención como en la rehabilitación. Es preventiva cuando se aplica antes de que un deterioro cognitivo se agrave o se consolide. Es rehabilitadora cuando se enfoca en mantener y potenciar al máximo las habilidades cognitivas que aún se conservan las personas. (Livingston et al., 2020).

La estimulación cognitiva es una herramienta terapéutica esencial en la geriatría y en terapia ocupacional, integrando actividades que fortalecen las capacidades mentales, promoviendo la autonomía funcional y al bienestar integral de la persona mayor (Córdova-

Burgos & Guevara-Guerrero, 2024). Para comprender la relevancia de estas intervenciones, es necesario contextualizarlas dentro del proceso general de envejecimiento y sus distintas manifestaciones.

Envejecimiento

El envejecimiento es un proceso biológico natural caracterizado por la disminución progresiva de la capacidad de adaptación del organismo. Este proceso afecta tanto el ámbito físico cognitivo, social y la calidad de vida de los adultos mayores (OMS, 2024).

Desde el punto de vista físico, trae consigo una variedad de cambios en la fuerza y resistencia muscular; en el aspecto cognitivo puede disminuir la velocidad del procesamiento mental; y en el aspecto social es posible que sean jubilados de sus trabajos, que sus hijos se muden de casa o que pierdan a amigos y familiares. (Powell et al., 2023).

La actual transición demográfica muestra un aumento significativo de la población mayor de 65 años, esto implica un incremento de enfermedades crónicas (como la diabetes o la cardiopatía) y del deterioro cognitivo. Se estima que, en los próximos años, los casos de demencia se duplicarán a nivel mundial (Prince et al., 2016).

El envejecimiento se puede dividir en dos categorías: envejecimiento normal, que trae consigo pequeños cambios en la memoria y la atención, y envejecimiento patológico, que implica cambios significativos que interfieren con la autonomía, y la participación en la vida diaria por lo se requerirá de apoyo de un cuidador para poder desenvolverse de manera efectiva en su entorno. (Powell et al., 2023).

El concepto de envejecimiento exitoso enfatiza la importancia de mantener las capacidades cognitivas y físicas a través de estilos de vida saludables, participación social y actividades significativas, lo que favorece la longevidad con calidad (Alvares Pereira et al., 2022).

El envejecimiento no debe ser visto únicamente como un proceso de pérdida, sino también como una oportunidad para promover la salud, la participación y la resiliencia en las personas mayores (OMS, 2024). Sin embargo, cuando el envejecimiento se acompaña de alteraciones cognitivas significativas, pueden presentarse limitaciones en el desempeño de las actividades cotidianas.

Afectaciones en las AVD

Las actividades de la vida diaria (AVD) son aquellas acciones básicas e instrumentales necesarias para la independencia, como la alimentación, el autocuidado, la administración de dinero, el manejo de medicamentos. Cuando una persona presenta deterioro cognitivo, la capacidad de realizar estas actividades se ve afectada. (Roy et al., 2016).

El deterioro de las actividades de la vida diaria instrumentales es uno de los primeros indicadores de demencia, incluso en la etapa de deterioro cognitivo leve. La dificultad para manejar el dinero, utilizar el transporte u la organización del hogar reflejan la pérdida de funciones ejecutivas (McDougall et al., 2019).

La pérdida de autonomía en las actividades de la vida diaria está relacionada con mayor frecuencia al aislamiento social, depresión y disminución de la autoestima, lo que refuerza la necesidad de implementar programas de estimulación cognitiva y apoyo ocupacional. (Fernández Rodríguez et al., 2018).

Las afectaciones en las actividades de la vida diaria representan uno de los principales impactos del deterioro cognitivo, por ello, es un área prioritaria de intervención desde la terapia ocupacional que permitirá preservar la independencia y el bienestar general de los adultos mayores. (Ortiz & Gallegos, 2018). En este contexto, la intervención desde la Terapia Ocupacional adquiere un papel fundamental en la promoción de la autonomía y la participación del adulto mayor.

Terapia Ocupacional en estimulación cognitiva

La Terapia Ocupacional tiene como objetivo promover la autonomía y participación de las personas en sus actividades de la vida diaria, considerando tanto las capacidades físicas como cognitivas. En adultos mayores, la terapia ocupacional busca mantener las funciones cognitivas mediante la planificación de actividades funcionales y significativas, adaptadas a las necesidades individuales (Metzger et al., 2023).

La terapia ocupacional enfatiza la evaluación del desempeño ocupacional para identificar habilidades, fortalezas y áreas de dificultad. Con esta información se podrá diseñar actividades personalizadas y adaptadas al nivel de capacidades del usuario, promoviendo la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria. (Calatayud et al., 2021).

La estimulación cognitiva desde la terapia ocupacional se basa en métodos y técnicas que fortalecen la memoria, la atención, y las funciones ejecutivas. Estas estrategias son aplicadas con el fin de favorecer la retención de habilidades cognitivas y la independencia en la realización de tareas (Sugimoto et al., 2025).

La intervención de TO en adultos mayores con deterioro cognitivo o riesgo de demencia se enfoca en preservar su autonomía funcional y calidad de vida. Adaptar las actividades a cada persona, realizar un seguimiento continuo e incorporar técnicas cognitivas, físicas y sociales ayuda a mantener la independencia del usuario en su entorno, empleando diversas técnicas y estrategias de estimulación cognitiva adaptadas a las necesidades individuales. . (Metzger et al., 2023).

Técnicas y estrategias de la Estimulación Cognitiva

La estimulación cognitiva no solo se centra en aspectos mentales, sino que también considera la dimensión física, ocupacional y emocional del adulto mayor, integrando actividades que impulsen estos aspectos permite que el usuario mantenga su desempeño

cognitivo de manera funcional y práctica dentro de su vida. Si la intervención es grupal se puede utilizar las mismas técnicas según las necesidades de la comunidad favoreciendo la interacción social y la motivación personal. (Metzger et al., 2023).

Las técnicas y estrategias de estimulación cognitiva son intervenciones diseñadas para mantener, reforzar y mejorar las funciones cognitivas en adultos mayores. Estas intervenciones se aplican de forma estructurada y diseñada para el usuario, con el objetivo de promover la autonomía, la participación social y la calidad de vida en la población adulta mayor. (Gómez-Soria et al., 2023); (Sugimoto et al., 2025).

Reminiscencia

La terapia de reminiscencia representa una estrategia cognitiva meticulosamente estructurada, cuyo eje central es la estimulación y reactivación de la memoria episódica, también conocida como memoria autobiográfica. Este proceso terapéutico no se limita solo a la evocación de recuerdos, sino que abarca e integra una serie de funciones cognitivas como la atención focalizada, gnosis y el lenguaje expresivo y comprensivo. (Cueva et al., 2015).

El propósito de esta técnica es estimular la memoria, para recordar situaciones significativas del pasado. Esto se logra incentivando a la actividad cerebral con olores, sensaciones o reconocimiento de objetos, con el objetivo de reconstruir la experiencia del pasado de manera más vivida y personal. (Cueva et al., 2015).

Entre los procesos cognitivos de la reminiscencia, tenemos a la atención focalizada es un componente esencial, permitiendo a la persona centrarse selectivamente en los recuerdos específicos que busca traer a la conciencia. Esta capacidad de atención selectiva resulta fundamental para filtrar las distracciones y dirigir la energía mental hacia la recuperación de información relevante del pasado. (Cueva et al., 2015).

Una de las profesiones que utilizan esta técnica de recordar el pasado es la terapia ocupacional, utilizando materiales que engloben los distintos sentidos provocando estimular la memoria. (Córdova-Burgos & Guevara-Guerrero, 2024).

Musicoterapia

La musicoterapia es una técnica de estimulación cognitiva que emplea la música como principal instrumento para estimular y fortalecer las capacidades cognitivas en las personas de la tercera edad. Esta práctica se enfoca en aspectos clave, como la memoria a corto plazo, la capacidad de concentración y la orientación espacial y temporal (Di Maria et al., 2024).

Se aplican técnicas activas como la secuencia rítmica, la interpretación vocal o instrumental y la identificación de canciones, estimulando funciones cognitivas superiores y favoreciendo la participación social de los adultos mayores (Di Maria et al., 2024).

La musicoterapia permite integrar elementos de reminiscencia, evocando recuerdos significativos del pasado y fortaleciendo la identidad personal, lo que contribuye al bienestar emocional (Moxo-Pérez et al., 2024).

Esta intervención puede adaptarse a sesiones grupales o individuales, ajustando la complejidad de las actividades según las capacidades cognitivas de cada participante y sus preferencias personales (Di María et al., 2024).

