E-ISSN: 1029 3043 | RNPS 1820

Medicentro ELECTRÓNICA

Revista Científica Villa Clara

Medicent Electrón. 2026;30:e4487

ISSN 1029-3043

Artículo de Revisión

Estimulación cognitiva en el adulto mayor

Cognitive stimulation in the elderly

Lisandra León de Armas[1]*https://orcid.org/0009-0006-9232-1662

Yanet Veitía Cañizares[1]https://orcid.org/0009-0006-2555-2428

[1]Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Cuba.

*Autor para la correspondencia. Correo electrónico: lisandraleonarmas@gmail.com

RESUMEN

Introducción: El mundo experimenta aumentos relacionados con la proporción de personas de 60 y más años de edad; esta realidad impone grandes desafíos a la sociedad y en particular a la familia, principal fuente de apoyo y protección para los adultos mayores. De ahí, la importancia de trazar estrategias necesarias para mejorar la calidad de vida de estos, quienes, debido al ritmo de vida, las condiciones actuales y las enfermedades propias de esta edad, evidencian un deterioro integral de la salud, aumento de incidencia de trastornos causantes de discapacidad y dependencia asociada a la disminución de la capacidad intelectual. Ello produce un deterioro de las funciones cognitivas, por lo que resulta necesario, diseñar alternativas terapéuticas para prevenir este proceso.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Objetivo: Sistematizar diversos estudios sobre la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores.

Métodos: Se analizaron 61 artículos extraídos de bases de datos SciELO, Elsevier y Google Académico, en el período comprendido entre abril y junio de 2025; del total, fueron seleccionados 29 para la confección del informe final.

Conclusiones: El análisis de la bibliografía sobre envejecimiento destaca la importancia de hacer uso de intervenciones no farmacológicas en la población longeva, para prevenir el deterioro de las funciones cognitivas asociado al mismo. Con este propósito emergieron algunas consideraciones para la implementación de programas de estimulación cognitiva en el adulto mayor; existen varias técnicas de intervención que pueden ser aplicadas, tanto en la comunidad como en las instituciones y en pacientes con distintos niveles de deterioro cognitivo.

DeCS: adultos mayores; estimulación cognitiva; depresión; demencia.

ABSTRACT

Introduction: the world is experiencing increases related to the proportion of people aged 60 and over. This reality imposes great challenges on society and particularly on the family which is the main source of support and protection for older adults. Hence, the importance of drawing up necessary strategies to improve their quality of life since the pace of life, current conditions and diseases typical of this age show a comprehensive deterioration in health, an increase in the incidence of disorders that cause disability as well as dependency associated with the decrease in intellectual capacity. This produces a deterioration in cognitive functions. That is why, a design of therapeutic alternatives is necessary to prevent this process.

Objective: to systematize various studies on the stimulation of cognitive functions in older adults.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Methods: a number of 61 articles from SciELO, Elsevier and Google Scholar databases were analyzed between April and June 2025; twenty-nine from the total were selected for the preparation of the final report.

Conclusions: literature analysis on aging highlights the importance of using non-pharmacological interventions in the elderly population to prevent the deterioration of cognitive functions associated with it. Some considerations emerged with this purpose for the implementation of cognitive stimulation programs in older adults. There are several intervention techniques that can be applied both in the community and institutions and in patients with different levels of cognitive impairment.

MeSH: frail elderly, cognitive remediation, depression, dementia.

Recibido: 21/10/2025

Aprobado: 10/12/2025

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es un fenómeno multifactorial, que afecta todos los niveles de organización biológica. Cada vez, resultan más comunes, las investigaciones acerca de este tema debido al notorio aumento de la población de adultos mayores, con un marcado interés tanto nacional como internacional.[1]

En todo el mundo, hoy, la mayor parte de la población tiene una esperanza de vida, igual o superior a los 60 años, de ahí, el incremento en cantidad y proporción de adultos mayores. En 2030, una de cada seis personas en el mundo, tendrá 60 años o más; por ello, en una década, este grupo de población habrá subido de 1 000 millones en 2020 a 1 400 millones. En 2050, esta cifra se habrá duplicado (2

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

100 millones). Se prevé, que el número de personas de 80 años o más se triplique entre 2020 y 2050, hasta alcanzar los 426 millones.[2]

