



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TENOLOGÍAS CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

TÍTULO
LA LECTURA EN LA NEUROPLASTICIDAD

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de Licenciada en
Ciencias de la Educación Básica, profesora de Educación Básica.

Autora:

Romero Jácome Gicelle Aracelly

Tutor:

Mgs. José Félix Rosero López

Riobamba, Ecuador.2024

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, **Gicelle Aracelly Romero Jácome**, con cédula de ciudadanía **0605521269**, autora trabajo de investigación titulado: **LA LECTURA EN LA NEUROPLASTICIDAD**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mi exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referidos, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 13 de enero de 2025

A handwritten signature in blue ink, reading "Gicelle Romero", is written over a horizontal line.

Gicelle Aracelly Romero Jácome
0605521269

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, **Mgs. José Félix Rosero López** catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: **“LA LECTURA EN LA NEUROPLASTICIDAD”** bajo la autoría de **Gicelle Aracelly Romero Jácome**; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 13 días del mes de enero de 2025.



Mgs. José Félix Rosero López

C.I: 0602685554

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **LA LECTURA EN LA NEUROPLASTICIDAD**, presentado por **Gicelle Aracelly Romero Jácome** con cédula de identidad número **0605521269**, bajo la tutoría del **Mgs. José Félix Rosero López**; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 22 de abril de 2025.

Presidente del Tribunal de Grado

PhD. Ximena Jeanneth Zúñiga García.Mgs



Firma

Miembro del Tribunal de Grado

Mgs. Johana Katherine Montoya Lunavictoria



Firma

Miembro del Tribunal de Grado

Mgs. Gladys Patricia Bonilla González



Firma



Dirección
Académica
VICERRECTORADO ACADÉMICO



UNACH-RGF-01-04-08.15
VERSIÓN 01: 06-09-2021

CERTIFICACIÓN

Que, **ROMERO JÁCOME GICELLE ARACELLY** con CC: **0605521269**, estudiante de la Carrera **EDUCACIÓN BÁSICA**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "**LA LECTURA EN LA NEUROPLASTICIDAD**", cumple con el 4%, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **Compilatio**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente, autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 21 de marzo de 2025



Mgs. José Félix Rosero López
TUTOR

DEDICATORIA

**"La perseverancia transforma las ideas en descubrimientos
y los sueños en logros."**

A mis padres Mayra y Flavio, por su apoyo y amor incondicional en todos los momentos, por creer en mí y no permitir que jamás me rinda, siempre serán mis ejemplos a seguir, este también es su triunfo, y espero ser siempre su orgullo, gracias a ustedes aprendí a soñar alto y preservar.

A mi hermano, por enseñarme a ser fuerte y a reconocer que soy una persona valiosa e inteligente que puede alcanzar sus metas y mucho más allá. Gracias a él aprendí a enfrentar los problemas con alegría y valentía, enseñanzas que me han permitido cumplir mis sueños.

A mis amigas Dennís y María José, quienes me enseñaron a confiar en mis fortalezas, me demostraron que la verdadera amistad sí existe, gracias a ellas aprendí a compartir y, a no desistir en el camino, su amistad salvó mis días más de una vez.

A mi mascota Benji, por acompañarme en las noches difíciles y en los largos desvelos, tu presencia me dio la paz y alegría que tanto necesitaba durante esta etapa.

AGRADECIMIENTO

Con mi gratitud eterna a la Universidad Nacional de Chimborazo y a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías por brindarme la oportunidad de aprender y formarme como profesional. Gracias por cultivar en mí el amor y la pasión por enseñar y motivarme a cambiar la vida de niños y jóvenes.

Mis más sinceros agradecimientos al Hogar “Padre Saturnino López” por permitirme compartir con los adultos mayores, quienes me enseñaron que nunca es tarde para seguir aprendiendo, gracias por sus sabios consejos.

Gracias a mi tutor el Mgs. José Félix Rosero López, por sus enseñanzas y conocimientos valiosos que me han ayudado a ser mejor persona y futura docente, siempre lo recordaré por su inteligencia y compromiso con la excelencia.

A mi familia y amigas por su amor y apoyo incondicional, gracias por su paciencia, confianza y consejos.

Gracias por ser parte de mi camino y de este logro.

ÍNDICE GENERAL

DECLARATORIA DE AUTORÍA

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I.	16
1.INTRODUCCIÓN	16
1.1 Antecedentes	18
1.2. Planteamiento del Problema.....	20
1.3. Justificación.....	23
1.4. Objetivos	24
1.4.1. Objetivo General	24
1.4.2. Objetivos Específicos	24
CAPITULO II.....	25
2. MARCO TEÓRICO.....	25
2.1. Estado del Arte	25
2.2.1. La lectura.....	25
2.2.2. Lectura recreativa	26
2.2.3. La lectura y el aprendizaje	27
2.2.4. La lectura en el adulto mayor	27
2.2.5. La lectura y las emociones	28
2.2.6. Beneficios de la lectura en la neuroplasticidad	28
2.2.7 La lectura en voz alta	29
2.2.8 Los clubes de lectura para adultos mayores	30
2.2.9 Bases neurológicas de la lectura.....	30
2.2.10. Proceso de lectura	31
Prelectura	31
Lectura	31
Post lectura.....	31
2.2.11. Estrategia lectora.....	41
2.2.12. Principios de andragogía para la adaptación de estrategias lectoras	41
2.2.12.1 Principio de horizontalidad	41
2.2.12.2 Principio de participación	41

2.2.12.3	Principio de experiencia previa.....	41
2.2.12.4	Principio de autonomía.....	42
2.2.13	Estrategias lectoras para la estimulación de la neuroplasticidad.....	42
2.2.13.1	Estrategias lectoras para la estimulación de la memoria	42
2.2.13.2	Estrategias lectoras para la estimulación de la atención.....	44
2.2.13.3.	Estrategias lectoras para la estimulación del razonamiento	44
2.2.13.4.	Estrategias lectoras para la estimulación del lenguaje	45
2.3.	Neuroplasticidad.....	45
2.3.1.	Beneficios de la neuroplasticidad en el adulto mayor	46
2.3.1.1.	Reorganización cerebral:	46
2.3.1.2.	Creación de nuevas conexiones:	46
2.3.1.3.	Reforzamiento de conexiones:	46
2.3.1.4.	Recuperación después de lesiones:.....	46
2.3.1.5.	Aprendizaje a lo largo de la vida.....	46
2.3.2.	La neuroplasticidad en el adulto mayor	47
2.3.3.	Cambios en el cerebro y en las funciones cognitivas en el envejecimiento.....	47
2.3.4.	Estimulación cognitiva.....	49
2.3.5.	Competencias cognitivas de la neuroplasticidad	49
2.2.5.1.	Memoria.....	49
2.3.5.2.	Atención.....	50
2.3.5.3.	Razonamiento.....	50
2.3.5.4.	Lenguaje.....	50
2.3.6	Desarrollo Cognitivo en la vejez	51
2.3.7	Factores que influyen en el envejecimiento cognitivo.....	51
•	Factores biológicos.....	51
•	Factores psicológicos.....	51
•	Factores ambientales	51
•	Factores sociales.....	52
2.2.9	Envejecimiento activo y de calidad	52
CAPÍTULO III.....		53
3.	METODOLOGÍA	53
3.1.	Enfoque de la investigación	53
3.2.	Diseño de la investigación	53
3.3.	Fundamento epistemológico de la investigación.....	53
3.4.	Métodos de investigación.....	54

3.5. Tipos de investigación	54
3.5.1. Por el nivel o alcance.....	54
3.5.2. Por el objetivo	55
3.5.4. Por el tiempo	55
3.5. Por el lugar.....	55
3.6. Unidad de análisis.....	56
3.6.1. Población	56
3.6.2. Muestra	56
3.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	57
3.7.1. Técnica: Observación participante	57
3.7.2 Técnica: Entrevista.....	58
3.8. Técnicas para el procesamiento, análisis e interpretación de la información ..	58
CAPÍTULO IV	59
4.RESULTADOS Y DISCUSION	59
4.1. Resultados.....	61
4.1.1. Discusión	91
4.2. Resultados de la entrevista	97
CAPÍTULO V.....	108
5.CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	108
5.1. Conclusiones	108
5.2. Recomendaciones.....	109
Bibliografía.....	110
Anexos.....	113

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1. Planificación de actividades para el desarrollo de la memoria	32
Tabla 2. Planificación de actividades para el desarrollo de la atención.....	35
Tabla 3. Planificación de actividades para el desarrollo del razonamiento	37
Tabla 4. Planificación de actividades para el desarrollo del lenguaje	39
Tabla 5. Población.....	26
Tabla 6. Muestra.....	27
Tabla 7. Matriz de la guía de observación antes, durante y después de la lectura	32
Tabla 8. Función cognitiva del lenguaje y emociones	104
Tabla 9. Función cognitiva de la memoria y emociones.....	107
Tabla 10. Función cognitiva del razonamiento y emociones	111
Tabla 11. Función cognitiva del lenguaje y dificultades durante el proceso de la lectura.	114
Tabla 12. Funciones cognitivas de la neuroplasticidad y emociones	116

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Ficha de observación.....	113
Anexo 2: Matriz de guía de observación	116
Anexo 3: Guía de la entrevista	116
Anexo 4: Fotografías de campo	117

RESUMEN

El problema central de la presente investigación radicó en que durante el envejecimiento las funciones como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje se deterioran. Este fenómeno ha generado la necesidad urgente de desarrollar alternativas que permitan a este grupo acceder a una vida de calidad, preservar su autonomía, independencia y capacidades cognitivas, y de esta manera puedan mantenerse activos y, continúen adquiriendo habilidades y desarrollar nuevas. Por lo tanto, el objetivo principal es explicar la importancia de la lectura en los procesos de neuroplasticidad en adultos mayores del Centro Geriátrico Padre Saturnino López Novoa. Su importancia se centró en que la lectura es una herramienta factible que permite a los adultos mayores poner en práctica funciones mentales tales como: la decodificación de información, interpretación, elaboración de predicciones, análisis y síntesis de la información, construcción de argumentos y asociación de experiencias con información de la historia, de tal manera que, este proceso contribuye a la estimulación de competencias cognitivas como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, las cuales son parte de la neuroplasticidad, proceso en donde el cerebro es capaz de crear nuevas conexiones y, reorganizar su estructura y funciones que permiten al adulto mayor conservar sus funciones cognitivas y, las probabilidades de padecer enfermedades o trastornos mentales disminuyen. La investigación se desarrolló a través del enfoque cualitativo, para la recolección de datos se utilizó la observación participante y la entrevista, como instrumentos se empleó un diario de campo, guía de observación y la guía de entrevista. Los seis adultos mayores que participaron en las sesiones de lectura, fueron seleccionados a partir de un muestreo no probabilístico intencional. Al finalizar estas sesiones se evidenciaron como hallazgos principales que los adultos mayores lograron recordar y retener información relacionada a la lectura y experiencias personales con mayor facilidad, mantener la atención sin distraerse, analizar, reflexionar y comunicar sus emociones e ideas de una forma más clara y coherente, además reflejaron mayor entusiasmo, alegría y confianza en sí mismos.

Palabras claves: Lectura, neuroplasticidad, estimulación cognitiva, adulto mayor, competencias cognitivas.

ABSTRACT

The central problem of this research was that during aging, functions such as memory, attention, reasoning, and language deteriorate. This phenomenon has generated an urgent need to develop alternatives that allow this group to access a quality life and preserve their autonomy, independence, and cognitive abilities; in this way, they can remain active and continue acquiring skills and developing new ones. Therefore, the main objective is to explain the importance of reading in neuroplasticity processes in older adults at the Padre Saturnino López Novoa Geriatric Center. Its importance focuses on the fact that reading is a feasible tool that allows older adults to put into practice mental functions such as decoding information, interpretation, making predictions, analyzing and synthesizing information, constructing arguments, and associating experiences with information from history in such a way that this process contributes to the stimulation of cognitive skills such as memory, attention, reasoning and language, which are part of neuroplasticity, a process in which the brain is able to create connections and reorganize its structure. Moreover, functions that allow the elderly to preserve their cognitive functions, decreasing the probability of suffering from mental illnesses or disorders. The research was developed through a qualitative approach; participant observation and interviews were used as instruments for data collection. A field diary, observation guide, and interview guide were used. The six older adults participating in the reading sessions were selected from an intentional non-probabilistic sample. At the end of these sessions, the main findings were that the older adults were able to remember and retain information related to reading and personal experiences more efficiently, maintain attention without being distracted, analyze, reflect and communicate their emotions and ideas more transparently, and coherently, and they also reflected tremendous enthusiasm, joy and self-confidence.

Keywords: Reading, neuroplasticity, cognitive stimulation, older adults, cognitive skills.

Abstract translation reviewed by



Firmado electrónicamente por:
BLANCA NARCISA
FUERTES LOPEZ

Dr. Narcisa Fuertes, PhD.

CC: 1002091161

Professor at Competencias Lingüísticas UNACH

CAPÍTULO I.

1. INTRODUCCIÓN

La neuroplasticidad engloba diferentes funciones cognitivas, las cuales, en la etapa de la vejez, asociada a la inactividad y el aislamiento, se deterioran, por lo tanto, existe la necesidad de promover un envejecimiento activo y saludable que contribuya a la prevención del declive cognitivo, lo cual es posible a través de la lectura, que permite la activación y refuerzo de conexiones neuronales en los adultos mayores.

La presente investigación tuvo como propósito principal explicar la importancia de la lectura en los procesos de neuroplasticidad en adultos mayores del Centro Geriátrico Padre Saturnino López Novoa ubicado en el cantón Penipe, provincia de Chimborazo, de tal manera que, se elaboraron planificaciones didácticas con las tres etapas del proceso de lectura y actividades de estimulación cognitiva para la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, en las cuales se utilizaron leyendas del Ecuador y recursos tales como: juegos de mesa, cartas, tarjetas con imágenes de personajes, escenarios, tableros y fichas.

La importancia de las variables en esta investigación radica en que la lectura es un proceso que fortalece y regenera conexiones neuronales, lo cual mantiene las funciones cognitivas y previene su deterioro, mientras que, la neuroplasticidad es fundamental porque contribuye al aprendizaje a lo largo de toda la vida y, a la adquisición y refuerzo de competencias que permiten a esta población tener una vida independiente y de calidad.

Para la consecución de los objetivos se revisaron investigaciones a nivel macro, meso y micro, en las cuales se evidenció la implementación de talleres y clubes de lectura en asilos y hospitales para ayudar a los adultos mayores a conservar sus funciones cognitivas y, estimular su neuroplasticidad, a través de la propuesta de la lectura en voz alta y dialógica de textos tales como: cuentos, leyendas, poemas, crónicas y novelas, para su posterior discusión y realización de juegos de mesa, creación y narración de historias similares, comparación con sus experiencias y, otras actividades enfocadas a promover la memoria, expresión, atención, velocidad de procesamiento de la información y concentración, estudios que obtuvieron evidencias de mejora en cada una de estas competencias.

La investigación se desarrolló a través del enfoque cualitativo, porque se exploraron y describieron dos categorías: las emociones y acciones a través de la lectura, igualmente, se empleó el método fenomenológico, el cual permitió comprender y detallar las experiencias y sentimientos de los participantes desde su perspectiva al interactuar con las historias escuchadas, el diseño es no experimental, porque se observó a los participantes de la población en su contexto natural, sin la manipulación intencional de variables, el tipo de investigación por el nivel de alcance es descriptiva, puesto que, se detallaron y caracterizaron las diferentes estrategias y procesos de lectura, así como las funciones cognitivas que engloba la neuroplasticidad en los adultos mayores, igualmente, por el lugar corresponde a una investigación de campo, puesto que, se acudió al lugar de los hechos para interactuar con los participantes y recopilar la información, es bibliográfica porque se llevó a cabo la revisión de documentos para el desarrollo del estado de arte y fundamentación teórica, documental porque se seleccionó y organizó la información recopilada para su análisis y comparación, y por el tiempo es transversal, de tal manera que, existió un tiempo definido

para la recolección de datos, proceso en el cual se utilizaron las técnicas de la observación participante y la entrevista, y, como instrumentos se empleó un diario de campo, guía de observación y la guía de entrevista. Los seis adultos mayores que participaron en la investigación, fueron seleccionados a partir de un muestreo no probabilístico intencional.

Los resultados principales que se obtuvieron, fueron los siguientes: los adultos mayores lograron recordar y retener mayor información, mantuvieron la atención en las actividades durante un tiempo prolongado sin distraerse, reflexionaron y compararon hechos de la historia con experiencias de su vida, expresaron sus emociones e ideas de una forma más clara y coherente y, reflejaron mayor confianza para interactuar y compartir con sus compañeros, de tal manera que, su impacto en el ámbito social y educativo se fundamenta en que la lectura promueve el estímulo de las funciones cognitivas que forman parte de la neuroplasticidad, lo cual fomenta la independencia y una vida de calidad durante esta etapa.

La investigación se desarrolló en cinco capítulos, los cuales se dividen en la siguiente manera:

En el capítulo I correspondiente a la Introducción se presenta investigaciones anteriores relacionadas a la lectura y la neuroplasticidad, y el planteamiento del problema, en el cual se identifica el objeto de estudio y la manera en que se lo aborda a partir de tres niveles: macro, meso y micro. Igualmente, se delimita la formulación del problema y preguntas de investigación acordes a cada objetivo y, la justificación, en la cual se manifiesta la importancia de las variables, actualidad, originalidad, impacto trascendental, valor teórico y factibilidad.

El capítulo II relacionado al Marco teórico, se da a conocer los aportes e ideas de diferentes autores sobre la lectura y la neuroplasticidad, como, sus definiciones, características, beneficios, para ello, se realizó una búsqueda exhaustiva de varias fuentes de información en artículos científicos y libros especializados en el tema, además, se incluyen opiniones, reflexiones y la postura crítica de la autora contrastadas con los autores revisados.

El capítulo III Metodología menciona el enfoque que adoptó la investigación, el cual fue cualitativo, el diseño no experimental y los tipos de investigación por su nivel o alcance, objetivo, tiempo y lugar, así mismo, se plantean las técnicas e instrumentos empleados para la recolección y análisis de datos como la observación no participante, en la cual se utilizó el diario de campo y la guía de observación para registrar las emociones y acciones de los participantes, y en la entrevista se aplicó una guía de preguntas, igualmente, se define la población y muestra que la conforman seis adultos mayores del centro geriátrico Padre Saturnino López.

El capítulo IV Resultados y Discusión se analiza la información recopilada para lo cual se utilizó la triangulación de métodos, proceso que consiste en contrastar la fundamentación teórica de los autores, la interpretación de la autora a través del diario de campo y guía de observación y lo expresado por los sujetos de la investigación mediante las entrevistas. Se analizaron cuatro categorías correspondientes a la memoria, atención, razonamiento y lenguaje.

Finalmente, en el capítulo V Conclusiones y Recomendaciones se sintetizan los principales resultados y hallazgos obtenidos en la investigación, los cuales responden a los objetivos planteados y, a partir de las conclusiones se establecen sugerencias orientadas a emplear estrategias lectoras para la estimulación de la neuroplasticidad en adultos mayores.

1.1 Antecedentes

En el campo de la neuroplasticidad, numerosos países han ejecutado investigaciones para promover la estimulación cognitiva en adultos mayores a partir de la lectura, de este modo, en la Universidad Veracruzana de la ciudad de Xalapa, México, Herros y Jarvio (2022) plantearon en su artículo “Fomento de lectura y escritura en adultos mayores” como objetivo principal estimular las competencias cognitivas de los adultos mayores a través de la lectura en voz alta y discusión en grupo de las historias escuchadas, de tal manera que, emplearon la metodología investigación-acción, por lo tanto, se diseñó una intervención denominada “Cuentos contigo”, en la cual participaron tres hombres y nueve mujeres entre 55 y 97 años, se aplicaron diferentes actividades tales como: la lectura en voz alta, dialógica y la estimulación cognitiva; en las sesiones se utilizaron textos enfocados a crónicas cotidianas con temas relacionados al amor, la niñez, los sueños, historias con moralejas, para promover que los participantes narren sus experiencias y, de esta forma ejercitar su memoria, después, se realizaron actividades para desarrollar la expresión verbal, razonamiento y atención siendo la más destacada “Las narraciones y sus formatos” la cual consistió en crear una narración parecida al libro de Bestiario de Juan José Arreola, pero, con un animal otorgado a partir de una rifa, se obtuvo como principal resultado el progreso en el funcionamiento de habilidades como la memoria, concentración, análisis, comunicación, expresión de ideas y trabajo en equipo, incluso lograron relacionar las historias con su vida personal, y cometieron menos errores en la realización de juegos de mesa, y ejercicios de conectar palabras, sopas de letras, descubrir palabras escondidas y crear historias similares a las leídas, se concluyó que la lectura es una herramienta útil que fomenta el aprendizaje en los adultos mayores permitiéndoles poner en práctica funciones cognitivas que los ayudan a mantenerse activos.

