



Proyecto de intervención  
“Una educación para mejorar la memoria en  
las personas adultas mayores”



Ponentes:

Jessica Berenice Cornejo Jaimes  
Juan Israel Cuevas Burgos  
Cynthia Ivet Isidoro Mojica

Universidad Pedagógica Nacional.  
Cuernavaca, Morelos.

Licenciatura en Intervención Educativa  
EPJA

# Justificación



Las personas adultas mayores son una población vulnerable, que necesitan atención. Además de que es un grupo que según el INEGI (2012) esta aumentando el número de su población.

El INAPAM no ofrece a las personas adultas mayores un programa que vaya dirigido al deterioro mental que van sufriendo notablemente esta población.

Los beneficios que van a tener las PAM con el taller es que mantengan de forma activa su memoria y que en lo posible puedan mantener su memoria a largo plazo, que les permita tener una mejor relación tanto familiar como social.



# Objetivo general

- Ofrecer una atención adecuada mediante un taller educativo que atenúe el deterioro de memoria de las Personas Adultas Mayores.

# Objetivos Específicos

- Disminuir los olvidos frecuentes que sufren las PAM.
- Activar y conservar la orientación espacio-temporal de la PAM.



# Fotografía de la institución



En 1979 se crea el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN)



El 17 de enero del 2002, cambia su nombre a Instituto Nacional de Adultos en Plenitud (INAPLEN)



El 25 de junio del 2002, cambia su nombre al Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM)



Su objetivo es procurar el desarrollo humano integral de las PAM, brindándoles actividades productivas, retribuciones justas, asistencia y oportunidades necesarias para alcanzar niveles de bienestar y una vida digna y con calidad.



Su visión es consolidarse como el órgano rector de los programas y acciones gerontológicas, con la participación de los 3 niveles de gobierno



Su misión es promover el desarrollo humano integral de hombres y mujeres mayores



# Estadísticas del Adulto Mayor en Morelos



Según el INEGI (2012) Morelos habitan 117 878 adultos mayores, que representan el 10.0 % de la población total.

El INEGI (2012) señalan que en la etapa de la pre-vejez (60-64 años) hay 91 hombres por cada 100 mujeres, pero que disminuye a 80 en la etapa de vejez avanzada (80 y más años).

La población mayor está incrementando y se espera que aumente en los próximos años, tanto en el Estado de Morelos como en todo el país.

# Análisis de necesidades

☞ Para conocer la situación problemática de la institución realizamos la técnica de grupo central o entrevista de grupo, ya que Pérez-campanero (2000:83) dice que proporciona datos muy útiles respecto a las necesidades y/o problemas sentidos por la población objetivo de la intervención.



# Pérdida de memoria



Orellana  
(2008)

- La pérdida de memoria en los adultos mayores se detecta cuando empiezan a olvidar tareas básicas, cuando repiten preguntas, cuando no coordinan ideas, entre otras más.

Jurado  
(2008)

- La depresión, la soledad, el abandono, el estrés y la angustia son las principales causas para la pérdida de la memoria en los adultos mayores,

Roche  
(2010)

- Causas de la pérdida de memoria en personas mayores son:
- Problemas de salud mental, estrés, menopausia , motivos médicos, drogas y alcohol

# Educación Para Jóvenes y Adultos

## Área de Educación y Familia de la EPJA

Campero (2006:121) comenta que "en ésta se engloban las acciones socioeducativas orientadas a los jóvenes y a las adultos mayores que constituyen grupos poblacionales que han aumentado su presencia en el escenario nacional en los últimos 10 años".

## CONFINTEA VI

Según la UNESCO (2012) que es de la participación, inclusión y equidad: la educación inclusiva es fundamental para alcanzar el desarrollo humano, social y económico.

## Plan Nacional de Desarrollo (2012)

El punto 3.6 Grupos Vulnerables ya que dice que es obligación del Estado propiciar igualdad de oportunidades para todas las personas.