En los últimos 70 años, la estructura demográfica de la población de América Latina y el Caribe ha pasado por cambios significativos, que redundaron en una rápida transición demográfica. La disminución sostenida de la mortalidad y la fecundidad hizo que la región pasara, de altos niveles en los años cincuenta, a bajos niveles en ambas variables en 2022. Según las estimaciones y proyecciones presentadas en el reporte de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) de ese mismo año, el área experimentó un proceso de envejecimiento más rápido con respecto a otras regiones del mundo. En 1950, las personas de 60 años y más representaban el 5,2 % de población, una cifra muy similar a la de África (5,3 %). Sin embargo, desde mediados de la década de 1960, esta proporción comenzó a aumentar de manera sostenida y, a partir de la década de 1970, sigue una tendencia similar a la de Asia.[3]

El documento “Envejecimiento en América Latina y el Caribe: inclusión y derechos de las personas mayores” presentado durante la Quinta Conferencia Regional Intergubernamental, precisa que en 2030, las personas mayores de 60 años representarán el 16,5% de la población total.

Ello llevará a que, en 2050, estas alcancen el 25,1 % (193 millones) de la población total; es decir, habrá 2,1 veces más personas mayores que en 2022. Asimismo, la esperanza de vida para ambos sexos ha aumentado, de 48,6 años en 1950 a 75,1 años en 2019. Pese al retroceso de 2,9 años en 2021 respecto de 2019 por el impacto de la pandemia de COVID-19, se espera que la esperanza de vida en el futuro continúe en aumento y llegue a 77,2 años en 2030.[4]

Lo anterior confirma, que el envejecimiento poblacional es uno de los principales fenómenos demográficos en la región y que el aumento significativo de la proporción de este grupo poblacional, acarreará importantes consecuencias desde el punto de vista económico, social y epidemiológico.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Cuba no está ajena a esta situación; en 2018, el 20,6 % de los cubanos tenía 60 años y más, dato que posicionó al país como el primero más envejecido de América Latina, y en 2023 alcanzó 23,8 %; se calcula, que el porcentaje para el 2030 sea de 30,3 %, lo que representa tres millones 304 685 adultos mayores y más de un millón de octogenarios para el 2050, los cuales representarán casi el 10 % de todos los cubanos.[1,5,6]

Villa Clara se encuentra entre las provincias más envejecidas del país. Según el informe de la Dirección Provincial de Salud, al cierre del 2017, la provincia contó con una población de adultos mayores que representó alrededor del 23,6 % de la población general, ascendiendo al 27,2 % en 2023.[1,6]

El mundo, el continente, el país y la provincia en estudio, han experimentado aumentos en relación a la proporción de personas de 60 y más años de edad. Esta realidad impone grandes desafíos a la sociedad y en particular, a la familia, principal fuente de apoyo y protección para sus adultos mayores; de ahí, la importancia de trazar estrategias necesarias para mejorar la calidad de vida de estos.

Además, debido al ritmo de vida, a las condiciones actuales y a las enfermedades propias de esa edad, se evidencia un deterioro integral de la salud, las cuales han causado el aumento de la incidencia de trastornos de discapacidad y dependencia asociados al deterioro intelectual. Por ello, cobra especial interés en las ciencias, el estudio del deterioro cognitivo y de la estimulación temprana de los procesos cognitivos en el adulto mayor, porque este permite identificar y revertir el mismo e incidir favorablemente en las capacidades y habilidades preservadas, y en las parcialmente deterioradas por desuso.[1,7]

En cuanto a los estudios realizados sobre el tema, Aschiero y cols.[8] señalan que Europa y Asia son los continentes con más publicaciones. Sin embargo, aclaran, que al analizar la frecuencia de estas por países en el quinquenio 2015-2020, Australia es el país más productivo, y en la relación temporal de estas, se evidenció homogeneidad en cuanto a la cantidad por año.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

De lo anterior se puede inferir, que es este un tema de especial interés para los investigadores, de ahí su vigencia; por ello, los autores se han propuesto como objetivo: sistematizar diversos estudios sobre la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores.

MÉTODOS

Se realizó una revisión bibliográfica sistemática para desarrollar un análisis crítico reflexivo, sobre el contenido de las bibliografías consultadas; se consideraron tesis de doctorado, de maestría, artículos originales y de revisión, publicados entre 2007 y 2024, en español e inglés. La búsqueda fue realizada en bases de datos SciELO, Elsevier y Google Académico, entre abril y junio de 2025; las palabras clave utilizadas fueron: adultos mayores; funciones cognitivas; estimulación cognitiva; depresión; demencia. Tras la identificación de los estudios preseleccionados, se llevó a cabo la lectura de los títulos y resúmenes para comprobar su pertinencia con el estudio, luego se seleccionaron los contenidos que permitieron cumplir con el objetivo propuesto y los juicios críticos. Se revisó un total de 61 artículos, de ellos fueron eliminados 4 por duplicidad y 28, por no ser pertinentes con el estudio; se seleccionaron 29 para conformar el texto.