Aromaterapia

La aromaterapia es una técnica de estimulación cognitiva que utiliza aromas específicos para influir en la función cerebral, la memoria y la atención de los adultos mayores (Barrios Hernández et al., 2024).

Su uso frecuente y combinado con otras estrategias de estimulación cognitiva potencia los resultados, contribuyendo al bienestar emocional y a la prevención del deterioro cognitivo (Owen-Booth et al., 2020).

Esta técnica también promueve la integración sensorial, ayudando a los adultos mayores a mantener la alerta y la motivación durante la participación en actividades cognitivas. (Barrios Hernández et al., 2024).

Ludoterapia

La ludoterapia es una técnica de estimulación cognitiva basada en la realización de juegos y actividades lúdicas que promueven la atención, la memoria, la velocidad de procesamiento y la interacción social en adultos mayores (Gómez-Soria et al., 2023).

Los juegos de mesa tradicionales, como cartas o dominó, fomentan la orientación, la memoria episódica y la participación grupal, fortaleciendo la cognición mientras se reduce el aislamiento social. (Flores-Gutiérrez et al., 2020).

Esta técnica combina el componente social con el entrenamiento cognitivo, promoviendo la interacción entre participantes y fortaleciendo habilidades sociales y emocionales. (Apóstolo J et al., 2019).

La ludoterapia permite adaptar la complejidad de los juegos según el nivel cognitivo de cada adulto mayor, favoreciendo un aprendizaje progresivo y personalizado (Gómez-Soria et al., 2023). La aplicación de estas técnicas genera múltiples beneficios en el desempeño ocupacional y en la calidad de vida del adulto mayor.

Beneficios de la Terapia Ocupacional en la Estimulación Cognitiva

La terapia ocupacional aplicada a la estimulación cognitiva tiene como objetivo mantener y mejorar las funciones cognitivas de los adultos mayores, promoviendo su

participación en actividades significativas y su independencia en la vida diaria (Metzger et al., 2023).

A través de intervenciones personalizadas, la terapia ocupacional permite combinar actividades cognitivas, físicas y sociales, favoreciendo el desarrollo integral y el bienestar de los adultos mayores con deterioro cognitivo o riesgo de declive (Sugimoto et al., 2025).

Fortalece la autonomía y la participación social, ya que las actividades propuestas fomentan la interacción grupal, la cooperación y la motivación para realizar tareas significativas (Gómez-Soria et al., 2023); (Metzger et al., 2023).

Metodología

La presente investigación, de enfoque cualitativo, se desarrolló bajo la modalidad de revisión sistemática de literatura científica, con el propósito de analizar, sintetizar y recopilar información acerca de la estimulación cognitiva del adulto mayor desde la Terapia Ocupacional.

Este enfoque permite identificar y evaluar de manera integral los estudios relacionados con la temática, favoreciendo la comprensión de las técnicas aplicadas, la incidencia de las alteraciones cognitivas y el impacto funcional en las actividades de la vida diaria del adulto mayor.

La búsqueda se llevó a cabo en bases de datos académicas como PubMed, Scielo, Elsevier, Redalyc, y Google Scholar, utilizando combinaciones de palabras clave como “estimulación cognitiva”, “deterioro cognitivo”, “terapia ocupacional”, “actividades de la vida diaria”, “adulto mayor”. Posteriormente, los artículos seleccionados fueron sometidos a un análisis de contenido que permitió extraer la información relevante para responder a cada objetivo específico.

Criterios de inclusión de estudio

Para el presente estudio se consideraron diversas características esenciales dentro de los criterios de inclusión, con el fin de garantizar la calidad y pertinencia de la investigación. Se incluyeron artículos científicos publicados en fuentes confiables y reconocidas a nivel académico.

Se seleccionaron únicamente documentos con una antigüedad no mayor a 10 años, es decir, publicados entre 2015 y 2025, que contaran con autor, año de publicación y que abordaran de forma directa la estimulación cognitiva en adultos mayores, la intervención desde la terapia ocupacional o la relación del deterioro cognitivo con el desempeño en las actividades de la vida diaria.

Asimismo, se admitieron publicaciones en idioma español e inglés, siempre que estuvieran disponibles en texto completo y que presentaran evidencia sustentada en investigación científica, con relación directa a los objetivos planteados en el estudio.

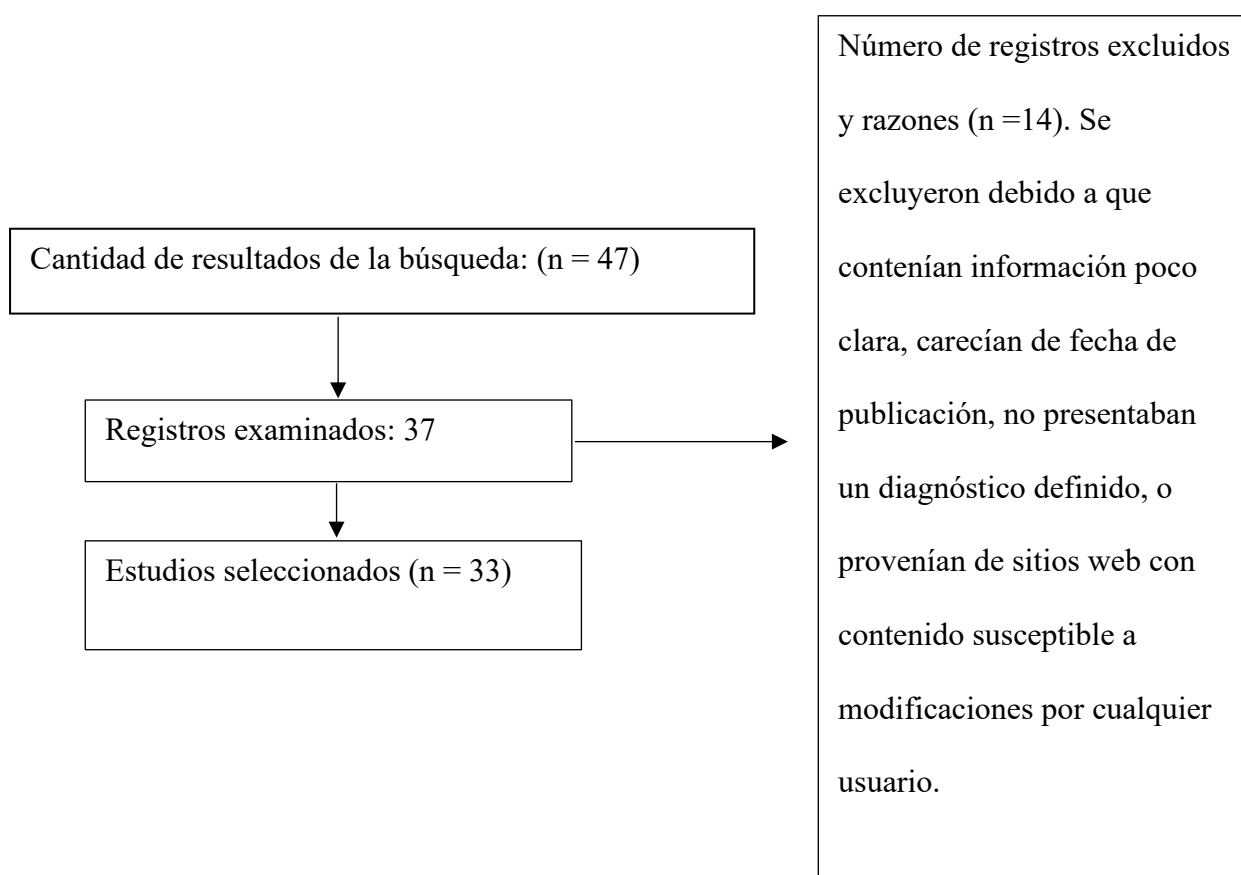
Criterios de exclusión de estudio

En la presente investigación se consideraron varios aspectos dentro de los criterios de exclusión con el objetivo de evitar la utilización de información poco fiable o no pertinente. Se excluyeron tesis, artículos científicos provenientes de fuentes no confiables o de fácil modificación, así como documentos bibliográficos con más de 10 años de publicación. También se descartaron aquellos que no presentaran autor y año de publicación, sitios web que no indicaran la autoría ni la fecha, y toda documentación cuyo contenido no estuviera relacionado directamente con la estimulación cognitiva en adultos mayores, la terapia ocupacional o el impacto del deterioro cognitivo en las actividades de la vida diaria.

Evaluación de la Validez de los Estudios Primarios

Se realizó una búsqueda exhaustiva que arrojó un total de 47 documentos relacionados con el tema de estudio. De estos, se aplicaron los criterios de inclusión definidos previamente, tales como la fecha de publicación, relevancia temática, y disponibilidad del texto completo, resultando en la selección inicial de 37 documentos.

