



Ejercicios de estimulación cognitiva

Nivel Básico 2



CUADERNOS DE TRABAJO EN ESTIMULACIÓN COGNITIVA PARA PACIENTES: NIVEL BÁSICO



RECOMENDACIONES GENERALES PARA SU UTILIZACIÓN

Una gran parte de las personas que padecen demencia se mantienen en sus domicilios y son atendidos y cuidados por sus familiares. En muchas ocasiones existe una escasa información sobre la enfermedad y sobre el tipo de estimulación cognitiva o funcional que se les podría proporcionar a los pacientes.

Además, y con cierta frecuencia, nos encontramos que en determinadas áreas de cada comunidad de España, el acceso a ciertos recursos como Centros de Día, resulta complicado por la distancia al domicilio y la dificultad en el acceso.

Así, desde la Unidad de Trastornos Cognitivos del Servicio de Neurología de Hospital Infanta Sofía y con la colaboración de los laboratorios Kern Pharma, nos hemos planteamos estos cuadernos de trabajo con el objetivo de dar alternativas accesibles y lúdicas a los familiares de pacientes con un nivel básico de escolarización. Con estos cuadernos y unas adecuadas indicaciones al cuidador, es posible llevar a cabo actividades cognitivas en el propio domicilio. La Estimulación Cognitiva diaria contribuye, junto con los tratamientos farmacológicos, al enlentecimiento de la enfermedad, y hace que la relación de los cuidadores con los pacientes sea más estrecha, amena, positiva y lúdica a fin de aliviar también la posible sobrecarga de los cuidadores.

PAUTAS GENERALES DE AFRONTAMIENTO Y MANEJO DE LAS SITUACIONES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA CON EL PACIENTE

- 1 Conviene que el cuidador permanezca con el paciente para la realización de estos ejercicios.
- 2 Buscar un lugar agradable para el paciente y el cuidador, donde habitualmente se sientan cómodos con luz y temperatura adecuadas.
- 3 Se trata de realizarlos a diario para intentar crear hábitos de trabajo, en sesiones cortas, de unos 30 minutos, una o dos veces al día y de manera relajada.
- 4 Buscar el momento del día más apropiado para realizarlos, si es posible un ratito por la mañana y otro por la tarde, en los que, tanto el paciente como el cuidador, estén dispuestos o de mejor humor para trabajar.
- 5 Si se aprecia que el paciente está cansado, se desmotiva, se frustra o se enfada durante la realización de las tareas, porque le resultan incómodos o difíciles, es importante parar y continuar después, en otro momento, incluso al día siguiente, o bien buscar otra actividad que en esos momentos resulte más grata.
- 6 El momento de realizar las tareas ha de convertirse en un momento agradable, de entretenimiento, de juego y ¿por qué no?, divertido, tanto para el paciente como para el cuidador.
- 7 El cuidador ha de ser muy comprensivo con el paciente, no importa el rendimiento, no importa el tiempo, importa que el paciente realice la actividad y en la medida de lo posible la disfrute. No es conveniente enfadarse con él.
- 8 El cuidador ha de explicar las tareas al paciente de manera sencilla y clara, mostrando una actitud amigable, próxima y cordial para dar confianza al paciente.
- 9 Además de la realización de estos ejercicios, es muy importante, también con una frecuencia diaria, incorporar al paciente a actividades y tareas cotidianas de la casa, que supongan un apoyo al cuidador. Ejemplos de estas actividades son: estirar y doblar la ropa de la plancha, tender la ropa en un lugar seguro, emparejar calcetines, secar y colocar los cubiertos en su lugar, barrer, pasar el plumero, etc. En resumen, actividades sencillas para el paciente, que aumentarán su sentimiento de utilidad y su autoestima.

NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué tipo de complementos se utilizan en esta estación en la que estamos: paraguas, abanicos, sombreros, etc.

**2. LENGUAJE****Orientaciones al cuidador.**

Se le explica al paciente que va a realizar un ejercicio en el que:

A Va a repetir unas frases:

1. En verano hace calor.
2. Mis nietos van al colegio.
3. Me gusta vestir cómodo.
4. Iremos a comprar el pan luego.
5. Le vamos a comprar un regalo a nuestra hija.
6. El invierno es una estación del año en la que hace frío.
7. Los domingos vamos a misa a escuchar el sermón del señor cura.
8. El sábado vendrán a comer todos nuestros familiares.
9. Hemos echado una partida de cartas con nuestros nietos.
10. Saldremos a pasear por el parque el miércoles después de comer.

B Ahora va a repetir dos trabalenguas:

Con mucho sentido del humor, el familiar/cuidador le indica, que va a repetir unos trabalenguas muy divertidos ("de cuando eran más jóvenes, de los de toda la vida").

1. El cielo está encapotado quien lo desencapotará, el desencapotador que lo desencapote, buen desencapotador será.
2. Pablito clavó un clavito, en la calva de un calvito, en la calva de un calvito, Pablito clavó un clavito.

3. MEMORIA**Orientaciones al cuidador.**

Con las tarjetas del MEMORY le ayudamos a seleccionar y separar entre las tarjetas dos grupos: (con paciencia se le va preguntando al paciente por cada tarjeta):

1 Objetos que podemos comer y beber.

Se dicen en alto y se van apartando (pan, manzana, botella de agua). El paciente ha de ir diciendo su nombre.

2 Objetos que son ropa.

Se dicen en alto y se van apartando (corbata y pantalón). El paciente ha de ir diciendo su nombre.

3 Objetos que se encienden.

Se dicen en alto y se van apartando (vela y cerilla). El paciente ha de ir diciendo su nombre.

Finalizado el ejercicio, podemos voltear las tarjetas e intentar que recuerde los objetos de las tarjetas trabajadas y de nuevo dar la vuelta tras ese recuerdo para que las nombre otra vez. Luego le podemos preguntar al paciente:

- Había un objeto que se repetía, ¿recuerdas cuál era?

4. ATENCIÓN-CONCENTRACIÓN

Orientaciones al cuidador.

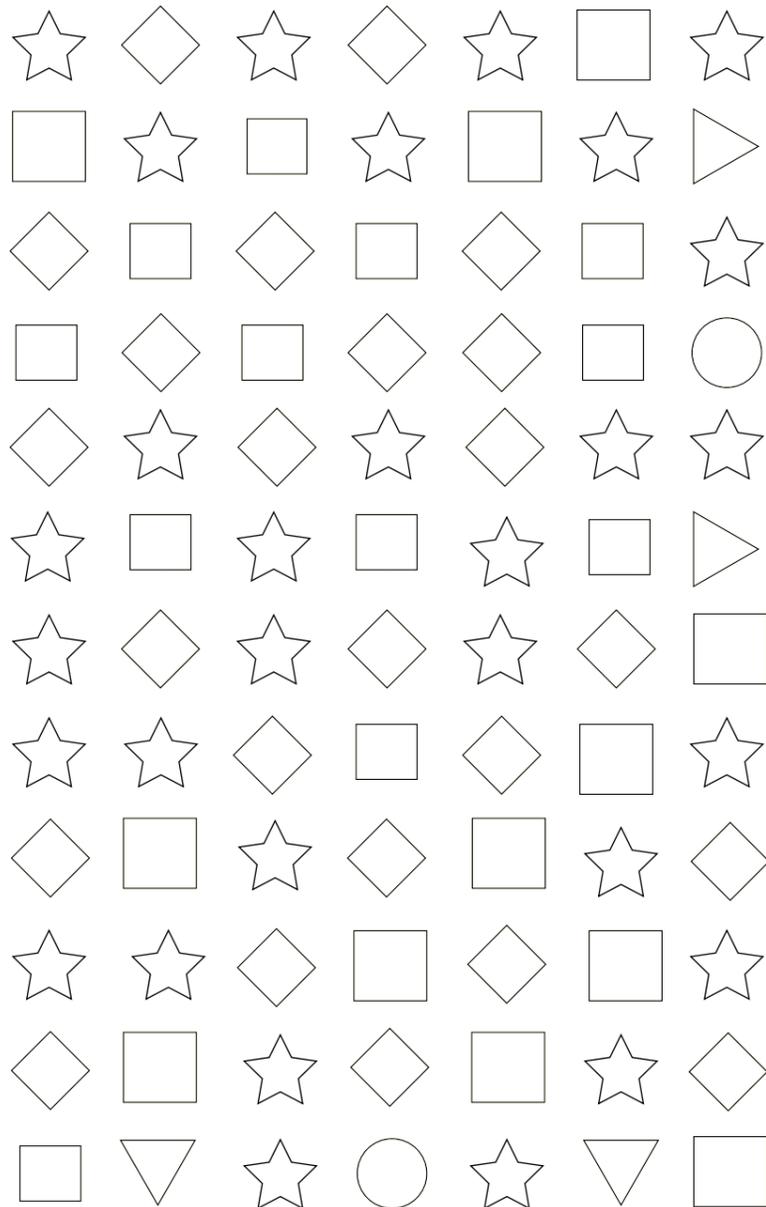
Se precisa lápiz en color rojo.

En la hoja de papel hay varias figuras, círculos, cuadrados, rombos, triángulos y estrellas se le enseñan (a medida que las reconozca se le anima) y se le pide:

Rodear con un círculo rojo las estrellas que vaya encontrando.

- Intentar que se realice siempre de izquierda a derecha
- línea a línea
- pudiendo señalar con el dedo para ir buscando.

No importa lo que se tarde en hacer el ejercicio.



5. RECUERDO DIFERIDO DE LA ACTIVIDAD 3

Orientaciones al cuidador.

Se le pregunta al paciente:

"¿Recuerdas los objetos que vimos antes en unas tarjetas?"

"vamos a ver si los recordamos... dime si recuerdas alguno de estos objetos?..."

Había un alimento que nos sirve para hacer bocadillos, ¿qué alimento era?

Había una prenda de vestir para ponerse en las piernas, ¿qué prenda era?

Había un objeto que nos permite hacer fuego, ¿qué objeto era?

Había una fruta que se puede comer con piel, ¿qué fruta era?

Había una prenda de vestir que se pone en el cuello, ¿qué prenda era?

Había un objeto que se pone en la tarta de cumpleaños, ¿qué objeto era?

Había una bebida dentro de una botella, ¿qué bebida era?

3. GNOSIAS

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que van a decir lo que significan estas imágenes.



4. MEMORIA BIOGRÁFICA

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a buscar algunas fotos de la familia, seleccionan una por preferencia del paciente o bien a criterio del cuidador, en la que se encuentren personas relevantes de su vida y, comentar con ella paciente esa foto, datos sobre esta fotografía, quiénes aparecen, qué relación tiene con ellos, cómo eran, dónde se hizo la foto, etc.

5. LENGUAJE

Con el MEMORY.

Orientaciones al cuidador.

Se precisa tener disponibles y seleccionadas por el paciente bajo indicación del familiar, las siguientes 8 tarjetas del MEMORY, perro, globo, reloj, coche, anillo, pinza, martillo, taza, y se colocan en 2 filas de 4 tarjetas delante del paciente.

Se le pedirá al paciente realizar una serie de actividades utilizando las tarjetas de los objetos presentados a la vista en 2 filas de 4 tarjetas previamente separadas, preparados y extendidas delante del paciente.

El paciente ha de decir como se llaman y después, se le irán dando indicaciones una a una de lo que debe hacer con las tarjetas/objetos. Se debe ir animando al paciente tras cada acción, y sobre todo, si son correctas.

1. Ponga la tarjeta con la pinza encima de la tarjeta del globo y después lo deja donde estaba antes.
2. Coja el martillo y lo pone a la izquierda del coche y después lo deja donde estaba antes.
3. Coja el perro y lo pone a la derecha del martillo y después lo deja donde estaba antes.
4. Coja la tarjeta del reloj y lo coloca a la derecha de la pinza y después lo deja donde estaba antes.
5. Coja el coche y lo pone encima del globo y lo deja después donde estaba antes y lo vuelve a poner encima de la taza.
6. Ponga el anillo encima de la tarjeta de la pinza, después lo deja donde estaba antes y después lo pone a la derecha de la taza.
7. Ponga el globo a la derecha del martillo, después lo deja donde estaba antes y lo pone encima del perro.
8. Ponga el reloj entre el anillo y la pinza y después lo deja donde estaba antes.
9. Ponga la tarjeta con el martillo entre la anillo y el coche, después déjela donde estaba antes.
10. Ponga la taza debajo de la pinza y después la deja donde estaba antes.
11. Ponga el reloj debajo del perro y después la deja donde estaba antes.
12. Ponga el globo debajo del martillo, después lo deja donde estaba antes y después lo pone encima del anillo.

NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.*Pregúntale qué prendas de ropa se utilizan en esta estación: abrigos, camisetas, bañadores, etc.***2. SEMEJANZAS Y DIFERENCIAS****Orientaciones al cuidador.***Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que van a buscar las diferencias y las semejanzas entre una serie de palabras.***¿Qué diferencias hay entre?**

- Un avión y un coche
- El fútbol y el patinaje
- Una nuez y una manzana
- Una puerta y una ventana
- Una guitarra y un piano

¿En qué se parecen?

- Una vaca y un caballo
- Una vela y una lámpara
- Un camión y un autobús
- Un cuchillo y un tenedor
- Una camisa y un pantalón

3. PRAXIAS

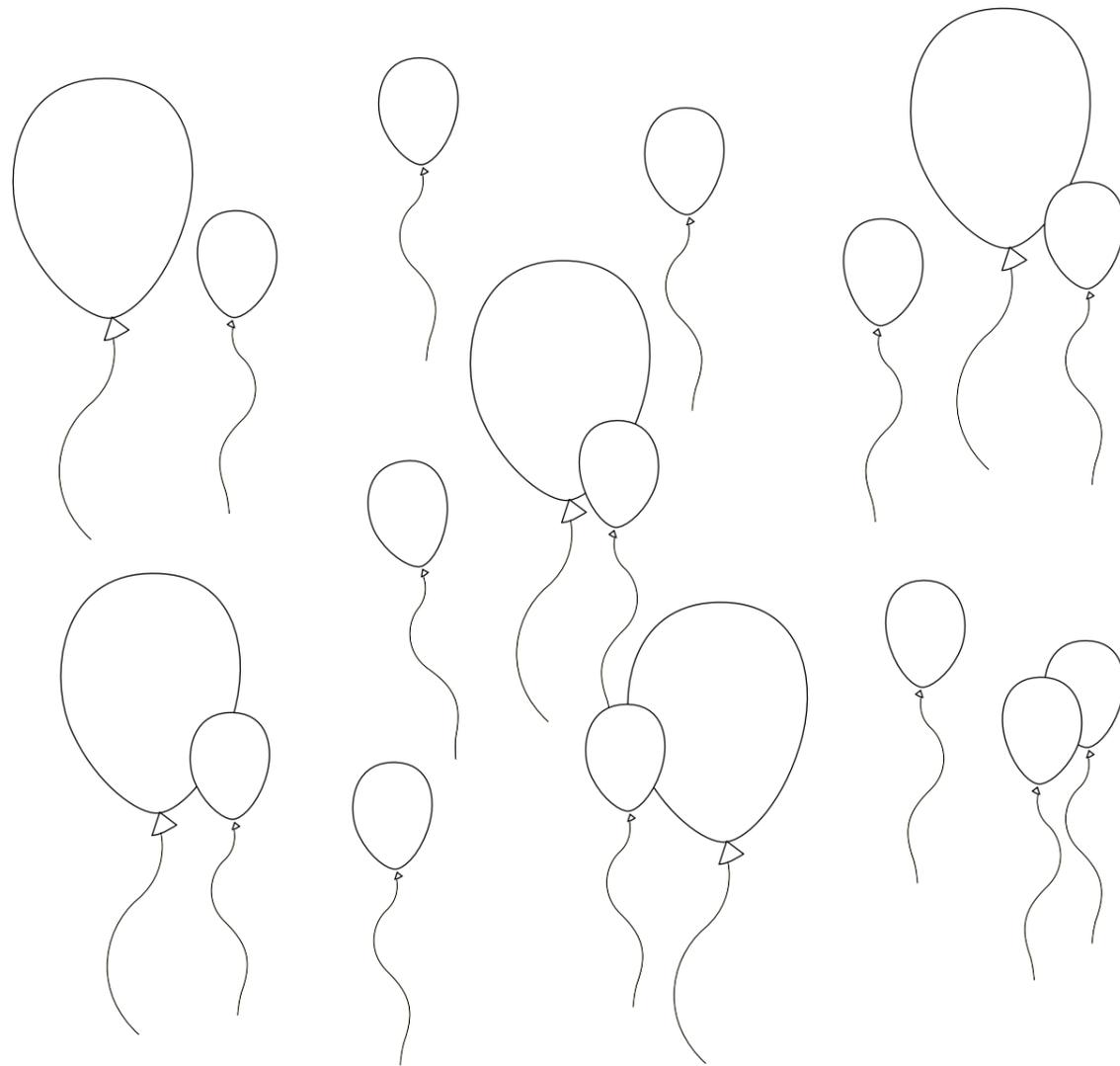
Necesitaremos dos lápices de colores uno de color azul y otro de color rojo.

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que van a pintar de colores unos globos de distintos tamaños (se le enseña la diferencia entre unos y otros)

- 1 Los globos grandes en color azul.
- 2 Los globos pequeños en color rojo.

El cuidador puede iniciar la tarea para que el paciente vea cómo hacer la tarea.



4. MEMORIA

Con el MEMORY.

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un juego en el que se van a usar tarjetas con fotos de objetos. Usarán 6 tarjetas y entre estas al menos deben haber tres parejas de tarjetas repetidas.

Se colocarán todas delante del paciente y del cuidador boca abajo, 2 filas de 3 tarjetas cada una. Después se irán levantando por turnos, de dos en dos, un turno el paciente y otro el cuidador, viendo los dos (paciente y cuidador) que tarjeta es, se dirá el nombre del objeto en voz alta, se colocará otra vez boca abajo en la misma posición intentando recordar donde está colocada esa tarjeta para luego cuando se encuentre otra igual recoger las dos tarjetas y contar un punto.

5. LENGUAJE

Orientaciones al cuidador.

Se le explica al paciente que tiene que finalizar la frase eligiendo una de las palabras.

Después se le pregunta qué significa esa frase.

Echarle a uno el...	VIVO o MUERTO
Armarse la...	MARIMORENA o FIESTA
Pasarse la noche en...	BLANCO o NEGRO
Cuando las ranas críen...	PELO o PATAS
Poner pies en...	POLVOROSA o LA TIERRA
Estar en...	BABIA o LA PLAYA
Ser más feo que...	PICIO o UNA REINA
A la tercera va la...	VENCIDA o LA ÚLTIMA
Que te den...	MORCILLAS o CARAMELOS
Estar sin...	BLANCA o NEGRA
Quedarse para vestir...	CARDENALES o SANTOS
Estar en la luna de...	PAMPLONA o VALENCIA

3. TAREAS VISUOPERCEPTIVAS

Necesitaremos un lápiz de color rojo.

Orientaciones al cuidador.

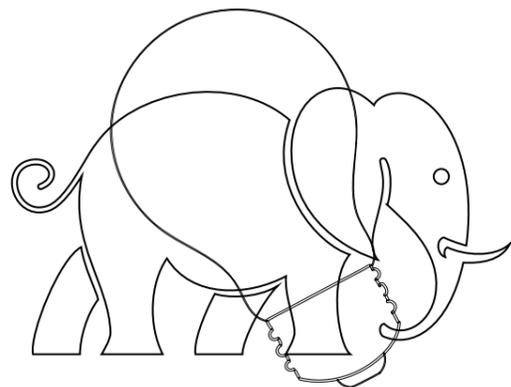
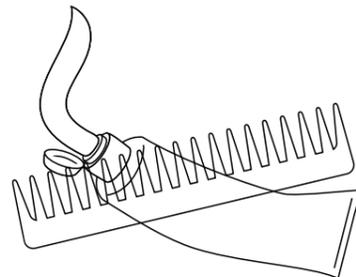
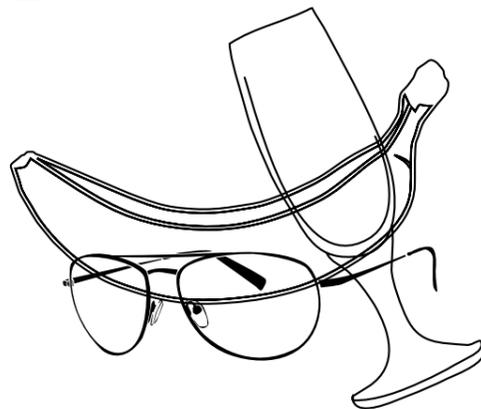
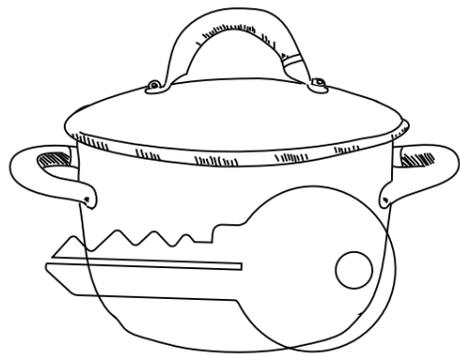
Se le explica al paciente que se van a colorear unas figuras que encontrará encima de otros dibujos.

Deberá identificar qué dibujos son y colorear el que se le indique.

Tendrán que fijarse bien en las líneas que forman la figura elegida. En caso de que no sea capaz de identificar los dibujos se le puede ayudar con pistas: "es una fruta" o bien "es un objeto que sirve para cocinar"

Colorear en rojo las siguientes figuras:

Llave Plátano Tazón Elefante Flor Pasta de dientes



4. LENGUAJE

Orientaciones al cuidador.

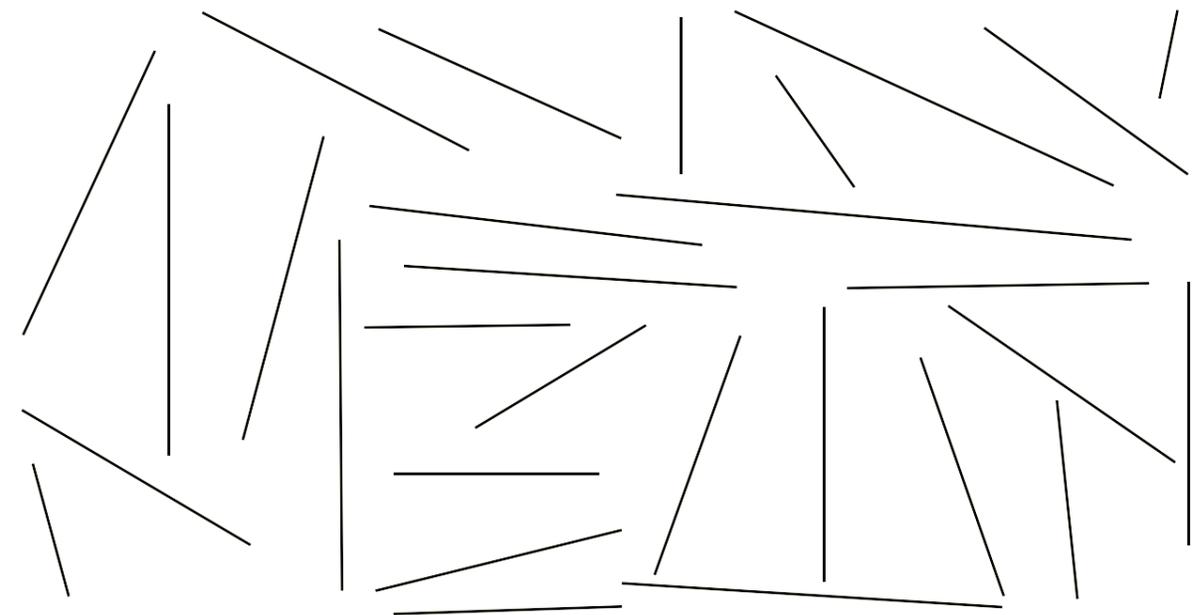
Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe responder a la pregunta que se le hace sobre algunas profesiones.

- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a cocinar?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a pintar paredes?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a arreglar tuberías?
- ¿Cómo se llama el profesional que cura las enfermedades?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a arreglar coches?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a cantar?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a curar a los animales?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a cortar el pelo?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a vender medicinas?
- ¿Cómo se llama el profesional que se dedica a conducir un taxi?

5. TAREA ATENCIÓN-CONCENTRACIÓN

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe señalar con un lápiz rojo la mitad de cada una de las líneas que hay dibujadas en el papel.



NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación y el mes del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Hay que ser flexible con meses como marzo, junio, septiembre y diciembre, que corresponden a dos estaciones diferentes.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
Diciembre	Marzo	Junio	Septiembre
Enero	Abril	Julio	Octubre
Febrero	Mayo	Agosto	Noviembre
Marzo	Junio	Septiembre	Diciembre






2. RAZONAMIENTO - ABSTRACCIÓN

Orientaciones al cuidador.