DESARROLLO

En la vejez se experimentan cambios que afectan diversas dimensiones del ser, lo cual, sumado a las transformaciones producidas por las diferentes enfermedades propias de la edad, influyen a nivel funcional, cognitivo, afectivo y social, y limitan el desempeño de las actividades cotidianas del adulto mayor. La función cognitiva es el funcionamiento integral de la percepción, atención, orientación, memoria, lenguaje y cálculo, los cuales, en el envejecimiento sufren algún grado de

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

deterioro; este puede asociarse a alteraciones en las habilidades mentales, estados depresivos, deterioro cognitivo leve y demencia.[9]

Jara Madrigal [10] plantea la importancia de la estimulación de dichas funciones en personas adultas mayores y la necesidad de hacer uso de intervenciones no farmacológicas en la población longeva, para prevenir el deterioro de las mismas. López y Ariño citados por Jara plantean que: "la estimulación cognitiva consiste en la rehabilitación como proceso a través del cual las personas que están discapacitadas, debido a una enfermedad o lesión trabajan junto a profesionales, familia, miembros de una amplia comunidad para alcanzar el estado máximo de bienestar físico, psicológico, social y vocacional posible. Con ello, se persigue alcanzar una mejoría a nivel emocional, ya que se entrena a las personas a reutilizar habilidades instauradas, pero ya olvidadas, tanto mentales como sociales, y a ejercitar la utilización de recursos externos, manteniendo durante más tiempo las habilidades conservadas y retrasando su pérdida definitiva"[10]. Indica, además, que no solo se centra en la esfera cognitiva, sino que aborda al ser humano desde el punto de vista biopsicosocial buscando una intervención integral en el adulto mayor.

En la actualidad existe gran gama en los tipos de estimulación cognitiva utilizables en este grupo etario, tales como: la terapia de reminiscencia, los grupos de Buenos Días, Orientación a la Realidad y Programas de Psicoestimulación cognitiva, todas encaminadas a mantener las habilidades intelectuales (atención, memoria, praxia, funciones ejecutivas, cálculo), las que conservadas el máximo tiempo posible, permiten preservar la autonomía, crear un entorno rico en estímulos que faciliten el razonamiento, la actividad motora y mejorar las relaciones interpersonales.[10]

Por tanto, constituye un reto el estudio de esta etapa de la vida, por ello deben establecerse estrategias e intervenciones que permitan mejorar la salud cognitiva y la calidad de vida de los ancianos. Con esta finalidad, varios investigadores han mostrado interés en el tema, entre ellos:

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Calatayud y cols.[11] constataron los beneficios cognitivos obtenidos, a través de estrategias de estimulación cognitiva mediante terapia ocupacional, en personas mayores con cognición normal que viven en la comunidad; los resultados de este programa demostraron que su aplicación es posible de forma homogénea, independientemente del sexo, edad y nivel de estudios.

El estudio realizado por Gómez-Soria y cols. [12] aportó que un seguimiento con una misma estrategia, a mayores con deterioro cognitivo leve, tanto a largo como a muy largo plazo, a través de una intervención comunitaria en salud fue eficaz para mantener el rendimiento cognitivo de los participantes.

Este resultado es congruente con los obtenidos por Vega y cols.,[13] luego de haber implantado un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores institucionalizados, con envejecimiento normal; fueron evaluados los perfiles en atención, memoria, praxia y funciones ejecutivas, pre y posintervención, mostrando un desempeño estadísticamente significativo, en la mayoría de procesos estimulados, especialmente en la atención. Los procesos cognitivos de funciones ejecutivas y praxia, también mostraron valores relevantes.

Los estudios anteriores muestran la eficacia de los programas de estimulación cognitiva, mediante el uso de diferentes enfoques y métodos de estimulación en adultos mayores con cognición normal o con deterioro cognitivo leve, tanto en la comunidad como en las instituciones.

