

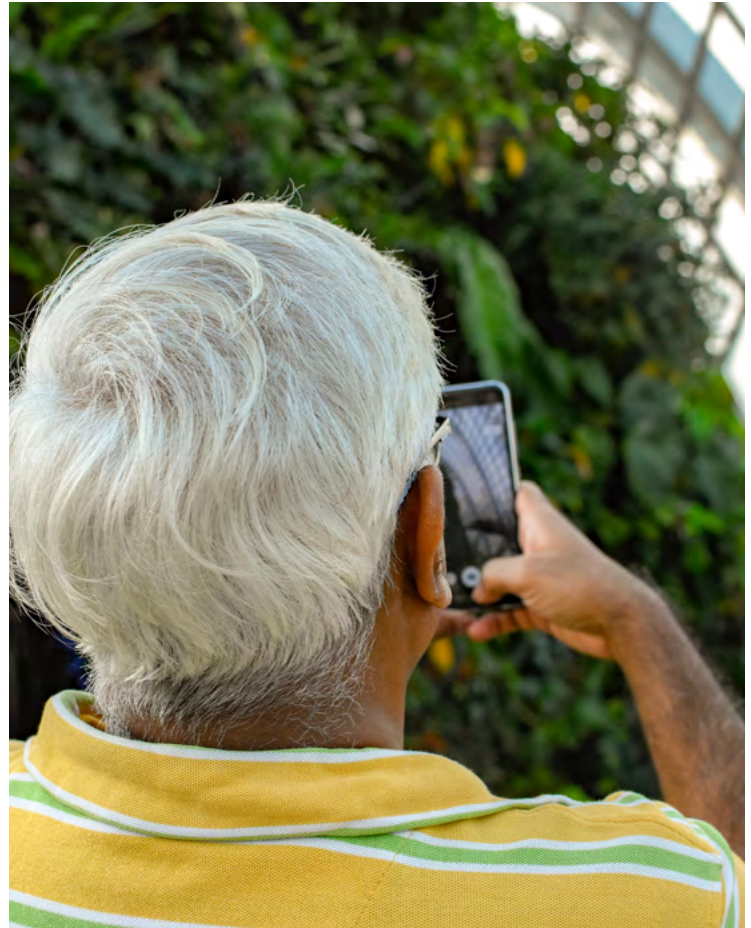
Servicio telefónico de Estimulación Cognitiva y Acompañamiento

Para personas mayores de 70 años



¿A quién está dirigido?

A personas mayores de 70 años que perciban fallos de memoria u otras alteraciones cognitivas y que no estén diagnosticadas de demencia. También a adultos mayores en situaciones de soledad no deseada.

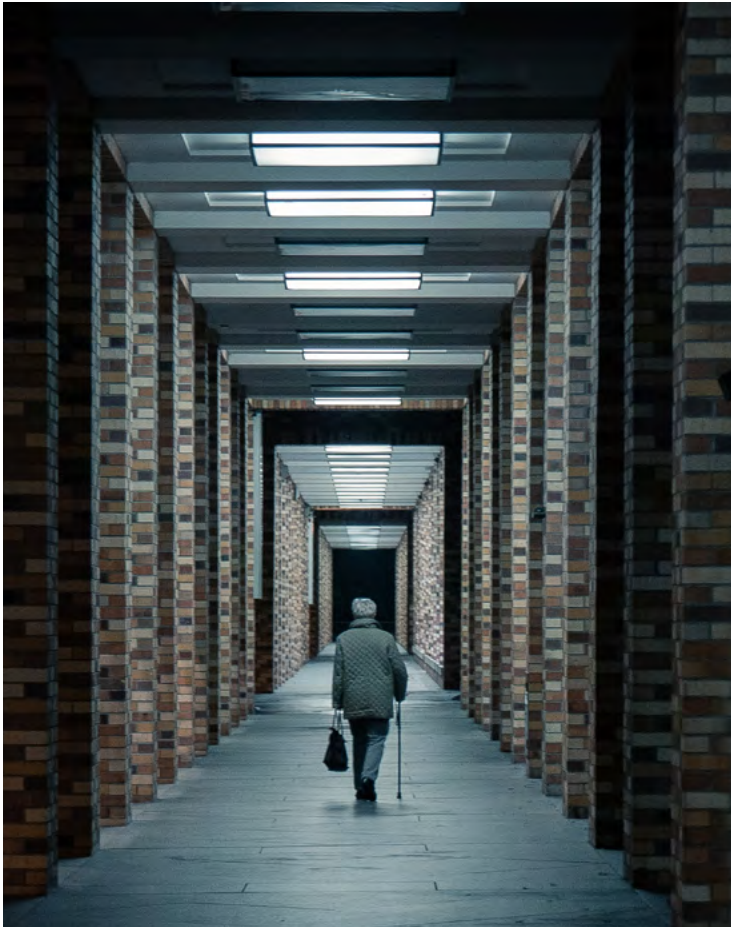


¿Qué se trabaja en las llamadas?