Posteriormente, se realizó un análisis detallado para evaluar la calidad metodológica y la pertinencia de los estudios, excluyendo 4 documentos que presentaban inconsistencias en la información. Finalmente, se consideraron 33 estudios primarios válidos para el desarrollo y fundamentación de esta investigación, asegurando con ello la solidez y relevancia de los datos obtenidos para el análisis sistemático.



Resultados

A partir de la revisión y análisis de los artículos seleccionados, se identificaron diversos hallazgos relacionados con la estimulación cognitiva en el adulto mayor desde la terapia ocupacional, lo que permitió organizar y estructurar la información de manera clara y coherente. Este proceso facilitó la comprensión de los principales aportes teóricos y prácticos encontrados en la literatura. Con base en estos hallazgos, se presentan los resultados obtenidos de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación e incluyen el respectivo análisis de los estudios considerados:

Análisis de contenidos de los artículos seleccionados

Tabla 1

Estudios seleccionados para el cumplimiento del Objetivo específico 1: Indagar la incidencia de alteraciones cognitivas en adultos mayores

#	Año de publicación	Título del documento bibliográfico	Autor/es	Conclusiones
1	2016	World Alzheimer Report 2015 The global impact of dementia an analysis	Martin Prince; Andres Wimo; Maëlenn	En 2015 se registraron 9.9 millones de nuevos casos de demencia a nivel mundial, y el envejecimiento poblacional proyecta un aumento de estos casos, lo que exige fortalecer las

		prevalence, indice, cost and trends	Guerchet., et al.	políticas de prevención y atención. (Prince et al., 2015).
2	2024	Development of a prediction model for cognitive impairment of sarcopenia using multimodal neuroimaging in non-demented older adults	Sunghwan Kim; Sheng-Min Wang; Dong Woo Kang; Yoo Hyun Um; Han Min Yoon; Soyoung Lee; Yeong Sim Choe, et al.	La sarcopenia se asocia con el deterioro cognitivo en adultos mayores sin demencia, ya que la pérdida muscular puede influir en cambios estructurales cerebrales que afectan la función cognitiva. Por ello, su detección y tratamiento son fundamentales para prevenir la progresión de alteraciones cognitivas. (Kim et al., 2024).
3	2023	Definición de cognición excepcional en adultos mayores: una revisión sistemática del superenvejecimiento cognitivo	Alice Powell; Zara A. Page; Jacqueline C.T. Close; et al.	La cognición excepcional para la edad y la ausencia de deterioro cognitivo a lo largo del tiempo son constructos significativos que pueden ofrecer diferentes perspectivas sobre el envejecimiento cognitivo. (Powell et al., 2023).

4	2020	The Prevalence of Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis	<p>Qing Cao; Chen-Chen Tanb; Wei Xub; Hao Hub; Xi-Peng Caoc; Qiang Dongd; Lan Tana; & Jin-Tai Yu.</p> <p>La prevalencia de la demencia establece que el envejecimiento es su principal motor. Este hallazgo implica directamente un aumento en la incidencia de nuevas alteraciones cognitivas en la población de adultos mayores a nivel mundial (Cao et al., 2020).</p>
5	2018	<p>A Systematic Review and Meta-Analysis on the Prevalence of Dementia in Europe: Estimates from the Highest-Quality Studies Adopting the DSM IV Diagnostic Criteria</p>	<p>Ilaria Bacigalupo; Flavia Mayera; Eleonora Lacorte; Alessandra Di Pucchio; et al.</p> <p>(Bacigalupo et al., 2018) señalan que la prevalencia de la demencia en adultos mayores en Europa es aproximadamente del 7.1 %, lo cual refleja la frecuencia significativa de alteraciones cognitivas progresivas en esta población. Estas alteraciones afectan la autonomía y calidad de vida de los afectados.</p>

6	2020	<p>Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission</p>	<p>Gill Livingston, Jonathan Huntley, Andrew Sommerlad, David Ames, Clive Ballard, Sube Banerjee, Carol., et al.</p>	<p>El informe de la Comisión Lancet sobre prevención, intervención y atención de la demencia (Livingston et al., 2020) resalta que la intervención en doce factores de riesgo modificables podría prevenir o retrasar hasta el 40% de los nuevos casos de demencia, lo que tiene un impacto directo en la incidencia de alteraciones cognitivas en adultos mayores.</p>
7	2020	<p>Cognición y capacidad funcional en el adulto mayor</p>	<p>Zoila Esperanza Leitón Espinoza; Elizabeth Fajardo-Ramos; Ángel López-González; Rosa María Martínez-</p>	<p>Los resultados del estudio evidencian que existe una incidencia significativa de alteraciones cognitivas en adultos mayores, reflejada en un 6,4 % de deterioro cognitivo y un 0,3 % de Alzheimer en la población evaluada. Además, la relación entre el estado cognitivo y la capacidad funcional en las actividades diarias resalta la</p>

		Villanueva; & Maritza Evangelina Villanueva- Benites.	importancia de la detección temprana y seguimiento para mejorar la calidad de vida en esta población (Leitón Espinoza et al., 2020).
8	2019	Efecto de una intervención no farmacológica multidimensional en un grupo de personas con deterioro cognitivo leve e las funciones ejecutivas	Carolina Ruiz-Tagle, Begoña Góngora, Alonso Ortega, Sebastián Bello ,Catalina González-Hidalgo, et al. (Ruiz-Tagle et al., 2021) concluyen que el deterioro cognitivo leve es una condición frecuente en adultos mayores que representa un riesgo importante para el desarrollo posterior de demencia. Por ello, identifican la necesidad de intervenciones tempranas y multidimensionales para frenar el avance de las alteraciones cognitivas y preservar la funcionalidad y autonomía en esta población.
9	2023	Cognitive reserve and brain maintenance in aging: A review of structural and	Gabriela Alvares Pereira, Maria Vânia Silva Nunes, La Reserva Cognitiva actúa como un mecanismo de tolerancia cerebral que mitiga el impacto del daño neuropatológico, manteniendo el rendimiento de la

		functional evidence	Patricia Alzola, Israel Contador	cognición global y la velocidad de procesamiento. (Alvares Pereira et al., 2022).
10	2020	Asociación entre la velocidad de marcha y el riesgo de deterioro cognitivo en personas mayores que viven en la comunidad	Igor Cigarroa; Nicole Lasserre-Laso; Rafael Zapata-Lamana; et al.	La disminución de la velocidad de la marcha (una medida de deterioro físico) predice el declive en las Funciones Ejecutivas (atención y planificación), sugiriendo un vínculo fuerte entre el motor y el cognitivo.(Cigarroa et al., 2020).
11	2022	Multidomain interventions for preventing cognitive decline in older adults with type 2 diabetes and mild cognitive impairment	Taiki Sugimoto, Paul K Crane, Seo-Eun Choi,Kosuke Fujita, Jeanne Gallée, et al.	Las intervenciones que combinan estimulación cognitiva, ejercicio físico y manejo de riesgo vascular (enfoque multidominio) son más efectivas para prevenir el declive de la cognición global que las de un solo dominio.(Sugimoto et al., 2025).

La evidencia científica analizada demuestra que las alteraciones cognitivas en adultos mayores representan una problemática creciente a nivel mundial. Los datos globales señalan un aumento sostenido en la prevalencia de demencia asociado directamente al envejecimiento poblacional (Prince et al., 2015; Cao et al., 2020). Estas cifras indican una tendencia creciente que proyecta un incremento sostenido en las próximas décadas, posicionando al deterioro cognitivo como uno de los principales desafíos de la salud.

Diversos estudios reportan que un porcentaje significativo de adultos mayores presenta demencia (Bacigalupo et al., 2018), lo que confirma la frecuencia de alteraciones cognitivas en esta población. Estas condiciones se asocian con la disminución de la capacidad funcional, lo que afecta de manera directa su calidad de vida (Leitón Espinoza et al., 2020).

Además del envejecimiento, existen condiciones asociadas que influyen en la aparición o progresión del deterioro cognitivo. La relación entre la sarcopenia y cambios cerebrales estructurales (Kim et al., 2024), así como la disminución de la velocidad de marcha vinculada a alteraciones en funciones ejecutivas (Cigarroa et al., 2020), evidencian la interacción entre el estado físico y el funcionamiento cognitivo.

Asimismo, se ha señalado que la intervención sobre factores de riesgo modificables constituye una estrategia clave para prevenir o retrasar la aparición de demencia (Livingston et al., 2020). La terapia ocupacional desempeña un papel fundamental en estas intervenciones, adaptando actividades que estimulen cognitivamente a los adultos mayores.