Sin embargo, Borrego Ruiz,[14] en su revisión crítica sobre la aplicación de estimulación cognitiva en el contexto gerontológico, cuestiona la eficacia de estos programas en adultos mayores con demencia; plantea, que presentan sesgos y debilidades metodológicas que conducen a la sobrestimación del efecto del tratamiento y que dificultan la atribución concluyente de las mejoras observadas tras la intervención. Además, expone, que los parámetros que parecen influir de forma más significativa en los resultados de las intervenciones son: el número de sesiones, la extensión temporal y la personalización de las actividades en función de las características de los participantes.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Señala, además, que es de vital importancia para establecer los parámetros óptimos para la implementación de este tipo de intervenciones, realizar enfoques multidisciplinarios y personalizados; además, evaluar los beneficios a largo plazo, mantener mayor rigor y compromiso en el desarrollo de la investigación, preservar la calidad metodológica y agregar aplicaciones funcionales al bagaje práctico existente.

Este criterio discrepa de lo planteado por González y cols.[15] en su revisión documental, quienes señalan que estos programas aplicados en adultos mayores con deterioro cognitivo leve, moderado o amnésico son efectivos porque mejoran y preservan áreas cognitivas como: memoria, orientación, lenguaje, cálculo, atención, concentración, gnosia y praxia; asimismo, en adultos con Alzheimer se mantienen las funciones aún preservadas, y mejoran el rendimiento y las habilidades cognitivas en las áreas afectadas.

Al respecto, Socorro de Sousa y cols.[16] encontraron, que, con relación a la implementación de estos programas en adultos mayores con demencia, por parte de las enfermeras, la mayoría de los resultados fueron positivos para la disminución del déficit cognitivo en los participantes. Además, señalan que no se muestran estudios realizados por estas en adultos con cognición normal o deterioro leve, puesto que solo dos estudios incluyeron demostraciones de aplicaciones detalladas realizadas por ellas. Este hecho pone de manifiesto, la escasez de publicaciones que permitan valorar la actuación de las mismas. Por lo tanto, es necesario profundizar, desde la formación de las enfermeras hasta su especialización, en el ámbito de la salud mental de adultos mayores.

Salazar y cols.[1] evidenciaron, que las instituciones de salud de la provincia presentan dificultades para replicar estos estudios, aun cuando existe la disponibilidad de profesionales y recursos. Jiménez y cols.[17] plantean, que la aplicación de protocolos experimentales basados en la intervención cognitiva en adultos mayores, aún resulta insuficiente.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Dichos estudios invitan a reflexionar sobre la necesidad de ampliar y profundizar en el análisis de nuevas perspectivas de investigación que sientan importantes bases para la implementación de estos programas en el adulto mayor con diferentes niveles de deterioro, que permitan evaluar la efectividad de los mismos en el mantenimiento y mejora de las funciones cognitivas, así como sobre la importancia de capacitar profesionales en el tema.

Bastardo y cols.[18] plantean, que existe relación entre el desarrollo de actividades para la estimulación cognitiva y la salud o condiciones de vida de los adultos mayores. Ello se evidencia en el estudio realizado por Duque y cols.[9] que plantean como el deterioro cognitivo en los adultos mayores puede agudizarse cuando está en asociación con el analfabetismo, y que la progresión de este puede ser secundaria a la presencia de depresión.

A su vez, Rodríguez Mora[19] señala que una alta escolaridad, atendiendo al número de años y al nivel educacional, así como realizar una actividad laboral de mayor complejidad, se asocia con una menor probabilidad de sufrir un trastorno cognitivo, que, además, determina una mejor capacidad para contrarrestar los efectos del mismo. En relación con la evolución, los estudios sugieren, que el hecho de poseer una alta reserva cognitiva se relacionaría con presentar un deterioro cognitivo más lento, prolongándose la manifestación de la sintomatología.

Por tanto, estos estudios concluyen, que existe un efecto compensatorio de la reserva cognitiva que regularía la sintomatología relacionada con estos trastornos. Por tanto, aquellas personas que poseen una alta reserva, se verán beneficiados de las terapias de estimulación en mayor medida, principalmente en las áreas de capacidad de planificación y secuencia, organización perceptiva, inhibición de respuesta, razonamiento lógico y flexibilidad mental.

En adición Santos Kú,[20] en su tesis constató que aquellos adultos mayores que manifiestan algún grado de pérdida de sus funciones, como la memoria, que los

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

lleva a un estado de fragilidad y dependencia, son excluidos con mayor frecuencia.

Ello coincide con los estudios realizados por García y cols.[21] y Callís y cols.[22]; estos autores consideran, que el deterioro cognitivo en el adulto mayor está fuertemente influenciado por la salud, condiciones de vida y factores sociales. Destacan además, la importancia de identificar y trabajar, mediante la estimulación cognitiva, los factores protectores que posibilitan generar cambios en el cerebro para poder prevenir, atacar, combatir y retrasar estas enfermedades, causantes en muchas ocasiones de dependencia, fragilidad y exclusión en el adulto mayor.

