

Taller

Gimnasio para la Mente por Medio de la Neuroplasticidad

 Modalidad: Presencial

 Duración: 6 semanas

La **Universidad Iberoamericana (UNIBE)**, a través de su Departamento de Educación Continua, ofrece un amplio portafolio de programas orientados a la actualización y especialización de profesionales en diversas áreas del conocimiento. Desarrolla propuestas académicas innovadoras, alineadas con la demanda del mercado laboral nacional y global, enfocadas en el fortalecimiento de competencias para el desarrollo profesional y personal que promuevan la empleabilidad.

Ofrecemos un Aprendizaje a lo Largo de la Vida, con programas Ejecutivos y de Actualización, Salud, formación Preuniversitaria, Capacitaciones Corporativas diseñados a la medida, Microcredenciales Universitarias, Soft Skills Academy y cursos para Adultos Mayores. La integración de metodologías activas, docentes expertos y el uso de ecosistemas de aprendizaje, garantiza una experiencia formativa práctica y transformadora.



Principales Líneas Temáticas




Ejes Clave

Taller Gimnasio para la Mente por Medio de la Neuroplasticidad



Neuroplasticidad



Estimulación
cognitiva



Longevidad
activa



Memoria y
atención



Lenguaje
funcional



Bienestar
integral

Descripción

El taller Gimnasio para la Mente por Medio de la Neuroplasticidad está diseñado para promover el envejecimiento activo en adultos mayores a través de actividades prácticas que estimulan la memoria, la atención, el lenguaje y otras funciones cognitivas. Este programa fomenta el aprendizaje de nuevas habilidades, la interacción social y el desarrollo de hábitos que contribuyen a mantener la autonomía y mejorar la calidad de vida a largo plazo.

Objetivo

Favorecer el envejecimiento activo en adultos mayores mediante la estimulación cognitiva y la práctica de estrategias basadas en la neuroplasticidad, que fortalezcan funciones mentales como la memoria, la atención y el lenguaje, promoviendo la independencia y el bienestar integral.

Dirigido a

Adultos Mayores de 60 años.

Beneficios

Al finalizar este programa el egresado estará capacitado para:

- **Fortalecer** la memoria, la atención y el lenguaje mediante ejercicios prácticos basados en la neuroplasticidad.
- **Desarrollar** nuevas habilidades cognitivas para aprender y adaptarse a nuevas situaciones.
- **Estimular** la autonomía e independencia aplicando estrategias que mejoran la capacidad de realizar actividades diarias.
- **Incrementar** el bienestar integral mediante hábitos saludables y prevención del deterioro cognitivo.
- **Fomentar** la interacción social a través de actividades grupales que fortalecen la comunicación y las relaciones interpersonales.
- **Mejorar** la calidad de vida promoviendo un envejecimiento activo, consciente y saludable.

Contenido

Módulo I:

Introducción al Envejecimiento Activo

- Envejecimiento Activo
- ¿Qué es la neuroplasticidad cerebral?
- Importancia y Beneficio del entrenamiento cognitivo como prevención del deterioro prematuro
- ¿Qué y cuáles son las Funciones Cognitivas?

Módulo II:

Orientación, Atención y Memoria

1) - ¿Qué es la atención?

- Cinco procesos diferentes:
 - Atención sostenida
 - Atención selectiva
 - Velocidad de procesamiento
 - Heminegligencia
- ¿Para qué sirve la atención?
 - Ejercicios para rehabilitar la atención

2) - ¿Qué es la orientación?

- Tres tipos:
 - Orientación personal
 - Orientación temporal
 - Orientación espacial
- ¿Para qué sirve la orientación?
 - Ejercicios para rehabilitar la orientación

3) - ¿Qué es la memoria?

- Tipos de memoria:
 - Memoria sensorial
 - Memoria a corto plazo
 - Memoria a largo plazo
- ¿Para qué sirve la memoria?
- Evaluación y estimulación cognitiva de la memoria
- Ejercicios para rehabilitar la memoria

Módulo II:

Lenguaje y Cálculo

1) - ¿Qué es el lenguaje?

- Procesos que pueden verse afectados dentro del lenguaje:
 - Expresión
 - Comprensión
 - Vocabulario
 - Denominación
 - Fluidez
 - Discriminación
 - Repetición
 - Escritura
 - Lectura
- ¿Para qué sirve el lenguaje?
 - Ejercicios para rehabilitar el lenguaje

2) - ¿Qué es el cálculo?