No obstante, el envejecimiento no implica necesariamente deterioro. Algunos adultos mayores presentan un rendimiento cognitivo superior al esperado para su edad, fenómeno asociado a la reserva cognitiva (Powell et al., 2023; Alvares Pereira et al., 2022). Aunque el deterioro cognitivo leve es frecuente y puede progresar (Ruiz-Tagle et al., 2021), la implementación de programas de estrategias multidominio contribuye en la prevención del

declive cognitivo, manteniendo habilidades funcionales y la independencia (Sugimoto et al., 2025).

En este sentido, la evidencia indica que las alteraciones cognitivas en adultos mayores presentan una incidencia significativa. Aunque el deterioro cognitivo constituye una problemática creciente, desde la terapia ocupacional se destaca la importancia de la detección temprana y del diseño de intervenciones integrales que promuevan la funcionalidad y autonomía.

Tabla 2

Estudios seleccionados para el cumplimiento del Objetivo específico 2: Identificar las técnicas de estimulación cognitiva que se aplican en los adultos mayores

#	Año de publicación	Título del documento bibliográfico	Autor/es	Conclusiones
1	2015	Influencia de la terapia de reminiscencia en la memoria del adulto mayor en Malacatos, Loja.	Alba Valarezo Cueva, Franklin Sánchez Pástor., et al	La terapia de reminiscencia busca conservar la identidad del adulto mayor mediante la evocación de recuerdos del pasado, estimulando la memoria remota a través de estímulos emocionales como fotografías, música, objetos y aromas.(Cueva et al., 2015).

2	2024	Exploración de técnicas de reminiscencia como forma de estimulación cognitiva en la enfermedad de Alzheimer	Katherine Susana Córdova-Burgos; Nohely Lisbeth Guevara-Guerrero.	Las técnicas de reminiscencia se presentan como una forma efectiva de estimulación cognitiva en pacientes con enfermedad de Alzheimer. Esta técnica permite que los pacientes puedan evocar recuerdos y experiencias pasadas, mejorando así su función cognitiva y emocional. (Córdova-Burgos & Guevara-Guerrero, 2024).
---	------	---	---	--

3	2024	Efectividad de la musicoterapia vs. estimulación cognitiva en adultos mayores con deterioro cognitivo leve	José E. Moxo-Pérez, María U. Fernández Vázquez, Elisa Sánchez-Cabrera y José G. Quiroz-Meléndez	La musicoterapia se presenta como una forma efectiva de estimulación cognitiva en pacientes con DCL, logrando resultados comparables a la estimulación cognitiva estándar. Esta técnica es adecuada para mantener o mejorar el estado cognitivo de los adultos mayores, validando su rol como intervención terapéutica de primera línea. (Moxo-Pérez et al., 2024).
---	------	--	---	---

4	2024	<p>Musicoterapia: un dispositivo interdisciplinario de estimulación cognitiva para adultos mayores</p> <p>Di Maria, G. C., Luberriga, D., & Chuchuy, I.</p>	<p>Se emplean técnicas activas como la secuencia rítmica, la interpretación vocal/instrumental y la identificación de canciones (reminiscencia) dentro de un dispositivo interdisciplinario. Estas técnicas estimulan funciones superiores como la atención y la memoria en adultos con DCL. (Di Maria et al., 2024).</p>
---	------	---	---

5	2024	<p>Percepción de los adultos mayores sobre el uso de los aceites esenciales durante la neurorehabilitación de las funciones cognitivas de memoria y atención</p> <p>María Claudia Barrios Hernández, Andrea Vasquez Moral; Steve Fernando Pedraza; et al.</p>	<p>La exposición nocturna a una variedad de aromas mediante difusores es una técnica de enriquecimiento olfativo que mejora significativamente la memoria verbal en adultos mayores sanos, validando esta vía para potenciar la salud cerebral. (Hernández, M. C. B., Morales, A. V., et al, 2024).</p>
---	------	---	---

6	2023	Aromatherapy for dementia	Ball EL, Owen-Booth B, Gray A., et al	La técnica de enriquecimiento olfativo regular es efectiva para la estimulación, mostrando mejoras en la función cognitiva global y la memoria episódica. El uso de una variedad de esencias potencia el resultado.(Ball EL, et al,2020).
<hr/>				
7	2020	The Effect of Providing Lavender Aromatherapy on The Quality of Sleep in The Elderly in Gunamekar Village, Bungbulang District Garut District 2023	Siti Maryanti, Vivi Silawati, & Anni Suciawati.	La inhalación de lavanda, aunque relajante, demostró un efecto positivo en la memoria a corto plazo y la capacidad de atención en adultos mayores, probablemente facilitado por la reducción de la ansiedad. (Maryanti et al., 2024).
<hr/>				
8	2024	Benefits of ludotherapy in elderly cognitive decline in a Aguascalientes rest home	Dulce K. Flores-Gutiérrez, Mario A. Ortega-Tovar; et al.	La técnica de juegos de mesa tradicionales grupales (ej. dominó, cartas) fomenta la orientación social, la atención sostenida y reduce el aislamiento, mejorando el estado cognitivo general. (Flores-Gutiérrez et al., 2020).

9	2022	Cognitive stimulation and cognitive results in older adults: A systematic review and meta-analysis	Isabel Gomez-Soria, Isabel Iguacel , Alejandra Aguilar-Calatayud ; et al.	La ludoterapia grupal, como forma de Estimulación Cognitiva (EC), tiene efectos positivos en la memoria y la velocidad de procesamiento en adultos mayores. Además, el componente social del juego favorece la interacción, la comunicación y la participación activa, aspectos que contribuyen al bienestar emocional y a la motivación durante las sesiones terapéuticas. (Gómez-Soria et al., 2023).
10	2019	Cognitive stimulation in older adults: innovative practice supporting successful aging and self-care	Apóstolo An J, Bobrowicz-Campos E., et al-	La implementación de actividades lúdicas como juegos de mesa y dinámicas de grupo fomenta un envejecimiento exitoso al combinar la estimulación de la memoria con la interacción social y el autocuidado. Estas actividades promueven la participación activa, y el bienestar emocional del adulto mayor. (Apóstolo J et al., 2019).

11	2024	The effectiveness of digital game-based cognitive training for older adults: A systematic review and meta-analysis	Chan, H. C., et al.	La intervención basada en juegos digitales (ludoterapia computarizada) es efectiva para mejorar la función cognitiva general y las Funciones Ejecutivas (velocidad de procesamiento, atención) en adultos mayores sanos y con DCL. (Kim et al., 2024).
----	------	--	---------------------	--

Entre las técnicas más utilizadas destacan la terapia de reminiscencia y la musicoterapia. La evocación de recuerdos significativos mediante fotografías, música y otros elementos activa la memoria y mejora el bienestar emocional, siendo efectiva incluso en personas con Alzheimer (Cueva et al., 2015; Córdova-Burgos & Guevara-Guerrero, 2024). De forma complementaria, la musicoterapia, mediante secuencias rítmicas y reconocimiento de canciones, favorece la atención, el razonamiento y otras funciones cognitivas en adultos mayores con deterioro cognitivo leve (Moxo-Pérez et al., 2024; Di Maria et al., 2024).

El uso de aromas específicos constituye otra estrategia efectiva. La exposición a diversos olores mejora la función cognitiva, disminuye la ansiedad y potencia la relajación (Hernández et al., 2024; Ball EL et al., 2020; Maryanti et al., 2024). La terapia ocupacional puede integrar esta estrategia dentro de rutinas personalizadas, estimulando tanto la cognición como la motivación del adulto mayor.

Los juegos tradicionales y digitales fortalecen la memoria, la atención, las funciones ejecutivas y promueven la interacción social (Flores-Gutiérrez et al., 2020; Gómez-Soria et al., 2023; Apóstolo J et al., 2019; Kim et al., 2024).

En conjunto, estas técnicas combinan componentes cognitivos, emocionales y sociales, evidenciando un enfoque integral desde la terapia ocupacional que permite mantener y potenciar el funcionamiento cognitivo en los adultos mayores.

Tabla 3

Estudios seleccionados para el cumplimiento del Objetivo específico 3: Describir las alteraciones que presentan las personas con deterioro cognitivo en sus actividades de la vida diaria.

#	Año de publicación	Título del documento bibliográfico	Autor/es	Conclusiones
1	2016	Predicting Instrumental Activities of Daily Living (IADL)	Shumita Roy; Stephanie Ficarro, Paul Duberstein, Benjamin P. Chapman., et al.	El deterioro de las actividades instrumentales de la vida diaria aparece en las etapas iniciales de la demencia e incluso en el deterioro cognitivo leve, afectando tareas como el manejo del dinero o la administración de medicamentos. Esta pérdida progresiva de autonomía genera una sobrecarga económica, social y psicológica en los cuidadores.(Roy et al., 2016).