Este programa combinó la lectura en voz alta con actividades complementarias como: sopas de letras, crucigramas y discusiones reflexivas para la estimulación de las funciones cognitivas, lo cual permitió que los adultos mayores compartieran sus experiencias personales y se involucraran de manera activa en el proceso, entonces, la lectura en voz alta contribuye a que este grupo conecte con sus recuerdos, compartan, relacionen y discutan sus experiencias, y de esta forma, se fortalece su autoconfianza, autoestima y cognición.

En Arequipa, Perú, en la Universidad de San Pablo, Añari et al. (2013) desarrollaron su artículo “Niveles de lectura como medida de reserva cognitiva en adultos mayores” con el objetivo principal de analizar el nivel de lectura como predictor del rendimiento en diferentes competencias cognitivas y medidor de la reserva cognitiva, la metodología se basó en un enfoque cuantitativo, puesto que, se aplicaron diferentes tests para evaluar y comparar las funciones cognitivas como: la memoria, abstracción, lenguaje, y velocidad de procesamiento de 87 adultos mayores sanos, sin antecedentes de enfermedades psiquiátricas y neurológicas y, se estableció como indicador al nivel de lectura de los participantes, se obtuvo como resultado principal que los adultos mayores con un nivel de lectura alto, alcanzaron altas puntuaciones en las actividades de atención y memoria de trabajo y se demostró que tienen mayores posibilidades para que su cerebro actúe, y de esta manera compensar las pérdidas de las funciones cognitivas asociadas a la edad y, sean capaces de llevar una vida sana igual que individuos más jóvenes. Por lo tanto, se concluyó que, la

lectura influye en la capacidad del cerebro para compensar daños causados por la edad de tal manera que, disminuye el riesgo de padecer demencia y previene el deterioro cognitivo.

Los hallazgos de estudio son fundamentales para la presente investigación porque demuestran que la lectura promueve el refuerzo y desarrollo de funciones como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, por lo tanto, es importante fomentar un hábito de lectura en los adultos mayores para que su cerebro sea capaz de compensar el deterioro cognitivo relacionado al envejecimiento e inactividad que surge en esta etapa.

En la Universidad de Yale, Estados Unidos, Levy (2018) presentó una investigación denominada “Un capítulo al día: la relación entre la lectura de libros y la longevidad” cuyo objetivo principal fue analizar la relación entre la lectura y la longevidad en adultos mayores, fue un estudio de tipo correlacional y longitudinal en el cual se analizaron durante 12 años, numerosos datos de 3635 adultos mayores de diferente nivel socioeconómico y educativo, se obtuvo como principal resultado que, los adultos mayores con hábitos de lectura tenían una ventaja de dos años más de vida que aquellos quienes no leían de forma frecuente, y evidenciaron menos dificultades en su memoria, concentración, velocidad de procesamiento de la información y lenguaje, por lo tanto, se concluyó que, la lectura de libros brinda la posibilidad de tener una vida más longeva, porque, este proceso implica la ejecución de varios procesos mentales que contribuyen a un envejecimiento sano y al desarrollo de la inteligencia emocional en esta etapa.

Esta investigación refuerza la importancia de promover hábitos de lectura en esta población, para tener una mayor esperanza de vida de calidad, y destaca que los libros como cuentos y novelas contribuyen a activar y conservar las funciones cognitivas en mayor medida que la lectura de revistas y periódicos. Por lo tanto, sus hallazgos son útiles para la correcta selección del material como cuentos, leyendas y novelas que deben utilizarse en los procesos de lectura o planificaciones didácticas, puesto que, estos potencian la cognición en los adultos mayores.

A nivel nacional, en la ciudad de Quito, Cevallos (2022) desarrolló la investigación “Estimulación cognitiva como medio terapéutico para mantener las funciones ejecutivas de los adultos mayores” con el objetivo principal de determinar la eficacia de la estimulación cognitiva para ralentizar los cambios cognitivos que surgen en el envejecimiento, la autora empleó una metodología de tipo bibliográfica documental, en la cual revisó y analizó la información de 36 revistas neuro-psiquiátricas y geriátricas, estas incluyeron diferentes programas de estimulación cognitiva con actividades tales como talleres de lectura, escritura y oratoria, y obtuvo como resultado principal que, la estimulación cognitiva incrementa la funcionalidad de las áreas del cerebro en el adulto mayor lo cual contribuye a su autonomía para ejecutar actividades cotidianas y, mejora su capacidad para recordar información por períodos de tiempo más largos, procesar información de manera más ágil y expresarse con mayor fluidez, por lo tanto, llegó a la conclusión de que los programas de estimulación cognitiva con actividades como la lectura y escritura enlentecen el deterioro cognitivo y la aparición de enfermedades neurodegenerativas.

Igualmente, en Manabí, Arteaga et al. (2024) publicaron un artículo denominado “Incidencia de la biblioterapia en el estado emocional del adulto mayor” con el objetivo

de implementar talleres de biblioterapia para mejorar el estado de ánimo en adultos mayores de la Fundación Social Cristo Rey, para lo cual llevaron a cabo un estudio de tipo descriptivo con un enfoque mixto, la muestra estuvo integrada por 30 participantes y para la recolección de datos de utilizaron fichas de observación encuestas y entrevistas, se ejecutaron dos sesiones de biblioterapia por cada semana, las cuales incluyeron la lectura grupal de textos literarios como cuentos, leyendas tradicionales de la provincia y poemas, y se complementó con actividades como crucigramas, sopas de letras y ejercicios cognitivos, al finalizar los talleres se obtuvo como resultado principal que, los adultos mayores reflejaron una reducción en los niveles de estrés, ansiedad y depresión y su satisfacción personal y autoestima incrementaron, lo cual contribuyó al fortalecimiento de competencias cognitivas como la memoria, atención, reflexión y expresión de ideas, por lo tanto, llegaron a la conclusión de que la lectura mejora el estado emocional y cognitivo de los adultos mayores, y reduce el aislamiento social.

A partir de estos aportes, la presente investigación explica la importancia de la lectura en los procesos de neuroplasticidad, puesto que, permite el fortalecimiento y la reactivación de procesos mentales en los adultos mayores, para que sean capaces de pensar y decidir por sí mismos y, de esta forma, disminuir su dependencia hacia sus cuidadores y familiares, además, se busca evidenciar la capacidad que tiene el cerebro para aprender y reorganizar sus funciones cognitivas a cualquier edad, sin embargo, es necesario su estimulación mediante experiencias positivas y desafiantes, por esta razón, se trabajó con adultos mayores con deterioro cognitivo leve, a través de procesos y estrategias de lectura basados en los principios de la andragogía, para ayudar a enlentecer su deterioro cognitivo y, lograr su autorrealización, superación y transformación personal. Entonces, esta investigación aporta en la educación al enfatizar la importancia de la lectura para el funcionamiento adecuado y la salud del cerebro, lo cual permite la generación de aprendizajes y el desarrollo de funciones cognitivas superiores en todas las etapas de la vida.

1.2. Planteamiento del Problema

En las últimas décadas la neuroplasticidad se ha convertido en objeto de interés, puesto que, este proceso es de gran importancia para acceder a una vida de calidad por lo tanto, varios países han diseñado alternativas para su estimulación a partir de la lectura, de tal manera que, en Madrid, España, como parte de un proyecto enfocado a promover un envejecimiento activo, se emprendieron clubes de lectura en residencias de adultos mayores en los cuales, se aplicaban juegos de mesa relacionados a los textos leídos o escuchados; y durante las reuniones, se utilizó la técnica de recuperación espaciada, para que los adultos mayores mejoren su memoria, después de tres semanas reflejó que la cantidad de respuestas incorrectas hacia las preguntas formuladas disminuyera y presentaban una mayor capacidad de retener información nueva.

En la ciudad de Chiapas, México se realizaron talleres de lectura con una duración de una hora, en una estancia gerontológica del municipio de Tuxtla Gutiérrez, en los cuales se ejecutó la lectura en grupo de cuentos y novelas, tales como: El Principito, El gigante egoísta, La tregua, La zarpa, Oídos en el rincón y el Cuento Africano, después, a partir del

empleo de la técnica de grupo de discusión, los adultos mayores entre 55 y 88 años, eran motivados a expresar su opinión sobre los textos, además, las preguntas planteadas conducían hacia la reflexión, puesto que, conectaban la lectura con hechos de la vida. Al finalizar estos talleres, los resultados reflejaron que la capacidad de comunicación y la agilidad para recordar detalles, características de personajes y la trama de la lectura, mejoró de forma notable, porque los adultos mayores lograron contestar a las preguntas sin equivocarse, relacionaban fragmentos con situaciones de su vida y las comparaban con la de sus compañeros.

Por otra parte, en Medellín, Colombia se llevó a cabo el programa “Lectura Saludable” dirigido a personas de la tercera edad, hospitalizadas en la Clínica Universitaria de León, entre las actividades empleadas, destaca la lectura de textos en voz alta, de acuerdo a los gustos e intereses de los pacientes con problemas visuales y auditivos. Las lecturas se realizaban dos veces a la semana e incluyeron cuentos, novelas cortas, poemas, artículos de salud y temas actuales, cada una de estas sesiones se caracterizaban en que el lector, lograba transmitir las emociones y sentimientos de los textos a los adultos mayores, a través de la entonación correcta de la voz y la adecuada pronunciación, después, los pacientes realizaban crucigramas, sopas de letras, contestaban preguntas en relación a la lectura, interpretaban y reflexionaban las acciones de los personajes, comparándolas con experiencias de sus vidas. Al finalizar el programa, los adultos mayores reflejaron mejoría en su capacidad de memoria y en la comunicación con sus compañeros, lo cual, a su vez, contribuyó en su estado de ánimo y, su participación en las últimas sesiones de lectura, era más activa con la narración de historias personales y la formulación de preguntas.

En el contexto nacional, existen leyes que protegen los derechos de los adultos mayores tal y como se plantea a continuación:

Las personas adultas mayores, tendrán el derecho a acceder a los recursos y oportunidades laborales, económicas, políticas, educativas, culturales, espirituales, recreativas y a desarrollar sus habilidades, competencias y potencialidades, para alcanzar su desarrollo personal y comunitario permitiéndole fomentar su autonomía personal. (Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores, 2019, Artículo 17)

Sin embargo, a nivel micro se evidencia la falta de estimulación cognitiva en los adultos mayores como en el caso del centro geriátrico “Padre Saturnino López Novoa” ubicado en el cantón Penipe, provincia de Chimborazo, el cual alberga a un total de 60 adultos mayores quienes por su edad, inactividad y aislamiento han perdido sus habilidades cognitivas, lo cual se evidencia en primer lugar en sus dificultades para recordar información como sus datos personales que incluyen rutinas diarias en el centro, nombres de familiares, amigos y lugares de su ciudad natal.

Igualmente, presentaron problemas para mantener la atención durante el diálogo y responder las preguntas formuladas por la investigadora, puesto que, se distraían de manera fácil.

Por otra parte, mencionaron que se sienten frustrados y tristes porque en el centro geriátrico realizan actividades monótonas como colorear y completar sopas de letras y, no interactúan entre ellos con frecuencia puesto que, tienen dificultades para expresar sus ideas, opiniones y sentimientos con claridad y de una manera organizada y, porque no tienen un tema de conversación, lo cual limita su interacción social.

Po lo tanto, se decidió elaborar planificaciones didácticas con las diferentes etapas de lectura para la estimulación de las funciones de memoria, atención, razonamiento y lenguaje que son parte de la neuroplasticidad.

1.2.1. Formulación del problema

¿Por qué la lectura es importante en los procesos de neuroplasticidad en los adultos mayores?

1.2.2. Preguntas de investigación

- ¿Cómo se manifiestan las funciones cognitivas en adultos mayores a partir de su interacción con la lectura?
- ¿Cuáles son los procesos y estrategias lectoras que favorecen la estimulación cognitiva?
- ¿Cómo las planificaciones didácticas con las diferentes etapas de lectura ayudan a la estimulación de la memoria, atención, razonamiento y lenguaje?

1.3. Justificación

La investigación surgió a partir del interés de la investigadora por la neuroplasticidad y el envejecimiento activo, puesto que, en esta etapa se producen cambios a nivel cognitivo, los cuales se caracterizan por la disminución de la memoria, atención, lenguaje y razonamiento, y, pueden surgir enfermedades que limitan la autonomía de los adultos mayores para la realización de sus actividades cotidianas, lo cual impacta de forma negativa en su calidad de vida, de tal manera que, los adultos mayores forman parte de un grupo vulnerable, por lo tanto, es necesario la implementación de estrategias que les permitan mantener su cerebro activo, de este modo, se realizaron visitas al centro geriátrico Padre Saturnino López y, se notó la ausencia de acciones para estimular las funciones cognitivas, al contrario, se caracterizaban por ser monótonas y repetitivas.

La importancia de las variables radica en que la lectura activa diferentes áreas del cerebro, porque es un proceso que implica el reconocimiento, decodificación y el aprendizaje de nueva información, constituye una de las mejores y más factibles alternativas para el desarrollo de la neuroplasticidad, e incluso, estudios recientes evidenciaron que aporta a la prevención y retraso del deterioro cognitivo leve y demencia, entonces, es importante, llevar a cabo estrategias de lectura que contribuyan al desarrollo de competencias cognitivas en las personas de la tercer edad, tomando en cuenta sus necesidades e intereses, y de esta forma, puedan disfrutar de esta etapa y enfrentar de una forma positiva sus cambios, mientras que, la neuroplasticidad es crucial para construir y fortalecer conexiones neuronales, lo cual permite a los adultos mayores desarrollar habilidades y aprender nueva información, que los ayude a sentirse importantes e independientes en la sociedad.

Por otra parte, la investigación es actual porque aborda un problema de gran importancia en la sociedad, puesto que, en las casas hogares y centros geriátricos se priorizan los cuidados físicos de los adultos mayores sobre la estimulación cognitiva, la cual es crucial para mantener el cerebro activo y funcional y, es original porque aborda estrategias y procesos de lectura adaptadas al contexto, intereses y necesidades de los adultos mayores que participaron en la investigación, además, no es una réplica de estudios anteriores y los resultados son únicos.

El valor teórico y utilidad metodológica de la investigación se fundamenta en su contribución al conocimiento sobre el empleo de la lectura para la estimulación de la neuroplasticidad, en específico de competencias cognitivas como la memoria, atención, lenguaje y razonamiento, además, estos hallazgos pueden inspirar a futuras investigaciones que busquen explorar nuevas alternativas para que los adultos mayores disfruten de un envejecimiento saludable y activo.

Es factible, porque el centro geriátrico brindó la apertura para la recolección de datos, igualmente, existen varios estudios realizados en los últimos años y publicados en libros, revistas e internet, por lo tanto, fue posible encontrar información bibliográfica útil para el desarrollo de la fundamentación teórica y, es viable porque la investigadora contó con los recursos y tiempo para llevar a cabo la investigación.

Los seis adultos mayores participantes fueron los beneficiarios directos, puesto que, se mantuvieron activos y utilizaron sus funciones cognitivas a través de la lectura, lo cual,

les permitió sentirse entusiasmados y alegres, compartir e interactuar con los demás, expresar emociones y recordar experiencias, mientras que, los beneficiarios indirectos fueron los psicólogos del centro geriátrico, porque, tuvieron la posibilidad de acceder a diferentes estrategias que podrán emplear para continuar con el desarrollo de la neuroplasticidad en los adultos mayores.

La trascendencia e impacto en el ámbito social y educativo de la investigación radica en que proporciona a los adultos mayores la oportunidad de acceder a una vida de calidad, y la posibilidad de participar de manera activa en su comunidad, lo cual previene la marginación, puesto que, la lectura constituye una alternativa valiosa para combatir el aislamiento social y la inactividad durante la vejez, de tal manera que, los adultos mayores serán capaces de desempeñar diferentes funciones en la vida cotidiana, además, se promueve la idea de que la educación y el aprendizaje no tienen límite de edad, por lo tanto, esta población puede desarrollar y fortalecer habilidades fundamentales para su bienestar cognitivo y emocional, e igualmente, estas estrategias y procesos de lectura abren el camino para que programas educativos y sociales tomen en cuenta la importancia de la lectura en la neuroplasticidad durante esta etapa.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Explicar la importancia de la lectura en los procesos de neuroplasticidad en adultos mayores de 72-93 años con deterioro cognitivo leve del Hogar Padre Saturnino López Novoa del cantón Penipe, provincia de Chimborazo.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Describir las funciones cognitivas de los adultos mayores a partir de su interacción con la lectura.
- Analizar los procesos y estrategias lectoras que favorecen la estimulación cognitiva.
- Elaborar planificaciones didácticas con las diferentes etapas de lectura para la estimulación de la memoria, atención, razonamiento y lenguaje.

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Estado del Arte

La lectura es una actividad cuyo fin no se limita solo a la adquisición de conocimientos, sino contribuye a la conservación y fortalecimiento de funciones cognitivas tales como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, por lo tanto, es una práctica que estimula la neuroplasticidad, la cual permite el aprendizaje y desarrollo de habilidades a lo largo de toda la vida, y es fundamental para que las personas tengan acceso a una vida de calidad, autónoma e independiente como en el caso de los adultos mayores.

Hace décadas se creyó de manera errónea que durante el envejecimiento las funciones cognitivas disminuían de forma irreversible, sin embargo, numerosas investigaciones han demostrado que el cerebro del adulto mayor es capaz de crear nuevas conexiones entre neuronas y adaptarse en función de estímulos externos como la lectura, para enlentecer el deterioro cognitivo y la aparición de enfermedades neurodegenerativas.

Por lo tanto, a través de la lectura es posible estimular los procesos de neuroplasticidad, de una manera más específica en la memoria la lectura promueve la recuperación de información, puesto que, a través de las historias los adultos mayores recuerdan experiencias pasadas; en la atención permite que esta población procese información de una manera más rápida sin distracciones y, mejora su capacidad de concentración; en el lenguaje facilita la expresión de emociones, ideas y pensamientos y, fomenta la interacción social lo cual disminuye el aislamiento y, finalmente en el razonamiento desempeña un papel importante al estimular procesos como la reflexión, análisis de la información, interpretación, la formulación de juicios críticos y la solución de problemas. De tal manera que, es fundamental promover hábitos de lectura en los adultos mayores para que enfrenten esta etapa de una manera más positiva y alcancen su autorrealización.

2.2. Fundamentación teórica

2.2.1. La lectura

Proceso en el cual existe la interacción entre el lector y el texto, quien, al decodificar los signos lingüísticos, procesar la información y analizarla, será capaz de crear significados, de tal manera que, conforme el lector avanza en la lectura, este le da sentido a partir de sus conocimientos previos, experiencias y emociones. La lectura permite a las personas conocer, comprender el mundo que los rodea, analizar, sintetizar, construir juicios, criticar, elaborar argumentos, por lo tanto, es un medio fundamental para aprender, además, leer, implica ejecutar diversas funciones cognitivas (Maina & Papalini, 2021).

Además, la lectura constituye una práctica cognitiva y sociocultural que permite a las personas acceder al conocimiento en diversos ámbitos, este proceso involucra competencias como el análisis de información que conlleva a la comprensión del texto, la

síntesis, al reconocer las ideas principales y expresarlas con otras palabras sin perder el significado que otorgó el autor; y la capacidad de elaborar posturas críticas y reflexiones, entonces, leer es una manera de comprender y construir una percepción de la realidad (Maina & Papalini, 2021).

Con base en lo citado, el lector desempeña un papel activo durante este proceso, puesto que, interactúa con el texto al decodificar los signos lingüísticos, procesar, analizar la información y crear nuevos significados a partir de sus conocimientos previos, emociones y experiencias, además, conecta a las personas con diversas realidades lo cual les permite reflexionar, aprender y cuestionar su visión del mundo, por lo tanto, constituye una práctica fundamental para el desarrollo cognitivo al activar y fortalecer competencias y procesos mentales tales como: el análisis, síntesis, reflexión, memoria, atención y lenguaje y promueve la interacción y comunicación.

