

**La estimulación cognitiva en los adultos mayores (Revisión)****The cognitive stimulation of the elderly (Review)**

Ludis Nelis Flo Ramírez. Licenciada. Máster en Ciencias de la Educación. Profesora Asistente.

Centro Universitario Municipal Jiguaní. Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.

[lflor@udg.co.cu](mailto:lflor@udg.co.cu) 

Lino Suárez Irrizari. Licenciado. Máster en Educación Superior. Profesor Auxiliar. Centro

Universitario Municipal Jiguaní. Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.

[lsuarezi@udg.co.cu](mailto:lsuarezi@udg.co.cu) 

Isabel Luisa Reytor Rivero. Máster en Ciencias de la Educación. Profesora Asistente. Centro

Universitario Municipal Jiguaní. Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.

[ireytorr@udg.co.cu](mailto:ireytorr@udg.co.cu) 

Recibido: 23-11-2022/ Aceptado: 08-02-2023

**Resumen**

Por los valores que enclaustra, la atención al adulto mayor es hoy en día una prioridad en Cuba. El envejecimiento de la población es un hecho real y para ello se toman medidas que faciliten su bienestar. La incorporación del adulto mayor a las Cátedras Universitarias ha sido una propuesta meritoria a este empeño. El estudio de las bases psicológicas del comportamiento de la memoria en el ámbito del envejecimiento humano, es fundamental para favorecer el aprendizaje en los geroeducandos y lograr una mejor calidad de vida. El artículo tiene como objetivo capacitar en este sentido a los geroeducandos de la Filial Universitaria del Adulto Mayor (FUAM) de Jiguaní y proponer un sistema de actividades para su estimulación. Los principales elementos en el estudio incluyen las generalidades más actuales sobre las bases psicológicas del desarrollo de la memoria humana y los factores que la condicionan. A partir de estos elementos se evaluaron las

características fundamentales de los geroeducandos jiguaniceros. Los principales problemas detectados fueron: insuficiencias en la estimulación de los procesos psicológicos del adulto mayor que limitan su rendimiento mnésico y el progreso cognoscitivo en los geroeducandos. La investigación revela como constructo praxiológico el sistema de actividades que se ha desarrollado en el municipio Jiguaní con resultados satisfactorios. Se concluye que, como resultado de la investigación, los geroeducandos adquirieron los conocimientos necesarios para estimular la memoria.

**Palabras clave:** adulto mayor; memoria; geroeducandos; estimulación; cognoscitivo

### **Abstract**

Due to the cloistered values, care for the elderly is a priority in Cuba today, the aging of the population is a real fact and for this, measures are taken to facilitate their well-being. The incorporation of the elderly to University Chairs has been a worthy proposal for this endeavor. The study of the psychological bases of memory behavior in the field of human aging is essential to promote learning in geroeducates and achieve a better quality of life. The article aims to train the geroeducates of the University Branch of the Elderly (FUAM) of Jiguaní in this regard and propose a system of activities for their stimulation. The main elements in the study include the most current generalities about the psychological bases of the development of human memory and the factors that condition it. From these elements the fundamental characteristics of the Jiguanico geroeducandos were evaluated. The main problems detected were: insufficiencies in the stimulation of the psychological processes of the elderly, which limits their memory performance and cognitive progress in geroeducates. The investigation reveals as a praxiological construct the system of activities that has been developed in the Jiguaní municipality with satisfactory results. It is concluded that as a result of the research, the geroeducates acquired the

necessary knowledge to stimulate memory.

**Keywords:** elderly; memory; geroeducates; stimulation; cognitive

## **Introducción**

Tercera edad o senectud es un término antro-po-social que hace referencia a las últimas décadas de la vida, en la que uno se aproxima a la edad máxima que el ser humano puede vivir. En esta etapa del ciclo vital, se presenta un declive de todas aquellas estructuras que se habían desarrollado en las etapas anteriores, con lo que se dan cambios a nivel físico, cognitivo, emocional y social.

