

Estimulación cognitiva

Para enfermos en estadio 1-2

JUEGO A

Material: Dibujos o fotografías. Son preferibles las fotos que muestren lugares conocidos por el enfermo. Pueden ser también fotografías de su habitación o la casa donde vive.

Desarrollo: Mostramos el dibujo o la foto y le pedimos que lo describa. Se le ayuda con preguntas como “¿Qué ves? ¿Qué hay al lado de...? ¿Cómo se llama...? ¿Qué están haciendo? ¿De qué color es...?”

Objetivos: Estimular la discriminación y reconocimiento de objetos y lugares, producción y comprensión verbal.

JUEGO B

Material: Un dibujo de un reloj en un folio, sin marcar las horas ni las agujas. Sólo los cuatro puntos correspondientes a las horas y el del centro.

Desarrollo: Pedimos al enfermo que nos dibuje las horas. Si no es capaz, le ayudamos. Al mismo tiempo, preguntamos qué actividades realiza en las horas que se van indicando. (“¿Te vas a la cama a esta hora? ¿Cuándo desayunas? ¿Qué haces después? ¿A qué hora vas a pasear?”)

Objetivos: Estimular la orientación temporal, memoria, capacidad visoespacial y praxis.

JUEGO C

Material: Fotografías de diferentes productos que se venden en el supermercado. Resulta muy útil un catálogo de publicidad en el que vengan marcados los precios.

Desarrollo: Preguntamos por el precio de algún producto y ejercitamos el cálculo.

“¿Cuánto cuesta un kilo de...? ¿Y medio kilo? ¿Qué puedo comprar con mil pesetas? ¿Cuál es el más caro de estos?”

Objetivos: Estimular el cálculo y la gestión del dinero, y la denominación.

Para enfermos con estadios 2-3

JUEGO A

Material: Objetos cotidianos, preferiblemente de fácil manipulación, como por ejemplo...

- Un peine
- Una bombilla
- Un tenedor
- Una servilleta
- Un bolígrafo
- Un reloj
- Un plato

Desarrollo: Se trata de un ejercicio de manipulación real de objetos. Se trata de promover, por medio de la abstracción, la mímica del uso de los utensilios propuestos.

Se presenta cada objeto uno a uno y se le pregunta “¿Qué es esto? ¿Para qué sirve? ¿Cómo se usa?”

Haz la mímica del uso del objeto.

Objetivos: Estimula la denominación, el reconocimiento, la comprensión del vocabulario y de ejecución de órdenes.

JUEGO B

Material: Un trapo para taponar los ojos y los siguientes productos:

- Algo salado, algo dulce y algo amargo
- Algo suave (seda), algo que raspe (lija), terciopelo y madera
- Un plato, un balón y un libro

Desarrollo: Le tapamos los ojos con el trapo y realizamos las siguientes pruebas alternadas...

- Gusto: damos a probar los distintos sabores por separado y dejamos que responda antes de pasar al siguiente. Si no es capaz de adivinarlo o de nombrarlo, damos pistas.

- Tacto: al igual que antes, se deja que el paciente toque tantas veces como necesite. Tiene que decir tanto la textura como la forma.

Objetivos: Estimular la percepción y la atención-concentración.

JUEGO C

Material: Cartulinas, rotuladores y cinta adhesiva.

Desarrollo: Pondremos, con la ayuda de nuestro enfermo, los nombres de las diferentes habitaciones de la casa. Luego, siempre acompañados por él y haciéndole participar al máximo, iremos colocando las puertas de la casa. Le haremos preguntas del siguiente tipo:

“¿Dónde está la cocina? Toma, pon este letrero en la puerta...”

Objetivos: Estimular la orientación espacial y la denominación.

Estimulación psicomotriz

Para enfermos con estadios 1-2

JUEGO A

Material: Dibujos o fotos que muestren escenas de la vida cotidiana (mesa con desayuno, un cuarto de baño, alguien planchando...)

Preparación: Meteremos en la caja de cartón los dibujos, doblados por la mitad.

Desarrollo: Cada participante se pone de pie ante el resto, coger uno de los papeles y los desdobra evitando que los demás lo vean. Después, por medio de gestos (sin hablar) intenta mostrar a los demás qué actividad se representa en el papel.

Objetivo: Estimular el conocimiento de imágenes (gnosia), comprensión y producción verbal y no verbal, autonomía en las actividades de la vida diaria, imaginación y creatividad y coordinación perceptivo-motriz.

JUEGO B

Material: Reproductor de CD o cassette. Grabaciones de música conocida por el enfermo.

Desarrollo: El enfermo y el cuidador se coloca frente a frente. Le diremos al enfermo que imagine que nosotros somos su reflejo en un espejo y que debe imitar simultáneamente nuestros movimientos de forma simétrica. Al principio se realizan movimientos sencillos y poco a poco se van haciendo más complicados.

Algunos gestos pueden ser: trazar en el aire una espiral, balancear los brazos de un lado a otro, tocar con la mano izquierda la rodilla derecha y viceversa, levantar el pie del suelo dibujando en el aire figuras y también gestos faciales como fruncir el ceño, inclinar la boca de un lado a otro, arrugar la nariz, poner gesto de susto, de risa, de pena...