2.2.2. Lectura recreativa

Constituye una práctica, la cual tiene como propósito leer para disfrutar, de tal manera que, no apunta a fines educativos, porque, se la realiza en la vida cotidiana, e incluye una amplia variedad de textos, los cuales son considerados como una fuente de entretenimiento y satisfacción para el lector, este proceso, debe ser llevado a cabo de tal forma, que logre generar experiencias positivas, y así el lector pueda concebir a los libros como un medio para compartir e intercambiar vivencias con otros (Delgado, 2022).

Promueve el desarrollo de capacidades cognitivas y lingüísticas, porque, cuando el lector interactúa con los libros, pone en juego el razonamiento, interpretación, análisis, emisión de juicios, realización de predicciones, decodificación y reconocimiento de palabras y significados, y relaciona la historia con sus conocimientos, experiencias previas y emociones (Arteaga et al., 2024).

Cabe destacar que, para promover la lectura por placer, es necesario, iniciar con textos literarios tales como: leyendas, cuentos, novelas o mitos, porque su trama comprende hechos fantásticos y misteriosos, que despiertan el interés y motivación por leer, así mismo, es importante generar actividades y presentar textos agradables para que las personas se acerquen de forma voluntaria a la lectura y encuentren en ella un espacio para revivir experiencias, sentimientos, disfrutar y mantenerse activos (Arteaga et al., 2024).

A partir de lo mencionado por los autores cabe destacar que, la lectura recreativa a diferencia de la lectura con fines académicos, se centra en la satisfacción, entretenimiento y la generación de experiencias positivas, cuando se promueve una lectura por placer, los individuos pueden recordar momentos de su infancia o juventud, y compartir con otras personas emociones y reflexiones, lo cual contribuye a generar vínculos, de tal manera que, este tipo de lectura es ideal para trabajar con los adultos mayores, puesto que, previene el aislamiento social que atraviesa esta población y permite poner en práctica varios procesos mentales.

2.2.3. La lectura y el aprendizaje

El aprendizaje es un proceso que pretende un cambio constante en el individuo, quien construye y se apropia de diferentes conocimientos, capacidades y valores a lo largo de su vida, a partir de las experiencias, la interacción con otros y el mundo que lo rodea, para crecer y modificar su forma de comportamiento dentro de la sociedad, lo cual le permite que se adapte a la aparición de nuevos problemas y acontecimientos; la lectura desempeña un papel crucial en este proceso, puesto que, permite conservar y transmitir diferentes conocimientos, hallazgos y avances de todas partes del mundo provenientes de diversas culturas, lo cual, contribuye a que el lector reconozca la realidad en la que vive y la comprenda, a su vez, explora y descubre otras opiniones y puntos de vista para así contrastarlos y construir sus propios argumentos y juicios de valor (Herros & Jarvio, 2021)

Leer implica la ejecución de procesos mentales tales como: la memoria para evocar recuerdos de experiencias anteriores y relacionarlas con el texto, la atención a detalles específicos sobre personajes, escenarios y acciones que se desenvuelven durante la trama, el análisis, interpretación, síntesis, procesamiento y comprensión de la información, de tal manera que, leer ayuda a pensar de otra forma y a autorregular su propio aprendizaje, es decir, identificar aquello que conoce y lo que le falta por saber para, así organizar y aplicar estrategias que le permitan acceder a este conocimiento. Igualmente, desarrolla el lenguaje, a través del conocimiento y la adquisición de nuevo vocabulario y significados, a su vez, mejora la capacidad para comunicar y expresar opiniones, intereses y necesidades y, aporta a la formación de la personalidad, carácter y valores (Herros & Jarvio, 2021).

Por lo tanto, la lectura cumple un papel crucial en el aprendizaje, este proceso no se limita a la adquisición de nuevos saberes sino, al desarrollo de competencias cognitivas tales como: la memoria, atención, razonamiento, capacidad para construir argumentos y juicios, lo cual es fundamental para que las personas puedan adaptarse a las diferentes situaciones y dificultades que surgen durante la etapa de la vejez de una manera positiva.

El aprendizaje a través de la lectura implica que el individuo transforme la manera en la que se percibe y enfrenta la realidad, porque, al involucrar procesos tales como el análisis, razonamiento, comunicación y reflexión, son capaces de conocer y comprender las perspectivas de otras personas, lo cual refuerza y fomenta su sentido de pertenencia, autoconfianza y, pueden sentirse más seguros de sus habilidades para solucionar problemas y de esta manera tener una vida más independiente.

2.2.4. La lectura en el adulto mayor

Los adultos mayores encuentran en la lectura un espacio para entretenerse y compartir sus saberes y experiencias con los demás, revivir emociones y recuerdos, lo cual, tiene un impacto positivo en su desarrollo cognitivo y emocional, puesto que, pone en práctica procesos mentales y reactiva aquellas funciones, las cuales, por el sedentarismo, su ritmo de vida o por enfermedades se encuentran deterioradas; al mantener sus competencias cognitivas y lingüísticas activas, será capaz de aumentar su autoestima, al sentirse más independiente y autónomo, puesto que, la estimulación de estas capacidades los ayuda a realizar actividades cotidianas por sí solos y, a participar de una forma más activa en la toma

de decisiones y en diferentes ámbitos de la sociedad (Herros & Jarvio, 2021).

La lectura permite pensar, reflexionar, cuestionar, interpretar y darle un significado al texto, es decir, implica actuar de manera activa, lo cual, conlleva a que el adulto mayor pueda transformar la forma en la que se percibe a sí mismo y acceda a una amplia información y conocimientos, que le brindan la posibilidad de dialogar, contrastar ideas y opiniones, cuestionar formas de pensar o actuar y debatir con otros (Lara et al., 2019).

Acercar a los adultos mayores hacia la lectura, también promueve su pensamiento crítico, porque, al analizar, comprender e interpretar lo que plasma el autor, podrá elaborar sus propios juicios y argumentos, y de esta forma darles sentido a las situaciones de su vida personal y en su relación con las demás personas, para enfrentar de una manera más positiva los cambios que se producen en el envejecimiento y sean capaces de decidir y adaptarse a las nuevas situaciones que surgen durante esta etapa, de tal manera que, no se enfoquen en las pérdidas de ciertas capacidades, sino potencien aquellas que han adquirido con la experiencia y puedan estimularse mediante la lectura.

2.2.5. La lectura y las emociones

La lectura de textos literarios permite que las personas exploren y descubran diferentes emociones y las comparen con las propias, además, permite a los lectores identificarse con los personajes y los hechos narrados en la historia, de tal manera que, al contrastar estas emociones con sus experiencias, les dan sentido a las situaciones de su vida y, así pueden procesarlas y enfrentarse a ellas de una manera positiva. Así mismo, la lectura compartida favorece el desarrollo de habilidades sociales, porque implica escuchar y expresar ideas y emociones con otros, lo cual contribuye al fortalecimiento de la autoestima, autoconfianza y sentido de pertenencia (González, 2022)

De acuerdo con el autor, la lectura motiva a las personas conecten las emociones, conflictos y situaciones que surgen en la historia con sus propios recuerdos y vivencias personales, por lo tanto, se convierte en una alternativa terapéutica en la cual el lector se refleja en los personajes, lo cual contribuye a abordar situaciones o conflictos desde una nueva perspectiva, por ejemplo, al conocer cómo un personaje enfrenta un problema, el adulto mayor puede reconocer nuevas formas más positivas de afrontar situaciones y cambios que surgen en esta etapa. Y el reconocerse ayuda a entender quiénes son, qué valor tienen sus experiencias, cómo se sienten, qué pueden hacer para sentirse mejor.

2.2.6. Beneficios de la lectura en la neuroplasticidad

El hábito de la lectura estimula y activa varias áreas del cerebro, lo cual proporciona beneficios cognitivos y emocionales, que se reflejan en la capacidad para desarrollar nuevas habilidades, enfrentar diferentes problemas y situaciones, tomar decisiones, cuestionar y criticar ideas impuestas por la sociedad y, resolver conflictos, de tal manera que, impulsa a las personas a ser más productivas y autónomas (Velásquez & Vallejo, 2021).

En el adulto mayor, la lectura no se limita a una fuente de conocimiento, puesto que, ayuda a enfrentar la soledad y el aislamiento, además, estimula la memoria a corto y largo plazo, en la etapa de la vejez es importante que esta población se mantenga activa, porque,

caso contrario, sus competencias cognitivas pueden deteriorarse, incluso, expertos en neurología recomiendan el empleo de la lectura como un método eficaz para enlentecer y, prevenir el declive cognitivo y enfermedades como la demencia y el Alzheimer (Velásquez & Vallejo, 2021).

Además, la lectura optimiza procesos mentales como la agilidad y velocidad en el procesamiento de la información, la organización y expresión de ideas, memoria, concentración, capacidad para resolver conflictos y la imaginación, igualmente, permite que las personas se apropien de una gran variedad de conocimientos en diferentes campos y, enriquece su vocabulario, gracias a la lectura es posible alcanzar el desarrollo personal y emocional, puesto que, esta práctica puede modificar la estructura del cerebro y reforzar las conexiones entre el hemisferio izquierdo y derecho, lo cual, favorece a las habilidades sociales como el pensamiento crítico, confianza al expresar ideas y sentimientos y, empatía (Velásquez & Vallejo, 2021)

A partir de los beneficios descritos por los autores, la lectura constituye un proceso fundamental para el desarrollo integral de las personas, garantiza el acceso a una calidad de vida, puesto que, fortalece y estimula competencias cognitivas esenciales para desenvolverse con independencia en diversos ámbitos de la sociedad, así mismo, desempeña un rol transformador para la población de adultos mayores, porque, promueve espacios de diálogo y los invita a compartir y comprender otras perspectivas, lo cual, reduce el aislamiento y el deterioro de sus capacidades, por esta razón, es importante que la lectura se la practique de manera colectiva.

Con respecto a las diferentes habilidades cognitivas que estimula la lectura, destacan la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, puesto que, durante este proceso se trabaja la capacidad para conservar y retener nueva información y utilizarla a largo plazo, ayuda a identificar los datos relevantes y enfocarse en detalles específicos mientras se ignoran distracciones, además, los adultos mayores conectan las historias leídas con sus experiencias y emociones, permitiéndoles analizar y evaluar la información para construir sus propios juicios y argumentos, también contribuye a crear y fortalecer vínculos, porque, fomenta la interacción y expresión.

2.2.7 La lectura en voz alta

La lectura en voz alta constituye una práctica social, la cual, gracias al empleo de elementos como la entonación, volumen de la voz, pronunciación de las palabras y ritmo, fortalece el desarrollo cognitivo y, permite a los oyentes conectar sus emociones y experiencias con las historias (Herros & Jarvio, 2021). A través de la articulación de palabras se activan áreas del cerebro que se encargan de procesos como el procesamiento del lenguaje, la atención, lógica, razonamiento y diferentes tipos de memoria, lo que ayuda a conservar estas funciones. Igualmente, la lectura en grupo, fomenta la comunicación e interacción, disminuye el aislamiento y aporta el bienestar emocional (Herros & Jarvio, 2021).

Además, la lectura en voz alta crea un entorno para aprender y compartir con otros, lo cual, contribuye a construir confianza entre los oyentes y de esta forma los impulsa a participar de manera activa y con entusiasmo, incluso, estudios recientes han demostrado que, a través de esta actividad social las personas son capaces de procesar y recordar

información de una manera más rápida, facilita la concentración, expresión verbal y la escucha activa (Gavilanes et al., 2022).

Con base en lo citado por los autores la lectura en voz alta se consolida como una práctica fundamental para conectar con las emociones y darle un significado al texto, tiene la capacidad de estimular varias áreas del cerebro de manera simultánea, además, beneficia a la salud emocional, porque disminuye el sentimiento de soledad en los participantes y, promueve su autoestima al sentirse escuchados y compartir con otros, lo cual crea un sentido de pertenencia, por esta razón, se convierte en una herramienta idónea para fomentar el aprendizaje y desarrollo de habilidades en grupos vulnerables como la población de adultos mayores.

2.2.8 Los clubes de lectura para adultos mayores

Los clubes de lectura para adultos mayores se enmarcan como espacios que tienen como finalidad promover el gusto y placer por leer y fomentar la interacción social, puesto que, formar parte de estas experiencias les permite compartir con otros a través del dialogo, discusión de ideas, análisis y reflexión de los textos, lo cual exige poner en práctica habilidades como la comunicación, memoria, atención y razonamiento (Álvarez & Pascual, 2024).

Sin embargo, los clubes de lectura no son únicamente espacios para disfrutar, sino, también se convierten en lugares, donde las personas pueden encontrar el significado a sus vidas, cambiar la manera en que perciben al mundo y tomar decisiones, puesto que, a través de los libros existe la posibilidad de identificarse con los personajes y situaciones de la historia (Álvarez & Pascual, 2024).

A partir de lo expresado por los autores, en los clubes de lectura, las personas pueden explorar y descubrir experiencias, emociones como el amor, la ira, esperanza, lucha, dolor, y conflictos, los cuales describen sus sentimientos y situaciones personales, lo cual les permite entenderse a sí mismos y a otros, de tal manera que, esto transforma la forma en que perciben su vida, porque, al leer y discutir con otros sobre los errores, aprendizajes y decisiones de los personajes, les puede ayudar a toma decisiones importantes y hallar un propósito para su vida.

2.2.9 Bases neurológicas de la lectura

La lectura estimula varias áreas del cerebro, como la corteza cerebral que se encarga de la percepción e interpretación de información, la corteza visual y, áreas específicas del cerebro que permiten traducir y decodificar los signos lingüísticos y palabras, para su comprensión, al igual que áreas relacionadas con las emociones (Ezpeleta, 2018).

Sin embargo, existen otras zonas más complejas que también entran en juego a la hora de leer, por ejemplo, el lóbulo frontal, que se relaciona con la ejecución de funciones superiores, asociadas a la toma de decisiones, adaptabilidad a nuevas situaciones, solución de problemas y la atención, durante la lectura, esta zona permite que el lector organice la secuencia del texto, sus personajes, escenarios y fechas, así mismo, trabaja los distintos tipos de memoria, como la prospectiva al momento de realizar predicciones y comprobarlas en el

transcurso de la lectura (Ezpeleta, 2018)

Estudios recientes evidenciaron que leer, fortalece y regenera nuevas conexiones neuronales, lo cual mantiene las funciones cognitivas, como: la memoria, concentración, razonamiento, lenguaje y atención, previniendo de esta forma, el deterioro cognitivo asociado al envejecimiento y, retarda la aparición de enfermedades como la demencia y el Alzheimer, puesto que, contribuye a conservar la reserva cognitiva, la cual es la capacidad para resistir a los cambios producidos a nivel cerebral y cognitivo, asociados a la edad o que son producto de la aparición de enfermedades, daños o lesiones en el sistema nervioso e incluso, una persona que mantiene activo su cerebro a través de la lectura, no demuestra síntomas graves en caso de poseer una enfermedad neurodegenerativa (Ezpeleta, 2018).

2.2.10. Proceso de lectura

El proceso de lectura constituye una serie de etapas y fases diseñadas para que el lector pueda procesar la información del texto, interactuar con él y, reflexionar sobre lo que ha comprendido, de tal manera que, el lector descifra lo que le trata de explicar el autor y, lo relaciona con sus experiencias y conocimientos previos para construir nuevos textos (Rodríguez et al., 2018).

Para la estimulación de las funciones cognitivas de la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, las cuales forman parte de la neuroplasticidad, se dividió este proceso en tres etapas:

Prelectura

Esta etapa ayuda al lector a conectar sus conocimientos previos con el tema de la lectura mediante preguntas para facilitar su comprensión y procesamiento de la nueva información, igualmente, es importante, conducir al lector a formular hipótesis sobre el contenido de la lectura a partir del título (Rodríguez et al., 2018).

Lectura

Corresponde a la etapa en la cual el lector interactúa de manera activa con el texto, durante esta fase se plantean interrogantes en función de los personajes, acciones y escenarios al finalizar cada párrafo, igualmente, se promueve la discusión entre los participantes, quienes relacionan sus vivencias con los hechos de la lectura y las comparten con los demás (Rodríguez et al., 2018).

Post lectura

Después de leer, el lector evalúa lo que comprendió del texto y reflexiona sobre el mismo, en esta etapa puede construir su juicio crítico y usar la información aprendida para resolver problemas (Rodríguez et al., 2018).

En esta fase se emplearon las estrategias lectoras para la estimulación cognitiva, las cuales se presentan a continuación:

Tabla 1.

Planificación de actividades para el desarrollo de la memoria

1.Datos Informativos:				
Fecha:	Geriátrico: “Padre Saturnino López Noboa”	N.º de Adultos mayores: 6	Investigadora: Gicelle Romero	Duración: 120 minutos
2.Objetivo:			Recordar información personal a partir de la lectura	
3.Logro:			-Organizar información para ser narrada	
4. Ejecución:	5. Recursos:		6. Indicadores de evaluación:	
Antes de la lectura -Diálogo con los participantes sobre hechos cotidianos a partir del planteamiento de preguntas, para determinar estados de ánimo, en base a la identificación de hechos valiosos que posee: ¿Cómo es su día? ¿Cómo se organizan? ¿Qué les gusta hacer? ¿En dónde vivían? ¿Recuerdan cómo llegar allá? ¿Qué partes relevantes tenía su barrio? ¿Qué espacios existen en el centro?	-Cuento -Tarjetas con imágenes de los personajes y escenarios -Matriz de 5x5 cuadrados -Tablero con diferentes elementos y personajes de color y forma similares -Mapa con diferentes escenarios		• Responde a las preguntas con argumentos. • Caracteriza y detalla personajes a partir del material. • Compara características de los personajes • Asigna las acciones correspondientes a cada personaje • Selecciona la posición correcta de los personajes • Busca personajes y elementos en concreto al diferenciarlos de otros similares • Elige entre distintas alternativas, para llegar a una meta en específico.	

Durante la lectura -Lectura en voz alta de la leyenda:” María Angula”, por parte de la investigadora. -Elaboración de preguntas en relación al texto, realizando pausas: • ¿Quiénes son los personajes de la historia y cuáles son sus características? • ¿En qué lugar ocurren los hechos? • ¿Por qué María Angula, preguntaba todos los días a su vecina sobre recetas, para cocinar a su esposo? • ¿Por qué Doña Mercedes decidió darle una lección a María Angula? • ¿Cuál fue el platillo que preparó María Angula y, cómo lo hizo? • ¿Por qué María Angula fue castigada y, cuál fue su trágico final? • ¿Recuerdan qué platillos preparaban sus		
--	--	--

esposas, madres o abuelas y, cómo lo hacían? -Respuestas a las preguntas, utilizando el material y con argumentos.		
Después de la lectura -Comparar y decidir si el personaje de una carta es igual al que se mostró dos veces antes. -Asignar a cada personaje sus acciones realizadas en la lectura. -Seleccionar la posición de los personajes dentro de una cuadrícula antes vista. -Buscar de forma rápida un personaje u objeto pertenecientes a la lectura, dentro de una constelación de elementos de forma, color y textura similares. -Elegir un camino entre diferentes alternativas para finalizar un recorrido. (parte de la casa de María Angula hasta el cementerio, pasando por varios lugares)		

Tabla 2.

Planificación de actividades para el desarrollo de la atención

1.Datos Informativos:				
Fecha:	Geriátrico: “Padre Saturnino López Noboa”	N.º de Adultos mayores:	Investigadora: Gicelle Romero	Duración: 120 minutos
2.Objetivo:			Mantener el enfoque en actividades específicas, ignorando las distracciones	
3.Logro:			Completar actividades de forma más rápida y con menos errores	
4. Ejecución:		5. Recursos:		6. Indicadores de evaluación:
Antes de la lectura -Diálogo con los participantes sobre hechos cotidianos a partir del planteamiento de preguntas, para determinar estados de ánimo: ¿Cómo se sienten el día de hoy? ¿En qué trabajaban? ¿Si el día de mañana encontrarán una bolsa llena de dinero, qué harían?		-Leyenda -Imagen de un reloj con los personajes -Cajas pequeñas de cartón -Tarjetas con frases y palabras -Tarjetas con flechas (arriba, abajo, derecha e izquierda) -Tablero de 15x15 cuadrados -Imágenes de los personajes y objetos de la leyenda		• Caracteriza y detalla personajes a partir del material. • Selecciona la opción correcta en función del movimiento de las manecillas del reloj. • Elige la caja en la que se encuentra la palabra presentada con anterioridad. • Mueve el personaje en dirección de las flechas indicadas. • Selecciona el personaje u elemento nuevo dentro de un grupo de cartas. • Selecciona el personaje correcto a través de las características escuchadas.
Durante la lectura -Lectura en voz alta de la leyenda:” El ambicioso y el Carbunco”, por parte de la investigadora. -Elaboración de preguntas en relación al texto, realizando pausas: • ¿Quiénes son los personajes de la historia y cuáles son sus características? • ¿En qué lugar ocurren los hechos?				