Otros factores pueden afectar significativamente, las funciones cognitivas, así como el estado emocional y la orientación temporal en el adulto mayor; en esta ocasión, López Alonso[23] se refiere al confinamiento y su repercusión sobre las mismas, y señala la necesidad de llevar a cabo actividades a diario, de estimulación cognitiva con la población residente mayor de 65 años que incentiven, sobre todo, su orientación temporal.

A su vez, González y cols. [15] constataron, que estos programas de estimulación son más aplicados en adultos mayores que se encuentran institucionalizados y presentan algún trastorno cognitivo, lo cual demuestra, que es más usual rehabilitar que prevenir.

Con relación a los resultados obtenidos tras la aplicación de los mismos, en adultos mayores institucionalizados en nuestra provincia, Salazar y cols. [1] plantean que tuvieron un efecto medianamente positivo sobre las funciones cognitivas de los participantes, de acuerdo con las acciones aplicadas.

Lo expuesto anteriormente, revela la importancia de implementar estrategias que permitan la estimulación cognitiva en el adulto mayor sin trastornos cognitivos u otras enfermedades en la comunidad, con la participación y el apoyo familiar; de esta forma se previene el deterioro de estas funciones y el confinamiento de los mismos.

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

Al respecto, el estudio realizado por Suárez y cols.[7] destaca, que el apoyo familiar impacta positivamente en la condición física, en el bienestar psicológico y en las relaciones sociales del adulto mayor, lo que posibilita la estimulación cognitiva precoz de estos.

Diferentes métodos se han empleado para llevar a cabo la estimulación cognitiva en las personas mayores; en relación a lo anterior, Abregú Rosales[24] considera, que la elaboración de un taller de carácter práctico logró que estas personas percibieran mayor auto preocupación, debido a que muchos de los participantes carecían de apoyo familiar. Plantea, que la aplicación de esta intervención evidencia, que el constructo de la neuroplasticidad sigue vigente, y establece que este proceso ayuda a mejorar sus funciones cognitivas a pesar del deterioro que puedan presentar.

Sánchez y cols.[25] señalan la eficacia de los programas de estimulación, a través de las tecnologías de la información y la comunicación (TICs), planteando resultados positivos, tanto con programas formales como a través de videojuegos, al comprobarse su utilidad, tanto en población normal como clínica.

Sin embargo, no se encontraron mejoras en funciones cognitivas, como disminución de síntomas de ansiedad y depresión. Refieren, que tanto el programa utilizado en este trabajo como los derivados de otras plataformas o paquetes, demuestran la capacidad de retrasar el deterioro asociado al envejecimiento y que el programa estudiado mejoró, las habilidades de atención, concentración, lenguaje, memoria, función ejecutiva y procesamiento visual, tras el entrenamiento.

Congruente con este estudio, Supanta-Paucay y cols.[26] plantean, que el uso de un software diseñado para la estimulación cognitiva del adulto mayor, otorga mejoras en la gestión de su propio tiempo y desarrollo cognitivo. Por lo que, si se quiere alcanzar una mayor participación de los adultos mayores en el uso de las TICs, se debe comenzar con enseñarles alfabetización digital y lograr que sean inmigrantes digitales. Estos estudios evidencian, que los adultos mayores sí

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

pueden trabajar los procesos cognitivos a través de la WebApp diseñada para este propósito, lo que aporta mayor satisfacción personal y mejora su calidad de vida.

Encalada y cols.[27] evidenciaron, que la implementación de un programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor, mediante la actividad lúdica puede contribuir a mejorar tanto la salud mental como la funcionalidad en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria; esta potencia la inclusión social y la participación en la comunidad, fomenta y fortalece las redes de soporte, lo cual ha demostrado tener efectos positivos en la salud mental y la funcionalidad de los mismos. Además, facilita la adherencia y el compromiso de los participantes en las intervenciones.

Martínez Chay [28] en su tesis de grado concuerda con lo planteado por Encalada y cols.;[27] demuestran que, tras la aplicación de un programa de estimulación cognitiva en los adultos mayores, hubo mejoría en las áreas viso-espaciales, de memoria y de reconocimiento de palabras y figuras. Entre las herramientas de mayor aceptación entre los participantes se encuentran las dinámicas grupales y juegos antes de comenzar cada sesión.