# Mejoramiento de la memoria a partir de la educación



Yuni y Urbano (2010)

Martínez, García,  
Rodríguez y Rascón  
(2002)

Vargas, Díaz y García.  
2011



## Maroto [ ]

- Realizo en Madrid un programa llamado "La memoria programa de estimulación y mantenimiento cognitivo". Expone algunos ejercicios que se pueden llevar a cabo en talleres para la mejora de la memoria en personas adultas mayores, algunos ejercicios que proponen son: reficaciones incompletas, asociación de conceptos e imágenes, listas de categorización, sopa de letras, entre otros.



## Método cualitativo

- Hernández, S., Fernández C. y Baptista, L. (2003) expresan que “el enfoque cualitativo, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones.



## Técnica de observación

- Según Hernández et al. (2003) “se fundamenta en la búsqueda del realismo y la interpretación del medio. Es decir, a través de ella se puede conocer más acerca del tema que se estudia basándose en actos individuales o grupales como gestos, acciones y posturas”



## Técnica de la entrevista

- De acuerdo con Hernández et al. (2003) es una conversación que realiza un investigador a los sujetos participantes los cuales responderán las preguntas que se les realizarán con el fin de obtener la información objetiva de la investigación.

## Población

- Las personas que entrevistamos para conocer las causas del deterioro de memoria de las personas mayores del INAPAM, fueron la directora, familiares y una psicóloga. La observación la realizamos con las personas mayores que asisten al INAPAM, durante nuestras prácticas profesionales.

## Resultados

- Los resultados que obtuvimos con las técnicas que aplicamos fueron que las personas adultas mayores sufren un abandono por parte de su familia, tienen depresión, poca comunicación con más personas, se aíslan de sus compañeros en algunas actividades, la mayoría tiene alguna enfermedad que perjudica su memoria, por el deterioro natural del envejecimiento y por último la institución no cuenta con un programa de estimulación cognitiva.

## Intervención

- Llevamos a cabo nuestra intervención mediante un taller que tendrá una duración de 11 sesiones y se lleva a cabo los días martes de 10:00 am a 12:00 pm, en las instalaciones del INAPAM. Este taller va dirigido a las personas mayores de 55 años, actualmente asisten 10 mujer y un hombre, las edades de estas personas son de 55 a 83 años.

Tema	Actividades
Juegos de mesa	Domino Lotería Memorama Rompecabezas
Pasatiempos	Sopa de letras Crucigramas Laberintos Sudoku
Actividades lúdicas	¿Quién soy yo? Papa caliente Abrazo colectivo El mensaje mal logrado
Reflexión	Lectura de alguna frase sobre la vejez
Otras	Basta Refranes Parrilla de cien



# Conclusión



Para concluir diremos que nos gusta trabajar con las personas adultas mayores, el realizar nuestra intervención nos ha permitido conocer mejor como es la población mayor y crear un espacio dedicado a ellos, en donde a partir de juegos mantienen de forma activa su memoria. Nos pareció importante atender esta población porque es uno de los grupos vulnerables en la actualidad y que en años posteriores va a ir aumentando.