• ¿Cuál es la consecuencia de la ambición del hombre según la leyenda? • ¿Qué acciones llevan a que el carbunco premie o castigue a una persona? • ¿En el lugar donde vivían, existía algún animal al que le tuvieran miedo? -Respuestas a las preguntas, utilizando el material y con argumentos.		
Después de la lectura -Seleccionar las opciones sí o no, en el momento de que el puntero de la manecilla del reloj salta de un personaje a otro. -Elegir la caja en la que se encuentra la palabra o frase presentada, la cual fue escondida con anterioridad junto con otras palabras. -Mover el personaje dentro del casillero, en dirección a las flechas presentadas. -Seleccionar el personaje u elemento nuevo dentro de un grupo de cartas. -Seleccionar el personaje correcto en el bingo, a través de las características escuchadas.		

Tabla 3.

Planificación de actividades para el desarrollo del razonamiento

1.Datos Informativos:				
Fecha:	Geriátrico: “Padre Saturnino López Noboa”	N.º de Adultos mayores:	Investigadora: Gicelle Romero	Duración: 120 minutos
2.Objetivo:			Tomar decisiones para la resolución de problemas cotidianos	
3.Logro:			-Escoger la opción adecuada entre varias alternativas para resolver un problema.	
4. Ejecución:		5. Recursos:		6. Indicadores de evaluación:
Antes de la lectura -Diálogo con los participantes sobre hechos cotidianos a partir del planteamiento de preguntas, para determinar estados de ánimo: ¿Recuerdan algún lugar misterioso que visitaron o escucharon en su infancia o juventud?		-Leyenda -Tarjetas con números y letras del abecedario -Imágenes de personajes y elementos de la leyenda -Tablero con personajes en diferentes posiciones -Marcador -Tarjetas con palabras pintadas de diferentes colores -Jenga con imágenes y preguntas de personajes y escenarios de la leyenda.		• Caracteriza y detalla personajes a partir del material. • Escoge la imagen correcta en función de la letra o número asignado. • Encuentra el personaje diferente dentro de un grupo. • Une los personajes con una línea única. Utilizando todas las casillas del tablero. • Selecciona el objeto en función del color de la palabra presentada. • Responde preguntas con argumentos de la historia.
Durante la lectura -Lectura en voz alta de la leyenda: “El secreto de Cananvalle”, por parte de la investigadora. -Elaboración de preguntas en relación al texto, realizando pausas: • ¿Quiénes son los personajes de la historia y cuáles son sus características? • ¿En qué lugar ocurren los hechos? • ¿Cómo es la montaña de Cananvalle?				

• ¿Por qué la montaña abrió su puerta al protagonista? • ¿Cuáles son las razones que llevaron al protagonista a tomar la decisión de no quedarse en la montaña para siempre? -Respuestas a las preguntas, utilizando el material y con argumentos.		
Después de la lectura -Escoger la imagen correspondiente dentro de un conjunto, en relación a la letra o número asignado. - Encontrar el personaje diferente de los demás conjuntos de personajes. -Unir los personajes con una línea, utilizando todas las casillas de la cuadrícula. -Seleccionar el objeto de la lectura en función del color de la palabra que aparece en la parte superior. -Responder las preguntas relacionadas a personajes y escenarios encontrados en las piezas del jenga.		

Tabla 4.

Planificación de actividades para el desarrollo del lenguaje

1.Datos Informativos:				
Fecha:	Geriátrico: “Padre Saturnino López Noboa”	N.º de Adultos mayores:	Investigadora: Gicelle Romero	Duración: 120 minutos
2.Objetivo:			Comunicar ideas, opiniones, emociones y necesidades a las demás personas de su entorno	
3.Logro de aprendizaje:			-Expresar ideas y emociones a través de gestos y palabras	
4. Ejecución:		5. Recursos:		6. Indicadores de evaluación:
Antes de la lectura -Diálogo con los participantes sobre hechos cotidianos a partir del planteamiento de preguntas, para determinar estados de ánimo: ¿Recuerdas algún lugar que te haya sorprendido o gustado mucho? ¿Cómo piensas que fue construido?		-Leyenda -Tarjetas con letras del abecedario -Hojas con espacios para las palabras -Marcador -Juego de mesa “Cortex Challenge”		• Selecciona las letras necesarias, para formar nombres y frases. • Forma palabras a partir de letras desordenadas en ejes. • Completa los desafíos relacionados a la historia a partir de un juego de mesa. • Formula preguntas • Intercambia opiniones • Escucha a sus compañeros • Utiliza gestos y movimientos corporales para expresarse • Narra sucesos reales y de experiencia
Durante la lectura -Lectura en voz alta de la leyenda: “Cantuña”, por parte de la investigadora. -Elaboración de preguntas en relación al texto, realizando pausas: • ¿Quiénes son los personajes de la historia y cuáles son sus características? • ¿En qué lugar ocurren los hechos?				

• ¿Por qué Cantuña hizo un pacto con el diablo? • ¿Cuál fue la condición que le puso Cantuña al diablo en su pacto? • ¿Cómo engañó Cantuña al diablo? • ¿Qué pasó con Cantuña después de engañar al diablo? -Respuestas a las preguntas, utilizando el material y con argumentos. -Realización de onomatopeyas de frases y elementos pertenecientes a la lectura.		
Después de la lectura -Seleccionar las letras necesarias que se encuentran entre las mostradas a la derecha e izquierda, para formar los nombres o frases de los personajes en el centro. -Formar palabras relacionadas a los personajes y escenarios a partir de las letras que aparecen en ejes. -Completar los desafíos relacionados a la historia a partir de un juego de mesa.		

2.2.11. Estrategia lectora

Las estrategias lectoras son acciones específicas que el lector aplica de manera consciente e intencional durante las tres etapas que constituye este proceso, para interactuar de manera eficiente con los textos, lo cual implica interpretar, comprender y construir nuevos textos a partir de sus conocimientos y experiencias previas, permitiéndole poner en práctica competencias como el análisis, síntesis, comprensión, elaboración de hipótesis y juicios valorativos, relación de la información con la vida cotidiana para su aplicación en contextos prácticos y reflexión (Alcinda et al., 2022).

Con base a lo citado, la importancia de las estrategias lectoras radica en que promueven la participación activa del lector, quien se involucra en el texto al analizar, reflexionar, criticar, cuestionar y asociar el contenido con su vida personal, este proceso es fundamental para almacenar nueva información y, desarrollar competencias cognitivas superiores, además, ayudan a que el lector sea capaz de regular su propio proceso de lectura y aprendizaje, al identificar y aplicar estas acciones o actividades para organizar, retener, comprender y aplicar la información.

2.2.12. Principios de andragogía para la adaptación de estrategias lectoras

Para la elaboración de los procesos de lectura y adaptación de las estrategias se consideraron los principios de la andragogía puesto que, es la disciplina que se encarga de los procesos de enseñanza-aprendizaje, métodos, estrategias y técnicas destinadas a generar aprendizajes y habilidades en los adultos mayores, a partir de la guía de un facilitador (Sánchez, 2015).

No se limita en el aprendizaje de nuevos conocimientos, sino que se enfoca en el desarrollo de habilidades y actitudes que permitan al adulto mayor alcanzar su autorrealización, así como del contexto que lo rodea (Sánchez, 2015).

La andragogía proporciona los principios adecuados para la planificación y ejecución de procesos adecuados para promover la educación en adultos mayores considerando las características y necesidades propias de esta población (Sánchez, 2015).

2.2.12.1 Principio de horizontalidad

Este principio destaca la importancia de un vínculo igual entre el educador y educando, de tal manera que, en la educación para adultos mayores el docente se convierte en un facilitador que respeta y valora las experiencias y conocimientos de los aprendices, y no desempeña un papel autoritario, por lo tanto, existe el diálogo mutuo (Knowles, 1990).

2.2.12.2 Principio de participación

Los adultos mayores cumplen un rol activo en su aprendizaje, por lo tanto, se involucran en la planificación, ejecución y revisión de los temas y contenidos, esto, les permite encontrar un significado a lo que van a aprender y de qué manera ese conocimiento los beneficiará, lo cual facilitará la asimilación de información y su posterior aplicación en la vida cotidiana (Knowles, 1990).

2.2.12.3 Principio de experiencia previa

Los adultos mayores poseen una gran riqueza de experiencias y conocimientos acumulados,

los cuales son importantes para asimilar, interpretar y almacenar la nueva información, puesto que, durante este proceso vinculan lo que ya saben con lo que van a aprender, esto genera un aprendizaje más duradero, igualmente, se fortalece su autoestima al sentirse escuchados y valorados, permitiéndoles sentirse capaces de desarrollar nuevas habilidades (Knowles, 1990).

2.2.12.4 Principio de autonomía

El facilitador debe fomentar en los adultos mayores la capacidad de tomar decisiones sobre qué, cómo y cuándo aprender, brindándole las estrategias necesarias para regular su propio aprendizaje.

De acuerdo a lo citado, estos principios son importantes para el diseño y ejecución de programas educativos de calidad dirigidos a los adultos mayores, puesto que, toma en cuenta sus conocimientos, experiencias, características individuales y necesidades, lo cual no contribuye solo a la adquisición de nuevos conocimientos, sino, a su transformación personal mediante el desarrollo de su autonomía y habilidades como la reflexión, análisis, toma de decisiones y resolución de problemas, además, es necesario valorar lo que el educando ya conoce para promover un aprendizaje colaborativo y, sea capaz de transferir las nuevas ideas a su vida cotidiana, permitiéndole sentirse más empoderado y con una mayor autoestima para enfrentar los cambios en esta etapa.

2.2.13 Estrategias lectoras para la estimulación de la neuroplasticidad

Las estrategias empleadas en los procesos de lectura, fueron adaptadas de las aplicaciones Lumosity y NeuroNation, enfocadas en la estimulación cognitiva, incluyen varias actividades interactivas que pretenden estimular procesos mentales como la memoria, concentración, atención, lenguaje, lógica, solución de problemas y velocidad de procesamiento, dirigido a estudiantes, jóvenes y adultos mayores.

Ambas plataformas se fundamentan en la neurociencia, puesto que, son expertos en el campo quienes elaboraron las actividades, incluso, se llevaron a cabo estudios experimentales para su aplicación.

2.2.13.1 Estrategias lectoras para la estimulación de la memoria

2.2.13.1.1. Memoflujo

Esta actividad consiste en presentar de manera continua nuevas imágenes de los personajes de la lectura, para que, el adulto mayor compare y decida si ha visto esa carta en una serie de imágenes anteriores, es decir, debe reconocer si el personaje se repite o no (NeuroNation, 2020).

La estrategia de Memoflujo contribuye a conservar y manipular nueva información de manera temporal y, adaptarse a esta mientras ejecutan una actividad en específico, este proceso mental permite solucionar tareas complejas y fortalece la memoria a largo plazo (NeuroNation, 2020).

2.2.13.1.2. Memonoria

En esta actividad los adultos mayores deben memorizar la posición de cada personaje dentro de un tablero dividido en numerosas cuadrículas y, mantenerse atentos a los cambios en sus movimientos para, escoger el casillero correcto en el que se encuentran (NeuroNation, 2020).

Esta actividad estimula la capacidad para recordar ubicaciones y patrones, y activa la habilidad para priorizar estímulos relevantes, estos procesos son importantes para que, el adulto mayor pueda orientarse en su entorno de manera independiente (NeuroNation, 2020).

2.2.13.1.3 Personaje en acción

En una ficha de trabajo se presentan las imágenes y nombres de los personajes, y en un recuadro diferentes escenas con acciones, el adulto mayor asignará las acciones que desempeñó cada personaje de la historia, a través de líneas (Lumosity, 2020).

Esta actividad integra a la memoria, atención, razonamiento y la interpretación de la información, puesto que, implica recordar e identificar las acciones de los personajes dentro de varias opciones, lo cual estimula la capacidad para enfocarse en detalles específicos y construir conexiones entre elementos y datos de la historia, lo cual, es fundamental para razonar, recuperar información y tomar decisiones (Lumosity, 2020).

2.2.13.1.4 Camino hacia la meta

Se elabora un mapa con los diferentes escenarios y lugares de la historia, y se marca un punto de partida y uno de llegada, además, deben existir diferentes caminos sin salida y, otros que se dirijan a la meta, el objetivo se centra en que el adulto mayor escoja una ruta entre diferentes alternativas para finalizar el recorrido y llegar a la meta (Lumosity, 2020).

En esta estrategia, se estimulan varios tipos de memoria, tales como: la memoria espacial que permite recordar diferentes espacios y ubicaciones y, orientarse en un entorno físico, solucionar esta actividad exige mantener y evaluar varias opciones en la mente y, procesar nuevas decisiones para llegar a la meta, así mismo, activa la memoria asociativa, puesto que, la persona debe recordar soluciones anteriores para reconocer errores y corregirlos (Lumosity, 2020).

2.2.13.1.5 Constelación de elementos

El adulto mayor busca y selecciona un personaje o elemento específico de la lectura dentro de un conjunto de objetos de color, textura y forma similares (NeuroNation, 2020).

Al desarrollar la capacidad de reconocer, comparar y recordar detalles específicos, el adulto mayor fortalece la memoria visual, la cual es útil en la vida cotidiana, puesto que, permite recordar rostros y nombres de amigos, familiares, la ubicación de objetos y rutas para orientarse en el entorno, y, llevar a cabo las tareas domésticas de manera independiente (NeuroNation, 2020).

2.2.13.2 Estrategias lectoras para la estimulación de la atención

2.2.13.2.1. Manecilla

En un reloj de cartón se colocan los diferentes personajes de la leyenda en la posición que van los números, el puntero salta de manera repentina de un lugar a otro mientras se mueve en el sentido que giran las agujas del reloj, el adulto mayor escogerá la opción “sí” en caso de que el puntero se mueva y “no” en el caso de que permanezca inmóvil, igualmente, responderá el número de saltos correspondiente (NeuroNation, 2020).

2.2.13.2.2. Memocaja di palabras

Diferentes palabras relacionadas a la lectura entran y salen de manera continua de dos cajas, el adulto mayor seleccionará aquella que contenía la palabra o frase señalada por la facilitadora, de tal manera que, debe prestar atención y memorizar las palabras que se hallan en cada caja (NeuroNation, 2020).

2.2.13.2.3. Salto cuántico

Consiste en desplazar a los personajes de la historia por diferentes casilleros de un tablero, en dirección a flechas que indican arriba, abajo, derecha e izquierda y, cambian de manera repentina (NeuroNation, 2020).

2.2.13.2.4. Encuentra el nuevo

Se presentan cuatro cartas diferentes con imágenes de los personajes de la historia, en cada ronda una o más cartas serán cambiadas por otras, y, el adulto mayor deberá reconocer y seleccionar cuáles son estos nuevos elementos (NeuroNation, 2020).

2.2.13.2.5. Bingo de leyendas

Los participantes tienen dos cartones con imágenes de los personajes de la leyenda y, deben marcar o señalar los correctos a través de las características escuchadas, las mismas que se encuentran en las bolas del bombo. Para esta estrategia es necesario colocar los nombres de los personajes de la historia en las bolas y, gana el participante que completa toda la fila o columna del cartón (Azevedo & Lemos, 2022).

2.2.13.3. Estrategias lectoras para la estimulación del razonamiento

2.2.13.3.4. Simbolismo

A cada personaje y objeto de la lectura se le asigna un símbolo que puede ser una letra o un número y, el adulto mayor debe seleccionar el elemento de la historia correcto en función del símbolo presentado. Esta estrategia permite estimular la capacidad para asociar información y datos y recordarla a largo plazo (NeuroNation, 2020).

2.2.13.3.5. Línea única

Constituye una estrategia que integra el razonamiento, análisis y la lógica, puesto que, el participante debe unir los personajes de la historia con sus semejantes a través de una sola línea, mientras utiliza todas las casillas de un tablero, asegurándose de no omitir ninguna (NeuroNation, 2020).

2.2.13.3.6. Colormanía

A cada personaje y objeto de la lectura se le asigna un color específico (por ejemplo, el personaje de “Cantuña” puede estar asociado al color azul y el objeto “iglesia” al color verde) para que el adulto mayor identifique y seleccione estas palabras en función de su color o significado, según indique la facilitadora. Para esta estrategia es importante utilizar tarjetas con las palabras escritas en colores e imágenes (NeuroNation, 2020).

2.2.13.3.7. Jenga legendaria

Cada participante retira los bloques de una torre y los coloca en la parte superior mientras evita que se derrumbe, en cada uno de estos bloques se encuentran preguntas sobre la lectura, las cuales deben ser respondidas con argumentos (Azevedo & Lemos, 2022).

2.2.13.3.8. Encuentra el impostor

Consiste en comparar las características de los personajes de la lectura, presentados a través de tarjetas, para descubrir el nuevo que aparece en cada ronda (NeuroNation, 2020).

2.2.13.4. Estrategias lectoras para la estimulación del lenguaje

2.2.13.4.4. Juego de mesa Cortex Challenge

Constituye un juego que propone diferentes retos de memoria, atención, razonamiento y lenguaje, por ejemplo, se plantean pruebas como laberintos, secuencias lógicas, identificar diferencias, solucionar problemas visuales y, recordar imágenes y detalles específicos de los personajes de la lectura, cada participante escoge una carta que contiene el desafío, al azar, y debe resolverlo lo más rápido posible, el ganador es aquel que acumula más cartas y, completa las cuatro piezas que forman un cerebro (Azevedo & Lemos, 2022).

2.2.13.4.5. El orador

En diferentes tarjetas se escriben sílabas que conformen los nombres de personajes, escenarios y otros elementos de la lectura, el adulto mayor deberá escogerlas y ordenarlas (NeuroNation, 2020).

2.2.13.4.6. El letrado

Consiste en crear palabras y frases de la lectura a partir de letras que se encuentran en diferentes casilleros, de una manera rápida y ágil (NeuroNation, 2020).

2.3. Neuroplasticidad

Es el proceso por el cual el cerebro es capaz de cambiar su estructura y reorganizar sus funciones, y compensar aquellas que se han deteriorado a causa de la edad o por enfermedades, de tal manera que, se adapta a partir de los estímulos y la interacción con el entorno (Basain & Valdés, 2023)

Conlleva a la generación y conexión de nuevas neuronas, el proceso de la sinapsis que sucede entre estas permite cambios en la estructura del sistema nervioso, lo cual es posible en cualquier etapa de la vida y no únicamente en la infancia o adolescencia, esto significa que las conexiones entre neuronas pueden fortalecerse o debilitarse en función del aprendizaje y estímulos externos que el individuo experimente incluso en la edad adulta

(Guadamuz et al.,2022).

A partir de lo mencionado por los autores, es importante destacar que el cerebro por su alta capacidad de flexibilidad y adaptación posibilita el aprendizaje y desarrollo de nuevas habilidades a lo largo de toda la vida, sin embargo, requiere de estímulos y actividades que fortalezcan y mantengan las conexiones entre las neuronas y a su vez promuevan la interacción con el entorno, de tal manera que, estos cambios no suceden solo en edades tempranas, sino, también ocurren en la edad adulta, incluso después de sufrir lesiones o daños cerebrales, lo cual es alentador para que la población de adultos mayores tenga la oportunidad de aprender y mantenerse activos.

2.3.1. Beneficios de la neuroplasticidad en el adulto mayor

2.3.1.1. Reorganización cerebral: La neuroplasticidad contribuye a que el cerebro se reorganice y adapte a los cambios ambientales, lo que facilita el aprendizaje de nuevas habilidades y la memoria a largo plazo Salazar & Mayor (2020).

2.3.1.2. Creación de nuevas conexiones: La neuroplasticidad permite la creación de nuevas conexiones sinápticas entre neuronas, e incluso, últimos estudios han evidenciado que el cerebro tiene la capacidad de sustituir aquellas funciones que se han perdido o deteriorado a causa de accidentes cerebrovasculares o por enfermedades que aparecen durante el envejecimiento, tales como: la demencia y el Alzheimer Salazar & Mayor (2020).

2.3.1.3. Reforzamiento de conexiones: La neuroplasticidad también refuerza las conexiones existentes, lo que mejora la eficiencia en la transmisión de información y el aprendizaje Salazar & Mayor (2020).