Otros estudios realizados por García y cols. [21] y Callís y cols.[22] plantean, que los programas de estimulación cognitiva fueron favorables, ya que los adultos mayores lograron una mejoría en sus habilidades, específicamente en la atención, la memoria y la velocidad de procesamiento, habilidades que resultan necesarias para el funcionamiento adecuado en su entorno y el fortalecimiento de sus capacidades de autonomía. Así mismo, estas se fortalecieron al permitir el desarrollo del trabajo grupal, además, demostró que la participación en estas actividades, mejora significativamente el funcionamiento cognitivo y la autopercepción de la calidad de vida de los participantes.

Hermosa Meneses,[29] en su trabajo de titulación para optar al título de Psicóloga Clínica demostró, que aplicar cualquier programa de estimulación cognitiva, sin importar que los recursos con los que se interviene sean diferentes, aplicado en el

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

deterioro cognitivo, mejora el funcionamiento de las habilidades mentales, y previene, que, a largo plazo, se convierta en una demencia. Resultaron más efectivos los programas de estimulación cognitiva tradicional, combinados con tareas cotidianamente demandantes, los programas físicos cognitivos y los que usan medios tecnológicos, debido a que logran incrementar el funcionamiento global en el adulto mayor.

Además, identificó que la estimulación cognitiva tiene efectos positivos en los diferentes niveles del deterioro cognitivo; obtuvo que, en el deterioro normal propio de la edad, evita su progreso; en el caso del leve, se puede lograr revertir el diagnóstico y pasar a un estado normal; en el moderado y grave permite que este se lentifique y no avance de forma agresiva.

Los estudios analizados demuestran, la importancia de la aplicación de programas de estimulación cognitiva en el adulto mayor e invitan a profundizar en el estudio del tema, con el objetivo de ofrecer a nuestra población de adultos mayores, que tan incrementada estará en los próximos años, mejor calidad de vida y a nuestra sociedad, la posibilidad de disfrutar de la experiencia de los adultos mayores.

CONCLUSIONES

El envejecimiento se ha convertido en un problema global, el análisis de la bibliografía destaca la importancia de hacer uso de intervenciones no farmacológicas en la población longeva, para prevenir el deterioro de las funciones cognitivas asociado al mismo. Con este propósito emergieron algunas consideraciones para implementar programas de estimulación cognitiva en el adulto mayor; los mismos demuestran la importancia de tener en cuenta la existencia de varias técnicas de intervención, que pueden ser aplicadas tanto en la comunidad como en las instituciones, y en los pacientes con distintos niveles de

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

deterioro; además, evidenció que no existe suficiente personal capacitado para la aplicación de los mismos y que aún son insuficientes las intervenciones realizadas en pacientes con demencia. Los estudios enfatizan en la prevención, lo que muestra la necesidad de identificar los factores asociados a este deterioro en el adulto mayor, así como, en los factores protectores; en base a lo anterior, es necesario aplicar programas efectivos que permitan el mantenimiento de las funciones cognitivas preservadas y retrasar o evitar la evolución a los distintos niveles de deterioro cognitivo. Los programas tuvieron resultados positivos sobre las funciones cognitivas en la mayoría de los estudios analizados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Salazar-Pérez CA, Mayor-Walton S. Efectos de la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2020 [citado 2025 mzo. 23];24(3):[cerca de 10 pantallas]. Disponible en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942020000300014

2. Organización Mundial de Salud. Ginebra: OMS; Envejecimiento y salud; [Internet]. 2025 [citado 2025 mzo. 03]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health

3. Comisión económica para América Latina y el Caribe. Panorama del envejecimiento y tendencias demográficas en América Latina y el Caribe Santiago de Chile: CEPAL; [Internet] 2023. [citado 2025 mzo. 03]. Disponible en: https://www.cepal.org/es/enfoques/panorama-envejecimiento-tendencias-demograficas-america-latina-caribe

4. Comisión económica para América Latina y el Caribe. Santiago de Chile: CEPAL; Envejecimiento en América Latina y el Caribe: Inclusión y derechos de las personas mayores; [Internet]. 2022 [citado 2025 mzo. 03]. Disponible en: https://www.cepal.org/es/publicaciones/48567-envejecimiento-america-latina-caribe-inclusion-derechos-personas-mayores

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

5. Ministerio de Salud Pública. Anuario Estadístico de Salud 2019 La Habana: MINSAP; [Internet]. 2020 [citado 2025 mzo. 03]. Disponible en: https://files.sld.cu/bvscuba/files/2020/05/Anuario-Electr%C3%B3nico-Espa%C3%B1ol-2019-ed-2020.pdf