Se le explica al paciente, que van a realizar un ejercicio en el que debe finalizar unos refranes muy conocidos.

El cuidador/familiar le dirá como empiezan y el paciente deberá terminarlos según los recuerde.

Después se debe comentar con el paciente lo que quieren decir esos refranes.

En el caso de que no supiera acabarlos, se le van diciendo una a una las palabras que conforman el final (dentro del paréntesis) para ayudarle a recordarlo.

1. Quien bien te quiere... (te hará llorar)
2. Más vale lo malo conocido... (que lo bueno por conocer)
3. Quien siembra vientos... (recoge tempestades)
4. Cría cuervos y... (te sacarán los ojos)
5. Agua pasada... (no mueve molinos)
6. En el país de los ciegos... (el tuerto es el rey)
7. A cada cerdo le llega... (su San Martín)
8. Muerto el perro... (se acabó la rabia)
9. Contra el vicio de pedir... (la virtud de no dar)
10. Quien a buen árbol se arrima... (buena sombra le cobija)

3. SECUENCIACIÓN

Orientaciones al cuidador.

El paciente ha de ir rellenando en el espacio en blanco, o diciendo al cuidador, qué elemento continúa la secuencia.

- A 1 ... 3 ... 5 ... 7 ... 9
- B A ... I ... U
- C 10 11 ... 13 14 ... 16 17 ... 19 ...
- D REYES MAGOS: MELCHOR, y
- E ESTACIONES DEL AÑO: INVIERNO,, y
- F DÍAS DE LA SEMANA: LUNES,,,, y

4. LENGUAJE

Orientaciones al cuidador.

El cuidador leerá cada una de las siguientes palabras, una a una. Estas palabras se pueden agrupar en cuatro grupos/categorías. El paciente debe averiguar a qué grupo pertenece.

Se le advierte que debe estar atento.

Al principio del ejercicio se le da un ejemplo: "Nadar es una actividad deportiva".

PALABRAS:

Nadar	Trompeta	Esquiar	Berenjena	Gorrión	Pescar
Perro	Plátano	Melocotón	Jugar al fútbol	Gato	Piano
Correr	Violín	Pimiento	Brócoli	Montar en bici	Flauta
Naranja	Guitarra	Melón	Coliflor	Berenjena	Jugar al Tenis

GRUPOS/CATEGORIAS:

Instrumentos Musicales	Frutas	Animales	Actividades Deportivas

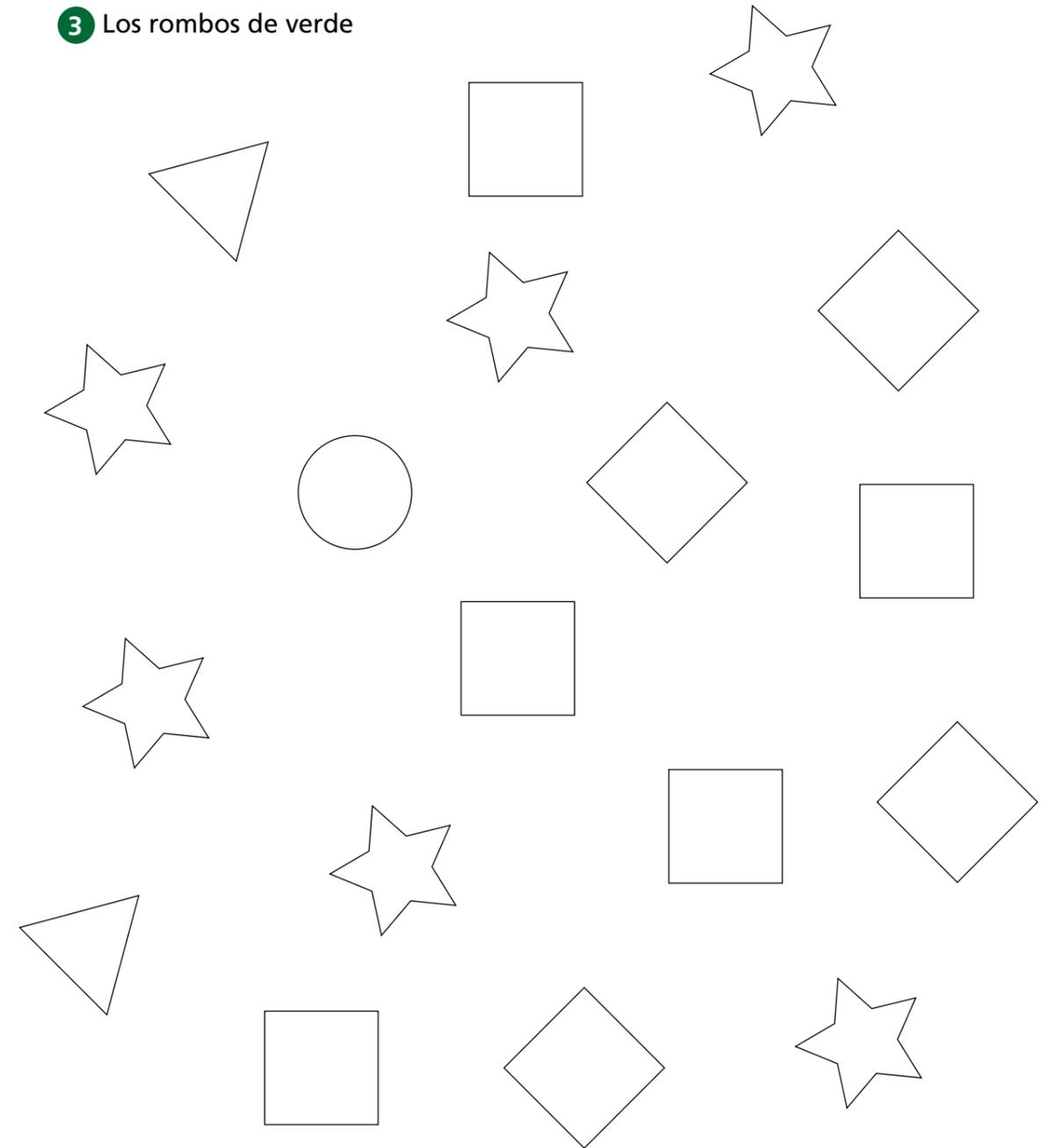
5. GNOSIAS /ATENCIÓN-CONCENTRACIÓN

Orientaciones al cuidador.

Disponemos de lápices de colores: amarillo, rojo y verde.

Se le explica al paciente qué tiene que colorear:

- 1 Las estrellas de azul
- 2 Los cuadrados de rojo
- 3 Los rombos de verde



4. PRAXIAS

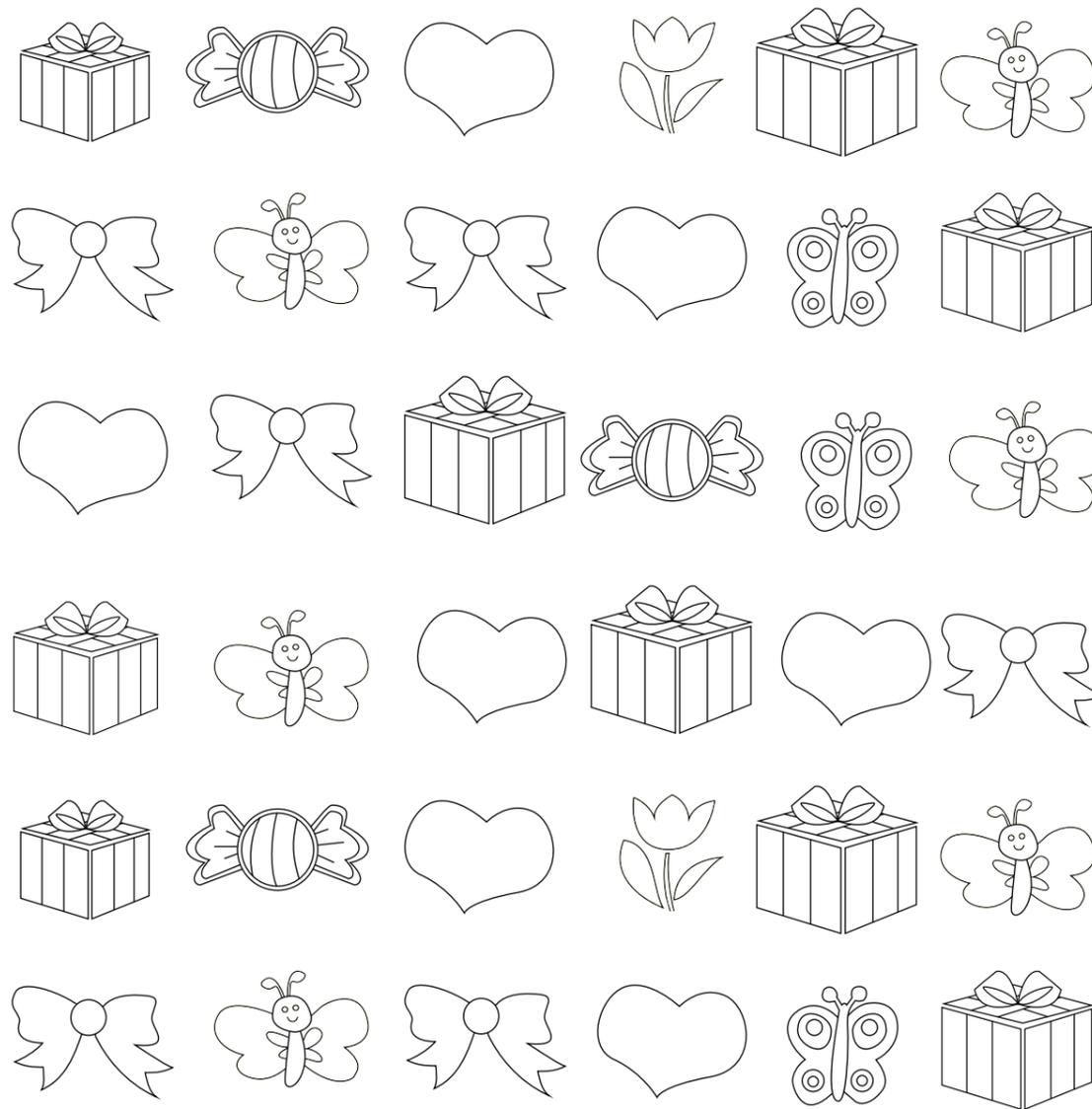
Precisa lápices de colores verde, azul y rojo

Orientaciones al cuidador.

Se le dejan a la vista lápices de colores, verde, azul y rojo.

En la hoja deberá rodear con un círculo

- A** Verde los paquetes regalo
- B** Azul los caramelos
- C** Rojo las mariposas con carita



5. CÁLCULO SIMPLE

Precisa lápices de colores color rojo y azul.

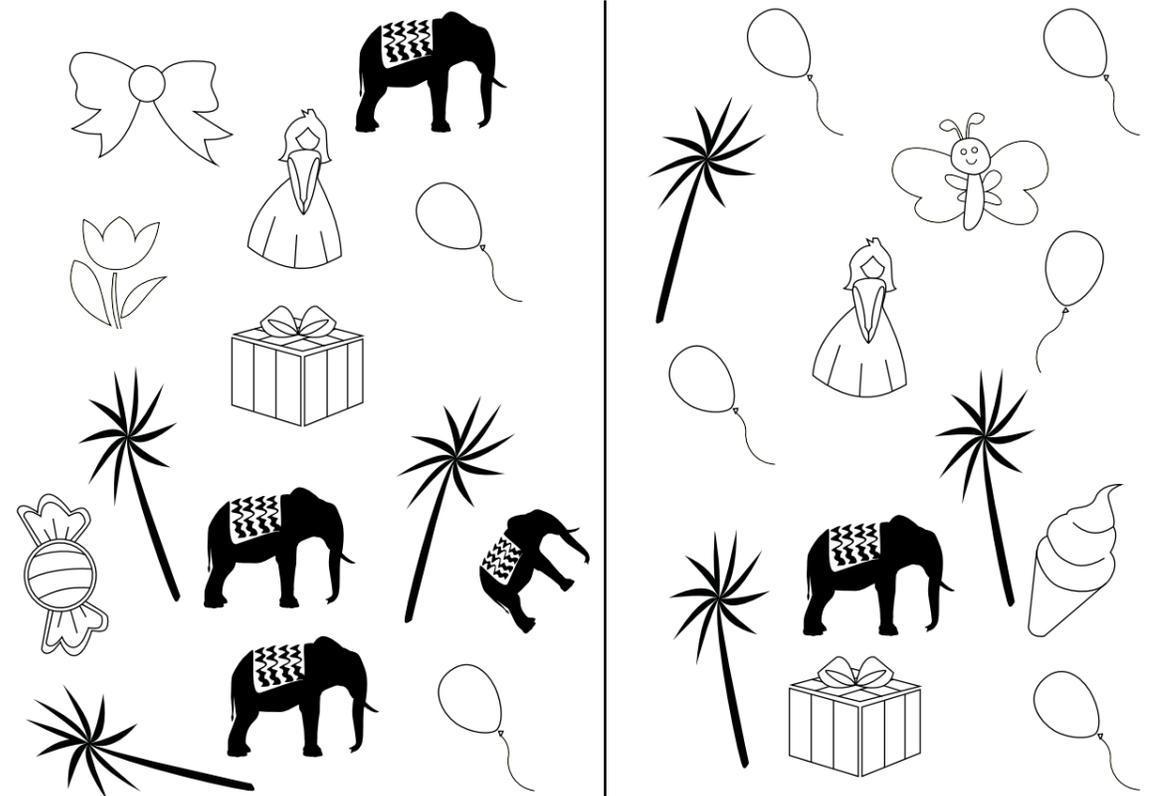
Orientaciones al cuidador.