2.3.1.4. Recuperación después de lesiones: La neuroplasticidad desempeña un rol fundamental para que el cerebro se recupere después de lesiones, puesto que, al momento de sufrir algún daño neuronal, el cerebro intenta compensar los efectos de dicho daño al emplear otras conexiones neuronales y activar distintas áreas , este proceso, es denominado como reserva cognitiva, y, aporta a que las competencias cognitivas de las personas continúen funcionando y por lo tanto, tengan un rendimiento normal, además, de que contribuye a la prevención de enfermedades neurodegenerativas Salazar & Mayor (2020).

2.3.1.5. Aprendizaje a lo largo de la vida: La neuroplasticidad demuestra que el cerebro puede aprender a lo largo de la vida, lo que elimina la idea de que el cerebro adulto no puede cambiar Salazar & Mayor (2020).

Al conocer y comprender los beneficios de la neuroplasticidad en el adulto mayor significa reconocer que el cerebro durante esta etapa tiene la capacidad de aprender y desarrollar nuevas competencias, lo cual es esencial para conservar su autoestima y autonomía, además, esto permite implementar programas que ayuden a los adultos mayores a mantenerse activos y potenciar su capacidad de aprender, por lo tanto, gracias a actividades adecuadas es posible activar las neuronas y las competencias cognitivas.

2.3.2. La neuroplasticidad en el adulto mayor

Durante siglos existió la creencia de que la capacidad del cerebro para reorganizar sus funciones, crear nuevas conexiones entre las neuronas y adaptarse como respuesta ante los cambios del entorno, ocurría solo durante los primeros años de vida de las personas, por lo cual, la plasticidad del cerebro en el envejecimiento no era objeto de interés, sin embargo, en las últimas décadas, numerosos estudios han demostrado que a partir de la estimulación cognitiva existen mayores posibilidades de reactivar las funciones cognitivas y retrasar su deterioro durante esta etapa. (Carrascal & Solera, 2018)

En la etapa de la vejez, la teoría del desarrollo propuesta por Erikson en 1996, plantea que, en el noveno estadio, el individuo desarrolla la conciencia sobre sus debilidades a nivel físico y cognitivo, lo cual provoca la pérdida de su autoconfianza y autoestima, además, el adulto mayor se enfoca en reflexionar sobre su vida, de tal manera que, pensar en un futuro resulta desalentador, porque destaca la idea de la proximidad hacia la muerte. (Carrascal & Solera, 2018)

2.3.3. Cambios en el cerebro y en las funciones cognitivas en el envejecimiento

Los cambios más notorios durante esta etapa, son los fisiológicos, y a pesar de las creencias en torno a que los adultos mayores pierden por completo su capacidad para aprender se han generalizado y extendido, es importante, aclarar que el cerebro de los adultos mayores sí puede continuar adquiriendo nuevas habilidades y procesar información, pero, es necesario de estímulos adecuados que permitan mantener el cerebro activo y, por lo tanto, no padecer de enfermedades que surgen en el envejecimiento (Carrascal & Solera, 2018).

Además, el cerebro no envejece de manera uniforme ni al mismo tiempo, sino, existe diferencias en cada área, lo cual depende de su estimulación y uso, por lo tanto, no todas las personas envejecen igual a nivel cognitivo; cabe destacar que, en la vejez ambos hemisferios trabajan de manera más armoniosa, es decir, existe una mayor comunicación entre estos, lo cual, facilita la creatividad y la toma de decisiones, por esta razón, existen muchas personas mayores que comienzan a explorar actividades artísticas o intelectuales a esta edad, incluso son más sabias en sus elecciones (Carrascal & Solera, 2018).

Las primeras funciones cognitivas en deteriorarse son la memoria y la atención, sin embargo, a los 70 años, existe una gran probabilidad de que el cerebro funcione con mayor fuerza puesto que, incrementa la mielina, la cual, es una sustancia que permite la comunicación entre neuronas y potencia el funcionamiento de las competencias cognitivas (Carrascal & Solera, 2018)

- **Cambios en la memoria**

En primer lugar, disminuye la capacidad para recordar situaciones y momentos específicos del pasado, lo cual conlleva a la confusión entre los nombres de las personas, fechas, lugares, ubicación de objetos y orientación en el tiempo, igualmente, la recuperación de la información puede ser un proceso más lento lo cual produce dificultad para acceder a

recuerdos o aprender nueva información, incluso los adultos mayores requieren de una mayor cantidad de pistas o contexto para recordar de una manera más fácil un evento, por esta razón, es importante, llevar a cabo estrategias que les permitan asociar ese momento con una imagen, experiencia o emoción (Sotomayor et al., 2022).

Así mismo, presentan problemas para conservar información de manera temporal lo cual afecta a su capacidad para mantener conversaciones largas, recordar números de teléfono o realizar una actividad mientras se procesa nueva información (Sotomayor et al., 2022).

- **Cambios en la atención**

Durante la vejez se producen varios cambios en los diferentes tipos de atención, siendo la principal la atención sostenida, puesto que, los adultos mayores evidencian mayores dificultades para concentrarse en actividades específicas durante un tiempo prolongado, igualmente, se vuelven más vulnerables a las distracciones del entorno como los ruidos o interrupciones cuando ejecutan una tarea, de tal manera que, tienen problemas para finalizarla, incluso puede tardar más en retomar esa actividad y su capacidad para realizar múltiples actividades de manera simultánea disminuye (Sotomayor et al., 2022).

- **Cambios en el razonamiento**

El razonamiento no se limita a la toma de decisiones y resolución de problemas, sino, también involucra a la capacidad de adaptarse al entorno, esta habilidad disminuye en la vejez, puesto que, los adultos mayores presentan problemas para ajustarse a situaciones desconocidas y solucionar problemas inesperados, incluso pueden tardar más tiempo en aceptar nuevas maneras de ejecutar una tarea, sin embargo, su capacidad para tomar decisiones mejora debido a la acumulación de sus experiencias y conocimientos (Sotomayor et al., 2022).

- **Cambios en el lenguaje**

Algunos de los principales cambios que ocurren en el lenguaje durante el envejecimiento destaca la disminución de la fluidez al dialogar, puesto que, los adultos mayores presentan dificultades para expresar sus ideas y emociones de manera clara, ordenada y con el vocabulario adecuado para cada situación, igualmente enfrentan problemas al momento de comprender información compleja y extensa lo cual se relaciona con la capacidad de velocidad de procesamiento (Sotomayor et al., 2022).

Durante las interacciones verbales, las conversaciones pueden ser monótonas y repetitivas a causa de sus problemas para recordar la información o detalles de la conversación y la velocidad para procesar y responder preguntas se vuelve más lenta e incluso pueden interrumpir o quedarse en silencio por largos periodos de tiempo lo cual afecta a la fluidez del diálogo (Sotomayor et al., 2022).

Así mismo, se enfrentan a la disminución de habilidades sociales debido a la pérdida de familiares y amigos lo cual limita su comunicación y esto conlleva al aislamiento (Sotomayor et al., 2022).

2.3.4. Estimulación cognitiva

Son actividades que tienen como propósito optimizar el funcionamiento de las capacidades cognitivas existentes y que aún se conservan en el adulto mayor, busca su bienestar integral al tomar en cuenta otros factores tales como: su contexto familiar, social, biológico y emocional. (Villalba & Tortajada, 2018)

Estas actividades se enfocan de una forma más específica a adultos mayores con deterioro cognitivo leve y demencia moderada, de tal manera que, pretende retrasar la progresión del deterioro cognitivo y más no a recuperar de forma definitiva las funciones cognitivas perdidas. (Villalba & Tortajada, 2018)

Con base en lo mencionado por los autores las actividades de estimulación cognitiva son diferentes acciones que aportan a conservar y mejorar la memoria, atención, concentración, juicio, razonamiento abstracto y praxias, entre otras competencias que son parte de la neuroplasticidad, su importancia radica en que, aportan a que los adultos mayores mantengan su autonomía e independencia, brindándoles mayor satisfacción frente a los cambios que surgen en esta etapa. Por lo tanto, los adultos mayores necesitan de estas acciones, porque los diferentes tejidos de su cuerpo van deteriorándose, incluso, los procesos mentales se vuelven más lentos y existe una limitada renovación celular y gracias a los estímulos y experiencias de su entorno, pueden aumentar sus potencialidades.

2.3.5. Competencias cognitivas de la neuroplasticidad

2.2.5.1. Memoria

La memoria es la competencia cognitiva que permite adquirir, conservar y recuperar información sobre experiencias y situaciones, gracias a la memoria es posible adaptarse al presente y proyectarse en el futuro, puesto que, permite aprender, razonar, organizar la información aprendida para tomar decisiones, igualmente, contribuye a desarrollar la identidad personal e interactuar con los demás, porque recordar quiénes somos, nombres, rostros y eventos de nuestra vida personal es importante para crear vínculos y formar parte de la sociedad (Aguilar et al., 2018). Existen diferentes tipos de memoria, como los siguientes:

Memoria declarativa: Permite conservar conocimiento y datos generales sobre el mundo que nos rodea como nombres, rostros, lugares, es importante para expresar las ideas y pensamientos (Aguilar et al., 2018).

Memoria procedimental: Permite almacenar las habilidades aprendidas, es decir, conserva información sobre cómo se realiza cierta acción (Aguilar et al., 2018).

Memoria episódica: Almacena experiencias personales relacionadas a contextos y situaciones específicos (Aguilar et al., 2018).

Memoria asociativa: Es la capacidad que permite recordar relaciones entre diferentes elementos, ideas o situaciones (Aguilar et al., 2018).

Memoria espacial: Permite recordar la ubicación sobre lugares y objetos (Aguilar et al., 2018).

2.3.5.2. Atención

La atención se refiere a la capacidad de fijar la mente en un estímulo o tarea específica, mientras se ignora las distracciones. Es un proceso cognitivo fundamental que permite seleccionar y procesar la información importante (Aguilar et al., 2018).

Además, la atención, es fundamental para codificar y analizar la información procesada con el objetivo de culminar una actividad en un tiempo definido, gracias a esta competencia la persona puede cambiar de una actividad a otra sin perder la concentración y continuidad, así mismo, permite mantenerse en un estado de alerta mental (Aguilar et al., 2018).

Igualmente, existen diferentes tipos de atención, las cuales se trabajaron a través de las estrategias lectoras:

- **Atención selectiva:** Es la habilidad para ejecutar una actividad mientras se ignoran estímulos distractores que se encuentran presentes en el entorno (Aguilar et al., 2018).
- **Atención sostenida:** Es la habilidad para mantener un estímulo o respuesta durante un tiempo prolongado, cuando la actividad se caracteriza por ser monótona (Aguilar et al., 2018).
- **Atención alternante:** Permite alternar y rotar de una tarea a otra que requieren de diferentes habilidades y esfuerzos (Aguilar et al., 2018).

2.3.5.3. Razonamiento

Consiste en la capacidad de analizar información, establecer conexiones lógicas y llegar a conclusiones válidas. Este proceso mental permite comprender el mundo que nos rodea, tomar decisiones y solucionar problema (Llanga et al., 2019).

Este proceso mental es fundamental para que las personas puedan construir y generar nuevas ideas y conclusiones a partir de los datos y conocimientos disponibles.

2.3.5.4. Lenguaje

El lenguaje es un sistema de símbolos y signos que permite a las personas comunicarse y expresar sus ideas, emociones y sentimientos, interactuar, compartir significados, crear conocimiento (Peñaloza et al., 2021).

Sin embargo, el lenguaje no se limita a su función de comunicación, sino, permite construir vínculos y relaciones, este sistema de signos puede ser expresado a través de palabras, gestos y sonidos (Peñaloza et al., 2021).

Además, el lenguaje implica la escucha, porque, contribuye a comprender los mensajes y participar en el dialogo (Peñaloza et al., 2021).

A partir de lo mencionado por los autores, cabe destacar la importancia de las funciones cognitivas de la memoria, atención, razonamiento y lenguaje en la vejez, puesto que, cada una desempeña un rol importante para la ejecución de actividades cotidianas, de tal manera que, permite a esta población adaptarse a los cambios que surgen durante esta etapa, tomar decisiones, aprender nuevas habilidades o fortalecerlas, crear y mantener vínculos que son fundamentales para el bienestar emocional, entonces su estimulación simultanea contribuye a que los adultos mayores se mantenga activos en la sociedad.

Así mismo, estas competencias cognitivas se complementan para fortalecer el

autoestima de los adultos mayores, porque, al ser capaces de evocar recuerdos, almacenar nueva información, narrar sus experiencias, relacionar información de la lectura con su vida, identificarse con personajes, procesar y comprender información, interactuar y expresar sus ideas y emociones, se sienten independientes, seguros de sí mismos y, enfrentan los cambios del envejecimiento con una actitud más optimista.

2.3.6 Desarrollo Cognitivo en la vejez

El desarrollo cognitivo durante esta etapa corresponde a un proceso que implica cambios en funciones tales como la memoria, velocidad del procesamiento de información, la capacidad para razonar, tomar decisiones, recordar información personal o retener información por un periodo de tiempo prolongado y en el lenguaje, además, las personas adultas mayores tienen un mayor riesgo de padecer enfermedades que afecten a su cognición, el cual incrementa cuando en su entorno no existen estímulos adecuados que les permitan mantenerse activos (Sotomayor et al., 2022).

Por esta razón, es fundamental que se lleven a cabo acciones y estrategias para compensar los problemas que pueda experimentar esta población y, mantener su autonomía y habilidades sociales (Sotomayor et al., 2022).

Igualmente, estas actividades deben permitir que los adultos mayores conecten la información del texto con sus experiencias, emociones e intereses, porque, su motivación por aprender e involucrarse de manera activa en este proceso puede disminuir si los contenidos de los textos no representan para ellos un valor emocional, y, esto asegura un mejor desarrollo en su cognición (Sotomayor et al., 2022).

2.3.7 Factores que influyen en el envejecimiento cognitivo

Existen varios factores que influyen en el envejecimiento de las funciones cognitivas tales como:

- **Factores biológicos**

Algunos adultos mayores poseen una mejor resistencia al deterioro cognitivo mientras que, otros tienen mayor riesgo de padecer enfermedades neurodegenerativas como la demencia o el Alzheimer a causa de su herencia genética, lo cual contribuye a la pérdida de las funciones cognitivas, igualmente, la presencia de enfermedades como el colesterol, diabetes, hipertensión y cardiovasculares disminuyen el suministro de oxígeno al cerebro, y afecta a su funcionamiento (Lamonja, 2021).

- **Factores psicológicos**

Trastornos como la depresión, ansiedad y estrés aceleran el envejecimiento cognitivo, puesto que, dañan áreas del cerebro como el hipocampo encargado del funcionamiento de la memoria y atención, de tal manera que, producen una disminución en la capacidad para recordar, concentrarse y tomar decisiones, debido a la liberación de altos niveles de hormonas como el cortisol (Lamonja, 2021).

- **Factores ambientales**

El entorno que rodea a los individuos también juega un papel crucial en el envejecimiento cognitivo, puesto que, la exposición a productos químicos tóxicos, a la contaminación, los

hábitos de vida como el consumo de alcohol y cigarrillo, la dieta, el ejercicio físico, la calidad de sueño incrementan el estrés oxidativo, que provoca la inflamación del cerebro y daña sus células y tejidos, lo cual a su vez produce el declive de sus funciones (Lamonja, 2021).

- **Factores sociales**

El nivel de escolaridad tiene un impacto positivo en la prevención del deterioro cognitivo, puesto que, una persona con un mayor nivel educativo o que se encuentra en constante aprendizaje tiene la posibilidad de desarrollar más conexiones entre neuronas y fortalecerlas con el paso del tiempo, incluso se ha demostrado que aquellas personas que desempeñan profesiones las cuales implican el lenguaje y las matemáticas tienen menor riesgo de padecer demencia y pérdida de sus funciones cognitivas (Lamonja, 2021).

Por otra parte, la interacción social y prácticas como el deporte, la música y la lectura también influyen en este proceso, porque, incrementan la reserva cognitiva al mantener al cerebro activo, de tal manera que, la exposición frecuente a estas actividades y estímulos variados promueven la neuroplasticidad y el aprendizaje (Lamonja, 2021).

2.2.9 Envejecimiento activo y de calidad

El envejecimiento activo corresponde a un proceso que busca la participación de las personas adultas mayores en diferentes ámbitos de la sociedad, mejorar sus condiciones de vida y, promover su independencia y autonomía, para lo cual es necesario optimizar las oportunidades de salud física, mental, participación social y cultural y, seguridad (Guitierrez,2020)

Con base en lo mencionado por el autor, un envejecimiento activo pretende que los adultos mayores continúen siendo miembros valiosos de la comunidad a través de su participación en actividades culturales, sociales, laborales y recreativas, de tal manera que, no se centra solo en que accedan a una atención médica de calidad sino, a que puedan integrarse a la sociedad para que se sientan útiles y valorados, lo cual incrementa su autoestima, autoconfianza y, reduce el aislamiento y la soledad.

Para fomentar un envejecimiento activo y de calidad es necesario que los adultos mayores continúen lleven a cabo actividades físicas como el ejercicio, caminatas o danza, de estimulación cognitivas tales como: juegos de mesa, lectura y aprendizaje de nuevas habilidades como idiomas o música y sociales como la participación en clubes de lectura o teatro, voluntariado y excursiones (Guitierrez,2020)

Cabe destacar que, el aprendizaje continuo junto con la estimulación cognitiva son herramientas fundamentales para un envejecimiento activo puesto que, permite a este grupo desarrollar nuevas habilidades, adaptarse a los cambios que surgen durante esta etapa, conservar sus competencias cognitivas y así evitar su deterioro (Guitierrez,2020)

Entonces, el envejecimiento activo y de calidad no se limita solo a vivir más tiempo, sino a hacerlo con dignidad, salud, participando en la sociedad y con el objetivo de alcanzar la autorrealización.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Enfoque de la investigación

Cualitativo

La presente investigación se desarrolló bajo el enfoque cualitativo, Hernández et al. (2014) mencionan: “La investigación cualitativa busca entender los fenómenos tal y como los individuos los experimentan en su contexto natural, profundizando en sus percepciones, experiencias y significados” (p.358). De tal manera que, se exploraron, describieron e interpretaron las experiencias, comportamientos y emociones de los participantes en su contexto natural al interactuar con la lectura, este enfoque permitió comprender y profundizar a partir desde la perspectiva de los participantes por qué la lectura es importante en los procesos de neuroplasticidad tales como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje.

3.2. Diseño de la investigación

No experimental

El diseño de la investigación corresponde a no experimental, según Hernández et al. (2014): “En la investigación no experimental el investigador no manipula de manera deliberada las variables porque ya han sucedido y observa su relación tal y como ocurrieron en su ambiente natural” (p.153). Por lo tanto, en la investigación no se diseñó ni aplicó una intervención para establecer relaciones causales o alterar los resultados, además, no existió la manipulación intencional de variables por parte de la investigadora, en su lugar, se observaron y describieron las experiencias y emociones de los adultos mayores al interactuar con la lectura en su contexto natural y, de esta forma, fue posible comprender a mayor profundidad el funcionamiento de las competencias cognitivas que implica la neuroplasticidad.

3.3. Fundamento epistemológico de la investigación

La construcción del conocimiento de la presente investigación se apoyó en los aportes de los autores investigados, los cuales permitieron analizar y describir estrategias y procesos de lectura que favorecen la estimulación de la neuroplasticidad y sus competencias cognitivas y, también se fundamentó en la descripción e interpretación de las experiencias de los participantes, quienes ofrecieron información valiosa sobre el fenómeno en estudio.

De tal manera que, la investigación se basó en el enfoque sociocrítico, el cual Estrada y Jiménez (2024) definen como: “Perspectiva que no se limita a comprender la realidad y sus fenómenos sociales, sino pretende promover un cambio en la sociedad y transformarla a través de la participación activa de los participantes involucrados” (p.66) de tal manera que, se partió de un problema social específico, el cual fue la necesidad de buscar alternativas que permitan estimular y conservar las funciones cognitivas, las cuales por la inactividad y sedentarismo se encuentran deterioradas en la población de adultos mayores, quienes forman

parte de un grupo vulnerable, igualmente, el conocimiento generado busca promover un impacto en la educación y sociedad para mejorar las condiciones de vida de los participantes involucrados.