**Universidad Pedagógica Nacional  
Unidad 17-A Morelos**



**Proyecto de intervención  
“Una educación para mejorar la memoria en las personas adultas  
mayores”**

**Autores:**

**Nombre: Jessica Berenice Cornejo Jaimes**

**Dirección: Amador Salazar #1 Col. Centro, Tlaltizapán,  
Morelos.**

**Teléfono: (045) 734 115 85 49**

**Correo: [jessica\\_b\\_c\\_j@hotmail.com](mailto:jessica_b_c_j@hotmail.com)**

**Nombre: Cynthia Ivet Isidoro Mojica**

**Dirección: Privada Colorines, sin número Col. Chamilpa,  
Cuernavaca, Morelos.**

**Teléfono: (045) 777 132 63 59**

**Correo: [choompiss\\_04@hotmail.com](mailto:choompiss_04@hotmail.com)**

**Nombre: Juan Israel Cuerva Burgos**

**Dirección: Luis Donald Coliso, sin número col. Galeana,  
Zacatepec, Morelos.**

**Teléfono: (045) 734 108 20 15**

**Correo: [lear-16@hotmail.com](mailto:lear-16@hotmail.com)**

**Número y nombre de la mesa:**

**VI. Educación y familia**

**Fecha: 15- Mayo- 2013**

## Introducción

El trabajo que presentamos a continuación es nuestro proyecto intervención socioeducativa que realizamos en el Instituto Nacional de Personas Adultas Mayores del Municipio de Cuernavaca, Morelos, en el cual realizamos nuestras prácticas profesionales, además de que vamos a intervenir en el mismo. Les expondremos primero nuestra justificación del porque quisimos realizar nuestra intervención con las personas mayores, además de que les daremos a conocer nuestro objetivo general y específicos.

De igual manera exponemos la fotografía de la institución, su misión, visión objetivos y los programas que actualmente lleva a cabo, de la misma forma las estadísticas de la población adulta mayor del Estado de Morelos, las cuales según el INEGI (2012) la población mayor está en aumento y se espera que en años siguientes aumente en todo el país. Además damos a conocer los resultados de las técnicas que utilizamos dentro del diagnóstico que realizamos para conocer las necesidades de nuestra población objetivo.

También mostramos con cual área de la EPJA relacionamos nuestro proyecto, de la misma forma que con la CONFINTEA VI y con el Plan Nacional de Desarrollo (2012). Además de que damos a conocer las causas del deterioro de la memoria de acuerdo con algunos autores, de igual forma exponemos algunas de las intervenciones que se han llevado a cabo en diferentes países sobre la estimulación cognitiva.

Por último mostramos como vamos a llevar a cabo nuestra intervención, cuales temas vamos a trabajar al igual que las actividades que vamos a llevar a cabo durante las 11 sesiones que durará el taller.

## Justificación

Queremos realizar la intervención con personas adultas mayores porque son una población vulnerable que necesita atención y no existen muchas personas que realicen proyectos dirigidos a ellos. Nuestro proyecto es de gran importancia ya que el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM) no ofrece a las personas adultas mayores un programa que vaya dirigido al deterioro mental que van sufriendo notablemente esta población, provocando que estos tengan olvidos frecuentes,

preocupaciones por las cosas que olvidan, pierden su independencia como personas, se deprimen, tienen confusiones del tiempo en el que viven y esto impide la convivencia familiar y social de las personas mayores. Por los motivos anteriores nos hemos dado la tarea de atender a dicha población, elaborando un taller que a partir de lo educativo, las personas adultas mayores puedan ir estimulando su memoria, para que esta no decaiga. Desde la perspectiva socioeducativa, nuestro proyecto de intervención lo desarrollaremos desde el área de Educación y Familia de la EPJA, de la que Carmen Campero (2006), comenta que está dirigida a los grupos que en la actualidad están aumentando y no existen programas para satisfacer sus necesidades que tienen. En España, Argentina y Costa Rica, por nombrar algunos lugares, se han realizados investigaciones relacionadas con las estimulación cognitiva a partir de la educación, ya que comentan autores como Yuni y Urbano (2005) que la educación involucra la posibilidad de facilitar al adulto recursos para que mantengan activa su memoria y esta no se deteriore al paso del tiempo sino que se mantenga en un estado estable.

Los beneficios que van a tener las personas adultas mayores con el taller que pretendemos realizar es que mantengan de forma activa su memoria y que en lo posible puedan mantener su memoria a largo plazo, que les permita tener una mejor relación tanto familiar como social, además de que podrán seguir participando en las diferentes actividades que les gusten realizar. Ya que como dice Roche (2011) la mente es como el cuerpo se necesita ejercitar para que se mantenga en buen estado, siga funcionando bien y no se deteriore al paso del tiempo.

#### Objetivo general

- Ofrecer una atención adecuada mediante un taller educativo que atenúe el deterioro de memoria de las Personas Adultas Mayores.