2 2019 Predictors of instrumental activities of daily living in community-dwelling older adults
Graham J. McDougalla, Areum Hanb, Vincent S. Staggs, David K. Johnsond., et al.
J. El deterioro de las AVD Instrumentales (AIVD) es predicho con mayor precisión por la disfunción de la Función Ejecutiva (manejo de finanzas, medicación). (McDougall et al., 2019).

3 2023 Interrelation between functional decline and dementia: The potential role of balance assessment
Francesca Biasin, Chiara Ceolin, Silvia Celli, Camilla Terziotti, Cecilia Raffaelli, et al.
La afectación en las actividades instrumentales de la vida diaria en personas con deterioro cognitivo leve es el factor más fuerte para predecir la incidencia de progresión a demencia (Biasin et al., 2023).

4 2021 The Role of Cognitive Function in Predicting Instrumental Activities of Daily Living
Pope, Caitlin Bell, Tyler Downer, Brian Milani, Sadaf Roach, Lauren Crowe, Michael.
La función cognitiva es un fuerte predictor del deterioro en las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria en adultos mayores. Esto describe directamente las primeras alteraciones funcionales que experimentan las personas con

		Decline in Older Adults	deterioro cognitivo, afectando su capacidad en las AVD. (Pope et al., 2021).
5	2024	Motor and Nonmotor Measures and Declining Daily Physical Activity in Older Adults Shahram Oveisgharan; Tianhao Wang; & Jeffrey M. Hausdorff	La disminución de la velocidad al moverse está directamente relacionada con la dificultad para realizar las actividades cotidianas, creando así una relación entre el deterioro físico y el desarrollo de la dependencia funcional (Oveisgharan et al., 2024).
6	2021	Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal E. Calatayud; A. Gómez-Cabello; I. Gómez-Soria	Las personas adultas mayores que presentan algún problema en sus capacidades cognitivas suelen tener más complicaciones para realizar sus actividades diarias, desde la más sencillas a las más completa. (Calatayud et al., 2021).
		Estimación del estado cognitivo y	Las personas adultas mayores con deterioro cognitivo presentan

7	2023	<p>su incidencia en la calidad de vida de los adultos mayores en la ciudad de Manta-Ecuador.</p>	<p>Moreira Valencia, J. E.</p>	<p>dificultades significativas para realizar actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, como el manejo de medicamentos, la preparación de alimentos y el control de sus finanzas, lo cual afecta directamente su autonomía y calidad de vida (Moreira Valencia, 2023).</p>
<hr/>				
8	2017	<p>Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento o cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores.</p>	<p>Eduardo José Fernández Rodríguez; Celia Sánchez Gómez; María Luisa Monroy Pérez; Fausto José Barbero Iglesias & José Ignacio Calvo Arenillas</p>	<p>El deterioro cognitivo leve en las personas de edad avanzada implica la pérdida progresiva de habilidades tales como la planificación y la movilidad que se requieren para la ejecución de las actividades de la vida diaria. Por ello, es fundamental realizar intervenciones enfocadas en la estimulación cognitiva, favoreciendo el mantenimiento de habilidades de la persona. (Fernández Rodríguez et al., 2018).</p>

9	2019	Fortalecimien to de las funciones cognitivas en adultos mayores con discapacidad	Ortiz & Gallegos.	El deterioro cognitivo en adultos mayores ocasiona una pérdida gradual de la comunicación, y la movilidad impactando directamente la calidad vida de la persona, generando un aumento a la necesidad de apoyo para ejecutar las AVD. (Ortiz & Gallegos, 2018).
---	------	--	-------------------------	---

10	2023	Interventions Within the Scope of Occupational Therapy to Improve Cognitive Performance for Individuals with Dementia and Mild Cognitive (2018-2022)	Lizabeth Metzger, Laura Henley, Stacy Smallfield, Melissa Green, & Elizabeth K Rhodus	Las personas con deterioro cognitivo experimentan dificultades en la memoria, la organización y la capacidad para valerse por si mismo. Estas dificultades impactan directamente en realización de sus actividades cotidianas, por lo cual el individuo enfrenta desafíos que limitan su dependencia y generan un impacto negativo en su bienestar general. (Metzger et al., 2023).
----	------	--	---	---

11	2023	Sarcopenia y funciones cognitivas en adultos mayores ecuatorianos.	La disminución de fuerza y masa muscular, es conocida como sarcopenia, en los adultos mayores limita la autonomía y la calidad de vida de las personas mayores.(Del Brutto, 2023).
----	------	--	--

El deterioro cognitivo en adultos mayores impacta de manera directa la realización de actividades básicas como instrumentales (Roy et al., 2016; McDougall et al., 2019; Biasin et al., 2023; Pope et al., 2021). Incluso quienes presentan deterioro cognitivo leve muestran dificultades crecientes que impactan su autonomía y calidad de vida. (Calatayud et al., 2021; Moreira Valencia, 2023; Fernández Rodríguez et al., 2018; Ortiz & Gallegos, 2018).

La disminución de movilidad y fuerza también dificulta realizar actividades cotidianas y aumenta la dependencia (Oveisgharan et al., 2024; (Del Brutto, 2023). Estas condiciones evidencian la relación entre las capacidades físicas y funcionalidad cognitiva, destacando la necesidad de intervenciones ocupacionales preventivas y adaptativas.

La terapia ocupacional juega un papel fundamental al diseñar estrategias combinadas de estimulación cognitiva y apoyo funcional, adaptando actividades y el entorno para mantener la autonomía de la persona (Metzger et al., 2023).

Las dificultades en las AVD muestran cómo el deterioro cognitivo limita la independencia del adulto mayor. Desde la perspectiva de la terapia ocupacional, estos hallazgos subrayan la importancia de diseñar intervenciones centradas en la persona, que fomenten la autonomía, adapten las tareas a sus capacidades y promuevan su participación activa en la vida cotidiana.

Discusión

Al examinar la literatura científica, se confirma que las alteraciones cognitivas en la población adulta mayor constituyen un fenómeno creciente asociado al envejecimiento poblacional (OMS, 2024). Estos cambios impactan directamente en la autonomía de la persona. Ante ello, la terapia ocupacional cumple un papel esencial en la preservación del desempeño ocupacional mediante intervenciones preventivas y oportunas.

Entre las técnicas de estimulación cognitiva más utilizadas, se identificaron estrategias como la ludoterapia, la reminiscencia, la aromaterapia y la musicoterapia. Estas técnicas no solo buscan mantener y mejorar las capacidades cognitivas, sino que también fortalecen dimensiones emocionales y sociales (Livingston et al., 2020) . Su aplicación TO permite que la intervención trascienda el ejercicio cognitivo aislado, integrando actividades significativas que promuevan la identidad personal, la comunicación y el bienestar general.

El deterioro cognitivo impacta progresivamente en las actividades de la vida diaria. Inicialmente se ven afectadas son las actividades instrumentales, a medida que la alteración cognitiva avanza, pueden comprometerse las actividades básicas de la vida diaria, por lo cual, tendrá limitaciones en su dependencia y requerirá de un cuidador. Estos hallazgos permiten constatar que los programas de estimulación cognitiva ejercen un efecto positivo en la preservación de la funcionalidad, ya que buscan ralentizar la progresión del deterioro y mantener el mayor grado de independencia posible.

La terapia ocupacional es indispensable en este proceso, ya que aborda de manera integral el bienestar del adulto mayor mediante actividades significativas y adaptadas a sus necesidades e intereses. Así, se reafirma que la estimulación cognitiva no solo favorece el rendimiento cognitivo, sino que también fortalece la participación social, la autoestima y la calidad de vida de los adultos mayores.

Conclusiones

Las alteraciones cognitivas en los adultos mayores se presentan de manera frecuente y progresiva, afectando la memoria, el razonamiento y la atención. Estos cambios generan limitaciones en la autonomía de la persona, lo que demuestra la importancia de implementar programas de detección temprana y tomar acciones preventivas para promover un envejecimiento activo y saludable.

La estimulación cognitiva permite mantener las funciones mentales y emocionales del adulto mayor. Al utilizar las técnicas de la EC e implementar actividades como escuchar música, usar aromas o juegos para recordar su pasado estamos ejercitando la memoria y fortaleciendo la independencia del mismo. Al estar la intervención personalizada permitirá potenciar los resultados, favoreciendo el bienestar general del usuario.

El deterioro cognitivo influye en la participación de las actividades básica e instrumentales de la vida diaria, lo que puede llevar a la dependencia y pérdida de autonomía de la persona. Los programas de estimulación cognitiva que ofrece la terapia ocupacional, contribuyen a mantener y mejorar la independencia, reforzando las habilidades y capacidades que aún conserva el individuo.