El incremento de este grupo poblacional impone nuevos retos a la educación cubana entre los que se encuentra la sistematización de acciones de promoción, prevención y rehabilitación del deterioro cognitivo. Para ello, es preciso incursionar en nuevos espacios para la estimulación y atención de la población adulta, a partir de sus necesidades e intereses, con programas formales y no formales; establecer estilos de trabajo pedagógico que modifiquen los métodos tradicionales y estimulen la participación de todos.

Las universidades de Cuba asumen el encargo social de la educación de adultos y como parte del Programa de Extensión Universitaria, la creación y seguimiento de las Cátedras Universitarias de Adultos Mayores (CUAM). En el trabajo de Orosa (2005) y en los documentos de dichas cátedras, se puede comprender que estas constituyen un equipo multidisciplinario de profesionales, especialistas, promotores y activistas interesados en el estudio de la educación y el desarrollo del adulto mayor cubano, y como actividad extensionista ofrece el programa de educación para mayores.

Hoy se confirma que el individuo se mantiene en un permanente proceso de aprendizaje, sin importar el período de su desarrollo psico-biológico y en función de su vida natural,

ergológica y social, pero para que exista un aprendizaje, es necesaria la activación de los procesos psicológicos en los que la memoria, en términos prácticos es la expresión de que este ha ocurrido. De ahí que los procesos de memoria y de aprendizaje sean difíciles de estudiar por separado.

La psicóloga Rodríguez (2003), refiere en uno de sus artículos que la memoria sigue siendo la función superior más ampliamente estudiada en el ámbito del envejecimiento normal. Puede ser debido a que la queja subjetiva más generalizada en las personas mayores tiene que ver con su rendimiento mnésico. Sin embargo, el estudio y revisión de la literatura especializada, relacionadas con el adulto mayor, derivadas de tesis de maestrías o doctorales en el municipio Jiguaní, González (2014) y Rodríguez et al. (2016), entre otros, confirman los insuficientes estudios sobre este proceso psicológico en los adultos mayores del territorio.

Es evidente que estos investigadores no han tenido como propósito el estudio de las bases psicológicas del comportamiento de la memoria en el ámbito del envejecimiento humano, por lo que estas insuficiencias se asumen como una posibilidad de enriquecer y argumentar cómo ocurre este proceso en el adulto mayor jiguanicero, que permita su estimulación para un mejor resultado en el aprendizaje.

A partir de la aplicación de métodos investigativos, los autores constataron insuficiencias en la estimulación de los procesos psicológicos del adulto mayor, esencialmente en la memoria, que limita el progreso cognoscitivo en los geroeducandos, por lo que se propuso elaborar un sistema de actividades para la estimulación de la memoria, a través de la atención a estos en las aulas de la Filial Universitaria del Adulto Mayor (FUAM) de Jiguaní.

Para este estudio se tomó una población de 158 geroeducandos de la FUAM de Jiguaní y de ella una muestra de 80 geroeducandos, que representa el 50,6 %, siendo del sexo femenino, 54

y del sexo masculino 26, cuyas edades oscilan entre 60 y 86 años, pertenecientes a la demarcación territorial Jiguaní Sur, en los que se pudo constatar insuficiencias relacionadas con la memoria.

## **Desarrollo**

Durante el proceso investigativo se tomó como punto de partida de la investigación el estudio y profundización de la memoria en los seres humanos y especialmente su funcionamiento en el envejecimiento.

Los primeros estudios sobre la memoria comenzaron en el campo de la filosofía, e incluían las técnicas para mejorar la memoria. A finales del siglo XIX y principios del XX, la memoria pasó a ser el paradigma por excelencia de la psicología cognitiva. En las últimas décadas se ha convertido en uno de los principales pilares de una rama de la ciencia conocida como neurociencia cognitiva, un nexo interdisciplinario entre la psicología cognitiva y la neurociencia.

Tanto León (1997) como Fernández-Ballesteros (2000) coinciden en que la memoria es un proceso mental complejo por medio del cual fijamos, retenemos y reproducimos todo aquello que estuvo una vez en nuestra conciencia, haciendo uso posterior de nuestra experiencia; es pues, una condición necesaria para desarrollar una vida independiente y productiva. Los autores de la investigación coinciden con estos autores, y refieren además que la memoria es una función del cerebro que permite al organismo codificar, almacenar y recuperar la información del pasado e interviene en todos los procesos de aprendizaje del ser humano; de modo que es vital para la supervivencia del individuo como lo ha sido para la supervivencia de la especie.