6. Ministerio de Salud Pública. Anuario Estadístico de Salud 2023 La Habana: MINSAP; [Internet]. 2024 [citado 2025 mzo. 03]. Disponible en: https://instituciones.sld.cu/socubacardio/files/2024/10/anuario-estadistico-2023.png

7. Suárez- Cid L, Gross- Tur R. Estimulación cognitiva y apoyo familiar hacia adulto mayor con deterioro cognitivo. Rev Inform Cient [Internet]. 2019 [citado 2025 my. 16];98(1):[cerca de 10 pantallas]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332019000100088

8. Aschiero MB, Grasso L. Estimulación cognitiva en adultos mayores con deterioro cognitivo leve: un estudio bibliométrico. Jornadas de Investigación y Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur Año 2020; [Internet]. 2024; [citado 2025 my. 16]; Disponible en: https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/11559

9. Andrea- Duque P, Hincapié-Ramírez D, Henao-Trujillo OM. Efectividad de un programa de estimulación cognitiva en la prevención del deterioro mental en los adultos mayores. Arch Med [Internet]. 2022 [citado 2025 abr. 16];22(1):[cerca de 10 pantallas]. Disponible en: https://revistasum.umanizales.edu.co/index.php/archivosmedicina/article/view/3979

10. Jara-Madrigal M. La estimulación cognitiva en personas adultas mayores, Cúpula [Internet]. 2022 [citado 2025 abr. 16];22:[cerca de 11 pantallas]. Disponible en: https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v22n2/art1.pdf

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

11. Calatayud E, Gómez-Cabello A, Gómez-Soria I. Análisis del efecto de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores con cognición normal: ensayo clínico aleatorizado. Anales Sis San Navarra [Internet]. 2021 [citado 2025 mzo- 23];44(3):[cerca de 12 pantallas]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1137-66272021000300361

12. Gómez-Soria I, Andrés-Esteban EM, Gómez-Bruton A, Peralta-Marrupe P. Análisis del efecto a largo plazo de un programa de estimulación cognitiva en mayores con deterioro cognitivo leve en Atención Primaria: ensayo controlado aleatorizado. Atención Primaria [Internet]. 2021 [citado 2025 my. 24];53:[cerca de 11 pantallas]. Disponible en: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656721000871

13. Rozo V, Rodríguez O, Montenegro Z, Dorado C. Efecto de la implementación de un programa de estimulación cognitiva en una población de adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Bogotá. Rev Chil Neuropsicol [Internet]. 2016 [citado 2025 mzo, 28];11(1):[cerca de 8 pantallas]. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/1793/179346558004.pdf

14. Borrego-Ruiz A. Una revisión crítica sobre la aplicación de estimulación cognitiva en el contexto gerontológico. Escritos de Psicología [Internet]. 2024 [citado 2025 my. 25];17(1):[cerca de 13 pantallas]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092024000100004

15. González-Arteaga T, Monsalve-Marín SB. Revisión documental acerca del estado actual de las investigaciones desarrolladas en Latinoamérica sobre la intervención con estimulación cognitiva en adultos mayores entre los años 2010 al 2020. [Trabajo de grado para optar al título de Psicóloga]. Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO; [Internet] 2020. [citado 2025 my. 25]. Disponible en: https://repository.uniminuto.edu/items/7ed82882-5007-47d1-b9db-5c1e158abbcb

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

16. De Sousa-Nóbrega MPS, Marques-Freitas C, Silva-de Jesus BG, Carvalho-dos Santos J, Gomes-Oliveira-da Silva MS. Programas de estimulación cognitiva para personas mayores con o sin síndromes de demencia supervisados o aplicados por enfermeras: revisión integradora. Cogitare Enferm [Internet]. 2022 [citado 2025 my. 28];27:[cerca de 13 pantallas]. Disponible en: https://www.scielo.br/j/cenf/a/wMGBzngNbt4B7GTYcVzrC9Q/?format=pdf&lang=es

17. Jiménez-Puig E, Fernández-Fleites Z, Broche-Pérez Y, Vázquez-Martínez DB. Efectos de la intervención neurocognitiva en adultos mayores. Una revisión sistemática. Medisur [Internet]. 2021 [citado 2015 mzo. 18];19(5):[cerca de 10 pantallas]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2021000500877