La terapia ocupacional considera no solo los aspectos cognitivos, sino también los emocionales, físico y sociales de las personas mayores mediante actividades significativas que impulsen su independencia. De este modo, la estimulación cognitiva desde esta área se establece como una herramienta clave para promover un envejecimiento activo y funcional.

Recomendaciones

Los programas y proyectos dirigidos a la población de adultos mayores deben priorizar la prevención del deterioro cognitivo, promoviendo la salud mental y un envejecimiento activo. Implementar estrategias de estimulación cognitiva permitirá conservar aquellas funciones y reducir el riesgo de dependencia de la persona.

La estimulación cognitiva debe de implementarse de manera continua en espacios terapéuticos y/o comunitarios, incorporando estrategias como la musicoterapia, aromaterapia, reminiscencia y ludoterapia, se podrá potenciar la memoria, la atención e incluso la participación social de los adultos mayores.

El rol del terapeuta ocupacional es fundamental en las intervenciones de EC, estas constan de actividades personalizadas que se adaptan a la persona, integrando aspectos cognitivos, físicos, emocionales y sociales. Al planificar actividades que se alineen con las habilidades, capacidades, intereses de cada usuario se promueve la autonomía, la funcionalidad y una mejor calidad de vida.

Es fundamental que los cuidadores y profesionales geriátricos estén en constante formación acerca de la importancia de la estimulación cognitiva y sus estrategias. Esto garantiza que la intervención sea integral y efectivo en el adulto mayor.

Referencias bibliográficas

- Alvares Pereira, G., et al (2022). Cognitive reserve and brain maintenance in aging and dementia: An integrative review. *Applied neuropsychology. Adult*, 29(6), 1615-1625.
<https://doi.org/10.1080/23279095.2021.1872079>
- Apóstolo J, Bobrowicz-Campos E., et al). COGNITIVE STIMULATION IN OLDER ADULTS: AN INNOVATIVE GOOD PRACTICE SUPPORTING SUCCESSFUL AGING AND SELF-CARE. *Translational Medicine*.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6581488/pdf/tm-19-090.pdf>
- Bacigalupo, I., Mayer, F., Lacorte, E., Di Pucchio, A., Marzolini, F., Canevelli, M., Di Fiandra, T., & Vanacore, N. (2018). A Systematic Review and Meta-Analysis on the Prevalence of Dementia in Europe: Estimates from the Highest-Quality Studies Adopting the DSM IV Diagnostic Criteria. *Journal of Alzheimer's disease: JAD*, 66(4), 1471-1481.
<https://doi.org/10.3233/JAD-180416>
- Barrios Hernández, M. C., Vasquez Morales, A., Pedraza Vargas, S. F., & Soler Jiménez, M. A. (2024). Vista de Percepción de los Adultos Mayores sobre el Uso de los aceites Esenciales Durante la Neurorehabilitación de las Funciones Cognitivas de Memoria y Atención. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/12247/17781>
- Biasin, F., Ceolin, C., Celli, S., Terziotti, C., Raffaelli, C., Bontempi, C., Devita, M., De Rui, M., Sergi, G., & Coin, A. (2023). Interrelation between functional decline and dementia: The potential role of balance assessment. *Human Movement Science*, 89, 103095. <https://doi.org/10.1016/J.HUMOV.2023.103095>

- Calatayud, E., Gómez-Cabello, A., & Gómez-Soria, I. (2021). Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal: ensayo clínico aleatorizado. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 44(3), 361-372. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0961>
- Cao, Q., Tan, C. C., Xu, W., Hu, H., Cao, X. P., Dong, Q., Tan, L., & Yu, J. T. (2020). The Prevalence of Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Alzheimer's disease : JAD*, 73(3), 1157-1166. <https://doi.org/10.3233/JAD-191092>
- Cigarroa, I., Lasserre-Laso, N., Zapata-Lamana, R., Leiva-Ordóñez, A. M., Troncoso-Pantoja, C., Martínez-Sanguinetti, M. A., Villagrán, M., Nazar, G., Díaz, X., Petermann-Rocha, F., & Celis-Morales, C. (2020). Asociación entre la velocidad de marcha y el riesgo de deterioro cognitivo en personas mayores que viven en la comunidad. *Gerokomos*, 31(4), 204-210. <https://doi.org/s1134-928x2020000500002>
- Córdova-Burgos, K. & Guevara-Guerrero, N. (2024). Exploración de técnicas de reminiscencia como forma de estimulación cognitiva en la enfermedad de Alzheimer. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 8(15), 28-39. <https://doi.org/10.35381/s.v.v8i15.3195>
- Cueva, A. V., Sánchez Pástor, F., & Sarango, Y. V. (2015). *Influence of Reminiscence Therapy in the memory of the Elderlin Malacatos, Loja*.
- Del Brutto, O. H., Zambrano, M., & Lama, J. (2023). Sarcopenia y funciones cognitivas en adultos mayores ecuatorianos. *Revista Ecuatoriana de Neurología* . <https://revecuatneurol.com/wp-content/uploads/2017/09/REN-Vol-26-N2.pdf>
- Duque, P. A., Hincapié Ramírez, D., & Henao Trujillo, O. M. (2022). Efectividad de un programa de estimulación cognitivas en la prevención del deterioro mental en los

- adultos mayores : estimulación cognitiva en adultos mayores. *Archivos de Medicina*, 22(1). <https://doi.org/10.30554/ARCHMED.22.1.3979.2022>
- Espinoza, Z. E. L., Fajardo-Ramos, E., López-González, Á., Martínez-Villanueva, R. M., & Villanueva-Benites, M. E. (2020). Cognition and functional capacity in the elderly adult. *Salud Uninorte*, 36(1), 124-139. <https://doi.org/10.14482/sun.36.1.618.97>
- Fernández Rodríguez, E. J., Sánchez Gómez, C., Monroy Pérez, M., et al (2018). Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores. *Gerokomos*, 29(2), 65-71. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2018000200065&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Flores-Gutiérrez, D., Ortega-Tovar, M., Martínez-Rodríguez, J., Rodríguez-Cuellar, M., & Gómez-Cardona, J. (2020). Beneficios de la ludoterapia en el deterioro cognitivo de los adultos mayores en una casa de reposo de Aguascalientes. *Revista de Enfermería Neurológica*, 19(1), 25-31. <https://doi.org/10.51422/REN.V19I1.287>
- Giles, G. M., Radomski, M. V., Wolf, T. J., Champagne, T., Corcoran, M. A., Kuhaneck, H. M., Tracy Morrison, M., Nadeau, B., Obermeyer, I., Toglia, J., & Dorsey, J. (2019). Cognition, Cognitive Rehabilitation, and Occupational Performance. *The American Journal of Occupational Therapy*, 73(Supplement_2), 7312410010p1-7312410010p25. <https://doi.org/10.5014/AJOT.2019.73S201>
- Gómez-Soria, I., Iguacel, I., Aguilar-Latorre, A., Peralta-Marrupe, P., Latorre, E., Zaldívar, J. N. C., & Calatayud, E. (2023). Cognitive stimulation and cognitive results in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 104, 104807. <https://doi.org/10.1016/J.ARCHGER.2022.104807>

- Inec. (2024). *Desafíos y oportunidades para el Ecuador ante el envejecimiento poblacional: inec destaca datos claves en el día mundial de la población – instituto nacional de estadística y censos*. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/desafios-y-oportunidades-para-el-ecuador-ante-el-envejecimiento-poblacional-inec-destaca-datos-claves-en-el-dia-mundial-de-la-poblacion/>
- Intriago Ceme, V., & Rodas, J. A. (2024). Vista de Programas de entrenamiento cognitivo para la mejora de actividades de la vida diaria del adulto mayor. *Psidial-psicología y diálogo de saberes*. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/psicologia/article/view/6412/9203>
- J. Gutiérrez Rodríguez y G. Guzmán Gutiérrez. (2017). Definition and prevalence of mild cognitive impairment. *Revista Espanola de Geriatria y Gerontologia*, 52, 3-6. [https://doi.org/10.1016/S0211-139X\(18\)30072-6](https://doi.org/10.1016/S0211-139X(18)30072-6)
- Kim, S., Wang, S.-M., Kang, D. W., Um, Y. H., Yoon, H. M., Lee, S., Choe, Y. S., Kim, R. E., Kim, D., Lee, C. U., & Lim, H. K. (2024). Development of a prediction model for cognitive impairment of sarcopenia using multimodal neuroimaging in non-demented older adults. *Alzheimer's & Dementia The journal of the alzheimer's Association*. <https://doi.org/10.1002/alz.14054>
- Leitón Espinoza, Z. E., Fajardo-Ramos, E., López-González, Á., Martínez-Villanueva, R. M., & Villanueva-Benites, M. E. (2019). Cognición y capacidad funcional en el adulto mayor Cognition and Functional Capacity in the Elderly Adult. *SaludUninorte*, 36(1), 2020. <https://doi.org/10.14482/sun.36.1.618.97>
- Livingston, G., Huntley, J., Sommerlad, A., Ames, D., Ballard, C., Banerjee, S., Brayne, C., Burns, A., Cohen-Mansfield, J., Cooper, C., Costafreda, S. G., Dias, A., Fox, N., Gitlin, L. N., Howard, R., Kales, H. C., Kivimäki, M., Larson, E. B., Ogunniyi, A., ... Mukadam, N. (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the