La memoria humana, al igual que el ser humano en sí, es compleja y fascinante. Es a ella a la que mayor atención se le presta y a la que mayor esfuerzo se le exige en la vida, ya que la

vida existe, gracias a la memoria. La vida está formada por recuerdos. El hombre es quien es, gracias a lo que aprende y recuerda. Sin memoria sería incapaz de percibir, aprender o pensar, no podría expresar sus ideas, ni tendría una identidad personal, porque sin recuerdos sería imposible saber quién es y la vida perdería sentido.

La memoria no es una facultad única o unitaria de la mente como se asumió por mucho tiempo, sino que se compone de una variedad de procesos y sistemas distintos y disociables, en donde cada sistema depende de una constelación de relaciones en el cerebro que involucran diferentes estructuras neurales, las cuales juegan un rol altamente especializado dentro del sistema.

Esto es, los recuerdos no se almacenan en una sola zona del cerebro ni se distribuyen a lo largo de todo este, sino que diferentes partes del cerebro almacenan diversos aspectos de la experiencia que se ligan en un sistema, mientras en algunas regiones del córtex temporal están almacenados los recuerdos de la más tierna infancia, el significado de las palabras se guarda en la región central del hemisferio derecho y los datos de aprendizaje en el córtex parieto-temporal. Los lóbulos frontales se dedican a organizar la percepción y el pensamiento. Muchos de los automatismos del hombre están almacenados en el cerebelo.

Hay fallas en el proceso y la función de la memoria que no son propiamente olvidos o dificultades en el almacenamiento o la recuperación, sino que son distorsiones de la información. Algunos de estos trastornos alcanzan un grado de enfermedad y son llamados “paramnesias”; otros por el contrario son bastante poco frecuentes o leves en su ocurrencia. En ambos casos las manifestaciones pueden ser similares, pero diferir en la intensidad o frecuencia.

Para que la información sea adecuadamente registrada y evocada es necesario que otras funciones neuropsicológicas permanezcan indemnes. Los trastornos de la atención, el lenguaje

(afasia), los defectos senso perceptuales (visuales y auditivos) y la depresión, son los trastornos que con más frecuencia interfieren con el adecuado funcionamiento de la memoria, llegando a veces a simular una demencia.

Alteraciones cuantitativas de la memoria.

Amnesia: La mala memoria está provocada por factores o deficiencias biológicas ajenas propiamente al funcionamiento normal de la misma. La amnesia es la ausencia de recuerdos de un período determinado de la vida. El sujeto suele estar consciente de que son recuerdos que existieron, pero que se han perdido. Pueden ser parciales o totales.

Amnesia parcial: afectan los recuerdos de un campo reducido de memoria visual, auditiva o verbal. Puede estar presente en trastornos orgánicos del cerebro, lesiones de la corteza cerebral por traumatismos, deficiencia circulatoria, intoxicaciones o trastornos psicogénicos. Si la amnesia es de etiología orgánica, suele ser definitiva, mientras que la amnesia temporal de etiología psicogénica suele ser transitoria.

Amnesia total: es la que se vuelve extensiva a todos los elementos y formas de conocimiento, que corresponde a un lapso determinado de la vida del sujeto. Según la cronología del lapso olvidado, se divide en:

Anterógrada o de fijación: incapacidad de evocar hechos recientes, pero sí logra recuerdos antiguos. Suelen ser transitorias, pero pueden convertirse en definitivas, como ocurre en las demencias.

Amnesia retrógrada o de evocación: es la dificultad para evocar el recuerdo de vivencias conservadas del pasado y que en otras oportunidades han podido recuperarse.

Amnesia global o retroanterógrada: afecta simultáneamente la fijación de eventos presentes y la evocación de recuerdos pasados. Se observa en los períodos terminales de las demencias.

Hipomnesia: Es la disminución de la capacidad de la memoria debido a una dificultad tanto en la fijación como en la evocación. Se observa en personas psiquiátricamente sanas con preocupaciones profundas que acaparan la atención, así como en pacientes con neurosis.