3.4. Métodos de investigación

Para el desarrollo de la investigación, se empleó la metodología fenomenológica, según Hernández et al. (2014): “ Su objetivo es explorar, describir y comprender cómo los individuos experimentan, perciben e interpretan un fenómeno específico” (p.493) entonces, la investigación se centró en explorar, comprender y detallar las experiencias de los adultos mayores al interactuar con la lectura, para identificar las emociones, acciones y patrones en común entre los participantes en relación con la estimulación de sus competencias cognitivas que forman parte de la neuroplasticidad.

3.5. Tipos de investigación

3.5.1. Por el nivel o alcance

- **Diagnóstica-exploratoria**

La investigación fue diagnóstica-exploratoria porque tal y como Hernández et al. (2014) mencionan: “Se realizan estudios exploratorios cuando el propósito es abordar un problema poco estudiado en su contexto o resulta novedoso” (p.91). De tal manera que, en la actualidad no existen suficientes investigaciones que aborden de manera específica procesos de lectura y estrategias para la estimulación de la neuroplasticidad en la población de adultos mayores, además, con los conocimientos generados y resultados obtenidos se busca proporcionar una visión más amplia y profunda sobre la importancia de la lectura para la estimulación de funciones como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje que implica la neuroplasticidad.

- **Descriptiva**

Corresponde a una investigación descriptiva, según Hernández et al. (2014): “Los estudios de alcance descriptivo pretenden especificar características fundamentales del problema que se analice” (p.92). Entonces se detallaron y caracterizaron aspectos importantes pertenecientes a la categoría de la lectura y neuroplasticidad como definiciones, beneficios, funciones cognitivas de la neuroplasticidad, importancia de la lectura en los adultos mayores, su relación con las emociones y, procesos de lectura y estrategias utilizados para la estimulación de la neuroplasticidad.

- **Explicativa**

La investigación se determinó como explicativa, según Ramos (2020) “La investigación explicativa busca comprender un fenómeno de estudio a mayor profundidad que no ha sido abordado lo suficiente, su objetivo es explicar el cómo y por qué ocurre” (p. 3). De tal manera que, se profundiza en un problema poco estudiado, el cual es la lectura y la neuroplasticidad en adultos mayores, para descubrir y comprender a mayor profundidad las razones detrás de este proceso, a partir de la recopilación de información bibliográfica y de las opiniones y

experiencias de los participantes a través de los instrumentos aplicados para así explicar de manera más detallada cómo y por qué ocurre la estimulación de la neuroplasticidad en esta población a partir de su interacción con la lectura.

3.5.2. Por el objetivo

Por la profundidad la investigación se determinó como básica según Vizcaíno et al. (2023): “Corresponde a la investigación que busca ampliar el conocimiento sobre un fenómeno específico para generar teorías y ampliar su comprensión” Con base en lo citado se buscó generar conocimientos y comprender de manera profunda la estimulación de la neuroplasticidad en adultos mayores a partir de su interacción con la lectura y, de esta forma explicar su importancia, en lugar de aplicar soluciones de manera inmediata y resolver el problema planteado, además, los hallazgos pueden inspirar y aportar con conocimientos relevantes para investigaciones futuras y así construir teorías.

3.5.4. Por el tiempo

- **Transversal**

En función del tiempo, fue transversal, Hernández et al. (2014) la definen como: “Investigación que se caracteriza por recopilar datos en un momento específico y único, y busca describir las variables en ese instante” (p.154). Por lo tanto, la recolección de los datos e información a través de las técnicas e instrumentos empleados, se efectuó en un solo momento, el cual correspondió a cuatro semanas del mes de julio, además, no se llevó a cabo un seguimiento a lo largo del tiempo para observar o analizar la evolución del fenómeno en estudio.

3.5. Por el lugar

- **De campo**

Se llevó a cabo la investigación de campo puesto que, Ramos (2020) menciona: “Es aquella en la cual se recolecta la información directamente de los participantes investigados o del contexto real en el que ocurre el fenómeno de estudio” (p.5). Por esta razón, se acudió al Centro Geriátrico “Padre Saturnino López Novoa” ubicado en el cantón Penipe, provincia de Chimborazo, para así observar y describir los comportamientos, emociones y funciones cognitivas de la neuroplasticidad de los adultos mayores al interactuar con la lectura, además, este tipo de investigación contribuyó a que exista una interacción entre la investigadora y la población y, de esta manera, fue posible obtener información detallada directamente de las fuentes y en su contexto natural.

- **Bibliográfica**

La investigación bibliográfica según Ramos (2020) “Es aquella donde se exploran, revisan y analizan los documentos y material bibliográfico a cerca de un tema en específico para fundamentar con conocimientos científicos el problema en estudio” (p.5). Entonces, se llevó a cabo la revisión exhaustiva de literatura y producción científica que existe sobre la lectura

y la neuroplasticidad, por lo tanto, la información actualizada obtenida en libros, revistas, artículos científicos, trabajos de investigación de diferentes autores, aportó al desarrollo de los antecedentes, marco teórico, y discusión de los resultados.

- **Documental**

La investigación documental según Ramos (2020): “Se enfoca en la recopilación, sistematización y análisis de información que procede de fuentes documentales como libros, revistas, documentos históricos o archivos” (p.3). Con base en lo mencionado por el autor, corresponde a una investigación documental porque se seleccionó, organizó y contrastó la información y hallazgos en función de la lectura y la neuroplasticidad, a partir de la consulta y análisis de la producción científica recopilada en diferentes fuentes, lo cual permitió respaldar y sustentar los resultados obtenidos y de este modo, proporcionar credibilidad y validez a la investigación.

3.6. Unidad de análisis

3.6.1. Población

La población seleccionada para el desarrollo de esta investigación estuvo compuesta por 60 adultos mayores que acoge el centro geriátrico Padre Saturnino López ubicado en el cantón Penipe, provincia de Chimborazo.

Tabla 5:

Población

Participantes	Número	Porcentaje
Adultos mayores	6	100%

Fuente: Hogar Padre Saturnino López Novoa

Elaborado por: Gicelle Romero

3.6.2. Muestra

Se utilizó el muestreo no probabilístico intencional para seleccionar a 6 participantes bajo el criterio de inclusión: adultos mayores que presentaban deterioro cognitivo leve, por la inactividad y aislamiento que se produce en la etapa de envejecimiento, su edad oscila entre los 70 y 93 años, dos del sexo femenino y cuatro del sexo masculino y de esta forma se garantizó que la muestra represente las características necesarias para la investigación.

Tabla 6:*Muestra*

Sexo	Edad					Número	Porcentaje
	70-75	75-80	80-85	85-90	90-95		
Femenino	1				1	2	34%
Masculino	2	1	1			4	66%
Total						6	100%

Fuente: Hogar Padre Saturnino López Novoa**Elaborado por:** Gicelle Romero

3.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

3.7.1. Técnica: Observación participante

Para la recolección de datos se utilizó como técnica principal la observación participante, según Hernández et al. (2014) “En la observación participante el investigador no solo observa desde afuera como un espectador pasivo, sino, se involucra de una manera directa y activa en las actividades del grupo que está estudiando, participa en sus experiencias, dinámicas e interacciones” (p.403). De este modo, la investigadora se insertó en el entorno de los adultos mayores y, construyó una relación más cercana con los participantes lo cual permitió detectar y registrar las acciones, emociones, gestos y otras expresiones no verbales durante la interacción de los participantes con la lectura de una manera más profunda, además, existió una participación activa por parte de la investigadora durante las sesiones de lectura.

3.7.1.1. Instrumento: Diario de campo

El instrumento aplicado fue el diario de campo, el cual funciona como una bitácora personal que permitió registrar y documentar de manera sistemática y detallada las observaciones realizadas durante las sesiones de lectura, por lo tanto, se incluyeron descripciones de las acciones y emociones que reflejaron los adultos mayores en relación con sus funciones cognitivas que forman parte de la neuroplasticidad a partir de su interacción con la lectura, además, este instrumento garantizó que se recolectara toda la información necesaria para su posterior análisis e interpretación.

3.7.1.2. Instrumento: Guía de observación

Igualmente, se empleó la guía de observación, puesto que, este instrumento proporcionó a la investigadora una estructura clara sobre los parámetros e indicadores a observar, de tal manera que, orientó el proceso de recolección y análisis de datos.

Los parámetros definidos en esta guía fueron los siguientes: en la memoria se establecieron 7 indicadores relacionados a la capacidad de los adultos mayores para recordar información de la lectura como personajes, escenarios y acciones; en la atención se plantearon 5 indicadores que reflejan la concentración y velocidad de procesamiento de la información; en el razonamiento se determinaron 5 indicadores relacionados a la toma de decisiones, solución de problemas y la lógica; mientras que, en el lenguaje se establecieron 8 indicadores en función a la comprensión de las lecturas y, la expresión verbal y no verbal, además, se definió la categoría de orientación y fijación con el propósito de reconocer la capacidad de los adultos mayores para ubicarse en el tiempo y espacio y reconocer su identidad.

3.7.2 Técnica: Entrevista

Para este proceso igualmente se aplicó la entrevista estructurada, la cual se caracterizó por ser un diálogo abierto y flexible entre la investigadora y los seis adultos mayores entrevistados, esta técnica permitió explorar y recopilar información detallada y profunda sobre las experiencias, emociones y opiniones de los participantes en su propio lenguaje, lo cual enriqueció la investigación con datos importantes que no fueron detectado durante la observación.

3.7.2.1. Instrumento: Cuestionario de preguntas

Para la realización de la entrevista se diseñó y aplicó un cuestionario de 5 preguntas abiertas relacionadas a sus competencias cognitivas tales como la memoria, atención, razonamiento y lenguaje que permitieron explorar a mayor profundidad las opiniones y cómo se sintieron los participantes al interactuar con las diferentes lecturas, además la información recopilada sirvió para contrastar con los datos obtenidos a partir de la fundamentación teórica de los autores y de la observación mediante el diario de campo.

3.8. Técnicas para el procesamiento, análisis e interpretación de la información

Para el procesamiento, análisis e interpretación de la información se utilizó la triangulación de métodos, puesto que, al combinar diferentes técnicas proporciona mayor confiabilidad y validez a los resultados, de tal manera que, se contrastaron los datos obtenidos por la interpretación de la investigadora a partir de la técnica de la observación participante con la fundamentación teórica propuesta por diferentes autores y las respuestas de los participantes a través de la entrevista.

Igualmente, en la investigación se empleó la teoría fundamentada, porque se generaron y construyeron nuevos conocimientos a partir de las experiencias, percepciones e interacciones de los adultos mayores en su contexto, esta teoría permitió reflejar la complejidad del fenómeno de estudio, lo cual, es importante para comprender a mayor profundidad las emociones, comportamientos y acciones de este grupo al interactuar con la lectura.

CAPÍTULO IV

4. RESULTADOS Y DISCUSION

En este capítulo correspondiente a resultados y discusión se analiza el comportamiento, acciones y emociones de los participantes durante las actividades de lectura, para lo cual se empleó la triangulación de métodos, de tal manera que, se realizó un contraste entre la parte teórica propuesta por autores, lo que manifestaron los participantes a través de la entrevista, y la interpretación del investigador a través de la observación no participante.

Se analizaron cuatro categorías, la primera fue la memoria, en la cual se observó el comportamiento de los adultos mayores al recordar información personal a partir de la leyenda de María Angula, y se registraron sus acciones durante las estrategias desarrolladas, como: identificar las frases que se repiten en la historia, ordenar la secuencia de hechos, caracterizar y comparar a los personajes, asignar a cada uno sus acciones correspondientes, buscar elementos específicos de la lectura al diferenciarlos de otros similares, y escoger un camino entre diferentes alternativas para llegar a una meta en específico.

Posteriormente, se analizó la función cognitiva de la atención con la utilización de la leyenda denominada El ambicioso y el Carhunco, en la cual los adultos mayores debían ignorar distracciones para completar actividades específicas como: seleccionar la opción correcta en función del movimiento de las manecillas del reloj, elegir la caja en la que se encontraba la palabra presentada con anterioridad, mover el personaje en dirección de las flechas indicadas, seleccionar el personaje u elemento nuevo dentro de un grupo de cartas y escoger el personaje correcto a partir de las características escuchadas en el juego de Bingo.

Con respecto a la competencia cognitiva del razonamiento, se registraron las emociones y acciones de los participantes al relacionar hechos de la lectura con sus experiencias pasadas y elaborar argumentos para responder a las preguntas de la leyenda El secreto de Cananville, los adultos mayores trabajaron su capacidad para asociar información de la historia, analizar, comparar, y tomar decisiones al escoger la imagen correcta en relación a una letra o número asignado, encontrar el personaje diferente dentro de un conjunto, unir los personajes con una línea única y seleccionar el objeto en función del color de la palabra presentada.

Finalmente, se analizó la función cognitiva del lenguaje, para lo cual, se emplearon estrategias cooperativas como juegos de mesa que promovieron la interacción y dialogo entre los participantes, de tal manera que, se observaron las siguientes acciones: formulación de preguntas por parte de los participantes, intercambio de opiniones, utilización de gestos y movimientos corporales para la expresión de ideas y, la narración de sucesos reales y experiencias de manera ordenada y coherente.

Previo a las sesiones de lectura, los seis adultos mayores se presentaron desanimados, serios y aislados, porque, las actividades que realizaban en el centro se caracterizaban por ser monótonas, tales como: armar rompecabezas, colorear dibujos y completar sopas de letras, además, reflejaron una baja autoestima, al manifestar que se sentían solos y afligidos al pensar en sus familiares a quienes no veían con frecuencia y en la muerte, además, expresaron que la pérdida de la vista, audición les impedían llevar a cabo actividades que antes disfrutaban.

Así mismo, evidenciaron problemas para organizar y expresar sus ideas, puesto que, mostraron desconfianza para compartir con los demás y, dificultades para responder las preguntas relacionadas a su lugar de origen y rutina en el centro.

Por lo tanto, se consideró necesario implementar alternativas que permitieran a los adultos mayores mantenerse en constante actividad para fortalecer los vínculos sociales existentes y construir nuevos, lo cual, favorecería su bienestar cognitivo, emocional y social durante esta etapa, por cuanto la estimulación cognitiva puede generar estos cambios positivos, a largo plazo, en la etapa de la vejez.

4.1. Resultados

Tabla 7

Matriz de la guía de observación antes, durante y después de la lectura

GUÍA DE OBSERVACIÓN (Antes de la lectura)			
CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	ANÁLISIS	INDICADORES ALCANZADOS
MEMORIA	Narración 1. (Hombre-78 años) se presentó serio y desanimado, mantenía la cabeza agachada y los brazos cruzados, mencionó su nombre completa, edad y el nombre del geriátrico sin problemas. Recordó con exactitud y sin dudar el día, mes y año actual. Explicó de forma clara, detallada y ordenada su rutina en el centro, todas las mañanas se levanta alrededor de las 7 de la mañana, desayuna y se dirige a una sala, donde se reúne con los demás adultos mayores, a quienes ve jugar 40, escucha música, o realiza actividades de motricidad, luego, come un refrigerio a las 11 de la mañana, después, a las 12 almuerza y a las 2 y 30 de la tarde, reza el rosario, durante la tarde, regresa a la sala principal del centro para reunirse con sus demás amigos hasta la hora de la merienda entre las 5 o 5 y 30 de la tarde y finalmente, dormir a las 7 de la noche. Sonrió cuando comentó	Se sintió triste por la monotonía de actividades que realizaba en el centro. Fue coherente al explicar la rutina que realiza en el centro, y no tiene problemas para recordar su horario. Se sintió feliz al compartir las actividades que le gusta realizar, y al pensar en momentos de su infancia y juventud, mientras que, se sintió triste al recordar que está envejeciendo, porque ya no puede moverse con la misma facilidad que antes. Expresó felicidad al ser escuchado por los participantes y la investigadora. Demostró desconfianza en sí mismo, debido a sus dificultades para ver, escuchar y moverse. No tuvo problemas para ubicar los espacios del centro. Respondió de manera lógica y ordenada a las preguntas. Ubicó lugares y espacios del centro y del barrio de su infancia.	-Responde a las preguntas con argumentos. -Reconoce la fecha exacta en la que se encuentra. -Recuerda datos personales y su rutina en el centro. -Identifica lugares y espacios de su ciudad de origen y del centro. -Reconoce sus emociones en diferentes actividades.

	que disfrutaba armar rompecabezas. Mencionó que algunas actividades le resultaban difíciles porque no escucha ni ve bien, igualmente ya no puede bailar, ni moverse como antes por no tener una pierna. En la actividad de las emociones expresó que le pone feliz, su infancia y sus seres queridos, y cuando mencionó que le pone triste pensar en la muerte y en su envejecimiento, cerró los ojos y movió la cabeza a un lado. Explicó de manera detallada que vivía en Riobamba, y en su barrio existían tiendas, un parque, y una iglesia, además, reconoció que debe dirigirse en bus para llegar a su hogar. Nombró los diferentes espacios que existen en el centro tales como: sala principal, comedor, habitaciones, baños, sala de rehabilitación.		
	Narración 2. (Mujer, 75 años) se presentó seria y desconfiada antes de la sesión, mantenía los brazos cruzados y miraba hacia los lados. Reconoció el día, pero, no recordó el mes ni el año actual. Mencionó su nombre completo, edad y el nombre del centro geriátrico sin problemas. Recordó los horarios para levantarse, desayunar, realizar sus	Se sintió triste y desmotivada por la monotonía de actividades que realizaba en el centro. Presentó problemas para orientarse en el tiempo. Es coherente al explicar la rutina que realiza en el centro, y no tiene problemas para recordar su horario. Demostró inseguridad y desconfianza con respecto a sus capacidades. Su estado de ánimo cambió de forma positiva al mencionar las actividades	-Responde a las preguntas con argumentos. -Recuerda datos personales y su rutina en el centro. -Identifica lugares y espacios del centro. -Reconoce sus emociones en diferentes actividades.

	actividades del centro, almorzar, merendar y dormir. Expresó inseguridad y desconfianza al mencionar que podía realizar cualquier actividad en el centro, puesto que, dudó y tardó en responder, sin embargo, lo que más disfrutaba era colorear y escuchar música de su época. En la actividad de las emociones, manifestó que la salud y pensar en sus seres queridos le hacía feliz, mientras que la soledad le ponía triste, en este momento agachó la cabeza y cerró los ojos. Mencionó que vivía en Guayaquil, y expresó algunas diferencias entre su ciudad de origen y Penipe como la comida y el clima, sin embargo, tuvo problemas para recordar la fecha en que llegó al centro geriátrico y los espacios de su barrio, igualmente, no explicó cómo llegar a su ciudad.	que disfrutaba y también al recordar a sus familiares. Se sintió triste por no interactuar con su familia y amigos, quienes estaban lejos, y demás compañeros del centro, puesto que, había llegado hace poco y casi no conocía a nadie. No tuvo problemas para ubicar los espacios del centro. Respondió de manera lógica y ordenada a las preguntas. No reconoció los espacios que existían en su barrio, sin embargo, estableció comparaciones entre Penipe y su ciudad de origen.	
Narración 3. (Hombre, 75 años) se mostró desconfiado y desinteresado durante la presentación de sus compañeros, de tal manera que, se distrajo de manera fácil. Mencionó su nombre completo, edad y nombre del geriátrico sin problemas. No recordó el día ni el mes correspondientes,	Expresó poco interés por interactuar y compartir con sus compañeros. Tuvo problemas para concentrarse y responder a las preguntas. Presentó dificultades para orientarse en el tiempo. Es coherente y ordenado al explicar la rutina que realiza en el centro Expresó felicidad y orgullo al mencionar que cantaba y tocaba instrumentos, sin	-Responde a las preguntas con argumentos. -Recuerda datos personales y su rutina en el centro. -Identifica lugares y espacios de su lugar de origen y del centro. -Reconoce sus emociones en diferentes actividades.	