#### Objetivos Específicos

- Disminuir los olvidos frecuentes que sufren las PAM.
- Activar y conservar la orientación espacio-temporal de la PAM.
- Reducir la pérdida de independencia que tienen las PAM.

#### Fotografía de la institución

Comenzaremos con el contexto del Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), que se encuentra ubicado en Av. Plan de Ayala No. 910, Colonia Lomas del Mirador, en Cuernavaca Morelos.

A continuación damos a conocer un poco de cómo se formó el INAPAM, en el año de 1979, se crea por decreto presidencial del Licenciado José López Portillo, el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), para responder las demandas de las personas adultas mayores. El 17 de enero del 2002, el INSEN pasa a formar parte de la Secretaría de Desarrollo Social, cambiando su nombre a Instituto Nacional de Adultos en Plenitud (INAPLEN), puesto que se tenía la idea que el adulto es una fuente de experiencias y testimonios vivos de valores y virtudes en plenitud, convirtiéndose en el órgano rector de las políticas públicas de desarrollo social y humano para las personas adultas mayores. El 25 de junio del 2002 se publicó en el Diario Oficial de la Federación la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, la cual le da el nombre de Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM). (INAPAM 2012:13,14)

La misión y visión del INAPAM (2012:16) consiste en:

“La misión que tiene el INAPAM es promover el desarrollo humano integral de hombres y mujeres adultos mayores, brindándoles la oportunidad de empleo, ocupación, retribuciones, asistencia y las acciones necesarias para alcanzar niveles de bienestar y alta calidad de vida, reduciendo las desigualdades extremas y las inequidades de género.

Su visión que tiene el INAPAM es consolidarse, como el órgano rector de los programas y acciones gerontológicas, con la participación de los tres niveles de gobierno y los diferentes sectores del país.”

Los objetivos que tiene el INAPAM (2012:16) son:

- ✓ Coordinar, promover, apoyar, fomentar, vigilar y evaluar las acciones públicas, estrategias y programas que se deriven de ella.
- ✓ Procurar el desarrollo humano integral de las personas adultas mayores, brindándoles actividades productivas, retribuciones justas, asistencia y oportunidades necesarias para alcanzar niveles de bienestar y una vida digna y con calidad.

Los programas que tiene actualmente el INAPAM de Cuernavaca, Morelos son:

1. Cultura del Envejecimiento:

- ✓ Tarjeta INAPAM.

2. Envejecimiento Activo y Saludable:
  - ✓ Diplomados y seminarios en gerontología.
  - ✓ Conferencias de prevención para la salud.
  - ✓ Servicio médico (cuota de recuperación mínima).
3. Seguridad Económica:
  - ✓ Tarjeta INAPAM.
  - ✓ Bolsa de trabajo.
4. Protección Social:
  - ✓ Asesoría jurídica
5. Derechos de las Personas Adultas Mayores:
  - ✓ Pláticas sobre los Derechos Personas Adultas Mayores
6. Actividades Socioculturales:
  - ✓ Danza
  - ✓ Canto

#### Estadísticas del Adulto Mayor en Morelos

Según un artículo sobre las estadísticas del envejecimiento publicado por el INEGI (2012:1) en Morelos habitan 117 878 adultos mayores, que representan el 10.0 % de la población total. Esto se debe al fenómeno que ocurre en todo el país, ya que disminuyó la fecundidad, de igual la mortalidad y aumentaron los años de sobrevivencia. De igual manera el INEGI (2012:2) da a conocer que conforme va avanzando la edad, las mujeres llegan a etapas de vejez más avanzadas que los hombres.

El INEGI (2012:2) dice que los datos del censo que se llevó a cabo en el 2010 señalan que en la etapa de la pre-vejez (60-64 años) hay 91 hombres por cada 100 mujeres, pero que disminuye a 80 en la etapa de vejez avanzada (80 y más años). La población mayor está incrementando y se espera que aumente en los próximos años, tanto en el Estado de Morelos como en todo el país, por eso es importante que se respeten y se realicen acciones para llevar a cabo los derechos que tienen las personas de esta población. La educación es un derecho que tienen los mayores y a partir de esta pueden tener una mejor vida en la vejez.