Hipermnesia: Es el aumento o hiperactividad de la memoria, frecuente en pacientes maníacos o delirantes, y se presenta también en sujetos con entrenamiento especial de la memoria.

Dismnesia: Es una alteración cuantitativa que se traduce siempre en una disminución de la memoria, imposibilita evocar un recuerdo en un momento dado y evoca otros en forma borrosa o poco nítida.

Se llama así por la dificultad para evocar un recuerdo en determinado momento, pero que más tarde puede ser evocado espontáneamente. Esto ocurre en las personas normales en forma esporádica, al tratar de recordar nombres propios, fórmulas, etcétera. Este es uno de los síntomas iniciales que se da en la senectud. Y en forma permanente en el comienzo de la demencia.

Alteraciones cualitativas de la memoria.

Se han agrupado bajo la denominación de paramnesia, es decir, los falsos reconocimientos o recuerdos inexactos que no se ajustan a la realidad. Los principales son:

Fenómeno de lo ya visto (déjàvu): es la impresión de que una vivencia actual ha sido experimentada en el pasado y en la misma forma, aún a sabiendas de que es la primera vez que lo vemos o vivimos. Se puede observar en personas sin ningún padecimiento mental o en sujetos con neurosis o con esquizofrenia.

Fenómeno de lo nunca visto (jamaisvu): es el caso contrario al anterior. Sensación de no haber visto o experimentado nunca algo que en la realidad ya se conoce.

Ilusión de la memoria: es la evocación deforme de una vivencia, al cual se le agregaron detalles creados por la fantasía. Se observa en personas sin padecimientos mentales y en sujetos con delirios o con esquizofrenia.

“Tu cara me parece conocida”: Que ocurre cuando se encuentra a una persona conocida (o se cree conocer) pero nos es imposible identificar (o determinar con quién tiene tal parecido).

Olvidar el nombre: Ocurre cuando se identifica plenamente la cara como la de alguien conocido, pero no se logra recordar el nombre.

Sensación de conocer: Este es el caso en que se cree firmemente conocer algo o saber algo, pero a la hora de utilizar ese conocimiento se fracasa. Esto ocurre con más frecuencia en materia semántica.

Fenómeno de “lo tengo en la punta de la lengua”: Está muy relacionado con el anterior y es específicamente la incapacidad de encontrar la palabra correcta para lo que se quiere decir, encontrando tal vez muchas asociadas o relacionadas, pero sin que se ajusten exactamente a lo buscado.

Laguna temporal: Es cuando se olvidan algunos fragmentos de algo o lo ocurrido en un lapso específico, por lo general cuando en ese lapso no ocurre nada relevante y se estaban ejecutando funciones o labores sobre aprendidas. Sucede, por ejemplo, cuando se olvida parte del recorrido habitual a la casa: no se recuerda cuando se pasa por determinado punto (por el que se tuvo que haber pasado).

Falsificación de la memoria o falsos recuerdos: El aparato psíquico crea recuerdos para llenar lagunas en la memoria. Este tipo de trastorno tiende a ser altamente problemático para el sujeto y ameritar especial cuidado desde la psicología.

### El funcionamiento de la memoria en el adulto mayor

La psicóloga Rodríguez (2003) realizó un estudio acerca del tema del funcionamiento de la memoria en el adulto mayor, en el que puntualiza que algunos aspectos de la memoria se deterioran con el paso de los años, pero otros se hallan bien preservados. La investigadora asegura que existen diferentes sistemas que conforman la memoria; se puede hablar en primer lugar de la memoria sensorial (un almacén específico, que conserva por un breve espacio de tiempo, los estímulos que llegan a los sentidos); la memoria a corto plazo (MCP), un almacén de capacidad limitada (generalmente se evalúa por series de números o de palabras) que retiene la información a la que se ha atendido por un breve espacio de tiempo; y la memoria a largo plazo (MLP), o almacén general de información.