En todas las llamadas se trabaja la orientación temporal, la atención y el lenguaje. Además se realizan ejercicios, adaptados a cada persona, que buscan incidir en las siguientes capacidades cognitivas:

- Percepción
- Cálculo mental
- Memoria
- Comprensión
- Razonamiento

Se pueden incluir recordatorios importantes en su día a día como toma de medicación o citas médicas.



Fotografía Leon Seibert

¿Qué objetivos se persiguen?

- Colaborar en la **preservación de funciones cognitivas** que pueden empezar a verse alteradas por efectos de la edad y proteger del deterioro.
- **Ayudar en el seguimiento cotidiano** de la persona mayor, reduciendo la sensación de soledad.
- Contribuir a **mejorar su calidad de vida** y a preservar su independencia.



¿Tiene beneficios el que sea un servicio telefónico?

En su espacio la persona se siente segura y generalmente acepta y agradece la ayuda.

Favorece un seguimiento cotidiano. Además de la estimulación, se realiza un acompañamiento general que facilita la identificación de posibles situaciones de riesgo.

Permite llegar a todos los domicilios y se adapta a la persona y su situación (citas médicas, visitas familiares, etc.), pudiendo ajustar horarios y utilizar dispositivos fijos o móviles (también videoconferencias).



Fotografía Beth Macdonald

¿En qué consiste?

Se realizan 2-3 llamadas semanales de 25-30 minutos cada una en función del servicio contratado.

Los primeros minutos son de toma de contacto, identificación y recordatorio del objetivo de la tarea (realizar ejercicios de estimulación mental). Tras manifestar interés en el estado general de la persona, se recuerda el material que se va a utilizar y empieza la actividad.

Al finalizar cada llamada, se acuerda/recuerda cuándo se realizará la siguiente y qué materiales se emplearán.

Las actividades se adaptan a la persona generando un espacio estimulante y respetuoso.

¿Cómo empieza?

Tras la contratación del servicio se procede a la recogida de información básica. En la primera llamada se realiza:

- Presentación al adulto mayor de la persona que realiza las llamadas y explicación de en qué consisten, qué material se utiliza, duración, etc.
- Breve entrevista para adaptar el nivel de dificultad (bajo, medio y alto), contenido y registro de preferencias (llamada telefónica o videoconferencia, horarios, teléfonos o contacto de emergencia e indicaciones en caso de surgir algún problema, etc.).

Cada 12 sesiones se puede remitir un breve informe con las áreas trabajadas y aspectos que el profesional encuentre de interés.

¿Qué material se necesita?

Es imprescindible un dispositivo telefónico. A lo largo de las llamadas se emplean elementos cotidianos presentes en la vivienda del adulto mayor, tales como fotografías personales y objetos que favorezcan el trabajo de reminiscencia, incidiendo, al mismo tiempo que la memoria, en otras áreas cognitivas. Siempre que sea posible, papel y lápiz (o bolígrafo) y un calendario.

Si es viable la impresión, se puede remitir, vía correo electrónico, material en el que apoyarse para la realización de los ejercicios. También puede remitirse vía correo postal*

** Envío no incluido en coste del servicio*



Fotografía Joshua Hoehne

Ejemplo de ejercicios

Los ejercicios se adaptan a la persona, sus gustos y su historia.

Nivel sencillo:

- Elija una foto del álbum familiar y diga lo que ve: cuántas personas hay, cómo se llaman, cómo van vestidas, qué hacen, en qué lugar están.
- Le voy a decir números y cuando escuche el 1, dé un golpe.
- Diga 7 prendas de vestir y 7 nombres de arbustos o árboles frutales.

Nivel medio

- Le voy a decir números, cuando escuche el 2 dé un chasquido y con

el 7 un golpe en la mesa.

- Deletree al revés: "semana", "descansar", "mordaz", "proponer".
- Diga en alto durante 2 - 3 minutos palabras que tengan la letra "Ñ", por ejemplo: "mañana", "campaña".

Nivel alto

- ¿Cómo continúa la serie? 2B-4D-6F-8H-10J.
- Desde el número 15 sume 5 y reste 2 de forma alternante.
- Diga ciudades que empiecen por la letra "L".

Precio y forma de pago

El pago de los servicios se realiza en el momento de la contratación vía transferencia bancaria, bizum o ingreso en cuenta. Una vez recibido el pago, se remite la factura correspondiente.

Nº de llamadas semanales	Duración estimada	Coste semanal
2	25-30 min	40€
3	25-30 min	55€

Los precios llevan incluidos IVA

La contratación mínima será con carácter mensual

Condiciones completas en asesoriadecuidados.com/servicios



“Todo lo que se ejercita se mejora,
todo lo que no se ejercita se pierde”

91 013 39 81

639 54 27 72

asesoriadecuidados.com
antonperezpanizo@gmail.com
[@arrugasycanas](https://www.instagram.com/arrugasycanas)