Se le explica al paciente que va a contar la cantidad de elefantes y globos que hay en un lado y en otro de la hoja.

- A** Rodear con un círculo rojo los elefantes
- B** Rodear con un círculo azul los globos

Al final, calcular:

- C** ¿Qué lado tiene más elefantes?
- D** ¿Cuál es el total de elefantes?
- E** ¿Cuál es el total de globos?



NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

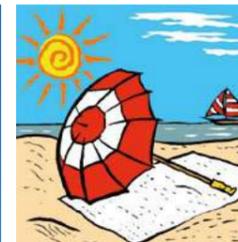
Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué tipo de zapatos se utilizan en esta estación: botas, sandalias, etc.

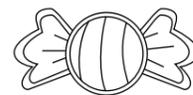
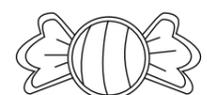
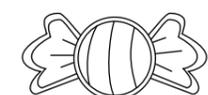
INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
			

2. ATENCIÓN-CONCENTRACIÓN

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a colorear:

- A** En rojo: los corazones
- B** En azul: los paquetes regalo
- C** En verde: los caramelos

3. PRAXIAS

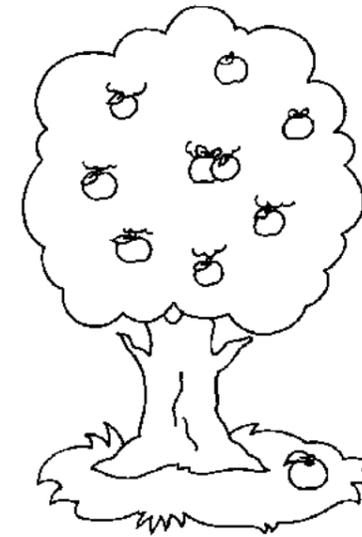
Orientaciones al cuidador.

Debe copiar los dibujos.

Hay que ser flexibles. Los hará como pueda y sepa. Se trata de intentar que se parezcan lo más posible al modelo.



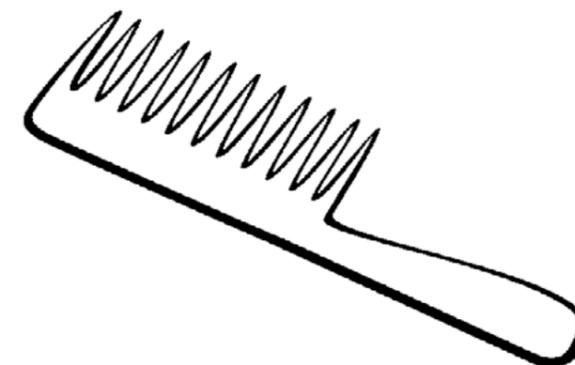
Una flor



Un árbol



Una casa



Un peine

4. LENGUAJE

Con el MEMORY

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que:

Van a separar por colores todas las tarjetas.

Las tarjetas verdes y rojas/granates se van a separar del resto.

Después preguntar al paciente con las tarjetas seleccionadas:

Con las rojas/granates: taza y globo

Con la taza:

¿Qué es este objeto?

¿Para qué sirve?

¿Dónde lo podemos encontrar?

¿Para qué sirve el asa?

Con el globo:

¿Qué es este objeto?

¿Para qué sirve?

¿Dónde lo podemos encontrar?

¿De qué color es? ¿Qué otros colores conocemos? ¿Qué color te gusta más?

Con las verdes: pinza, vela, coche

Con la pinza

¿Qué es este objeto?,

¿Para qué sirve?

¿Dónde lo podemos encontrar?

Con la vela:

¿Qué es este objeto?,

¿Para qué sirve?

¿Dónde lo podemos encontrar?

Con el coche

¿Qué es este objeto?,

¿Para qué sirve?

¿Dónde lo podemos encontrar?

5. CÁLCULO SIMPLE

Orientaciones al cuidador.

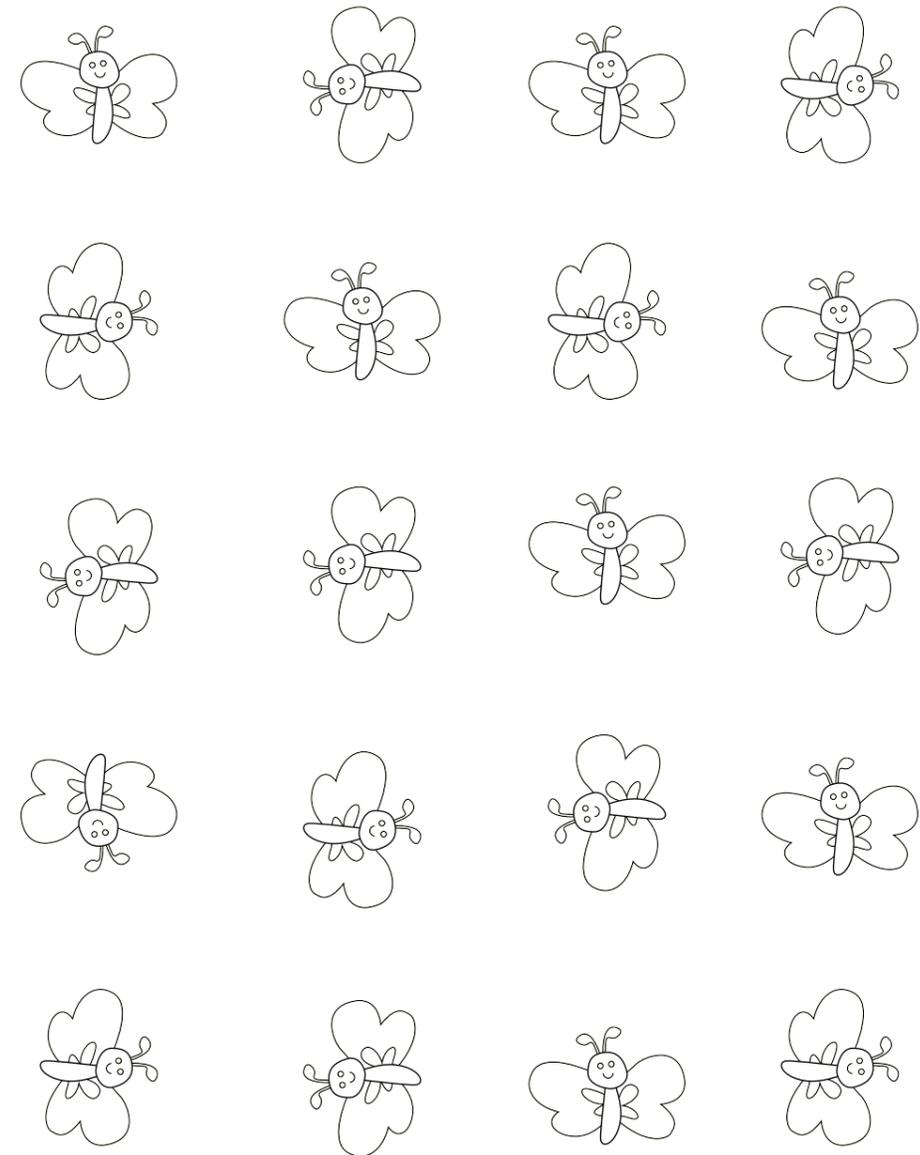
Se le explica que van a realizar un ejercicio en el se van a contar las mariposas que aparecen en la hoja.

¿Cuántas mariposas hay en total?

¿Cuántas mariposas hay de pie? ¿Hay alguna mariposa boca abajo?

¿Cuántas mariposas hay tumbadas hacia la derecha?

¿Cuántas mariposas hay tumbadas hacia la izquierda?



3. LENGUAJE

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que tiene que:

A Averiguar/identificar la palabra

B ¿Cómo explicaría esa palabra a un nieto?

Si el paciente sabe leer y escribir (aunque sea de forma básica, puede mostrarle la palabra escrita).
En caso contrario, hacer el juego, solo verbalmente y enseñando la foto.



- | | | | |
|-------------|-----------|--------------|-----------|
| 1. CA...A | (CASA) | 6. CAB...A | (CABRA) |
| 2. PER...O | (PERRO) | 7. CER...O | (CERDO) |
| 3. COC...E | (COCHE) | 8. GALLI...A | (GALLINA) |
| 4. CABA...O | (CABALLO) | 9. CONE...O | (CONEJO) |
| 5. OVE...A | (OVEJA) | 10. POLL...O | (POLLITO) |

4. PRAXIAS

Se precisan lápices de colores: azul, verde, amarillo, rojo y naranja

Orientaciones al cuidador.

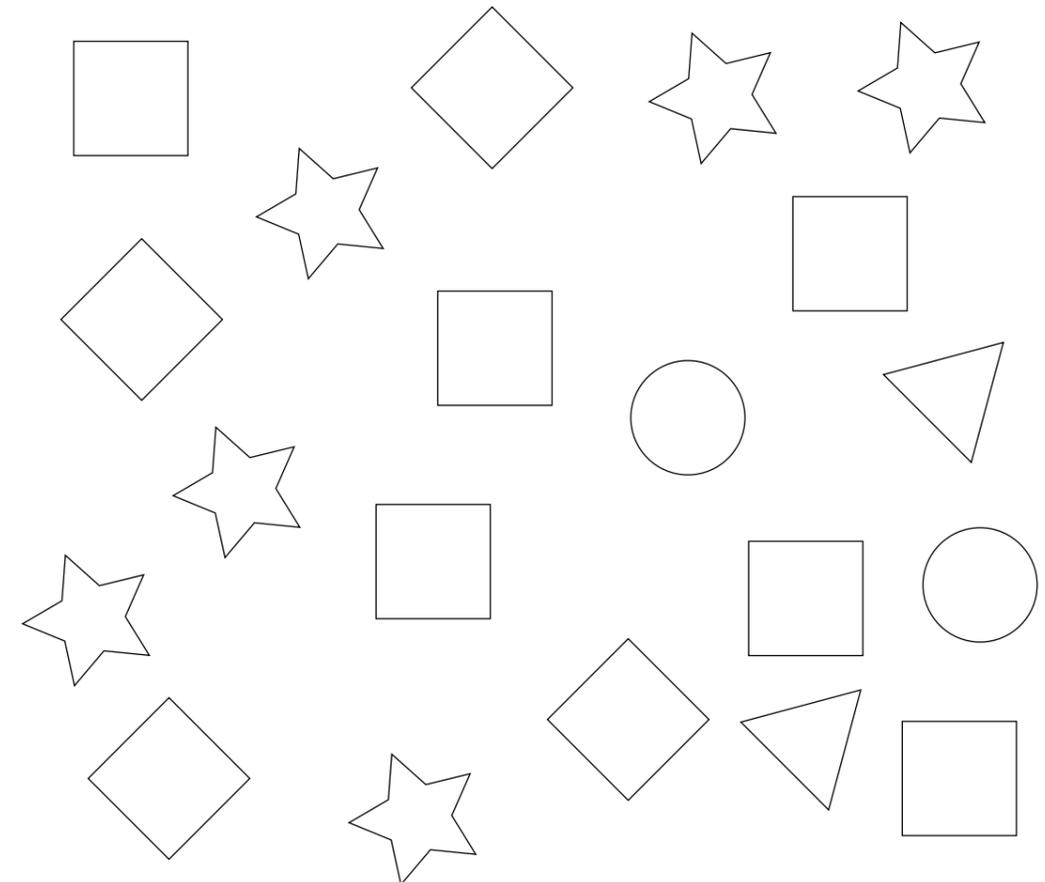
Se le muestran los dibujos y se le explica que van a hacer una tarea con ellos.