Forma parte de la MCP la memoria de trabajo, que consiste en un sistema de capacidad limitada, que implica por un lado un almacenamiento temporal de cierta información, y por otro, la capacidad de ejecución de una tarea de procesamiento (que requiere, a su vez, atención, selección y manipulación de determinados estímulos).

La MLP se divide también en *episódica*, almacén de hechos concretos, recuerdos que forman parte de la experiencia personal y que son activamente recuperados utilizando información contextual sobre cómo y cuándo ocurrieron; *semántica*, que se refiere al conocimiento sobre el mundo, organizado y acumulado conceptualmente, y por tanto muy relacionado con el lenguaje; y por último memoria *procedimental*, función de memoria

relacionada con las destrezas y habilidades que una vez aprendidas no requieren esfuerzo consciente para ser recuperadas.

Schacter (2001) también diferenció entre memoria implícita y memoria explícita. Esta clasificación de la MLP se relaciona sobre todo con la intencionalidad del sujeto implicada en el recuerdo y en su recuperación. Según esto, la memoria explícita requiere intención para recordar, y por ello produce toma de conciencia de lo que se ha hecho y del recuerdo que se ha producido, mientras que la memoria implícita no implica recuerdo consciente.

Los trabajos realizados hasta la fecha permiten afirmar que no existen apenas déficits en la memoria sensorial asociados al envejecimiento. Algunos de los estudios realizados sobre esta memoria sensorial visual indican que con el aumento de la edad se produce un incremento en el tiempo requerido para identificar un estímulo visual, que se relaciona más con aspectos atencionales y perceptivos, que con déficits de memoria. En lo que se refiere a MCP, sí parece haber un deterioro significativo en la memoria de trabajo a partir de los 70 años que algunos autores asocian o explican por un deterioro más general en habilidades cognitivas.

En un trabajo realizado por Dobbs y Rule (1989) se encontraron grandes diferencias en memoria de trabajo asociadas a la edad, diferencias que aparecían sobre todo cuando las tareas requerían una mayor manipulación de la información. Según estos autores, éstas podrían ser mejor explicadas por un declinar de la habilidad general de procesamiento, sobre todo en aspectos relacionados con la velocidad y la agilidad con que este procesamiento se lleva a cabo, que por un déficit específico de memoria. Esta idea se vio reforzada porque encontraron que esta caída de la ejecución aparecía negativamente relacionada con el nivel educativo de los sujetos.

También Brebión et al. (1997) cuando analizan memoria de trabajo con una tarea típica de procesamiento de sentencias, concluyen que existe un procesamiento similar entre jóvenes y

mayores, y que las diferencias aparecen porque los adultos mayores necesitan un tiempo más largo para concluir la tarea y recuerdan menor número de palabras. Según esto, los adultos mayores darían prioridad al procesamiento a costa de la rapidez y el almacenamiento.

En la MLP no hay grandes déficits asociados a la edad, aunque, cuando la complejidad de la tarea aumenta, el recuerdo también se va deteriorando; además los problemas parecen estar más relacionados con la recuperación que con el reconocimiento. Los aspectos de la MLP que aparecen como más afectados durante el envejecimiento son los episódicos (información ligada al contexto) y los procedimentales (información sobre destrezas). Sin embargo, según se desprende de los trabajos realizados hasta la fecha, la memoria semántica (independiente del contexto) no se pierde.

Se podría entonces pensar que en el envejecimiento las dificultades en el procesamiento de información afectan a la capacidad de almacenamiento de información relacionada con el contexto. Dichas dificultades se manifiestan sobre todo en la recuperación de dicha información, ampliadas conforme aumente la complejidad de la tarea y facilitada cuando se dan indicios de ayuda para su codificación semántica.

En lo que se refiere a memoria explícita e implícita hay pocas evidencias de declive en las tareas de memoria implícita, mientras que sí hay evidencia de declive en memoria explícita, es decir, los adultos mayores tienen más problemas cuando se les exige un esfuerzo intencional y voluntario para recordar.

Como se ha expuesto, en general los problemas de memoria se dan en aquellas situaciones en las que interviene la percepción y atención (memoria ligada al contexto); implican procesamientos más complejos o requieren nuevos aprendizajes. Por ello, casi todos los trabajos realizados sobre las relaciones entre ejecución en tareas de memoria y edad, apelan a dificultades

en el procesamiento general de información y a una menor tasa de aprendizaje en personas de edad avanzada para explicar sus resultados.

