

## **0098 - PROMOCIÓN DE ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE**

*Modalidad: Series de Casos*

*Unidad Temática: Aspectos Psicosociales Del Envejecimiento*

*Unidad Temática 2: Gerontología y Geriatría*

DIAZ, Raquel

### **FACULTAD DE ENFERMERÍA. UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA**

**Objetivos:** Favorecer el vínculo entre las Instituciones que trabajan con personas mayores y el equipo universitario, a través de la promoción de actividades de estimulación cognitiva para un envejecimiento activo y saludable

**Materiales y Métodos:** La propuesta se planificó desde la necesidad percibida y expresada por la REDAM ( Red Adultos Mayores) que nuclea a todas las Instituciones que trabajan con personas mayores, y que fué la de abordar estrategias de promoción y prevención dirigidas a estimular y mantener sus capacidades cognitivas. Estas actividades se enmarcaron en una propuesta de extensión y de enseñanza desarrollada en el primer nivel de atención. Se incluyó dentro de las actividades curriculares de la Licenciatura en Enfermería Plan 93, Curso Atención de Enfermería al Adulto y Anciano, Facultad de Enfermería, Centro Universitario de Salto, Universidad de la República, Uruguay. La metodología utilizada consistió en una serie de treinta talleres dirigidos a personas mayores. Se desarrollaron en los años 2015, 2016 y 2017, en diferentes barrios de la ciudad de Salto. Estuvieron centrados en la estimulación cognitiva a través de juegos didácticos, tangoterapia y yoga, que permitieron también la socialización y recreación.

**Resultados:** Concurrieron 408 personas, donde el 75% evaluaron estar muy satisfechos con las actividades planteadas, y el 98% manifestó que volvería a participar de ellas. Se destaca de esta propuesta implementada, la fortaleza del trabajo interinstitucional en el ámbito comunitario, así como el compromiso de los actores sociales

**Conclusiones:** Estas fortalezas favorecen la implementación de estrategias de promoción y prevención de salud propias de la disciplina Enfermería.