#### Análisis de necesidades

Para conocer la situación problemática de la institución realizamos la técnica de grupo central o entrevista de grupo, ya que Pérez- campanero (2000:83) dice que proporciona datos muy útiles respecto a las necesidades y/o problemas sentidos por la población objetivo de la intervención; además ella dice que este tipo de entrevista o reunión tiene, por objetivo, obtener del grupo sus propias impresiones sobre sus condiciones de existencia social, o al menos de una parte de la problemática social de las personas allí convocadas.

Aplicamos la técnica de grupo central a 18 personas que asisten al INAPAM, dividimos al grupo en tres subgrupos y de esta manera realizamos la técnica para conocer las insuficiencias que tiene esta población.

Las necesidades que sobresalieron en esta técnica fueron las siguientes:

- Falta de ejercicios para la mente
- Falta de actividades específicas para los hombres
- Falta de atención por parte de sus hijos
- Falta de escucha
- Falta de instalaciones adecuadas para llevar acabo las actividades

Estos fueron los resultados que arrojó la técnica que aplicamos, los cuales nos parecen que se deben de atender, ya que las personas que asisten necesitan más actividades acordes a sus necesidades. Cabe señalar que a las personas mayores que con quien realizamos esta técnica todavía son personas lúcidas.

#### Pérdida de memoria

Enseguida daremos a conocer lo que es la memoria, sus tipos y cuales son las causas de su deterioro en la edad de la vejez. La Secretaria de Salud (2010:1) dice que la memoria es la capacidad de almacenar, fijar y recuperar información y está relacionada con la percepción, la atención, la orientación, el lenguaje, el ánimo y la motivación. La memoria se subdivide en tres tipos: memoria sensorial, a corto plazo y a largo plazo.

En un artículo llamado Pérdida de memoria Vs. Tristeza, soledad, estrés y abandono, el gerontólogo Fabián Orellana (2008) dice que la pérdida de memoria en los adultos mayores se detecta cuando empiezan a olvidar tareas básicas, cuando repiten preguntas, cuando no coordinan ideas, entre otras más. Para el gerontólogo Nelson

Jurado (2008), la depresión, la soledad, el abandono, el estrés y la angustia son las principales causas para la pérdida de la memoria en los adultos mayores, sin embargo no son los únicos males, el Parkinson, Alzheimer, los problemas vasculares-cerebrales y la hipertensión, si no son tratados a tiempo, llevan al problema de la pérdida de memoria. Roche (2010) dice que algunas de las causas de la pérdida de memoria en personas mayores son:

1. Problemas de salud mental
2. Estrés
3. Menopausia
4. Motivos médicos
5. Drogas y alcohol

Según Roche (2010) es importante que tomemos conciencia de que la pérdida de memoria durante el envejecimiento no es necesariamente inevitable; el cerebro es como un músculo: hay que utilizarlo para mantenerlo en forma. El estilo de vida es un factor muy importante para la salud del cuerpo y de la mente, y el ejercicio es fundamental para un estilo de vida saludable.

#### Educación para jóvenes y adultos

Nuestro proyecto de intervención lo relacionamos en el área de Educación y Familia de la EPJA, ya que Campero (2006:121) comenta que “en ésta se engloban las acciones socioeducativas orientadas a los jóvenes y a los adultos mayores que constituyen grupos poblacionales que han aumentado su presencia en el escenario nacional en los últimos 10 años”. De la misma forma enfocamos nuestro proyecto con uno de los temas que se abordaron en la CONFINTEA VI, que según la UNESCO (2012) que es de la participación, inclusión y equidad: la educación inclusiva es fundamental para alcanzar el desarrollo humano, social y económico. Con el Plan Nacional de Desarrollo (2012) relacionamos nuestro proyecto con el punto 3.6 Grupos Vulnerables ya que dice que es obligación del Estado propiciar igualdad de oportunidades para todas las personas, y especialmente para quienes conforman los grupos más vulnerables de la sociedad, como los adultos mayores, niños y adolescentes en riesgo de calle, así como a las personas con discapacidad.