Es como si a los adultos mayores les importara menos su rendimiento y se esforzaran menos en retener, e incluso, a veces parece que se les ha olvidado cómo retenerlo, pero cuando el material les interesa, significa algo para ellos, se les dan pistas o se les refresca cómo organizarlo, vuelven a mostrar una memoria similar a la que anteriormente mostraban.

Si observa a su alrededor se dará cuenta de que esta disminución cognitiva forma parte más de un mito que de la realidad, ya que la mayoría de los adultos mayores no experimentan disminuciones significativas en su capacidad intelectual, sino por el contrario, se pueden mantener estables o llegar incluso a un incremento; todo lo cual estará dado por las diferencias individuales.

Ante todos estos análisis resulta clave comprender que todas las personas mayores son distintas, pues se envejece de maneras diversas. Mientras unas conservan su nivel funcional para realizar las actividades de la vida diaria, otras necesitan asistencia permanente para actividades básicas cotidianas. En esto intervienen tanto factores individuales como ambientales. Los primeros estarían relacionados con la genética, los comportamientos, cambios asociados a la edad y las enfermedades; los últimos se vinculan a elementos como la vivienda, dispositivos de asistencia, instalaciones sociales y el transporte, que son determinantes de la calidad de vida de los adultos mayores.

Por último, si bien es cierto que el adulto mayor ya no cuenta con la misma eficiencia que tuvo en su juventud, en relación a algunas habilidades cognitivas; en la actualidad es poseedor de un conocimiento pragmático, que se conoce como sabiduría, la cual ha sido acumulada como producto de su experiencia a lo largo de la vida. De esta manera, el adulto mayor posee un gran

desarrollo de la comprensión por medio de la experiencia y la capacidad para aplicarlos a sus asuntos importantes.

Desde mediados del siglo xx, la psicología y la gerontología, indicaron la necesidad de un nuevo paradigma sobre la vejez y el envejecimiento (Urrutia, 2018), con el propósito de trascender el enfoque estrictamente médico. En el marco de esa pretensión emergió la propuesta del envejecimiento activo y saludable. Por tanto, esta capacidad cognitiva se debe de estimular y entrenar para poder prevenir pérdidas mnésicas y para optimizar la “memoria” que cada persona mayor preserva. Expertos nacionales han apuntado que el envejecimiento activo constituye un desafío para los ancianos, la familia y la sociedad cubana actual.

Resultados de la aplicación del sistema de actividades para estimular la memoria en el adulto mayor.

La investigación se organizó en tres etapas: la primera exploración y diagnóstico para determinar los presupuestos teóricos que fundamentan la estimulación de la memoria en el adulto mayor y diagnosticar el estado actual de esta en los adultos mayores de la FUAM de Jiguaní. La segunda etapa elaboración de la propuesta y la tercera etapa aplicación y validación de la propuesta.

En la evaluación de los resultados se tuvieron en cuenta, memoria de reconocimiento, memoria del recuerdo, memoria de retención o conservación y memoria de fijación o grabación. Los resultados del pre-test se muestran en la tabla 1.

**Tabla 1. Pre-test**

Tipos de Memorias	B	%	R	%	M	%
Memoria de reconocimiento	23	28,7	51	63,7	6	7,5
Memoria del recuerdo	31	38,7	42	52,5	7	8,7
Memoria de retención o	15	18,7	58	72,5	7	8,7
Memoria de fijación o grabación	10	12,5	61	76,2	9	11,2

El Post-test se realizó luego de 10 meses de aplicada la propuesta.

