



Tecnologías de estimulación cognitiva (EC) para el envejecimiento saludable: motivaciones y expectativas de las personas mayores

Antecedentes

El aumento de la esperanza de vida de los últimos años se asocia a una mayor incidencia de enfermedades crónicas como la demencia. Las intervenciones cognitivas tradicionales han sido adaptadas a dispositivos actuales y se han desarrollado nuevos sistemas multimedia. Las intervenciones cognitivas por ordenador se consideran estrategias prometedoras para mantener la función cognitiva de las personas mayores pese a la poca experiencia y familiaridad con estos dispositivos.

Objetivos

Analizar las **expectativas y motivaciones** de un programa de **EC por ordenador** en el **bienestar psicológico y social** de las personas mayores.

Metodología

- N= 83 **personas mayores**
- **Talleres** de memoria individuales por **ordenador** (GRADIOR)
- Cuestionario pre-implementación de expectativas y motivaciones

5. ¿Necesita que alguien le anime para asistir al taller?

NADA	ALGO	NO ESTOY SEGURO	BASTANTE	MUCHO
------	------	-----------------	----------	-------

8. Considero que mi calidad de vida mejorará después del taller

NADA	ALGO	NO ESTOY SEGURO	BASTANTE	MUCHO
------	------	-----------------	----------	-------

10. Me gustaría conocer a nuevas personas en el taller

NADA	ALGO	NO ESTOY SEGURO	BASTANTE	MUCHO
------	------	-----------------	----------	-------

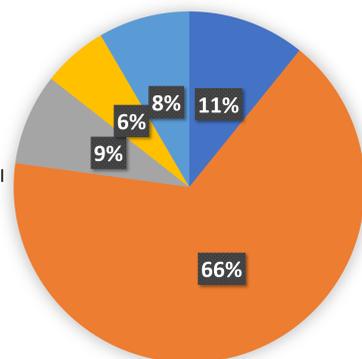
Resultados

Características

- M_{edad} = 74
- Mujeres (69,9%)

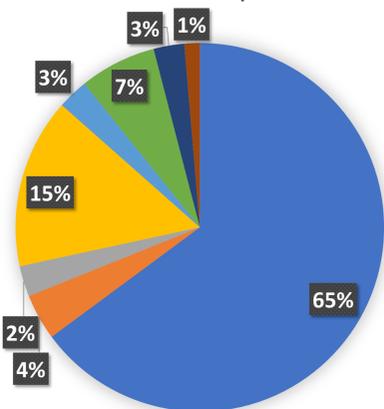
Nivel educación

- Sin estudios
- Primaria
- Secundaria
- Formación profesional
- Enseñanza universitaria



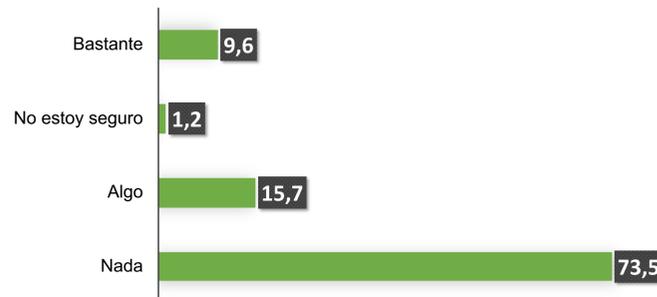
Experiencia con tecnología

- Teléfono móvil
- Ordenador
- Tablet
- Teléfono móvil/ordenador
- Teléfono móvil/Tablet
- Teléfono móvil/ordenador/Tablet
- Teléfono móvil/ordenador/Ebook

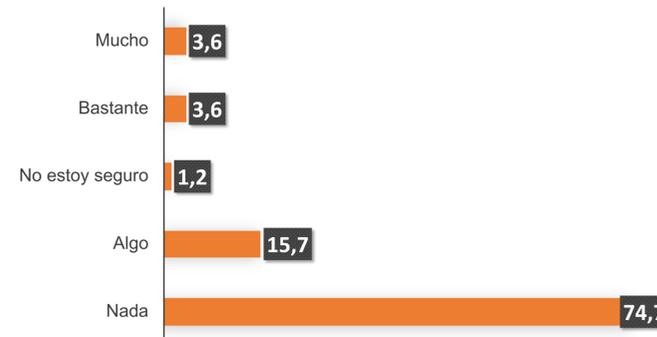


Motivación/dificultades

¿Necesita que alguien le anime para asistir al taller?

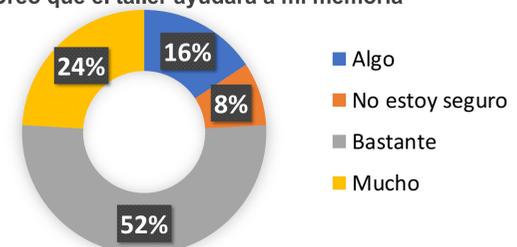


¿Tiene alguna dificultad para acudir al centro?

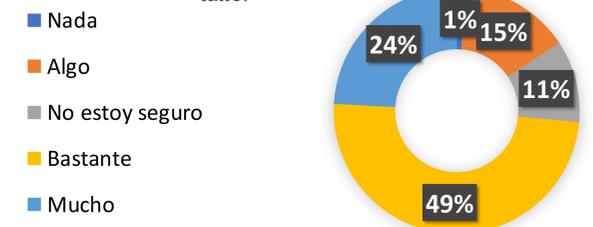


Expectativas

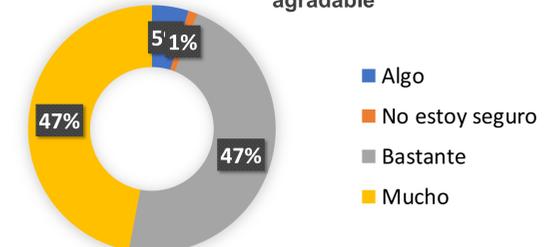
Creo que el taller ayudará a mi memoria



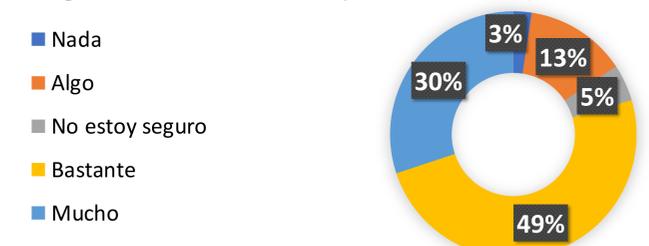
Considero que mi calidad de vida mejorará después del taller



Considero que el taller ocupará mi tiempo libre de manera agradable



Me gustaría conocer a nuevas personas en el taller



Conclusión

Las personas mayores acuden al taller de EC por ordenador con mucha motivación y sin dificultades para acudir al centro. Consideran el taller una actividad de ocio para ocupar el tiempo libre, mejorar su calidad de vida y memoria, además de una oportunidad para ampliar su círculo social.

Bibliografía

1. Meiland, F., Innes, A., Mountain, G., Robinson, L., van der Roest, H., García-Casal, J. A., ... Franco-Martin, M. (2017). Technologies to support community-dwelling persons with dementia: a position paper on issues regarding development, usability, effectiveness and cost-effectiveness, deployment, and ethics. *JMIR*
2. Reijnders, J., van Heugten, C., & van Boxtel, M. (2013). Cognitive interventions in healthy older adults and people with mild cognitive impairment: A systematic review. *Ageing Research Reviews*, 12(1), 263–275.