Objetivos: Estimular el esquema corporal y reconocimiento del propio cuerpo, expresión corporal y facial y relación con el cuidador.

JUEGO C

Material: Cartulinas de colores (rojo, verde, azul, amarillo) 20 x 10 cm. Cuatro cajas de cartón, en cuyo interior pegaremos una de las cartulinas, de un color distinto en cada caja. Reproductor de CD o cassette. Grabaciones de música que conozca el enfermo.

Preparación: Repartimos todas las cartulinas por la habitación, en lugares elevados y cerca del suelo, o de forma que requiera cierto esfuerzo recogerlas.

Desarrollo: Al comenzar la música, el enfermo buscará por la habitación las cartulinas y las irá colocando en las cajas según su color. Después se puede pedir al paciente que reparta él las cartulinas por la habitación para que nosotros las encontremos.

Para enfermos con estadio 2-3

JUEGO A

Material: Reproductor de CD o cassette. Grabaciones de música conocida por el enfermo. Un vaso de agua. Un globo. Un plato. Un balón. Un bastón o paraguas. Papel higiénico.

Preparación: Trazar en el suelo un camino con dos tiras de papel higiénico paralelas de una longitud de 3 metros, evitando las curvas. Poner música.

Desarrollo: Pedir al enfermo que haga un recorrido de ida y vuelta con objeto de reconocerlo. Darle un objeto cualquiera en las manos (bandeja, globo, vaso, libro) y explicarle que deberá subir el objeto sobre su cabeza cuando pare la música. Si al pararla no recuerda la orden, darle pistas.

Objetivos: Estimular la agilidad motriz, coordinación motora, percepción motora, capacidad pulmonar y respiratoria.

JUEGO B

Material: Un balón. Un reproductor de CD o cassette. Grabaciones de música conocida por el enfermo.

Preparaciones: Colocamos al paciente frente a nosotros. Ponemos la música a un volumen moderado.

Desarrollo: Nos pasaremos primero el balón de una forma sencilla, lanzándolo de uno a otro y adaptándonos a las posibilidades reales de cada individuo.

Objetivos: Estimular el equilibrio, coordinación y agilidad, comprensión verbal y rapidez de reacción.

JUEGO C

Material: 20 globos. Un rotulador permanente grueso. Dos folios, uno con el dibujo de una cruz y otro con el dibujo de un círculo. Cinta adhesiva. Reproductor de CD o cassette. Grabaciones de música conocida por el enfermo.

Preparación: Inflamos los globos (si es posible con su ayuda) y dibujamos en 10 de ellos cruces y en otros 10 círculos. Pegar una cinta adhesiva en la puerta de una habitación con un folio en el que hayamos escrito una cruz y en la puerta de otra habitación un folio con un círculo. Repartir los globos por todo la sala.

Desarrollo: Cuando comience la música, el paciente debe buscar los globos y colocarlos en la habitación que se corresponda con su signo (cruz o círculo). En las fases más avanzadas, basta con que el paciente juegue con los globos, los mantenga en el aire con toques y que coja muchos a la vez.

Objetivo: Estimular la capacidad respiratoria, discriminación, motricidad, coordinación y equilibrio y orientación espacial.

Taller de laborterapia

LA CASA

Material: revistas viejas y catálogos. Pegamento multiusos. Cartulina blanca (50x65 cm.) Tijeras de punta roma. Lápiz. Rotulador negro. Regla. Plantilla.

Desarrollo: Dibujamos una casa grande en la cartulina, en la que se vean las distintas habitaciones (como una casita de muñecas sin la fachada). Recortamos los muebles de las distintas habitaciones y pedimos al enfermo que pegue los recortes en los cuartos correspondientes del dibujo. Aprovechamos para dialogar con él sobre la situación de los objetos.

Objetivo: Estimular la coordinación viso-motriz, motricidad fina, praxis constructiva, reconocimiento de imágenes (gnosia) y orientación espacial.

RECORTABLES

Material: Revistas. Catálogos de ropa. Tijeras de punta roma. Pegamentos multiusos. Folios blancos.

Desarrollo: Pedimos al enfermo que identifique y recorte las prendas de las revistas. Le invitamos a que las ordene por estaciones. Podemos pedirle también que las agrupe y construya conjuntos que pegue en el folio.

Objetivos: Estimular la memoria semántica, la capacidad de combinación y conjunción de elementos, autonomía en las actividades de la vida diaria y esquema corporal.

RACIMO DE UVAS

Material: Plastilina blanda de color morado. Pintura de palo. Cuchillo de plástico. Folio con el dibujo de una rama de parra de la que cuelga un racimo de uvas.

Desarrollo: Pedimos al enfermo que coloree las hojas y la rama de la parra. Después ha de ir cogiendo pequeñas cantidades de plastilina, del tamaño de una avellana. A continuación, se pega sobre la superficie de papel y se aplasta hasta cubrir todas las uvas del racimo, intentando que no salirse de los bordes y retirando con el cuchillo de plástico, lo que haya salido del contorno.

Objetivo: Estimular las sensaciones táctiles, la motricidad fina y la praxis constructiva.