**Tabla 2. Post-test**

Tipos de Memorias	B	%	R	%	M	%
Memoria de reconocimiento	72	90	8	10	0	0
Memoria del recuerdo	71	88,7	9	11,2	0	0
Memoria de retención o	72	90	8	10	0	0
Memoria de fijación o grabación	69	86,2	11	13,7	0	0

Para constatar el grado de aceptación de la propuesta luego de la aplicación en la práctica educativa en las aulas del adulto mayor, se realizaron entrevistas y encuestas, las que arrojaron los resultados siguientes:

Se aplicó una entrevista a los geroeducandos para conocer el nivel de satisfacción, el 100% expresó que se sintieron a gusto con esta propuesta y que les ha ayudado mucho en la estimulación de la memoria, fundamentalmente a corto plazo. El 95% plantea que ha realizado las actividades con algunos miembros de su familia, principalmente los nietos y que han sido muy bien acogidas. El 100%, expresó que todas las actividades propuestas eran de gran motivación para ellos, por su importancia, dinamismo y los resultados que se han obtenido. Lo anterior demuestra la aceptación que tiene la aplicación del sistema de actividades y la sensibilización de todas las familias ante la tarea de la estimulación de la memoria de sus adultos mayores.

Se aplicó una encuesta a los profesores para conocer el impacto de la aplicación de las actividades. El 100% aplicó las actividades propuestas, refirieron que las mismas no solo lograron estimular la memoria en los geroeducandos, sino que también les ayudó en la motivación de estos en la participación de la actividad docente y el aprendizaje. Expresaron además que la preparación teórica acerca de este proceso psicológico, les fue muy útil para su desempeño profesional y el manejo del adulto mayor en las aulas.

## Conclusiones

- 1- Los fundamentos teóricos asumidos referentes a la memoria en el adulto mayor permitieron sentar las bases para dirigir la investigación hacia la solución de las insuficiencias presentadas.
- 2- El estado actual de la memoria en el adulto mayor de la Filial Universitaria de Jiguaní, evidencia que aún son insuficientes las acciones que se acometen para la estimulación de la misma en función del desarrollo cognitivo de estos.
- 3- El sistema de actividades que se propone se diseña a partir de los elementos teóricos para la estimulación cognitiva en el adulto mayor, sustentado en los procesos de la memoria y clasificación de la misma con un enfoque sistémico, estructurada en tres etapas, que parte en la funcionabilidad de un diagnóstico y culmina con la evaluación integral del proceso.
- 4- La efectividad del sistema de actividades quedó demostrada con la transformación ocurrida en la estimulación cognitiva de los geroeducandos jiguaniceros, al revelarse resultados significativos en los indicadores de grabación, conservación y reproducción, después de la aplicación de métodos del nivel teórico, empírico y procedimiento matemático.

## Referencias bibliográficas

- Brebión, G., Smith, M. J., & Ehrlich, M. F. (1997). Working Memory and Aging: Deficit of Strategy differences? *Aging, Neuropsychology and Cognition*, 4(1), 58-73.  
<https://doi.org/10.1080/13825589708256636>
- Dobbs, A. R., & Rule, B. G. (1989). Adult Age Differences in working memory. *Psychology and aging*, 4(4), 500-503. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.4.4.500>
- Fernández-Ballesteros, R. (2000). *Gerontología social*. Ediciones Pirámide.

- González, I. (2014). *Sistema de actividades para motivar al adulto mayor a su incorporación a la universidad del municipio Jiguaní* [Tesis de maestría, Universidad de Granma]. Cuba.
- León González, M. (1997). *Salud mental y comunidad* [Monografía]. Ciudad de La Habana.
- Orosa, T. (2005). La CUAM: 5 años de experiencia y sus principales impactos.  
[www.sld.cu/sitios/gericuba/temas.php?idv=7126](http://www.sld.cu/sitios/gericuba/temas.php?idv=7126).
- Rodríguez, M. (2003). Convivir con un enfermo de alzheimer. [en línea]  
<http://www.psicologiaonline.com/colaboradores/delalamo/alzheimer.shtml>
- Rodríguez, A., López, Y., & Vigoa, Y. (2016). El proceso de aprendizaje en el desarrollo de la adultez. *Revista científica Olimpia*, 13(40), 36-50.  
<https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/1310>
- Schacter, D. (2001). *The Seven Sins of Memory*. Houghton Mifflin.
- Urrutia, A. (2018). Envejecimiento activo: un paradigma para comprender y gobernar. *Revista Aula Abierta*, 47(1), 29-36. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/152426>