## Mejoramiento de la memoria a partir de la educación

Existen diversas investigaciones y proyectos que han realizado diferentes investigadores, psicólogos, neuropsicólogos, gerontólogos, entre otros; sobre el tema de la estimulación cognitiva en personas adultas mayores, ya que el deterioro de las capacidades cognitivas en esta población es frecuente, pues con el paso del tiempo se van perdiendo.

Los autores que relacionan la intervención educativa con la estimulación cognitiva son Yuni y Urbano (2010) ellos escribieron un libro llamado Educación de adultos mayores teoría, investigación e intervención, en el cual plantean una estimulación cognitiva a partir de una intervención educativa, ya que dicen que esta puede reemplazar a los fármacos o ayudan a estos a que el deterioro cognitivo sea mínimo.

Los autores Martínez, García, Rodríguez y Rascón (2002) en conjunto realizaron una guía de Estimulación cognitiva: Guía y material para la intervención (Gobierno de Asturias), ellos proponen una estimulación cognitiva educativa, exponen que la población adulta mayor es un grupo que va a ir aumentando y que necesita tener una vida de calidad por eso realizaron ésta guía, para las personas que atiende la población adulta mayor.

Andrés Sardinero Peña (2010) psicólogo especialista en neuropsicología, ha realizado diferentes talleres de estimulación cognitiva, él no realiza en sus talleres una estimulación cognitiva a partir de la educación como tal, pero los manuales que ha realizado para llevar a cabo sus talleres ponen énfasis que a partir de una intervención educativa se puede trabajar con la estimulación cognitiva y no solo con los fármacos.

Alumnas de la UPN de Aguascalientes, realizaron un proyecto en las Casas de Día Siembra y Cocoltin, el objetivo de su proyecto fue el de presentar una propuesta con diferentes actividades destinadas al área del desarrollo físico, cognitivo y emocional, esta propuesta surgió a partir del diagnóstico que realizaron en las diferentes Casas de Día (Vargas, Díaz y García. 2011).

Maroto [ ] realizo en Madrid, un programa llamado La memoria programa de estimulación y mantenimiento cognitivo, en el que explica cómo funciona la memoria, cuales son los tipos de olvidos más frecuentes y sus causas y como se puede mejorar la memoria a partir de la estimulación y el mantenimiento cognitivo. También expone algunos

ejercicios que se pueden llevar a cabo en talleres para la mejora de la memoria en personas adultas mayores, algunos ejercicios que proponen son, refranes incompletos, asociación de conceptos e imágenes, listas de categorización, sopa de letras, entre otros.

#### Definición de estimulación cognitiva

Yuni y Urbano (2005) opinan que “la Estimulación Cognitiva con Adultos Mayores es una intervención educativa que promueve la utilización de los recursos y capacidades intelectuales y la exploración de nuevas potencialidades en tanto expresión de la subjetividad del envejecimiento”

#### Definición de personas adultas mayores

Según la OMS las personas de 60 a 74 años son consideradas de edad avanzada; de 75 a 90 viejas o ancianas, y las que sobrepasan los 90 se les denomina grandes viejos o grandes longevos. A todo individuo mayor de 60 años se les llamará de forma indistinta persona de la tercera edad.

#### Método

El método que utilizamos para conocer las causas del deterioro de memoria de las personas adultas mayores que asisten al INAPAM es: el método cualitativo, el cual según Hernández, S., Fernández C. y Baptista, L. (2003) expresan que “el enfoque cualitativo, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación. A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones.

Las técnicas que utilizamos son, la observación que según Hernández et al. (2003) “se fundamenta en la búsqueda del realismo y la interpretación del medio. Es decir, a través de ella se puede conocer más acerca del tema que se estudia basándose en actos individuales o grupales como gestos, acciones y posturas”. Y la entrevista que de acuerdo con Hernández et al. (2003) es una conversación que realiza un investigador a los sujetos participantes los cuales responderán las preguntas que se les realizarán con el fin de obtener la información objetiva de la investigación.