18. Bastardo-Mota R, Peña-Solí A. Estrategias para la estimulación cognitiva en adultos mayores. UCE Ciencia [Internet]. 2022 [citado 2025 mzo. 26];10(1):[cerca de 8 pantallas]. Disponible en: https://uceciencia.edu.do/index.php/OJS/article/view/263/242

19. Rodríguez-Mora A. Revisión sistemática sobre la influencia de la reserva cognitiva en la demencia y en la eficacia de la terapia de estimulación cognitiva. INFAD [Internet]. 2023 [citado 2015 mzo. 29];2(1):[cerca de 14 pantallas]. Disponible en: https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2514/2153

20. Santos Ku CY. Efectividad del programa de estimulación cognitiva en adultos mayores, Centro del Adulto Mayor Essalud, Pisco 2020. [Tesis para optar el Título de Licenciada en Psicología]. Universidad Autónoma de Ica; [Internet] 2020. [citado 2025 mzo. 29]. Disponible en: https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/854/1/Cilene%20Ysabel%20Santos%20K%c3%ba.pdf

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

21. García-Peñuela DM, Pabón-Mendoza FJ. Estrategia de estimulación cognitiva en la asociación de adultos mayores “Alegría de Vivir” en el municipio de El Dorado, Meta. Colombia: Universidad Nacional Abierta y a Distancia-UNAD; [Internet]. 2024 [citado 2025 mzo. 29]. Disponible en: https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/66872/Dmgarciape.pdf?sequence=1&isAllowed=y

22. Callís-Fernández S, Cruz-Sánchez V, De Armas-Ferrera AM, Quevedo-Freites G. Programa educativo para prevenir el deterioro cognitivo en adultos mayores del Policlínico “Josué País García”. I Jornada Científica Virtual de Salud Pública, TunaSalud2024; [Internet]. 2024. [citado 2025 my. 16]; Disponible en: https://eventossaludpublica.sld.cu/index.php/sp/2024

23. López-Alonso MS. Estimulación cognitiva y deterioro cognitivo. INFAD [Internet] 2022 [citado 2025 mzo. 29];1(1):[cerca de 10 pantallas]. Disponible en: https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2373/2054

24. Abregú-Rosales MG. Diseño e implementación de un programa de estimulación cognitiva en un hospital geriátrico [Trabajo de suficiencia profesional para optar el título profesional de Licenciado en Psicología]. Universidad de Lima; [Internet] 2019. [citado 2025 mzo. 29]. Disponible en: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/8489/Abreg%c3%ba_Rosales_Mar%c3%ada_Gracia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

25. Sánchez-González N, Sánchez-Cabaco A, Urchaga-Litago JD, Villasan-Rueda A. Aplicación de técnicas de estimulación cognitiva en envejecimiento utilizando TIC: Estudio de caso. Neurama [Internet]. 2019 [citado 2025 mzo. 24];6(1):[cerca de 8 pantallas]. Disponible en: https://www.neurama.es/articulos/11/articulo4.pdf

26. Supanta-Paucay, Díaz-Ramírez JJ. Adultos mayores y el uso de WebApp para la estimulación cognitiva. RCS [Internet]. 2020 [citado 2025 my. 05];26(3):[cerca de 13 pantallas]. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7565482

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons

27. Encalada-Ojeda MC, Varguillas-Carmona CS. Programa de estimulación cognitiva para la inclusión intergeneracional del adulto mayor mediante la lúdica. Prometeo [Internet] 2023. [citado 2025 my. 05];3(2):[cerca de 19 pantallas]. Disponible en: https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/view/46/61

28. Martínez-Chay DA. Eficiencia del programa estimulación cognitiva para adultos en el incremento del funcionamiento cognitivo de adultos mayores del centro de atención "Mis años dorados" [Tesis de grado]. Universidad Rafael Landívar; [Internet] 2018. [citado 2025 mzo. 05]. Disponible en: http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Martinez-Damaris.pdf

29. Hermosa-Meneses ML. Efectividad de la estimulación cognitiva en el deterioro cognitivo del adulto mayor [Trabajo de Titulación para optar al título de Psicóloga Clínica]. Universidad Nacional de Chimborazo; [Internet] 2023. [citado 2025 mzo.. 05]. Disponible en: http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/11862/1/Hermosa%20Meneses%2C%20M.%20%282023%29%20Efectividad%20de%20la%20estimulaci%C3%B3n%20cognitiva%20en%20el%20deterioro%20cognitivo%20del%20adulto%20mayor..pdf

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

E-ISSN: 1029 3043 | RNPS 1820

Este artículo está bajo Licencia de Creative Commons