A Se dice el nombre de cada figura:

cuadrado, estrella, círculo, rombo, triángulo

B Después, se colorean. Utilizar el color que se indica para cada figura.

cuadrado	azul
estrella	verde
círculo	amarillo
rombo	rojo
triángulo	naranja



5. ATENCIÓN-CONCENTRACIÓN

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van realizar un ejercicio en el que SE TIENEN QUE DECIR AL REVÉS (del último al primero):

A Los días de la semana:

DOMINGO
SÁBADO
VIERNES
JUEVES
MIÉRCOLES
MARTES
LUNES

B Los meses del año:

DICIEMBRE
NOVIEMBRE
OCTUBRE
SEPTIEMBRE
AGOSTO
JULIO
JUNIO
MAYO
ABRIL
MARZO
FEBRERO
ENERO

C Los meses del año:

12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

D Las vocales:

U
O
I
E
A

NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué tipo de complementos se utilizan en esta estación en la que estamos: paraguas, abanicos, sombreros, etc.

**2. LENGUAJE**

Con el MEMORY.

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio con 5 tarjetas del MEMORY. Para ello, el paciente coge todas las tarjetas. Tiene que buscar las siguientes:

PANTALÓN

RELOJ

MARTILLO

TAZA

CERILLAS

Después se le pregunta **uno a uno** por los objetos elegidos:**PANTALÓN**

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en...

Éste es de color...

RELOJ

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en...

Éste es de color...

MARTILLO

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en...

Éste es de color...

TAZA

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en...

Éste es de color...

CERILLAS

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en...

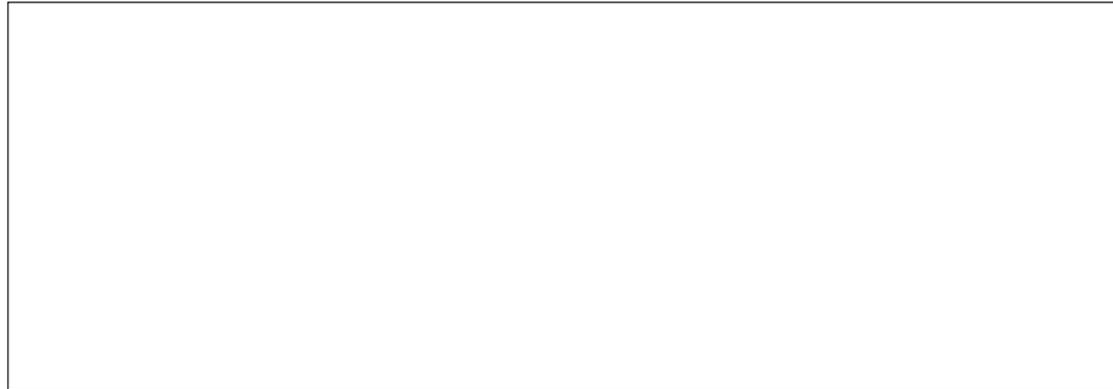
Éste es de color...

3. PRAXIAS

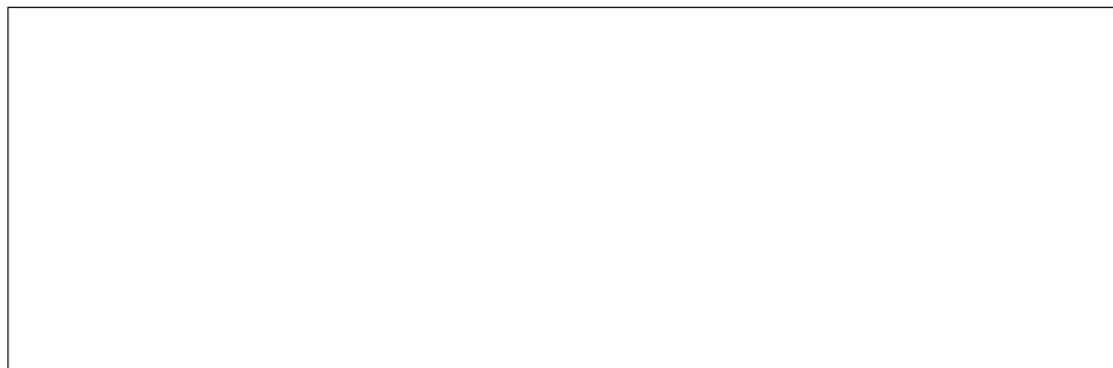
Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van realizar un ejercicio en el que debe dibujar unos objetos según crea que son.

Un sol



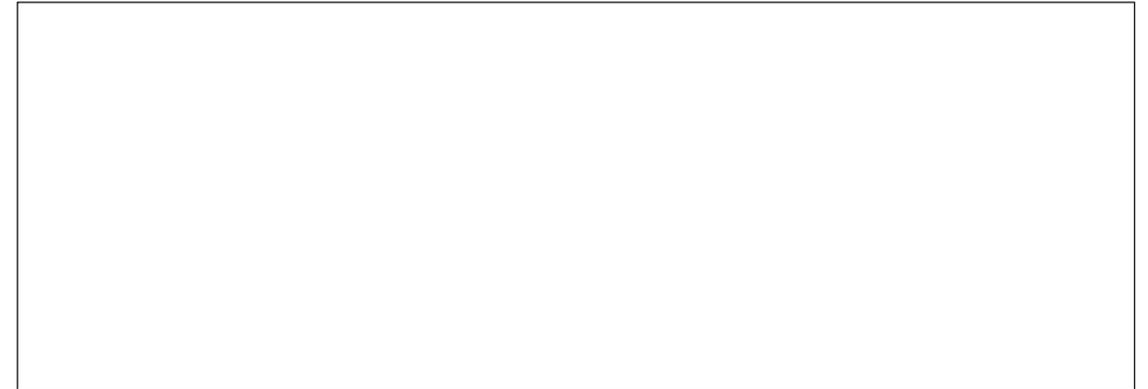
Una luna



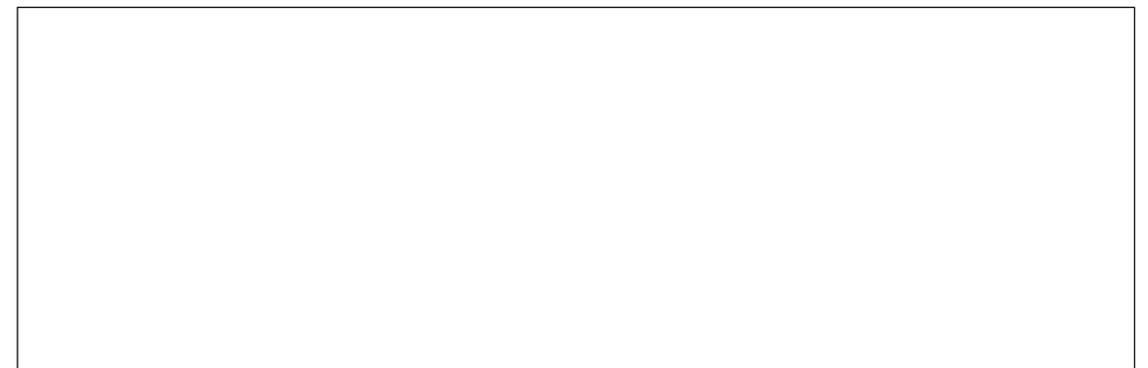
Un coche



Una nube



Una maceta con flores



Una bombilla

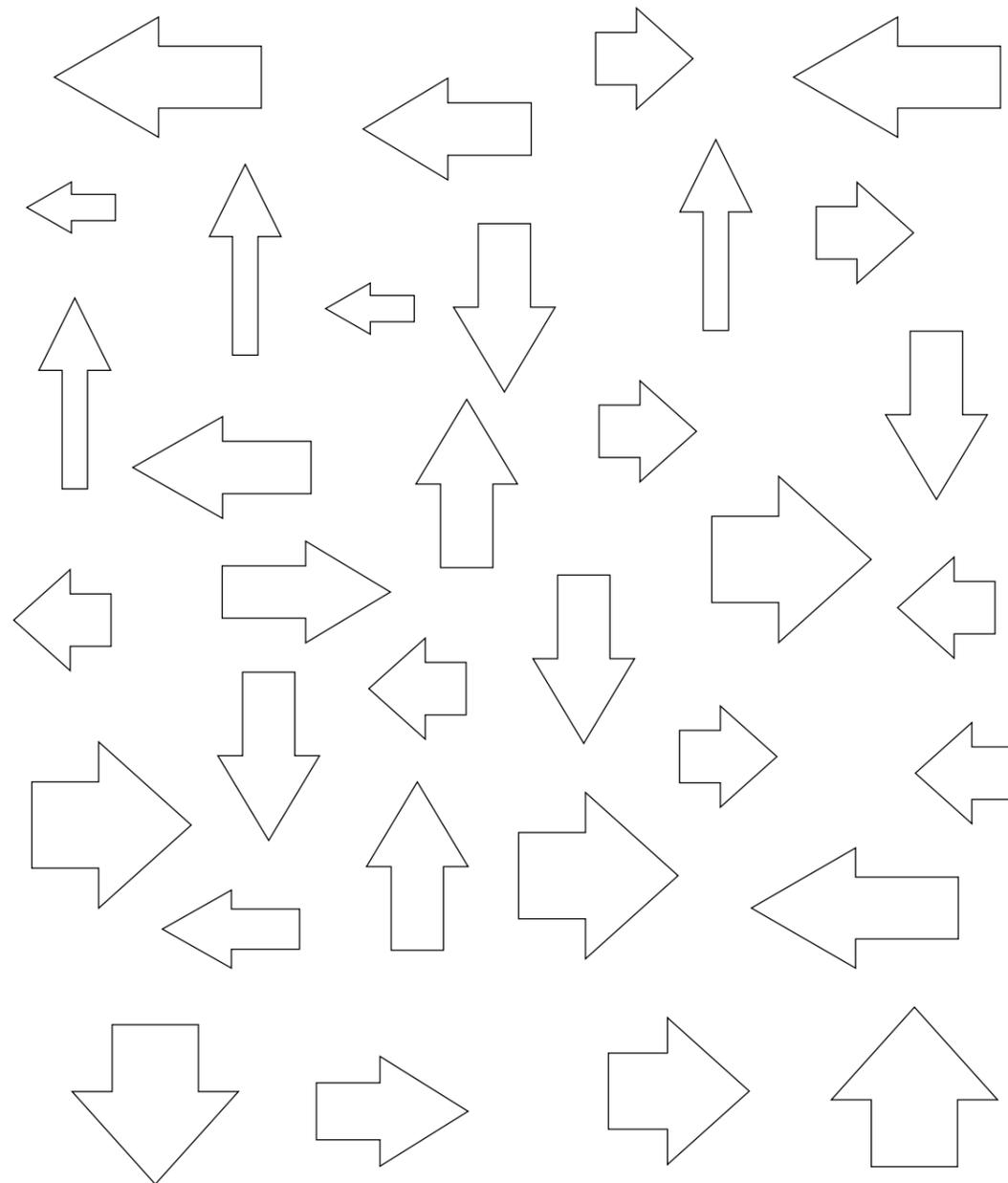


4. ATENCIÓN CONCENTRACIÓN

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van realizar un ejercicio en el que debe colorear:

- A** En azul las flechas en dirección derecha.
- B** En rojo las flechas en dirección izquierda.



5. MEMORIA DIFERIDA

Con el MEMORY

Orientaciones al cuidador.

Preguntarle por los 5 objetos del MEMORY del ejercicio nº 2 de hoy.

El paciente debe intentar recordar los objetos sobre los que ha trabajado anteriormente. Se le pueden dar pistas (pantalón, reloj, martillo, taza, cerillas).

6. MEMORIA BIBLIOGRÁFICA

Orientaciones al cuidador.

Mostrar al paciente dos fotos: una sobre el Madrid antiguo y otra relacionada con su ciudad/pueblo donde vivía en su juventud.



NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación y el mes del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Hay que ser flexible con meses como marzo, junio, septiembre y diciembre, que corresponden a dos estaciones diferentes.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
Diciembre	Marzo	Junio	Septiembre
Enero	Abril	Julio	Octubre
Febrero	Mayo	Agosto	Noviembre
Marzo	Junio	Septiembre	Diciembre
			

2. LENGUAJE

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe decir palabras que empiecen por la letra A y luego por la letra T.

Palabras que empiezan por la letra A

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Palabras que empiezan por la letra T

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. GNOSIAS

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que van a identificar y decir qué significan unas señales de tráfico.

4. MEMORIA BIOGRÁFICA

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio de recuerdo:

Cerrando los ojos se imagina uno cuando era más pequeño y se le pide que describa cómo era su casa de la infancia.

En caso de que el recuerdo sea difícil o desagradable, se puede recordar la primera casa del matrimonio o de una etapa agradable de su vida.

Rememorar experiencias personales sobre los primeros coches, sobre su primer trabajo, sobre su equipo de fútbol, sobre los nietos.

5. RAZONAMIENTO

Orientaciones al cuidador.

Se le dice que harán un ejercicio en el que tendrá que averiguar qué se precisa para la actividad planteada/ mencionada.

En caso de que no lo diga en primera opción, se le dicen las dos alternativas para que elija una de ellas.

¿Qué se necesita para planchar un pantalón?
una fregona / una plancha

¿Qué se necesita para coser un botón?
una cuchara / un agujero

¿Qué se necesita para cocinar?
una cacerola / un martillo

¿Qué se necesita para curar una brecha?
un pegamento / unos puntos

¿Qué se necesita para pintar una pared?
una sierra / un rodillo

¿Qué se necesita para protegernos del sol?
gasolina / crema solar

¿Qué se necesita para abrir una puerta?
una moneda / una llave

6. CÁLCULO SIMPLE

Se precisan lápices de color rojo y verde

Orientaciones al cuidador.

Se le explica al paciente que se van a contar la cantidad de estrellas y círculos que hay en la hoja.

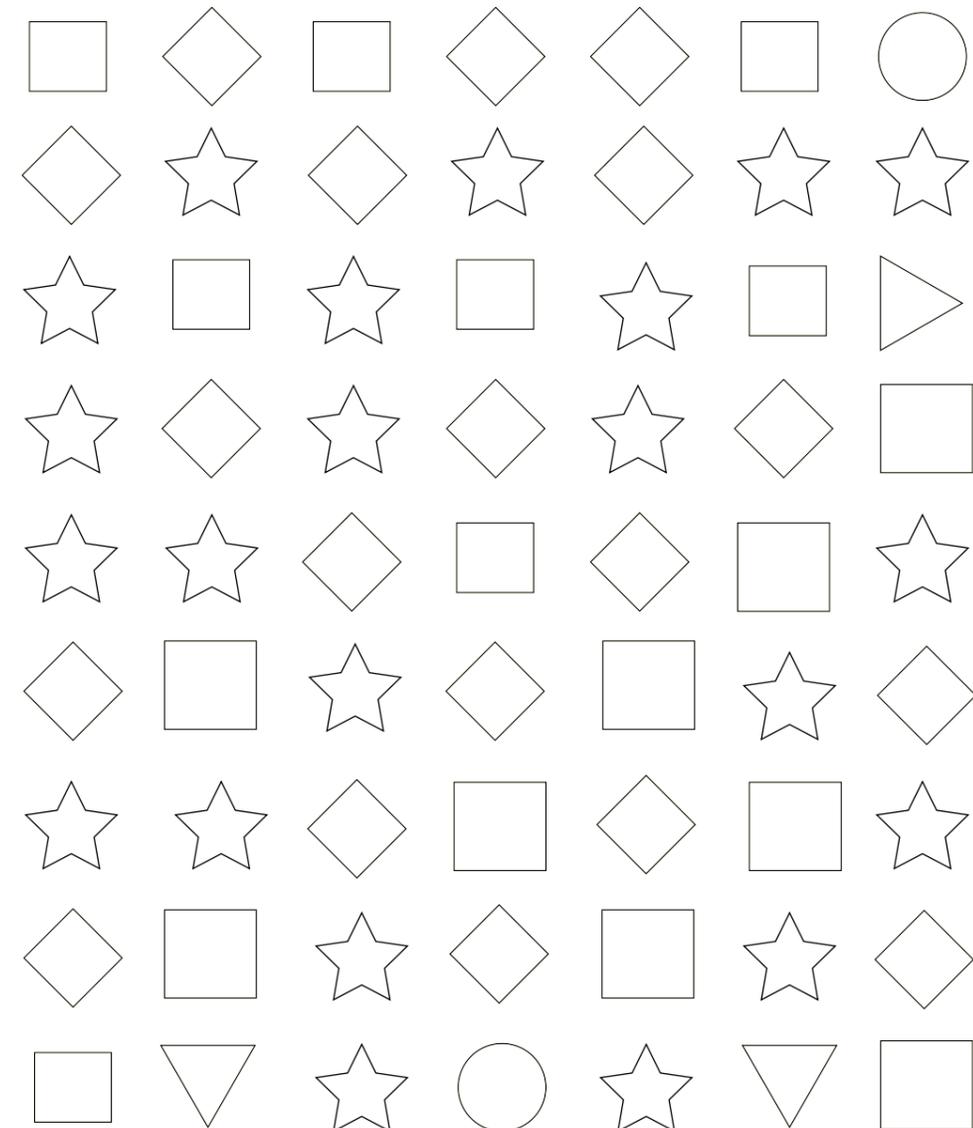
1 Colorear las estrellas de verde

2 Colorear los círculos de rojo

Al final, calcular:

1 ¿Cuántas estrellas hay?

2 ¿Cuántos círculos hay?



NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué tipo de complementos se utilizan en esta estación en la que estamos: paraguas, abanicos, sombreros, etc.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
			

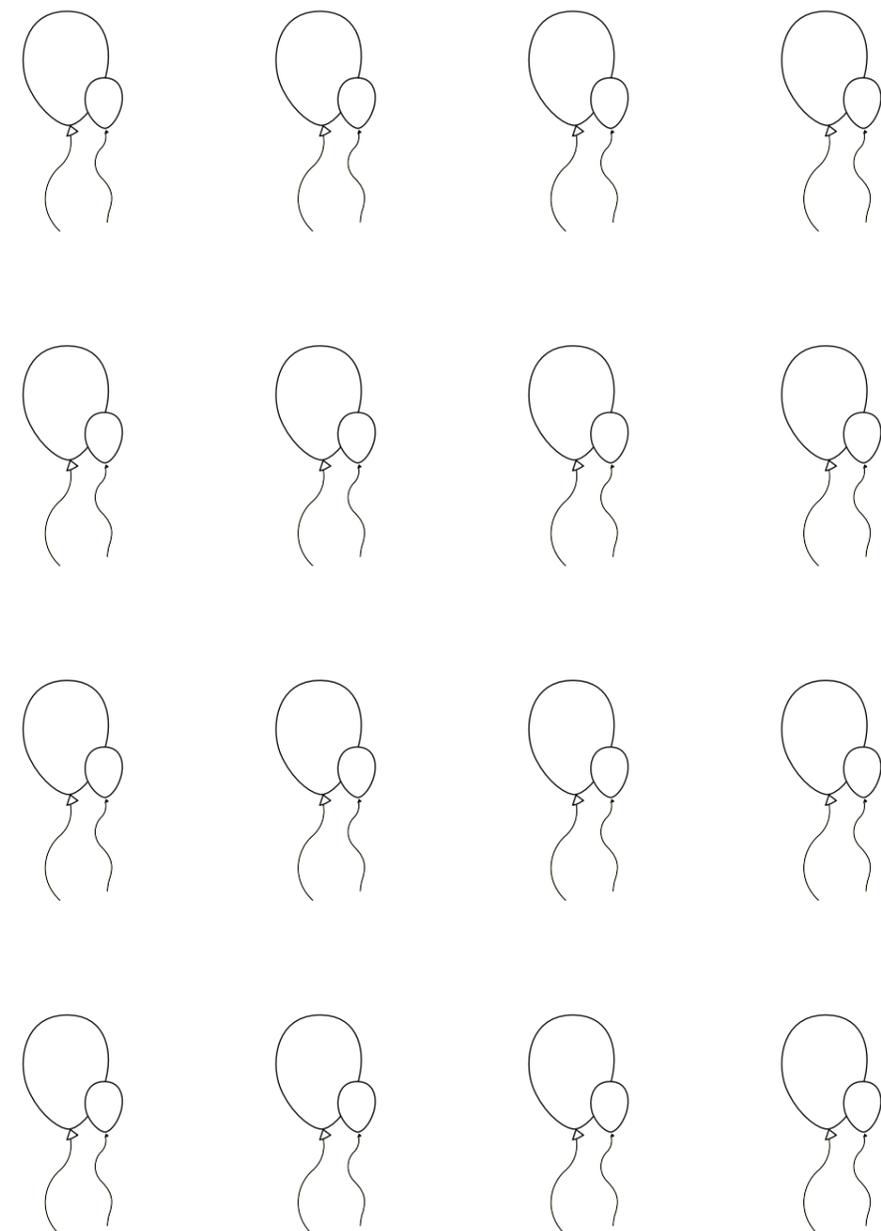
2. PRAXIAS

Se precisan lápices de colores.

Orientaciones al cuidador.

En este caso le daremos lápices de colores distintos. El paciente coloreará los globos del color que más le guste. Debe utilizar, al menos, 4 colores distintos.

Al final tiene que contar cuántos globos hay de cada color.



3. LENGUAJE

Con el MEMORY

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio con 5 tarjetas del MEMORY elegidas previamente. Para ello, el paciente coge todas las tarjetas y el cuidador le dice que vaya separando las que se le van diciendo sin repetirlas (apartar boca abajo las tarjetas repetidas).

Debe elegir las siguientes:

MARTILLO ANILLO COCHE RELOJ PINZA DE LA ROPA

Después se le pregunta uno a uno por los objetos elegidos:

MARTILLO:

¿Qué es esto?
Es un objeto que sirve para...
Lo encontramos en ...
Éste es de color...

COCHE:

¿Qué es esto?
Es un objeto que sirve para...
Lo encontramos en ...
Éste es de color...

PINZA DE LA ROPA:

¿Qué es esto?
Es un objeto que sirve para...
Lo encontramos en ...
Éste es de color...

ANILLO:

¿Qué es esto?
Es un objeto que sirve para...
Lo encontramos en ...
Éste es de color...

RELOJ:

¿Qué es esto?
Es un objeto que sirve para...
Lo encontramos en ...
Éste es de color...

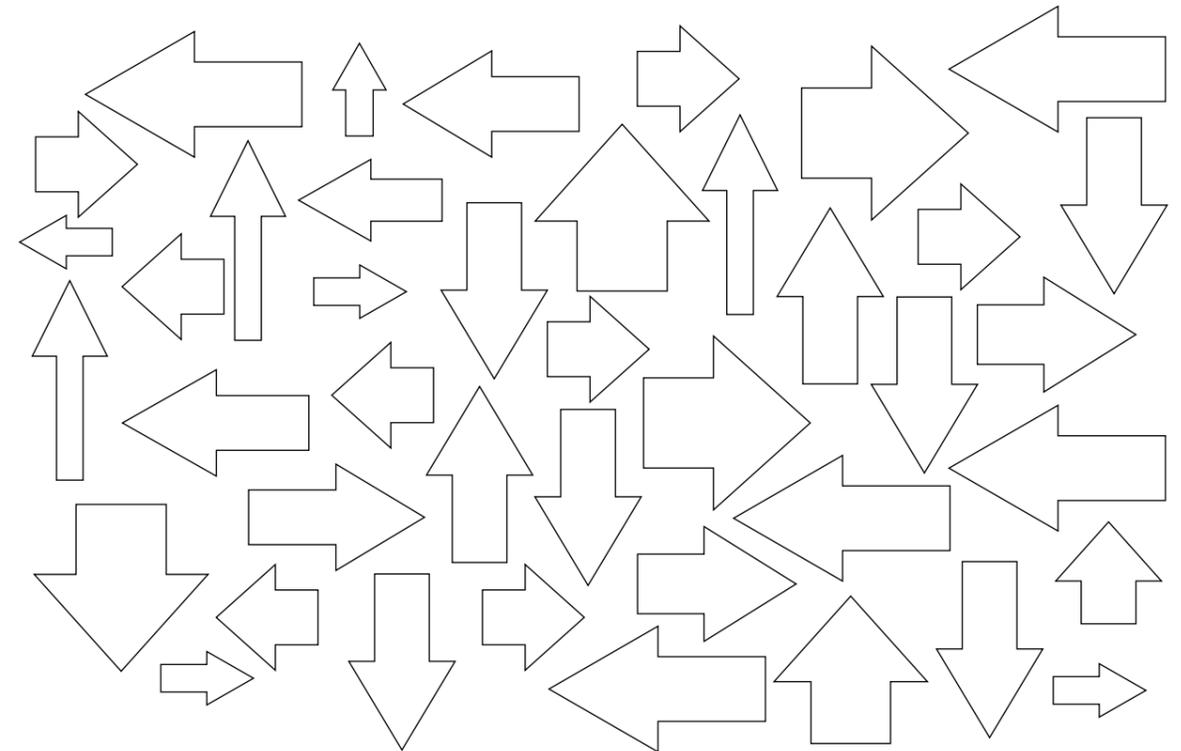
4. ATENCIÓN VISOESPACIAL

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que:

Tendrá que ir buscando todas las flechas que están hacia la derecha y colorearlas del mismo color.
Después, igual con cada grupo: izquierda, arriba y abajo.