	solo el año actual. Explicó de manera breve las actividades de su rutina en centro con sus respectivos horarios, tales como, levantarse, bañarse, desayunar, jugar con algunos compañeros 40, asistir a sus terapias físicas, realizar actividades de motricidad, almorzar, merendar y dormir temprano. Explicó con alegría que disfrutaba de cantar y tocar instrumentos, y mencionó algunas canciones de su juventud que le gusta interpretar en los programas que organiza el centro. En la actividad de las emociones, manifestó que le ponía triste estar solo, lo cual expresó en voz baja y con los brazos cruzados, mientras que, cantar, bailar y tocar música lo ponía feliz, lo cual expresó con una sonrisa y levantando los brazos. Reflejó seguridad al explicar de manera detallada que vivía en Riobamba, exactamente en el barrio “San Alfonso”, en el cual recuerda que tenía numerosas casas y una tienda, además, existía un parque y una iglesia, en este lugar disfrutaba de pasar tiempo con sus amigos, no recordó la ruta para volver a su hogar. Nombró los diferentes espacios que existen en	embargo, reflejó por ya no ver a su familia y amigos con frecuencia. Expresó felicidad al ser escuchado por los participantes y la investigadora. Demostró desconfianza en sí mismo, debido a sus dificultades para ver, escuchar y moverse. No tuvo problemas para ubicar los espacios del centro. Respondió de manera lógica y ordenada a las preguntas. Ubicó lugares y espacios del centro y del barrio de su infancia, y expresó nostalgia al narrar sus experiencias.	
--	--	---	--

	el centro como las habitaciones, baños, centro de eventos, sala de rehabilitación, la cocina y el comedor.		
	Narración 4. (Hombre-80años) se presentó confundido y desinteresado al inicio de la sesión. Se distrajo de una forma rápida mientras sus compañeros hablaban. Mencionó su nombre completo, edad y nombre del geriátrico sin problemas. Recordó sin problemas el día, mes y año correspondientes, sin embargo, demoró en dar su respuesta. Cuando fue su turno de hablar, explicó de manera desordenada su rutina en el centro, mencionó varias actividades que realizaba sin seguir una secuencia y de una forma confusa. Mencionó con alegría y entusiasmo que su actividad preferida era colorear dibujos, puesto que, le gustan las imágenes y los colores, y también disfruta de jugar 40 y cartas con algunos de sus compañeros, mientras que, aquello que lo ponía triste pensar en las enfermedades y estar solo, lo cual expresó con la cabeza agachada y evitó el contacto visual. Mencionó que vivía en Riobamba, pero, no recordó el lugar exacto y	Se mostró desorientado con respecto a las preguntas y tiene problemas para mantener la atención durante la intervención de sus compañeros. Conserva su habilidad de orientación personal al recordar sus datos personales y orientación temporal, sin embargo, demostró un procesamiento de información lento. No es coherente al explicar la rutina que realiza en el centro. Se sintió feliz al compartir las actividades que disfruta y reflejó motivación por realizarlas. Si embargo, sintió tristeza por no interactuar con más frecuencia con sus familiares y amigos. Tiene problemas para recordar lugares específicos de su pasado, no obstante, no tiene problemas para reconocer espacios de su entorno actual.	-Recuerda datos personales. -Identifica lugares y espacios del centro. -Reconoce sus emociones en diferentes actividades.

	no detalló los espacios que existían en su barrio, solo que ahí trabajaban en la agricultura, lo cual extrañaba realizar. Identificó los lugares que existían en el centro tales como las habitaciones, salón de eventos, baños, jardines y la sala de actividades donde coloreaba y armaba rompecabezas.		
ATENCIÓN	Narración 1. (Hombre-72 años) se presentó serio y desinteresado por las actividades, observó hacia otros lados, y escribía en su libreta diferentes poemas, coplas, refranes y frases. Además, se mostró distanciado de sus compañeros, puesto que, no interactuó con ellos. Expresó que ese día se sentía frustrado por el dolor de su pierna. Se mostró indiferente ante las preguntas de pre lectura, sin embargo, comentó que en su juventud él era xilógrafo, es decir, tallaba nombres, frases y refranes en madera y los vendía en ferias de todo el Ecuador, por esta razón conocía numerosos lugares. Al narrar estas anécdotas, expresó curiosidad por la historia y las actividades que se realizarían, y formuló preguntas sobre la vida personal de la investigadora para conocerla más. Posteriormente, se	Su único interés era escribir sus historias, por lo que, se mostró distanciado y no le dio importancia a las actividades que se llevarían a cabo y tampoco a sus compañeros. Se sintió desmotivado por el malestar físico que tenía. Al momento de ser escuchado y permitirle contar sus anécdotas, expresó mayor confianza para compartir con los demás participantes y para participar en la sesión. Expresó felicidad al comentar sus sueños y anhelos.	-Responde a las preguntas de una forma coherente y ordenada sin distraerse durante el dialogo.

	planteó la siguiente interrogante: Si el día de mañana encontrarán una bolsa llena de dinero ¿qué harían?, y él respondió que se compraría una casa, un terreno, un automóvil para viajar de nuevo por todo el Ecuador, e imprimiría numerosos libros con su autobiografía para venderlos, y reflejó mayor felicidad al compartir sus ideas.		
	Narración 2. (Hombre, 78 años) se presentó intrigado por la leyenda, puesto que, preguntó sobre el tema de la misma, y se mostró seguro para conversar sus experiencias, de este modo, mencionó que en su juventud trabajó como mecánico en la marina del Ecuador, por esta razón él vivió muchos años en la región Amazónica y en Santa Elena, además, conoció varios lugares de la región Costa y las Islas Galápagos. Igualmente, narró las diferentes actividades que desempeñó en su profesión y con alegría expresó todo lo que aprendió. Ante la pregunta: Si el día de mañana encontrarán una bolsa llena de dinero ¿qué harían?, él respondió que viajaría por todo el mundo, porque no conoce otros países y anhelaba hacerlo, lo cual	-Sintió mayor entusiasmo e intriga por escuchar la lectura correspondiente a la sesión. -Expresó felicidad al recordar la profesión que desempeñó durante toda su juventud. -Identificó y detalló las actividades que cumplía como parte de su profesión. -Se sintió feliz al proyectar que cumplía sus metas inconclusas.	-Responde a las preguntas de una forma coherente y ordenada sin distraerse durante el diálogo.

	expresó con ilusión y entusiasmo mientras sonreía.		
	Narración 3. (Hombre-80años) expresó felicidad por la reunión y expuso con entusiasmo el dibujo que coloreaba antes de empezar la sesión, se mostró atento a las preguntas y las respondió de una forma coherente, de este modo, mencionó que él era agricultor y que su padre y abuelo le enseñaron a labrar la tierra, cultivaba maíz y otros granos, enfatizó que extrañaba esta labor, puesto que ahora ya no podía realizarla en el centro geriátrico. Ante la pregunta: Si el día de mañana encontraran una bolsa llena de dinero ¿qué harían?, él respondió que compraría numerosos terrenos con animales, porque disfrutaba de la vida en el campo, lo cual, expresó con felicidad.	-Presentó un mayor interés por participar en las actividades. -Se sintió feliz al compartir con los demás, las actividades que realiza antes de la sesión. -Sintió nostalgia al recordar las labores que desempeñaba en el campo junto con su familia. -Sintió felicidad al imaginar que volvería a vivir en el campo y continuar con las actividades que realizaba de joven.	-Responde a las preguntas de una forma coherente y ordenada sin distraerse durante el diálogo.
RAZONAMIENTO	Narración 1. (Hombre,78 años) se presentó interesado por la leyenda asignada para esta sesión, y preguntó entusiasmado cuál era su título. Respondió con claridad de manera organizada las preguntas de pre lectura, de este modo, mencionó que en su juventud él escuchó de una montaña, la cual escondía un tesoro y también conocía la	-Realizó preguntas para conocer más sobre el tema, lo cual demuestra que participa de forma activa. -Relacionó sus conocimientos previos con los actuales, al comparar los lugares de ambas leyendas. -Reflejó avances en su capacidad para expresarse con seguridad. Intercambió conocimientos e ideas con sus conocimientos, de tal manera que, se involucró más en la discusión.	Responde a las preguntas con argumentos

	leyenda del tesoro de Atahualpa escondido en Llanganates, y dialogó con sus compañeros sobre la intrigante historia detrás de este famoso tesoro. Presentó mayor seguridad y confianza para hablar, puesto que, utilizó gestos y sus manos mientras expresaba sus ideas.		
	Narración 2. (Hombre-80años) se mostró confiado para compartir con sus compañeros y a pesar de no mencionar alguna historia relacionada a lugares mágicos o misteriosos, él narró algunas situaciones personales difíciles que enfrentó cuando era pequeño por la falta de recursos económicos, sin embargo, expresó que fue muy feliz. Presentó mayor interés por formar parte de la sesión, puesto que, culminó las actividades que realizaba en el centro de una forma rápida, para participar en la lectura.	-Expresó mayor comodidad para compartir con su grupo aspectos personales. -Integró de otra manera la información en su propia experiencia de vida. -Presentó interés por integrarse en las actividades.	Responde a las preguntas con argumentos
	Narración 3. (Hombre-72 años) se sintió entusiasmado por participar en la sesión, incluso mostró mayor seguridad y confianza para compartir los poemas que escribió sobre Penipe y el centro geriátrico y un pequeño fragmento de su autobiografía con sus compañeros, de tal	-Se mostró comprometido con el proceso al expresar motivación e interés por participar. -Demostró interés por expresar sus emociones y pensamientos a través de la escritura. -Se sintió más cómodo para compartir aspectos personales. -Demostró que valora su trabajo creativo y busca de	Responde a las preguntas con argumentos

	manera que, presentó con felicidad y orgullo sus textos, además preguntó algunas formas de mejorar la presentación, puesto que, anhelaba elaborar un libro que recopilara todos sus textos y venderlo. Igualmente, respondió a las preguntas de pre lectura de una forma organizada, de este modo, mencionó que en su ciudad natal del Puyo existían varios lugares misteriosos como cuevas y montañas que escondían tesoros, pero, la historia que llamaba su atención fue la del tesoro de Atahualpa, por lo que, dialogó con su compañero sobre la misteriosa ubicación de este tesoro.	manera constante perfeccionar sus escritos. -Se sintió interesado por la historia al intercambiar opiniones con sus compañeros.	
LENGUAJE	Narración 1: (Mujer-93 años) se presentó molesta y triste, porque, manifestó que las cuidadoras del centro le roban sus pertenencias personales, reflejó preocupación y mantuvo los brazos cruzados, insistió en hablar sobre este tema, porque, se sentía frustrada al no ser escuchada. Ella expresó cómo se sentía y después se procedió con las preguntas de pre lectura. De este modo, mencionó que antes vivía en Quito, desempeñó varias labores como limpiar oficinas, expresó con tristeza que extrañaba su ciudad, porque, ahí tenía	-Se sintió triste, incómoda e impotente porque vulneraron su privacidad. -Reflejó una necesidad de ser escuchada. -Evoca una época de su vida más alegre y feliz y, la contrasta con la actual y, sintió nostalgia al recordar estas experiencias. -Se sintió reconfortada por mantener algunos vínculos con amigos y familiares del pasado. -Sintió nostalgia al recordar lugares de su ciudad. - A pesar de su tristeza y nostalgia por lo que ha perdido, también encuentra alegría en algunos detalles del presente. -Sintió alegría por participar en actividades sociales.	-Formula preguntas -Intercambia opiniones -Escucha a sus compañeros -Utiliza gestos y movimientos corporales para expresarse -Narra sucesos reales y de experiencia

	amigos e incluso la dueña del edificio donde vivía siempre le llevaba dulces. Mencionó que, en la actualidad, su hijo casi no la visita porque es militar, sin embargo, su sobrino va a verla a veces y le regala artículos de aseo personal, igualmente recibe llamadas de sus amigos. Al hablar de su ciudad, nombró varios lugares como la Plaza Grande, El Panecillo y los barrios más conocidos de su época y explicó una breve historia sobre el origen del Panecillo. Narró una historia sobre apariciones fantasmagóricas mientras durante su peregrinación a la Virgen del Cisne, lo cual, expresó con nostalgia y una sonrisa. Además, manifestó que, a pesar de los disgustos que enfrenta en el centro, es muy feliz aquí, porque, ese día festejaron los cumpleaños de sus compañeros y ella disfrutaba de los dulces y los programas que realizaban.		
	Narración 2. (Hombre, 78 años) se presentó confiado y entusiasmado por participar en la sesión, mostró curiosidad por la historia asignada a esta sesión. Antes de iniciar, dialogó más con la	-Sintió seguridad para participar. -Demostró mayor confianza para socializar y establecer una conversación. -Participó de manera activa con ideas y opiniones. -Expresó con seguridad y comodidad sus ideas y creencias.	-Formula preguntas -Intercambia opiniones -Escucha a sus compañeros -Utiliza gestos y movimientos corporales para expresarse -Narra sucesos reales y de experiencia

	investigadora, y narró su rutina del fin de semana con mayor confianza. Se mostró alegre al conocer el título de la leyenda y, manifestó que él conocía otra versión de la historia, lo cual, expresó con alegría. A pesar de no conocer la historia sobre el origen de algún lugar, escuchó con atención a su compañera las historias de Quito y del Panecillo, realizó preguntas, juntos establecieron una conversación de una manera espontánea y rieron al recordar otras leyendas del Ecuador.	-Escuchó las ideas y emociones sin interrumpir a su compañera.	
--	---	--	--

GUÍA DE OBSERVACIÓN (Durante y después de la lectura)

CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	ANÁLISIS	INDICADORES ALCANZADOS
MEMORIA	Narración 1. (Hombre, 78 años) durante la lectura, participó de forma espontánea, al mencionar los apodos con los que se conocía a María Angula y explicó las recetas que su mamá le preparaba cuando era pequeño, las cuales expresó que extrañaba con cariño. Expresó alegría y realizó bromas sobre la frase de “María Angula devuélveme mis tripas y puzùn”. Él miró y escuchó con atención mientras sus demás compañeros comentaban sus experiencias. Recordó sin problemas la frase “María Angula devuélveme mis tripas y puzùn, que te llevaste de mi santa sepultura” así, como la frase que siempre	Participó de manera activa durante la lectura. Expresó alegría al compartir sus experiencias con sus demás compañeros. Mostró interés por las historias de sus demás compañeros. No presentó dificultades para completar las actividades de post lectura, las ejecutó de una manera rápida y sin ayuda. Mostró felicidad después de finalizar las actividades. Demostó mayor confianza en sí mismo, al momento de culminar las actividades. Prestó atención a las indicaciones de cada actividad.	-Recuerda los nombres de los personajes, sus características y la secuencia de los hechos. -Recuerda y comparte experiencias personales. -Relaciona situaciones de su infancia y juventud con hechos de la historia. -Compara características de los personajes -Asigna las acciones correspondientes a cada personaje -Selecciona la posición correcta de los personajes

	le decía María Angula a su vecina Mercedes, después, de explicarle las recetas, la cual era “Así, vecina, así no más, es muy fácil, sí sabía”. Para el desarrollo de las actividades de post lectura, se presentaron los siguientes materiales: imágenes de los personajes y escenarios, matriz de 5x5 y un tablero con diferentes imágenes. Comparó las imágenes de los personajes para reconocer el que se repetía de manera rápida y sin ayuda y, se mostró feliz al lograr encontrar las diferencias. Recordó la secuencia de la historia y los personajes con sus respectivas características y reflejó calma y concentración. Seleccionó de manera rápida la posición de los personajes previamente visualizados dentro de una cuadrícula, y expresó interés y satisfacción al ejecutar esta actividad, porque en cada intento se aumentó el nivel dificultad. En la búsqueda de personajes dentro de una constelación, se mostró concentrado y, terminó esta actividad en un tiempo menor al determinado. Se presentó interesado por la actividad del laberinto, a pesar de que le resultó un poco difícil por problemas en la visión, logró llegar a la meta.		-Busca personajes y elementos en concreto al diferenciarlos de otros similares -Elige entre distintas alternativas, para llegar a una meta en específico.
--	--	--	---

	Narración 2. (Mujer, 75 años) durante la lectura, demostró curiosidad, porque, no conocía la leyenda presentada, miró fijamente a los ojos a sus compañeros y a la investigadora en el transcurso del diálogo y escuchó con atención a las historias de sus demás compañeros, sonrió más al relacionar las recetas que se presentaron en la leyenda con aquellas que ella cocinaba en Guayaquil, incluso, detalló los pasos para preparar platos típicos de su ciudad tales como: la lengua de vaca y, les explicó a sus demás compañeros, e incluso manifestó que extrañaba la comida de Guayaquil. Mostró interés por la frase “María Angula devuélveme mis tripas y puzùn que te robaste de mi santa sepultura” y sonrió cada vez que la escuchaba y, la repitió durante la lectura varias veces. Para el desarrollo de las actividades de post lectura, se presentaron los siguientes materiales: imágenes de los personajes y escenarios, matriz de 5x5 y un tablero con diferentes imágenes. Recordó los personajes y escenarios de la historia a partir de las imágenes presentadas. Comparó las imágenes de los personajes a partir de las imágenes presentadas para reconocer el que se repetía, al principio		-Recuerda los nombres de los personajes, sus características y la secuencia de los hechos. -Recuerda y comparte experiencias personales. -Relaciona situaciones de su infancia y juventud con hechos de la historia. -Compara características de los personajes -Asigna las acciones correspondientes a cada personaje -Selecciona la posición correcta de los personajes -Busca personajes y elementos en concreto al diferenciarlos de otros similares -Elige entre distintas alternativas, para llegar a una meta en específico.
--	--	--	--

	presentó dificultades, pero, en el segundo intento lo logró, ante lo cual, expresó felicidad y mayor confianza en sí misma. Presentó problemas para recordar la secuencia de la historia, sin embargo, gracias a las imágenes de las diferentes escenas pudo reconocer el inicio, nudo y final de una forma más fácil, y nombró y caracterizó los personajes sin problemas, además, asignó a cada uno sus acciones. Seleccionó de manera correcta las posiciones de los personajes previamente visualizados, cada intento lo resolvió más rápido y expresó gran satisfacción y alegría al concluir. En la búsqueda de personajes dentro de una constelación, se mostró feliz y atenta a cada detalle, las últimas tres series las resolvió sin errores y sin dudar de su respuesta. Se mostró un poco confundida con la actividad del laberinto, por no saber qué camino recorre para llegar a la meta, pero, tras dos intentos, lo logró y expresó satisfacción al hacerlo.		
	Narración 3. (Hombre, 75 años) durante la lectura, interactuó más con sus compañeros, puesto que, compartió con ellos una receta similar a la escuchada en la leyenda, y	La interacción con sus compañeros incrementó al momento de compartir sus experiencias de niño. Expresó alegría al compartir sus experiencias con sus demás compañeros y al	-Recuerda los nombres de los personajes, sus características y la secuencia de los hechos.

	expresó curiosidad por la peculiar receta del caldo de tripas con puzùn, sonrió cuando escuchó que estaba preparada con las tripas de un muerto fresco. Expresó alegría al momento de narrar las recetas que preparaba su madre cuando él era pequeño y recordó con exactitud los ingredientes de su plato favorito “la tripa mishki” Recordó sin problemas la frase “María Angula devuélveme mis tripas y puzùn, que te llevaste de mi santa sepultura” Para el desarrollo de las actividades de post lectura, se presentaron los siguientes materiales: imágenes de los personajes y escenarios, matriz de 5x5 y un tablero con diferentes imágenes. Comparó las imágenes de los personajes para reconocer el que se repetía y se mostró alegre por las imágenes presentadas. Recordó la secuencia de la historia y los personajes con sus acciones y características. Al principio presentó dificultad por seleccionar la posición de los personajes previamente visualizados dentro de una cuadrícula, sin embargo, con la práctica y después de 3 intentos, logró hacerlo y expresó felicidad al darse cuenta que fue capaz de hacerlo. En la búsqueda de personajes dentro de una	escuchar las frases de la historia. Recordó datos e información de la historia con el apoyo de recursos visuales. Sintió satisfacción y felicidad al completar las actividades y demostró mayor confianza en sí mismo cada vez que lo lograba. No presentó dificultades para completar las actividades de post lectura, a excepción del laberinto, en la cual requirió de ayuda.	y -Recuerda y comparte experiencias personales. -Relaciona situaciones de su infancia y juventud con hechos de la historia. -Compara características de los personajes -Asigna las acciones correspondientes a cada personaje -Selecciona la posición correcta de los personajes -Busca personajes y elementos en concreto al diferenciarlos de otros similares
--	---	--	--

	constelación, se mostró atento a los detalles para encontrar el elemento correcto. Demostró inseguridad al solucionar el laberinto, puesto que, se sintió confundido con las diferentes alternativas para llegar a la meta, por lo que requirió de ayuda para solucionarlo.		
	Narración 4. (Hombre-80años) durante la lectura, presentó dificultades para retener información con respecto a los personajes, sus características y los escenarios, puesto que, se distraía con facilidad, sin embargo, su atención e interés por la historia aumentó al momento de observar las imágenes relacionadas a la lectura y logró procesar y recordar mejor la información, puesto que respondió con mayor precisión las preguntas. Expresó alegría nombrar que las recetas que su madre le preparaba, sin embargo, no detalló el proceso, porque, manifestó que él siempre trabajaba o se encontraba dormido mientras su madre cocinaba. Recordó sin problemas la frase “María Angula devuélveme mis tripas y puzùn, que te llevaste de mi santa sepultura” Para el desarrollo de las actividades de post lectura, se presentaron los siguientes materiales: imágenes de los personajes y escenarios,	Su interés y motivación por participar incrementó al momento de visualizar imágenes de la historia. Su procesamiento de la información fue más rápido gracias al apoyo visual. Expresó alegría al compartir sus anécdotas. Ejecutó de una manera rápida las actividades de estimulación cognitiva, puesto que, su atención a los detalles mejoró al ver las imágenes. Mostró felicidad después de finalizar las actividades y expresó mayor confianza en sus capacidades.	-Recuerda los nombres de los personajes, sus características y la secuencia de los hechos. -Recuerda y comparte experiencias personales. -Relaciona situaciones de su infancia y juventud con hechos de la historia. -Compara características de los personajes -Asigna las acciones correspondientes a cada personaje -Selecciona la posición correcta de los personajes -Busca personajes y elementos en concreto al diferenciarlos de otros similares -Elige entre distintas alternativas, para llegar a una meta en específico.

