
ANÁLISIS DEL EFECTO DE UN PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA EN ADULTOS MAYORES TÍPICOS

DANIELA CABRERA MOYANO
ANA DAZA FUENTES
ANGÉLICA ENCINA GONZÁLEZ
VALESKA HERRERA CASTILLO
YESSENIA RAMÍREZ ARAYA
JOSEFINA VÁSQUEZ ALBORNOZ
LICENCIADO EN FONOAUDIOLOGÍA

RESUMEN

Introducción: Los resultados de una serie de estudios han indicado que actividades cognitivamente estimulantes pueden constituir un factor protector contra el deterioro cognitivo en la edad avanzada. Sobre la base de estas observaciones, los investigadores han tratado de mejorar o mantener el funcionamiento cognitivo por medio de intervenciones cognitivas sistémicas, tales como programas de entrenamiento de la memoria. **Objetivo:** obtener evidencia empírica sobre el efecto de un programa de entrenamiento de la memoria, basado en la enseñanza de estrategias verbales, en el recuerdo inmediato y diferido de información. **Método:** Se seleccionó por conveniencia una muestra de 26 adultos mayores típicos, divididos en dos grupos: un grupo experimental (GE) y un grupo control (GC), cada uno compuesto por 13 sujetos; 12 mujeres y un hombre. A cada adulto mayor se le administraron mediciones de memoria episódica verbal a través del Test de Aprendizaje Auditivo Verbal de Rey (RAVLT) (Rey, 1964), antes y después de participar en 8 sesiones de intervención, de cuarenta y cinco minutos cada una aproximadamente, con una frecuencia de una vez por semana. Ambos grupos fueron similares en edad, sexo y nivel de educación. **Resultados:** el grupo beneficiario del programa de entrenamiento de la memoria obtuvo ganancias significativas en el recuerdo inmediato y diferido de información. No obstante, dichas ganancias no excedieron a las observadas en la condición de control activa. **Discusión:** Se discuten las implicancias en torno al efecto de programas de entrenamiento cognitivo de la memoria, corroborando que los hallazgos encontrados en la literatura fueron similares a los arrojados en el presente estudio. **Palabras claves:** Memoria episódica verbal, entrenamiento cognitivo, adultos mayores típicos

ABSTRACT

Introduction: The results of some studies have indicated that cognitively stimulating activities may constitute a protective factor against cognitive damage in the elderly stage. According to these observations, the researchers have tried to improve or keep cognitive performance through systematic cognitive interventions, such as memory training programs. **Objective:** to get empirical evidence about the effect of a training program of memory based on teaching verbal strategies, in the immediate and delayed recall of information. **Method:** It was selected by convenience, the sample of 26 typical seniors, divided into two groups, one experimental group (EG) and a control group (CG), each group consisting of 13 people; 12 women and one man. To each senior was administered measures of verbal episodic memory through Auditory Verbal Learning Test Rey (RAVLT) (Rey, 1964), before and after participating in 8 sessions of intervention, forty five minutes each one approximately, with frequency once a week. **Results:** memory training program beneficiary group obtained significant goals in the immediate and delayed recall of information. However, these goals do not exceed those observed in the active control condition. **Discussion:** it is discussed about the implications around the specific effect of programs training the memory.

Key words: verbal episodic memory, cognitive training, aging