## Población

Las personas que entrevistamos para conocer las causas del deterioro de memoria de las personas mayores del INAPAM, fueron la directora, familiares y una psicóloga. La observación la realizamos con las personas mayores que asisten al INAPAM, durante nuestras prácticas profesionales.

## Resultados

Los resultados que obtuvimos con las técnicas que aplicamos fueron que las personas adultas mayores sufren un abandono por parte de su familia, tienen depresión, poca comunicación con más personas, se aíslan de sus compañeros en algunas actividades, la mayoría tiene alguna enfermedad que perjudica su memoria, por el deterioro natural del envejecimiento y por último la institución no cuenta con un programa de estimulación cognitiva.

## Intervención

Llevamos a cabo nuestra intervención mediante un taller que tendrá una duración de 11 sesiones y se lleva a cabo los días martes de 10:00 am a 12:00 pm, en las instalaciones del INAPAM. Este taller va dirigido a las personas mayores de 55 años, actualmente asisten 10 mujer y un hombre, las edades de estas personas son de 55 a 83 años.

A continuación les mostramos los temas y algunas de las actividades que llevamos a cabo en nuestro taller.

<b>Tema</b>	<b>Actividades</b>
<b>Juegos de mesa</b>	Domino Lotería Memorama Rompecabezas
<b>Pasatiempos</b>	Sopa de letras Crucigramas Laberintos

	Sudoku
<b>Actividades lúdicas</b>	¿Quién soy yo? Papa caliente Abrazo colectivo El mensaje mal logrado
<b>Reflexión</b>	Lectura de alguna frase sobre la vejez
<b>Otras</b>	Basta Refranes Parrilla de cien

### Conclusión

Para concluir diremos que las personas adultas mayores, son una población vulnerable la cual tiene muchas necesidades que no son atendidas como se debiera por las diferentes instituciones u organismos. A nosotros nos interesó realizar nuestro proyecto de intervención con esta población porque queríamos conocer cuáles eran sus necesidades y al realizar el diagnóstico pudimos notar que son varias las carencias que presentan las personas adultas mayores que asisten al INAPAM, el deterioro de memoria fue la necesidad en la que nosotros quisimos intervenir, ya que a partir de una educación a lo largo de la vida, se puede mantener activa la memoria mediante diferentes actividades.

Para terminar diremos que nos gusta trabajar con las personas adultas mayores, el realizar nuestra intervención nos ha permitido conocer mejor como es la población mayor, y nos a permito crear un espacio dedicado a ellos, en donde a partir de juegos mantienen de forma activa su memoria. Nos pareció importante atender esta población porque es uno de los grupos vulnerables en la actualidad y que en años posteriores va a ir aumentando.

Para finalizar diremos que el trabajar con esta población es una experiencia nueva, pero muy agradable, porque existe mucho trabajo que puede ir dirigido a esta población a partir del campo educativo, ya que todas las personas sin importar su edad tienen derecho a recibir una educación, la cual les permita tener una mejor calidad de vida.

## Referencias

Campero. C. (2006). El campo de educación de personas jóvenes y adultas: avances y retos. Fecha de consulta: 4 de septiembre del 2012, recuperado en [http://redepja.upn.mx/documentos/caminemos\\_juntos\\_2.pdf](http://redepja.upn.mx/documentos/caminemos_juntos_2.pdf)

Hernández. S. R., Fernández. C. C. y Baptista L. P. (2003). Metodología de la investigación. Fecha de consulta: 28 de octubre del 2012 recuperado de <http://www.terras.edu.ar/aula/tecnicatura/15/biblio/SAMPIERI-HERNANDEZ-R-Cap-1-El-proceso-de-investigacion.pdf>

INAPAM. (2012). Modelos de Atención Gerontológica. México: [ ]