- Lancet Commission. En *The Lancet* (Vol. 396, Número 10248, pp. 413-446). Lancet Publishing Group. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30367-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30367-6)
- Maryanti, S., Silawati, V., & Suciawati, A. (2024). The Effect of Providing Lavender Aromatherapy on The Quality of Sleep in The Elderly in Gunamekar Village, Bungbulang District Garut District 2023. *Women, Midwives, and Midwifery*. <https://doi.org/10.36749/wmm.4.2.34-42.2024>
- McDougall, G. J., Han, A., Staggs, V. S., Johnson, D. K., & McDowd, J. M. (2019). Predictors of instrumental activities of daily living in community-dwelling older adults. *Archives of Psychiatric Nursing*, 33(5), 43-50. <https://doi.org/10.1016/J.APNU.2019.08.006>
- Metzger, L., Henley, L., Smallfield, S., Green, M., & Rhodus, E. K. (2023). Interventions Within the Scope of Occupational Therapy to Improve Cognitive Performance for Individuals with Dementia and Mild Cognitive Impairment (2018-2022). *The American journal of occupational therapy : official publication of the American Occupational Therapy Association*, 77(Suppl 1). <https://doi.org/10.5014/AJOT.2023.77S10026>
- Moreira Valencia, J. E. (2023). *Estimación del estado cognitivo y su incidencia en la calidad de vida de los adultos mayores en la ciudad de Manta – Ecuador*. 2(1). <https://doi.org/10.35290/ru.v2n1.2023.854>
- Moxo-Pérez, J. E., Fernández-Vázquez, M. U., Sánchez-Cabrera, E., Quiroz-Meléndez, J. G., Moxo-Pérez, J. E., Fernández-Vázquez, M. U., Sánchez-Cabrera, E., & Quiroz-Meléndez, J. G. (2024). Efectividad de la musicoterapia vs. estimulación cognitiva en adultos mayores con deterioro cognitivo leve. *Revista mexicana de medicina familiar*, 11(3), 67-73. <https://doi.org/10.24875/RMF.24000008>
- Muñoz-González, D. (2018). La estimulación cognitiva como estrategia para la atención psicogerontológica a los adultos mayores con demencia Cognitive stimulation as a

- strategy for psychogerontological care for the elderly with dementia. En *Revista Cubana de Salud Pública* (Vol. 44, Número 3). <http://scielo.sld.cu>
- OMS. (2024). *Envejecimiento y salud*. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health>
- Ortiz, Y., & Gallegos, M. (2018). Fortalecimiento de las funciones cognitivas en adultos mayores con discapacidad. En *La inclusión de las TIC en la educación de personas con discapacidad: relatos de experiencias* (pp. 128-139). Editorial Abya-Yala. <https://doi.org/10.7476/9789978104958.0011>
- Oveisgharan, S., Wang, T., Hausdorff, J. M., Bennett, D. A., & Buchman, A. S. (2024). Motor and Nonmotor Measures and Declining Daily Physical Activity in Older Adults. *JAMA Network Open*, 7(9), e2432033-e2432033. <https://doi.org/10.1001/JAMANETWORKOPEN.2024.32033>
- Owen-Booth, Ball El, Gray A, Shenkin SD, Hewitt J, & McCleery J. (2020). Aromatherapy for dementia (Review). *Cochrane Library*. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003150.pub3>
- Pope, C., Bell, T., Downer, B., Milani, S., Roach, L., & Crowe, M. (2021). Instrumental Activities of Daily Living Difficulties Predict Cognitive Decline in Older Puerto Rican Adults. *Innovation in Aging*, 5(Suppl 1), 237. <https://doi.org/10.1093/GERONI/IGAB046.914>
- Powell, A., Page, Z. A., Close, J. C. T., Sachdev, P. S., & Brodaty, H. (2023). Defining exceptional cognition in older adults: A systematic review of cognitive super-ageing. *International Journal of Geriatric Psychiatry*. <https://doi.org/10.1002/gps.6034>

- Prince, M., Comas-Herrera, A., Knapp, M., Guerchet, M., & Karagiannidou, M. (2016). *Improving healthcare for people living with dementia coverage, Quality and costs now and In the future*. www.daviddesigns.co.uk
- Prince, M., Wimo, A., Guerchet, M., Claire Ali, G., Wu, Y.-T., & Prina, M. (2015). World Alzheimer Report 2015 The Global Impact of Dementia An Analysis of prevalence, Incidence, cost And Trends. *Alzheimer's Disease Internacional*. www.alz.co.uk/worldreport2015corrections
- Roy, S., Ficarro, S., Duberstein, P., Chapman, B. P., Dubovsky, S., Paroski, M., Szigeti, K., & Benedict, R. H. B. (2016). Executive Function and Personality Predict Instrumental Activities of Daily Living in Alzheimer Disease. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, *24*(11), 1074-1083. <https://doi.org/10.1016/J.JAGP.2016.06.014>
- Ruiz-Tagle, C., Góngora, B., Ortega, A., Bello-Lepe, S., González-Hidalgo, C., Rohde, G., Iturrieta, I., Osorio, M., Cáseres, A., Ruiz-Tagle, C., Góngora, B., Ortega, A., Bello-Lepe, S., González-Hidalgo, C., Rohde, G., Iturrieta, I., Osorio, M., & Cáseres, A. (2021). Efecto de una intervención no farmacológica multidimensional en un grupo de personas con deterioro cognitivo leve. *Revista médica de Chile*, *149*(11), 1569-1578. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872021001101569>
- Sugimoto, T., Crane, P. K., Choi, S.-E., Fujita, K., Gallée, J., Kuroda, Y., Lee, M., Matsumoto, N., Nakamura, A., Noma, H., Omura, T., Onoyama, A., Scollard, P., Uchida, K., Yokoyama, Y., Arai, H., & Sakurai, T. (2025). Multidomain interventions for preventing cognitive decline in older adults with type 2 diabetes and mild cognitive impairment: Secondary analysis of the J-MINT. *The Journal of Aging Research & Lifestyle*, *14*, 100016. <https://doi.org/10.1016/J.JARLIF.2025.100016>

Anexos

Matriz de artículos

Base de Datos/ Revista	Título de Artículo de Investigación	Autor y Año de Publicación	Enlace
The journal of the alzheimer's Association	Development of a prediction model for cognitive impairment of sarcopenia using multimodal neuroimaging in demented older adults	Sunghwan Kim; Sheng- Min Wang; Dong Woo Kang; Yoo Hyun Um; Han Min Yoon; Soyoung Lee; Yeong Sim Choe, et al. (2024)	DOI: 10. 1002/alz. 14054
International Journal of Geriatric Psychiatry	Defining exceptional cognition in older adults: A systematic review of cognitive super-ageing	Alice Powell; Zara A. Page; Jacqueline C.T. Close; Perminder S. Sachdev; & Henry Brodaty. (2023)	DOI: 10. 1002/gps .6034
Journal of Alzheimer's Disease	The Prevalence of Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis	Qing Caoa; Chen- Chen Tanb; Wei Xub; Hao Hub; Xi-Peng Caoc; et al. (2020)	DOI: 1 0.3233/ JAD- 191092

<p>Journal of Alzheimer's Disease</p>	<p>A Systematic Review and Meta-Analysis on the Prevalence of Dementia in Europe: Estimates from the Highest-Quality Studies Adopting the DSM IV Diagnostic Criteria</p>	<p>Ilaria Bacigalupo; Flavia Mayera; Eleonora Lacorte; Alessandra Di Pucchio; Fabrizio Marzolinia; Marco Canevelli; Teresa Di Fiandrac & Nicola Vanacorea (2018)</p>	<p>DOI: 10.3233/JAD-180416</p>
<p>Journal of the Lancet</p>	<p>Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission</p>	<p>Gill Livingston, Jonathan Huntley, Andrew Sommerlad, David Ames, Clive Ballard, Sube Banerjee, Carol Brayne, et al. (2020)</p>	<p>DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30367-6</p>
<p>Alzheimer's Disease International (ADI)</p>	<p>The global impact of dementia: an analysis of prevalence, incidence, cost and trends</p>	<p>Martin Prince; Andres Wimo; Maëlen Guerchet; Gemma-Claire Ali; Yu-Tzu Wu; Matthew Prina (2016)</p>	<p>https://www.alzint.org/u/WorldAlzheimerReport2015.pdf</p>