- Reconocimiento de números:
 - Copia
 - Dictado de números
 - Discriminación de números
- Secuenciación numérica
 - Clasificación de números pares e impares
 - Series y progresiones aritméticas
 - Formación de cifras a partir de números
 - Ordenar de menor a mayor y viceversa
- Operaciones aritméticas
 - Sumas y restas
 - Multiplicaciones y divisiones
 - Resolución de problemas
- Ejercicios para rehabilitar el cálculo

Módulo IV:

Gnosias, Praxias y Habilidades Visoespaciales

1) - ¿Qué son las gnosias?

- Gnosias visuales
- Gnosias auditivas
- Gnosias táctiles
- Gnosias olfativas
- Gnosias gustativas
- Esquema corporal

- ¿Para qué sirven las gnosias?
 - Ejercicios para rehabilitar las gnosias

2) - ¿Qué son las praxias?

- Tipos de Praxias:
 - Praxias ideomotoras
 - Praxias ideatorias
 - Praxias faciales
 - Praxias visoconstructivas

- ¿Para qué sirven las praxias?
 - Ejercicios para rehabilitar las praxias

3) - ¿Qué son las habilidades visoespaciales?

- ¿Para qué sirven las habilidades visoespaciales?
 - Ejercicios para rehabilitar las habilidades visoespaciales

Módulo V:

Cognición Social y Funciones Ejecutivas

1) - ¿Qué es la cognición social?

- ¿Para qué sirve la cognición social?
- Ejercicios para rehabilitar la cognición social

2) - ¿Qué son las funciones ejecutivas?

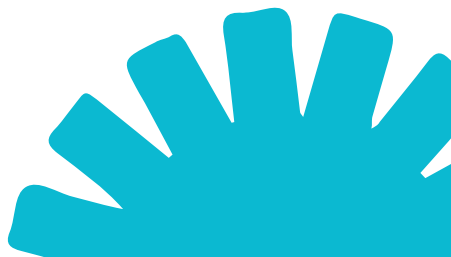
- Procesos fundamentales:
 - Memoria de trabajo
 - Planificación
 - Razonamiento
 - Flexibilidad
 - Inhibición
 - Toma de decisiones
 - Estimación temporal
 - Ejecución dual
 - Multitarea

- ¿Para qué sirven las funciones ejecutivas?
- Ejercicios para rehabilitar las funciones ejecutivas

Módulo VI:

Prevención a través de Actividades Significativas

- Autoevaluación
- Resumen final del taller
- Pautas de actividades significativas





Facilitadoras

Sheila Scheker Ramos



Psicóloga clínica egresada de la Universidad Iberoamericana (UNIBE), especialista en gerontología, demencias y enfermedad de Alzheimer, con más de 12 años de experiencia en el trabajo con adultos mayores. Su trayectoria incluye atención en centros de día, residencias y consultas individuales, brindando acompañamiento psicológico tanto a personas mayores con demencia o Alzheimer como a sus familiares. Inició su formación en la Universidad Autónoma de Barcelona, donde obtuvo un máster en Psicología Geriátrica, y posteriormente cursó un máster en Gerontología y un experto en Demencias y Alzheimer en la Universidad de Salamanca. Actualmente es codirectora del Centro Gerontológico Caminos Añejos y docente en UNIBE, donde imparte Psicología Geriátrica, manteniéndose en constante actualización a través de cursos y talleres internacionales especializados en envejecimiento y salud mental.

Melissa González Bachá

Psicóloga clínica egresada de la Universidad Iberoamericana (UNIBE), especialista en psicogerontología, envejecimiento y demencias, con más de siete años de experiencia en el trabajo con adultos mayores. Cursó una maestría en Psicogerontología en la Universidad de Valencia (España) y una especialidad en Envejecimiento y Demencias en el Instituto Superior de Estudios Psicológicos (ISEP) de Barcelona. Su experiencia abarca la atención de personas mayores en centros de día, residencias y consultas individuales, brindando apoyo psicológico y acompañamiento tanto a pacientes con demencia o enfermedad de Alzheimer como a sus familiares. Actualmente es codirectora del Centro Gerontológico Caminos Añejos, fundado en 2016.



UNIBE | SENIOR

¡Adquiere las **herramientas clave** para destacar en esta apasionante industria!



Para más información
Contáctanos



809-689-4111
Exts.: 2203 y 2407



e.continua@unibe.edu.do

ASISTENTE VIRTUAL
Aurora



809-255-4111



aurora@unibe.edu.do



aurora.unibe.edu.do

educacioncontinua.unibe.edu.do



¡Escanea y comienza hoy!