

## **La Papiroflexia como herramienta en la prevención del Deterioro Cognitivo en Mayores, por Cristina Belló**

### **Pautas generales para el desarrollo de talleres de origami con mayores**

Tenemos la mejor herramienta; necesitamos la mejor forma de aplicarla.

- Justificación de un programa de intervención con origami en mayores:
  - o ralentización de las funciones cognitivas en la vejez,
  - o aprender en la vejez (neuroplasticidad)
  - o estimulación cognitiva mediante el plegado,
  - o primeros resultados de un estudio con mayores tras una intervención con origami:
    - mejora la atención,
    - la memoria,
    - la velocidad de procesamiento de la información,
    - las funciones ejecutivas,
    - el lenguaje,
    - el estado de ánimo,
    - crea una reserva cognitiva
- Puesta en común de los objetivos:
  - o el origami como recurso (de prevención y rehabilitación, recurso cognitivo, emocional y motivacional)
  - o versus el origami como fin (plegar por placer)
- Discusión de las reticencias de los mayores para plegar (no se creen capaces de plegar, no se van a acordar luego de reproducir la figura solos, han perdido la imaginación...)
- Dificultades de los usuarios mayores a la hora de plegar (dificultades sensoriales, relacionales,...)
- Ventaja de trabajar origami con mayores (mayor paciencia y tolerancia)
- Enseñar relajación al grupo de usuarios (como parte de la ceremonia de plegado)
- Estimulación antes de empezar a plegar – ejercicio con los dedos

### **Las 3 “R”**

- **Registro** de la información mediante los sentidos (estrategia multisensorial)

- **Percepción.** Diferencias sensoriales. Condiciones de la sala. Tipos de papel.
- Organización y acomodación de los componentes del grupo en la sala
- Requisitos del monitor
- Modelos de figuras a elegir
- Demostración versus lectura de diagrama
- El papel de la **atención**

- **Retención**, mediante:

Técnicas de:

Visualización

Asociación

Organización

Categorización

Lenguaje

Lógica

Esfuerzo y práctica

Trabajo en parejas

- **Recuperación** de la información para plegar, mediante referencias

**Ejemplo práctico:**

**Desarrollo de una sesión de origami con mayores**

Temporización de una intervención con un grupo

Vocabulario a emplear

Posturas a adoptar

Escuchar a los usuarios

Elogiar las producciones o criticarlas

“salidas” de emergencia para el monitor

Errores comunes trabajando con personas mayores

**Discusión final**