- A** En color azul las flechas en dirección derecha.
- B** En rojo las flechas en dirección izquierda.
- C** En verde las flechas en dirección arriba.
- D** En amarillo las flechas en dirección abajo.



5. MEMORIA DIFERIDA

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe intentar recordar los objetos de los que hablaron al principio de los ejercicios del día (darle pistas del tipo de actividad que realizaron).

Las palabras eran: martillo, anillo, coche, reloj, pinza de la ropa.

Y en caso de que no recuerde ayudarle con pistas: empezaba por "Mar" para "Martillo", sirve para leer, etc.

NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

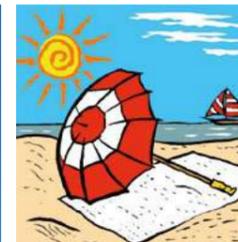
Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué tipo de zapatos se utilizan en esta estación: botas, sandalias, etc.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
			

2. LENGUAJE

Orientaciones al cuidador.

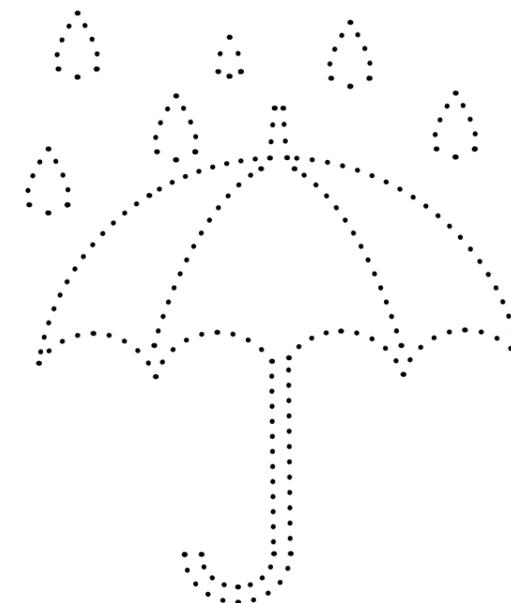
Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe decir palabras que empiecen por PA y por SE.

Palabras empiecen por "PA..."	Palabras empiecen por "SE..."

3. PRAXIAS

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe hacer un dibujo uniendo los puntos y determinar de qué dibujo se trata para colorearlo después.



4. MEMORIA

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe ver unas fotografías e identificar quiénes son esos personajes, a qué se dedican, por qué se les conoce, si les gusta o no lo que hacen, etc.



5. RAZONAMIENTO

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe responder a unas preguntas según crea es la adecuada.

¿Qué es más caro un coche o un avión?

¿Qué pesa más un perro o una vaca?

¿Qué es más grande una casa o una moto?

¿Qué es más peligroso una lombriz o una serpiente?

¿Qué es más fácil de romper un huevo o una manzana?

¿Qué día de la semana está entre el martes y el jueves?

¿Qué mes está entre octubre y diciembre?

¿En qué mes hace más frío en diciembre o en agosto?

¿En qué mes hace más calor en julio o en noviembre?

¿En qué estación estaremos en el mes de enero?

NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7
MARTES	8	9	10	11	12	13	14
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28
VIERNES	29	30	31				
SÁBADO							
DOMINGO							

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué prendas de ropa se utilizan en esta estación: abrigos, camisetas, bañadores, etc.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
			

2. MEMORIA

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe recordar qué se celebra en estas fechas.

¿Qué se celebra el 24 de diciembre?

¿Qué se celebra el 19 de marzo?

¿Qué se celebra el 6 de enero?

¿Qué se celebra el 31 de diciembre?

¿Qué se celebra el 25 de diciembre?

¿Qué se celebra el 12 de octubre?

¿Recuerda el día del cumpleaños de los miembros más relevantes de su familia?
Esposa, hijos...

¿Cuál es el día de su propio cumpleaños?

3. RAZONAMIENTO

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe decir la hora que marca el reloj.



9:00

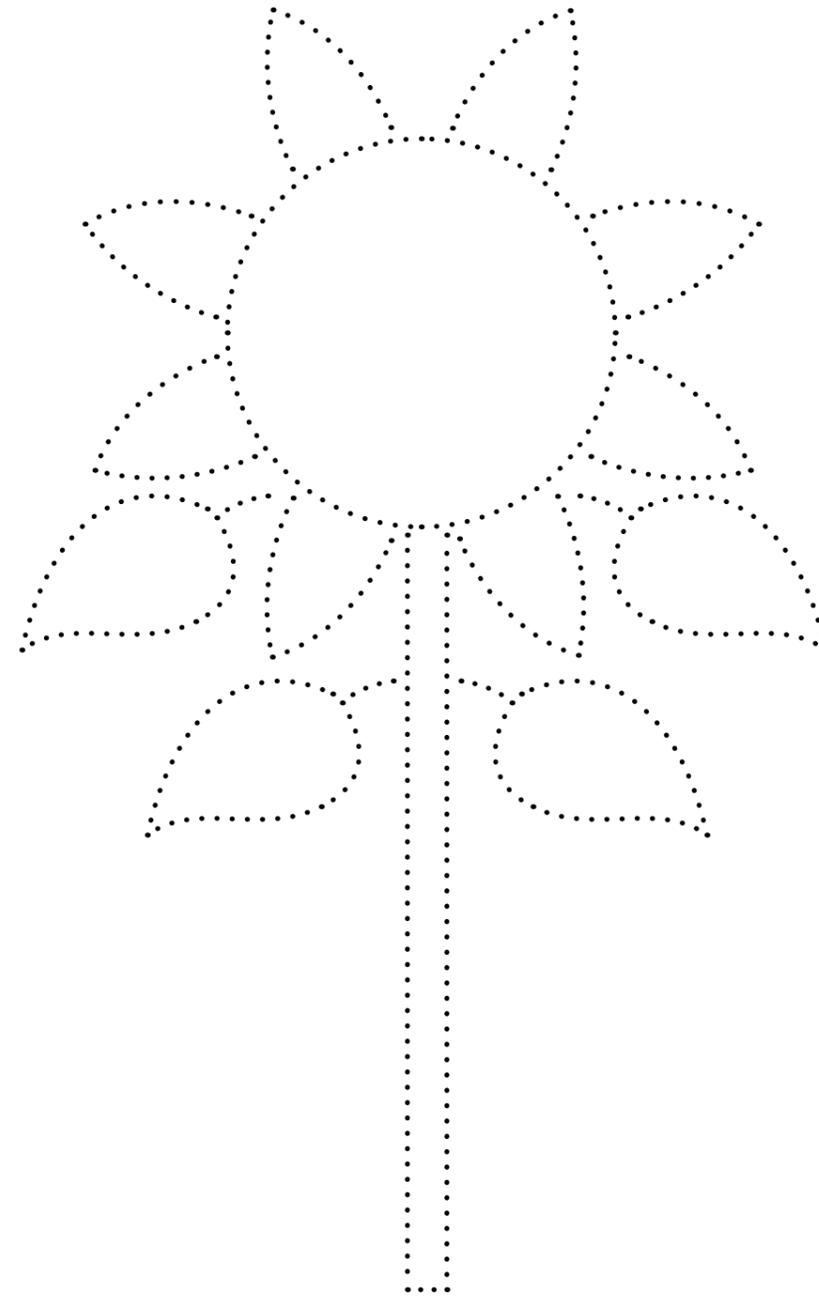
las 9 en punto



4. PRAXIAS

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe hacer un dibujo uniendo los puntos y determinar de qué dibujo se trata para colorearlo después.



NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

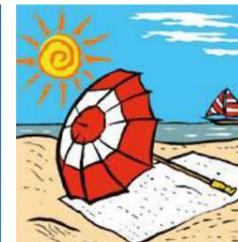
Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.

LUNES	1	2	3	4	5	6	7	
MARTES	8	9	10	11	12	13	14	
MIÉRCOLES	15	16	17	18	19	20	21	
JUEVES	22	23	24	25	26	27	28	
VIERNES	29	30	31					
SÁBADO								
DOMINGO								

Identifica, con el dibujo, la estación del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Pregúntale qué tipo de complementos se utilizan en esta estación en la que estamos: paraguas, abanicos, sombreros, etc.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
			

2. MEMORIA

Con el MEMORY

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio con 5 tarjetas del MEMORY.

Para ello, el paciente coge todas las tarjetas y debe seleccionar:

MANZANA PERRO TAZA CASA GLOBO

Después se le pregunta uno a uno por los objetos elegidos:

MANZANA:

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en ...

Éste es de color...

PERRO:

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en ...

Éste es de color...

TAZA:

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en ...

Éste es de color...

CASA:

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en ...

Éste es de color...

GLOBO:

¿Qué es esto?

Es un objeto que sirve para...

Lo encontramos en ...

Éste es de color...

3. RAZONAMIENTO

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe elegir qué objetos debería llevar...

A Para ir al médico

TOALLA
TARJETA SANITARIA
BRONCEADOR
CHAMPÚ
MEDICAMENTOS
ESPEJO
INFORMES MÉDICOS
ZAPATOS
CEPILLO DE DIENTES
PAN

B Para ir a la piscina

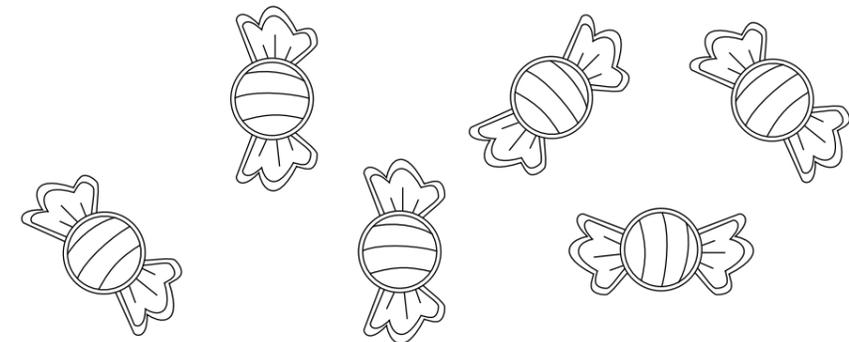
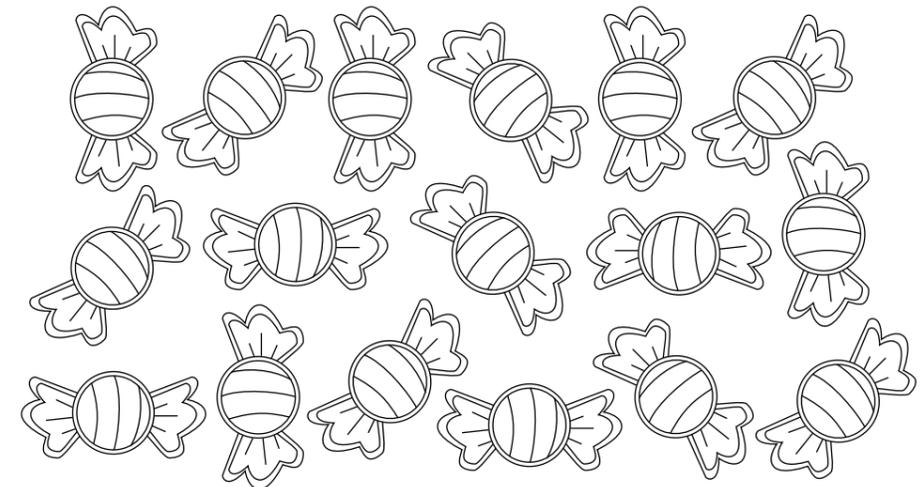
GAFAS DE SOL
FALDA
CREMA DE SOL
BOTAS
BUFANDA
TOALLAS
PASAMONTAÑAS
GUANTES
BAÑADOR
ALETAS

4. CÁLCULO SIMPLE

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe:

- 1 Contar caramelos
- 2 ¿En qué lado hay más caramelos?
- 3 ¿Cuántos caramelos hay en total?