INEGI. (2012). Estadísticas a propósito del día internacional de las personas de edad. Fecha de consulta: 20 de octubre del 2012, recuperado en [www.inegi.org.mx/inegi/.../estadisticas/2011/adultos17.do](http://www.inegi.org.mx/inegi/.../estadisticas/2011/adultos17.do)

Maroto. S. M. [ ]. La memoria. Programa de estimulación y mantenimiento cognitivo. Fecha de consulta: 22 de noviembre del 2012, recuperado en [www.imsersomayores.csic.es/.../maroto-memoria-01.pdf](http://www.imsersomayores.csic.es/.../maroto-memoria-01.pdf)

Martínez. R. T., García. F. E., Rodríguez Á. M. y Rascón. G. M. (2002). Estimulación cognitiva: guía y material para la intervención. Fecha de consulta 14 de marzo del 2012, recuperado de [http://tematico.asturias.es/websociales/documentos/estimulacion\\_cognitiva.pdf](http://tematico.asturias.es/websociales/documentos/estimulacion_cognitiva.pdf)

Orellana. F. y Jurado. N. (2008). Pérdida de memoria Vs. Tristeza, soledad, estrés y abandono. Fecha de consulta 25 de octubre del 2012, recuperado en <http://todofamiliasalud.blogspot.mx/2008/08/perdida-de-memoria-vs-tristeza-soledad.html>

Pérez-Campanero. M.P. (2000). Como detectar las necesidades de intervención socioeducativa. Madrid: Narcea de ediciones.

Plan Nacional de Desarrollo. (2012). Fecha de consulta: 1° de Septiembre del 2012, recuperada en <http://pnd.calderon.presidencia.gob.mx/index.php?page=documentos-pdf>

Roche. (2011). Los síntomas de la pérdida de memoria y los signos iniciales del alzhéimer. Fecha de consulta 24 de octubre del 2012, recuperado en <http://www.earlysymptomsalzheimers.com/es/p%C3%A9rdida-de-memoria>

Sardinero. P. A. (2010). Estimulación cognitiva para adultos. Fecha de consulta: 25 de marzo del 2012, recuperado de <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/sardinero-guia-01.pdf>

Secretaría de Salud. (2010). Alteraciones de la Memoria en la Persona Adulta Mayor. México: [ ]

UNESCO. (2010). CONFINTEA VI. Fecha de consulta: 2 de septiembre del 2012, recuperado en [http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/INSTITUTES/UII/confintea/pdf/working\\_documents/confinteavi\\_final\\_report\\_spanish\\_online.pdf](http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/INSTITUTES/UII/confintea/pdf/working_documents/confinteavi_final_report_spanish_online.pdf)

Vargas A. A., Díaz. G. M. y García. L. G. (2011). Actividades de la Áreas de Desarrollo Físico, Cognitivo y Emocional para las Personas Adultas Mayores de la Casas de Día "Siembra y Cocoltín". Fecha de consulta: 19 de septiembre del 2012, recuperado en [http://upn011.edu.mx/eventos/foro\\_lie/memoria/9ForoLIEa/9ForoLIE/2\\_7\\_Actividades\\_para\\_las\\_personas\\_adultas\\_mayuores\\_de\\_las\\_casas\\_de\\_dia\\_Siembra\\_y\\_Cocoltin.pdf](http://upn011.edu.mx/eventos/foro_lie/memoria/9ForoLIEa/9ForoLIE/2_7_Actividades_para_las_personas_adultas_mayuores_de_las_casas_de_dia_Siembra_y_Cocoltin.pdf)

Yuni. J. y Urbano. C. (2005). Educación de adultos mayores teoría, investigación e intervención. Argentina: Editorial Brujas.  
Fecha de consulta 16 de octubre del 2012, recuperado en [http://books.google.es/books?id=BPjSLau0PFgC&printsec=frontcover&hl=es&source=gb\\_s\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.es/books?id=BPjSLau0PFgC&printsec=frontcover&hl=es&source=gb_s_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)