Revista Salud Uninorte	Cognición y capacidad funcional en el adulto mayor	Zoila Esperanza Leitón Espinoza; Elizabeth Fajardo-Ramos; Ángel López-González., et al (2020)	https://doi.org/10.14482/sun.36.1.618.97
Revista médica de Chile	Efecto de una intervención no farmacológica multidimensional en un grupo de personas con deterioro cognitivo leve e las funciones ejecutivas	Carolina Ruiz-Tagle, Begoña Góngora, Alonso Ortega, Sebastián Bello, Catalina González-Hidalgo, et al. (2019)	http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872021001101569
Applied neuropsychology Adult	Cognitive reserve and brain maintenance in aging: A review of structural and functional evidence	Gabriela Alvares Pereira, Maria Vânia Silva Nunes., et al (2023)	DOI: 10.1080/23279095.2021.1872079
Gerokomos	Asociación entre la velocidad de marcha y el riesgo de deterioro cognitivo en personas mayores	Igor Cigarroa; Nicole Lasserre-Laso; Rafael Zapata-Lamana; et al. (2020)	https://dx.doi.org/10.134928x2020000500002

<p>The Journal of Aging Research & Lifestyle</p>	<p>Multidomain interventions for preventing cognitive decline in older adults with type 2 diabetes and mild cognitive impairment</p>	<p>Taiki Sugimoto, Paul K Crane, Seo-Eun Choi,Kosuke Fujita, Jeanne Gallée, et al. (2022)</p>	<p>DOI: 10.1016/j.jarlif.2025.100016</p>
<p>Educación, Arte, Comunicación: Revista Académica E Investigativa</p>	<p>Influencia de la terapia de reminiscencia en la memoria del adulto mayor en Malacatos, Loja.</p>	<p>Alba Valarezo Cueva, Franklin Sánchez Pástor, & Yadyra Vega Sarango, (2015)</p>	<p>https://revistas.unl.edu.ec/index.php/eac/article/view/309/282</p>
<p>Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida</p>	<p>Exploración de técnicas de reminiscencia como forma de estimulación cognitiva en la enfermedad de Alzheimer</p>	<p>Katherine Susana Córdova-Burgos; Nohely Lisbeth Guevara-Guerrero, (2024)</p>	<p>https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.5.3195</p>

<p>Revista Mexicana de Medicina Familiar</p>	<p>Efectividad de la musicoterapia vs. estimulación cognitiva en adultos mayores con deterioro cognitivo leve</p>	<p>José E. Moxo-Pérez, María U. FernándezVázquez, Elisa Sánchez-Cabrera y José G. Quiroz-Meléndez (2024)</p>	<p>https://doi.org/10.24875/rmf.24000008</p>
<p>ECOS: Revista Científica</p>	<p>Musicoterapia: un dispositivo interdisciplinario de estimulación cognitiva para adultos mayores</p>	<p>Di Maria, G. C., Luberriaga, D., & Chuchuy, I. (2024)</p>	<p>DOI: https://doi.org/10.24215/27186199e036</p>
<p>Revista Científica Multidisciplinar</p>	<p>Percepción de los adultos mayores sobre el uso de los aceites esenciales durante la neurorehabilitación de las funciones cognitivas de memoria y atención</p>	<p>María Claudia Barrios Hernández, Andrea Vasquez Moral; Steve Fernando Pedraza; et al (2024)</p>	<p>DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12247</p>

Cochrane Library	Aromatherapy for dementia	Ball EL, Owen-Booth B, Gray A, Shenkin SD., et al (2023)	DOI: 10.1002/14651858.CD003150.pub3
Revista de Enfermería Neurológica	Benefits of ludotherapy in elderly cognitive decline in a Aguascalientes rest home	Dulce K. Flores-Gutiérrez, Mario A. Ortega-Tovar; et al, (2024)	DOI: 10.51422/re.n.v19i1.287
Archives of Gerontology and Geriatrics	Cognitive stimulation and cognitive results in older adults: A systematic review and meta-analysis	Isabel Gomez-Soria, Isabel Iguacel Alejandra Aguilar-Calatayud; et al, (2022)	DOI: 10.1016/j.archger.2022.104807
Journal of Translational Medicine	Cognitive stimulation in older adults: An innovative good practice supporting successful aging and self-care	Apóstolo J, Bobrowicz-Campos E, Gil I, Silva R, Costa P, Couto F, Cardoso D, Almeida M. (2019)	ID: PMC6581488

The American Journal of Geriatric Psychiatry	Executive Function and Personality Predict Instrumental Activities of Daily Living in Alzheimer Disease	Shumita Roy; Stephanie Ficarro, Paul Duberstein, Benjamin P. Chapman., et al. (2016)	DOI: 10.1016/j.jagp.2016.06.014
Arch Psychiatr Nurs	Predictors of instrumental activities of daily living in community-dwelling older adults	Graham J. McDougalla, Areum Hanb, Vincent S. Staggsc., et al (2019)	DOI: 10.1016/j.apnu.2019.08.006
Ciencia del Movimiento Humano	Interrelation between functional decline and dementia: The potential role of balance assessment	Francesca Biasin, Chiara Ceolin, Silvia Celli, Camilla Terziotti, Cecilia Raffaelli, et al. (2023)	DOI: 10.1016/j.humo.2023.103095
Innovation in Aging	The Role of Cognitive Function in Predicting Instrumental Activities of Daily Living Decline in Older Adults	Pope, Caitli, Bell, Tyler, Downer, Brian Milani, Sadaf Roach, et al (2021)	DOI: 10.1093/geron/i-gab046.914

JAMA Network Open	Motor and Nonmotor Measures and Declining Daily Physical Activity in Older Adults	Shahram Oveisgharan; Tianhao Wang; & Jeffrey M. Hausdorff (2024)	DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2024.32033
Anales del Sistema Sanitario de Navarra	Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal	E. Calatayud; A. Gómez-Cabello; I. Gómez-Soria, (2021)	https://dx.doi.org/10.23938/assn.0961
Gerokomos	Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores.	Eduardo José Fernández Rodríguez; Celia Sánchez Gómez; María Luisa Monroy Pérez; Fausto José Barbero Iglesias & José Ignacio Calvo Arenillas (2017)	Gerokomos. 2018;29(2):65-71
La inclusión de las TIC en la educación de personas con discapacidad	Fortalecimiento de las funciones cognitivas en adultos mayores con discapacidad	Ortiz & Gallegos (2019)	DOI:10.7476/9789978104958.0011

ESTIMULACIÓN COGNITIVA DEL ADULTO MAYOR DESDE LA TERAPIA OCUPACIONAL"



Nombre del documento: ESTIMULACIÓN COGNITIVA DEL ADULTO MAYOR DESDE LA TERAPIA OCUPACIONAL".docx
ID del documento: 40b18bb72e15a8dfbcc7f1be35e29011c462f7e1
Tamaño del documento original: 234,42 kB

Depositante: TYRON MOREIRA LOPEZ
Fecha de depósito: 21/1/2026
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 21/1/2026

Número de palabras: 10.175
Número de caracteres: 71.788

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	scielo.jscii.es Una revisión crítica sobre la aplicación de estimulación cognitiva ... 18 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (219 palabras)
2	repositorio.uleam.edu.ec Steam y Neuroeducación para el desarrollo de comp... 10 fuentes similares	1%		Palabras idénticas: 1% (134 palabras)
3	ve.scielo.org Exploración de técnicas de reminiscencia como forma de estimula... 8 fuentes similares	1%		Palabras idénticas: 1% (126 palabras)
4	repositorio.uleam.edu.ec La desnutrición infantil y su impacto en el desarrollo ... 10 fuentes similares	1%		Palabras idénticas: 1% (117 palabras)
5	revistas.unl.edu.ec 8 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (92 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	ouci.dntb.gov.ua 8 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (38 palabras)
2	www.scielo.sld.cu Efectos de la intervención neurocognitiva en adultos mayor... 8 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (36 palabras)
3	Documento de otro usuario #214950 Viene de de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (36 palabras)
4	inta.uchile.cl Enfermedad de Alzheimer: un riesgo que podemos reducir - Instit... 8 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (36 palabras)
5	Documento de otro usuario #bc0c5d Viene de de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (39 palabras)

Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas) Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

- <https://doi.org/10.1080/23279095.2021.1872079>
- <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6581488/pdf/tm-19-090.pdf>
- <https://doi.org/10.3233/JAD-180416>
- <https://doi.org/10.1016/J.HUMOV.2023.103095>
- <https://doi.org/10.23938/ASSN.0961>