5. MEMORIA DIFERIDA

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe intentar recordar los objetos del MEMORY de los que hablaron al principio de los ejercicios del día (darle pistas del tipo de actividad que realizaron). MANZANA, PERRO, TAZA, CASA, GLOBO

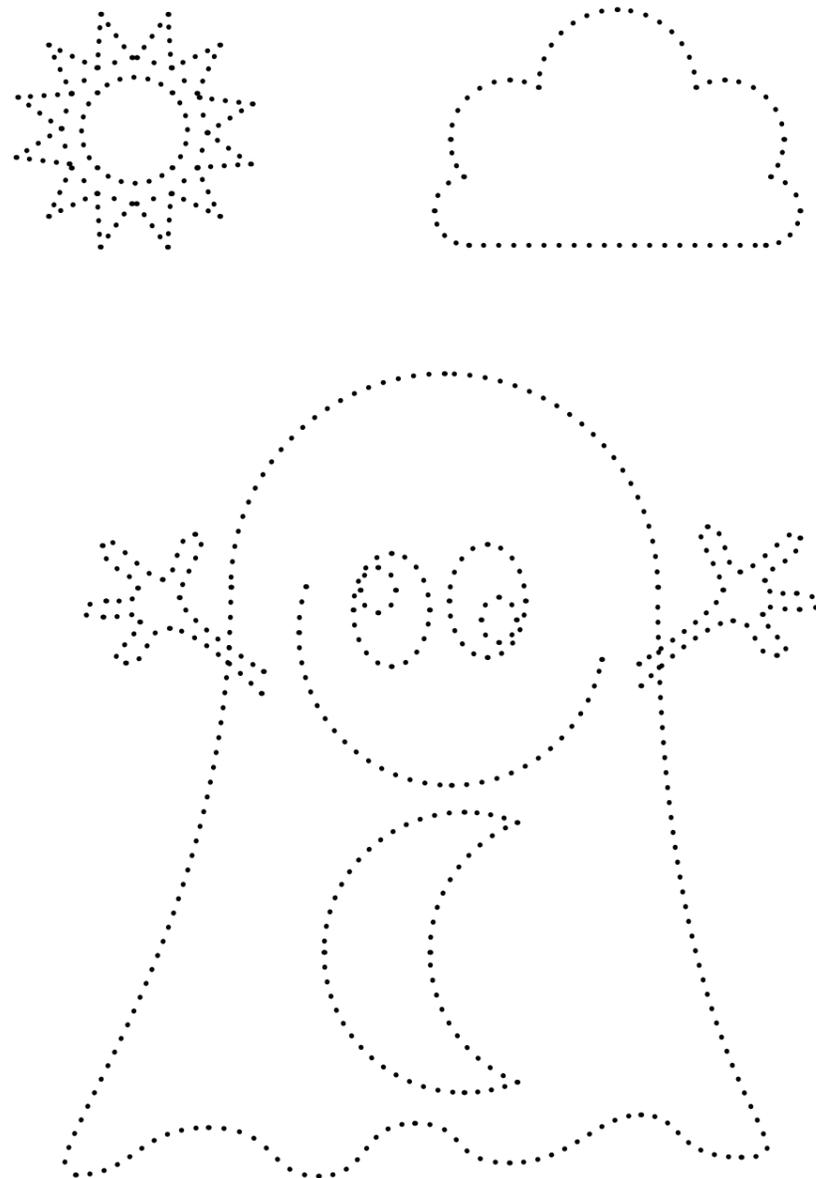
Y en caso de que no recuerde, ayudarle con pistas.:
"se usaba para...."

Y si falla, decirle que empezaba por:
"te" para "teléfono" por ejemplo.
"se usaba para..." por ejemplo.

4. PRAXIAS

Orientaciones al cuidador.

Se le explica que van a realizar un ejercicio en el que debe hacer un dibujo uniendo los puntos y determinar de qué dibujo se trata para colorearlo después.



5. MEMORIA

Orientaciones al cuidador.

Se le inicia la letra de unas canciones que deberá canturrear o tatarrear según se sepa o no el estribillo o la letra.

Asturias patria querida...

La cucaracha, la cucaracha...

Uno de Enero, dos de...

Una morena y una rubia...

15 años tiene mi amor...

Ay pena, penita, pena...

Yo no maldigo mi suerte...

Libre como el sol cuando amanece...

Fumando espero al hombre que...

Pisa morena, pisa con garbo...

NOMBRE O FIRMA DEL PACIENTE:

FECHA:

1. ORIENTACIÓN TEMPORAL

Rodea con un círculo la fecha y el día de la semana.



Identifica, con el dibujo, la estación y el mes del año en la que estamos.

Orientaciones al cuidador.

Hay que ser flexible con meses como marzo, junio, septiembre y diciembre, que corresponden a dos estaciones diferentes.

INVIERNO	PRIMAVERA	VERANO	OTOÑO
Diciembre	Marzo	Junio	Septiembre
Enero	Abril	Julio	Octubre
Febrero	Mayo	Agosto	Noviembre
Marzo	Junio	Septiembre	Diciembre


2. LENGUAJE**Orientaciones al cuidador.**

Se le explica al paciente que van a realizar un ejercicio en el que: Van a REPETIR EN VOZ ALTA unas frases:

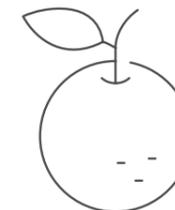
FRASES:

- 1 Mañana hará calor
- 2 Los domingos nos visitan nuestros nietos
- 3 Esta primavera ha llovido poco
- 4 La sandía es una fruta muy refrescante
- 5 Las elecciones municipales han estado muy reñidas
- 6 Tengo que hacer una paella para el domingo
- 7 La doctora nos ha dicho que es importante hacer ejercicios mentales
- 8 Cogemos el autobús para ir al médico y después iremos a desayunar
- 9 Me gusta ponerme ropa cómoda cuando salgo a pasear por el parque

3. GNOSIAS**Orientaciones al cuidador.**

Debe decir QUE OBJETOS TIENEN FORMA REDONDA.

Imágenes. Pelota, naranja, reloj cuadrado, televisor, bola de navidad, dado



4. FUNCIONES EJECUTIVAS

*Orientaciones al cuidador.
en que se diferencian:*

EL BALONCESTO Y LA NATACIÓN

UNA LÁMPARA Y UNA VELA

UN CABALLO Y UN LEÓN

UN MANZANO Y UNA MARGARITA

UNA BICICLETA Y UN CAMIÓN

UN TELEVISOR Y UNA RADIO

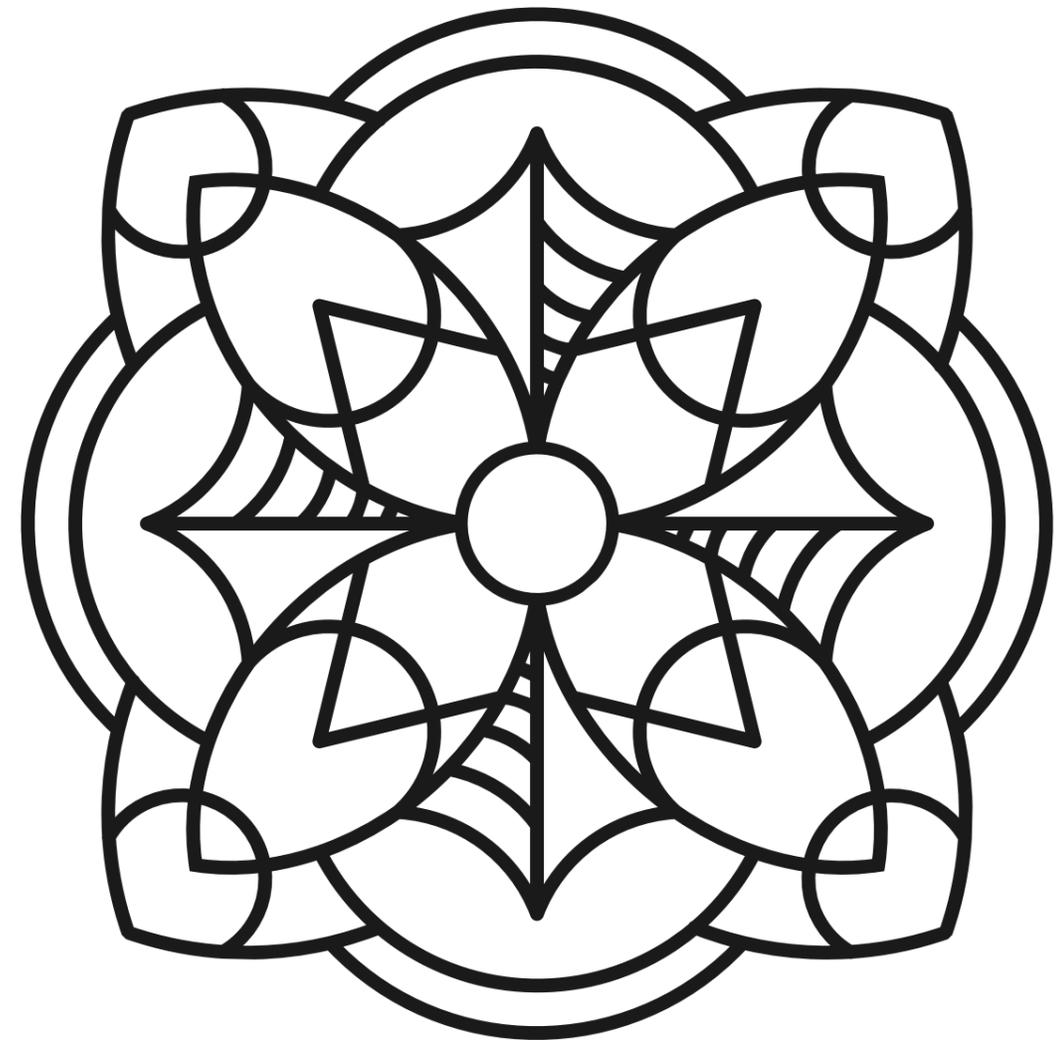
UN LIBRO Y UNA REVISTA

UNA NUEZ Y UNA PERA

5. PRAXIAS

Orientaciones al cuidador.

COLOREAR ESTA MANDALA EN LOS COLORES QUE EL PACIENTE DECIDA PARA QUE QUEDE VISTOSA.



3. CÁLCULO

Orientaciones al cuidador.

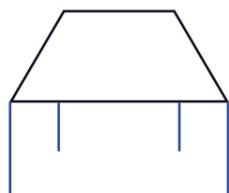
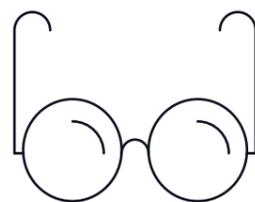
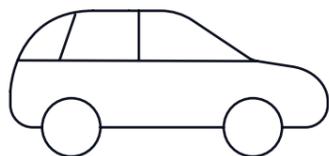
el paciente ha de responder a las siguientes preguntas con un SI o NO sobre la cuantía de ciertos objetos

- ¿Con 20 euros podría comprar una barra de pan?
- ¿Con 5 euros podría comprar una barra de pan?
- ¿Con 10 euros podría comprarme un abrigo?
- ¿Con 5 céntimos podría comprar un periódico?
- ¿Con 10 céntimos podría comprar una botella de leche?
- ¿Con 50 euros podría invitar al cine a mi pareja?
- ¿Con 2 euros podría compra un kilo de plátanos?
- ¿Con 20 euros podría comprar un helado a mi nieto?
- ¿Con 5 euros podría comprar un billete de autobús?
- ¿Con 10 céntimos podría comprar unos zapatos?

4. PRAXIAS

Orientaciones al cuidador.

COPIAR los siguientes dibujos



5. MEMORIA

Orientaciones al cuidador.

1. Recordar alguna noticia, suceso o evento familiar relevante del día anterior o de hoy.
2. Recordar y dibujar los dibujos realizasos hace un rato en el ejercicio anterior



www.kernpharma.com