	matriz de 5x5 y un tablero con diferentes imágenes. Comparó las imágenes de los personajes para reconocer el que se repetía y se mostró feliz cada vez que acertaba la tarjeta correcta. Recordó la secuencia de la historia y los personajes con sus acciones y características de una manera rápida, a través de las imágenes presentadas. Seleccionó sin dificultad la posición de los personajes previamente visualizados dentro de una cuadrícula, lo hizo de una forma rápida y sin errores, además, en cada intento expresó mayor felicidad por no equivocarse. En la búsqueda de personajes dentro de una constelación, identificó el elemento correcto. Encontró varios caminos para llegar a la meta en el laberinto y después de cada actividad expresó la frase “Yo puedo, ya mismito acabo” mientras sonreía.		
ATENCIÓN	Narración 1. (Hombre-72 años) escuchó concentrado la lectura, por lo tanto, dejó de escribir en su libreta, y participó de una forma activa al formular preguntas sobre los personajes en específico sobre el “Carbunco”. Interactúo más con sus compañeros, les preguntó si recordaban ciertas leyendas como: la llorona, el duende o el caballo e	-Se interesó por participar en las actividades, de tal modo que, evitó distracciones y se concentró en la historia. -Promovió la participación de sus compañeros al formularles preguntas. -Comparó las características del personaje principal con seres fantásticos de otras leyendas. -Motivó a sus compañeros durante el dialogo a través de bromas.	-Selecciona la opción correcta en función del movimiento de las manecillas del reloj. -Elige la caja en la que se encuentra la palabra presentada con anterioridad. -Mueve el personaje en dirección de las flechas indicadas. -Selecciona el personaje u

	imitó sus frases y sonidos característicos. Narró diferentes historias cuyo personaje principal era un animal tenebroso, puesto que, relacionó la leyenda del Carbunco con estos seres. Igualmente, comparó la leyenda escuchada con el personaje del duende, y un gato porque, estos seres también guardaban monedas de oro. Realizó bromas con sus compañeros, y los hizo reír con sus comentarios e ideas sobre la historia. Respondió las preguntas relacionadas a la lectura con argumentos y sin dudar. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, imagen de un reloj con los personajes, cajas pequeñas de cartón, tarjetas con frases y palabras, tarjetas con flechas (arriba, abajo, derecha e izquierda), tablero de 15x15 cuadrados, imágenes de los personajes y objetos de la leyenda. Identificó el número de espacios que recorrió la manilla del reloj en un tiempo rápido. Reconoció la caja en la cual se encontraban las palabras e imágenes escondidas con anterioridad, durante esta actividad demostró confianza en sí mismo al elegir la caja correcta y no tardó en seleccionarla, en cada acierto expresó	-Mantuvo la atención durante la historia, lo cual le permitió responder a las preguntas sin equivocarse y con hechos de la lectura. -Reaccionó de manera rápida frente a los cambios y movimientos que surgieron en las actividades, mientras evitaba los distractores. -Se sintió seguro de ejecutar las actividades sin errores. -Sintió felicidad al participar en el bingo, puesto que, deseaba ganar y completar la tabla, lo cual, le permitió escuchar con atención las características de los personajes.	elemento nuevo dentro de un grupo de cartas. -Escoge el personaje correcto a través de las características escuchadas a partir del juego del bingo.
--	---	---	---

	entusiasmo por seguir intentándolo e ignoró las palabras distractoras que no pertenecían a la historia. Movió el personaje del Carbunco por las diferentes casillas de la cuadrícula en dirección a las flechas presentadas de una forma rápida. Seleccionó el personaje o elemento nuevo dentro de un grupo de cartas que cambiaba en cada serie, de tal manera que, reconoció de inmediato el elemento nuevo. Finalmente, en la actividad de “Bingo y magia” expresó entusiasmo y felicidad, puesto que, anheló llenar la tabla del bingo y ganar, de este modo, escuchó con atención a las características de los personajes presentados para escoger el correcto e igualmente estuvo atento a los movimientos de sus otros compañeros.		
	Narración 2. (Hombre, 78 años) escuchó con atención la lectura, incluso se acercó más, cruzó las manos y miró fijamente a la investigadora mientras narraba la leyenda. Sonrió al escuchar las características del Carbunco, puesto que, le recordó a la historia de un gato maligno que escuchó cuando era joven. Se mostró interesado por los comentarios de sus compañeros, y respondió las preguntas que Rodrigo	-Escuchó con atención toda la historia, por lo que, no tuvo problemas para responder a las preguntas. -Dialogó más con sus compañeros y presentó interés por sus ideas y respuestas. -Comparó las características del personaje principal con seres fantásticos de otras leyendas. -Mantuvo la atención desde el inicio hasta el final de la historia sin distraerse. -Reaccionó de manera rápida frente a los cambios y movimientos que surgieron	-Selecciona la opción correcta en función del movimiento de las manecillas del reloj. -Elige la caja en la que se encuentra la palabra presentada con anterioridad. -Mueve el personaje en dirección de las flechas indicadas. -Selecciona el personaje u elemento nuevo

	le formuló a cerca de otras leyendas. Mantuvo el contacto visual durante el dialogo. Respondió las preguntas relacionadas a la lectura de una forma rápida y sin errores. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, imagen de un reloj con los personajes, cajas pequeñas de cartón, tarjetas con frases y palabras, tarjetas con flechas (arriba, abajo, derecha e izquierda), tablero de 15x15 cuadrados, imágenes de los personajes y objetos de la leyenda. Reaccionó de manera rápida a los movimientos de la manecilla del reloj, además reconoció el número exacto de espacios que saltó. Reconoció la caja en la cual se encontraban las palabras e imágenes escondidas con anterioridad, durante esta actividad reflejó entusiasmo, y se mostró concentrado, puesto que, no se equivocó y, acertó a todas las palabras. Movió el personaje del Carbunco y del hombre ambicioso por las diferentes casillas de la cuadrícula en dirección a las flechas presentadas de una forma rápida. Seleccionó el personaje o elemento nuevo dentro de un grupo de cartas que cambiaba en cada serie, y	en las actividades, mientras evitaba los distractores. -Completó las actividades de una manera rápida y sin cometer errores. -Sintió felicidad y expresó sorpresa por las imágenes de los personajes de las tablas del bingo, el cual completó de manera rápida.	dentro de un grupo de cartas. -Escoge el personaje correcto a través de las características escuchadas a partir del juego del bingo.
--	---	---	--

	reflejó seguridad en cada elección. Expresó felicidad por jugar al bingo, puesto que, hace mucho tiempo no lo hacía, recordó y reconoció a todos los personajes a través de sus características, de este modo, fue el primero en completar la tabla.		
	Narración 3. (Hombre-80años) escuchó la lectura durante un tiempo más prolongado sin distraerse, sin embargo, fue necesario hacer pausas para realizarle preguntas y, así reconocer su comprensión sobre la historia, cometió algunos errores en las respuestas, no obstante, reconoció los personajes, sus características, acciones y el tema central de la historia. Observó y escuchó a sus compañeros mientras sonreía. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, imagen de un reloj con los personajes, cajas pequeñas de cartón, tarjetas con frases y palabras, tarjetas con flechas (arriba, abajo, derecha e izquierda), tablero de 15x15 cuadrados, imágenes de los personajes y objetos de la leyenda. Identificó el número exacto de personajes que la manecilla del reloj recorrió. Reconoció la caja en la cual se encontraban las palabras e imágenes	-Requirió de pausas para procesar la información de una manera más fácil sin distraerse. -Sintió mayor interés por las ideas y participaciones de sus compañeros. -Completó las actividades con seguridad y confianza de que lo hizo bien y sin equivocarse. -Reaccionó de manera rápida frente a los cambios y movimientos que surgieron en las actividades, mientras evitaba los distractores. -Se sintió feliz cada vez que acertaba en las actividades. -Se sintió alegre y sorprendido por participar en el juego del bingo, lo cual le permitió identificar de manera rápida los personajes correctos a través de sus características. -Compartió más con sus compañeros a través de la narración de experiencias personales.	-Selecciona la opción correcta en función del movimiento de las manecillas del reloj. -Elige la caja en la que se encuentra la palabra presentada con anterioridad. -Mueve el personaje en dirección de las flechas indicadas. -Selecciona el personaje u elemento nuevo dentro de un grupo de cartas. -Escoge el personaje correcto a través de las características escuchadas a partir del juego del bingo.

	escondidas con anterioridad, durante esta actividad expresó confianza y alegría, porque, manifestó que le resultó fácil la actividad. Movió los personajes por las diferentes casillas de la cuadrícula en dirección a las flechas presentadas sin equivocarse. Seleccionó el personaje o elemento nuevo dentro de un grupo de cartas que cambiaba en cada serie, y se mostró emocionado en cada acierto. Expresó intriga y sorpresa por participar en el bingo, identificó los personajes a través de sus características, durante la actividad comentó algunas historias que escuchó sobre la aparición de un gato maligno que se llevaba a las malas personas, por lo tanto, interactuó más con sus compañeros y se interesó por sus participaciones en el juego del bingo.		
RAZONAMIENTO	Narración 1. Durante la lectura (Hombre, 78 años) preguntó el origen del nombre del lugar misterioso que se mencionaba, el cual era “Cananvalle”, por lo tanto, mostró curiosidad por este sitio. Después de escuchar la historia, llegó a la conclusión de que la montaña solo abría sus puertas a las personas nobles con un buen corazón, y, reflexionó sobre las personas de su pasado que fueron buenas	-Demostró interés para involucrarse con el contenido de la historia a un nivel más profundo. -Conectó emocionalmente con la historia al compararla con su experiencia personal. -Logró asociar conceptos abstractos y analizar símbolos e imágenes de una forma rápida y lógica. -Demostró perseverancia durante los desafíos. -Disfrutó de la interacción grupal y evidenció avances en su capacidad de procesar y retener información a largo plazo.	-Reflexiona las acciones de los personajes. -Elabora conclusiones con argumentos basados en la historia. -Relaciona sus conocimientos previos con la nueva información. -Escoge la imagen correcta en función de la letra o número asignado. - Encuentra el

	por ejemplo, mencionó a su mamá, hijos, doctores y enfermeras que cuidaron de él y lo ayudaron durante su recuperación tras la pérdida de su pierna a causa de la diabetes, lo cual expresó en voz baja y con tristeza , sin embargo, manifestó que en la actualidad ya aceptó esa situación y se sentía estable. Manifestó que esta historia fue su favorita, puesto que le pareció que esta montaña con puertas y edificios de oro y con paisajes hermosos era misteriosa y porque solo premiaba a las personas buenas. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, tarjetas con números y letras del abecedario, imágenes de personajes y elementos de la leyenda, tablero con personajes en diferentes posiciones, marcador, tarjetas con palabras pintadas de diferentes colores, jenga con imágenes y preguntas de personajes y escenarios de la leyenda. Escogió la imagen correspondiente dentro de un conjunto, en relación a la letra o número asignado, y expresó felicidad al completar esta actividad, por la dificultad que presentó, sin embargo, asoció los símbolos presentados con las imágenes de los	personaje diferente dentro de un grupo. -Une los personajes con una línea única utilizando todas las casillas del tablero. -Selecciona el objeto en función del color de la palabra presentada.
--	---	--

	personajes en un tiempo menor al establecido. Encontró el personaje diferente de los demás conjuntos de personajes, puesto que, no tuvo problemas para identificar sus características. En la actividad de unir los personajes con una sola línea, e impedir que se crucen, presentó problemas, porque debía utilizar todas las casillas de la cuadrícula. Sin embargo, después de tres intentos lo logró, y expresó satisfacción al conseguirlo. Seleccionó el objeto de la lectura en función del color de la palabra presentada de una manera rápida, de tal manera que, analizó, recordó y relacionó datos para completar las actividades. Se presentó motivado y expresó felicidad al jugar Jenga con sus compañeros, puesto que no dejó caer ninguna pieza y respondió las preguntas de manera correcta con los datos de la lectura.		
	Narración 2. (Hombre-80años) presentó curiosidad por la historia, puesto que, nunca escuchó sobre este lugar. Expresó mayor interés durante la descripción de la montaña de Cananvalle, en especial, mencionó que la puerta de oro que aparecía y desaparecía le resultó interesante, además, identificó con mayor seguridad los personajes y sus	-Se sintió interesado por receptor nueva información. -Demostró avances en su capacidad para identificar personajes y asociarlos con las imágenes presentadas. -Evidenció su capacidad de aprender a través de la observación y la práctica. -Demostró disposición para enfrentar y superar desafíos, al intentar varias veces algunas actividades.	-Asocia datos e información para responder a las preguntas. -Escoge la imagen correcta en función de la letra o número asignado. - Encuentra el personaje diferente dentro de un grupo. -Une los personajes con una línea única utilizando todas las casillas del tablero.

	características, puesto que, durante la lectura los asoció con las imágenes presentadas. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, tarjetas con números y letras del abecedario, imágenes de personajes y elementos de la leyenda, tablero con personajes en diferentes posiciones, marcador, tarjetas con palabras pintadas de diferentes colores, jenga con imágenes y preguntas de personajes y escenarios de la leyenda. Al inicio de la actividad de simbolismo, presentó dificultades para escoger la imagen correspondiente dentro de un conjunto, en relación a la letra o número asignado, puesto que, no comprendió la actividad, pero, al intentarla varias veces y observar a sus compañeros ejecutarla, logró asociar los símbolos con las imágenes, y expresó felicidad y motivación por completar la actividad. Encontró el personaje diferente de los demás conjuntos de personajes de una manera rápida a través de la identificación de sus características. Unió sin problemas los personajes de la lectura con una sola línea y utilizó todos los casilleros. Seleccionó el objeto de la lectura en función del color de la palabra	-Demostró avances en su capacidad de atención a los detalles. -Se sintió feliz de interactuar con sus compañeros social y disfrutó de la competencia amistosa.	-Selecciona el objeto en función del color de la palabra presentada.
--	--	--	---

	presentada en el tiempo establecido y completó varias rondas, porque, presentó interés por la actividad. Al momento de jugar jenga, sonrió junto con sus compañeros, y en ocasiones demostró nerviosismo porque anhelaba ganar, y a pesar de que dejó caer varias piezas, expresó que se divirtió porque tuvo que pensar y responder preguntas.		
	Narración 3. (Hombre-72 años) expresó intriga por la historia y comparó al valle de Cananvalle con el cielo, por su descripción de edificios de oro y bellos paisajes. Además, reflexionó sobre el mensaje de la historia y expresó que algunas veces la vida te recompensa por ser buena persona tal y como le sucedió al protagonista de la historia. Reflexionó sobre los momentos en los que conoció a personas solidarias y bondadosas como su madre y algunos amigos que conoció cuando decidió huir de su hogar cuando era adolescente y los comparó con el protagonista. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, tarjetas con números y letras del abecedario, imágenes de personajes y elementos de la leyenda, tablero con personajes en diferentes posiciones, marcador,	-Demostró que tiene una imaginación activa y creatividad. -Conectó su vida con el contenido de la historia. -Elaboró conclusiones en base a datos de la historia. -Se sintió motivado por participar en actividades desafiantes. -Procesó y analizó de manera cuidadosa la información para completar las actividades. -Demostró interés por participar en el juego y apoyar a sus demás compañeros.	-Reflexiona las acciones de los personajes. -Elabora conclusiones con argumentos basados en la historia. -Relaciona sus conocimientos previos con la nueva información. -Escoge la imagen correcta en función de la letra o número asignado. - Encuentra el personaje diferente dentro de un grupo. -Une los personajes con una línea única utilizando todas las casillas del tablero. -Selecciona el objeto en función del color de la palabra presentada.

	tarjetas con palabras pintadas de diferentes colores, jenga con imágenes y preguntas de personajes y escenarios de la leyenda. Escogió la imagen correspondiente dentro de un conjunto, en relación a la letra o número asignado, expresó que fue una de las actividades más complicadas, pero entretenidas. Encontró el personaje diferente de los demás conjuntos de personajes de una manera rápida, porque, expresó que gracias a la práctica es capaz de identificar diferencias entre personajes y elementos similares. Unió los personajes de la lectura con una sola línea y sin dejar espacios en blanco, sin embargo, tardó en completar la actividad. Seleccionó el objeto de la lectura en función del color de la palabra presentada, de manera rápida y, se mostró seguro al hacerlo. Observó con atención los movimientos de sus compañeros durante el jenga y, en ocasiones intentó guiarlos, expresó alegría y satisfacción cada vez que movía una pieza y la torre no se derrumbó.		
LENGUAJE	Narración 1: (Mujer-93 años) durante la lectura expresó felicidad y sorpresa, por la leyenda de Cantuña, puesto que, la misma pertenece a su ciudad natal.	-Se sintió cómoda para expresar sus emociones. -Conectó la leyenda con su ciudad natal. -Sintió nostalgia al recordar su ciudad, familia y amigos.	-Formula preguntas -Intercambia opiniones -Escucha a sus compañeros -Utiliza gestos y movimientos

	Asoció esta leyenda con otras que sucedieron en la Catedral de Quito, por ejemplo, narró, que fuera de esa iglesia siempre pasaba una señora con un velo negro que le gustaba observar y asustar a los militares que resguardaban al presidente García Moreno, al momento de contar esta y otras historias, sonrió y preguntó a su compañero si recuerda la leyenda del Padre Almeida, de tal manera que, interactuaron y rieron al recordar la frase de: Hasta cuando Padre Almeida y la respuesta del sacerdote: Hasta la vuelta Señor Escuchó con atención las ideas de su compañero, y le solicitó que repita lo que dijo al no escucharlo bien. Igualmente, al expresarse, coordinó los gestos con las palabras, y utilizó sus manos mientras intercambiaba sus ideas. Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, tarjetas con letras del abecedario, hojas con espacios para las palabras, marcador, juego de mesa “Cortex Challenge”. Seleccionó las letras necesarias para formar los nombres o frases de los personajes en el centro, a pesar de tener problemas con su visión, logró completar la actividad de manera oral y expresó felicidad y entusiasmo por	-Compartió recuerdos junto con su compañero. -Mantuvo una comunicación efectiva y respetuosa con su compañero. -Intercambió sus ideas y emociones a través de la palabra y elementos no verbales. -Construyó palabras y frases de manera clara y ordenada. -Sintió felicidad al ser escuchada y por resolver retos relacionados a la leyenda de Cantuña.	corporales para expresarse. -Narra sucesos reales y de experiencia. -Selecciona las letras necesarias, para formar nombres y frases. -Forma palabras a partir de letras desordenadas en ejes. -Interactúa con otros para solucionar desafíos presentados en cartas a partir de un juego de mesa.
--	---	---	---

	tener la oportunidad de expresarse. Formó palabras relacionadas a los personajes y escenarios a partir de las letras que aparecen en ejes, lo cual le permitió recordar historias de su infancia en Quito. Interactuó con su compañero para resolver los retos planteados en el juego de mesa “Cortex Challenge”, y reflejó felicidad. Expresó sorpresa por las preguntas y problemas que se encontraban en las tarjetas.		
	Narración 2. (Hombre, 78 años) contestó las preguntas de la lectura de manera espontánea, de tal manera que, no esperó a que lo nombrara y, comparó la leyenda de Cantuña con aquellas historias en las que hombres ricos o famosos venden su alma al diablo a cambio de fama y riqueza. Además, expresó con seguridad que desde su punto de vista el alma es una entidad importante en el ser humano, porque, es lo que le permitía llegar al cielo. Tomó por sí solo los materiales como las fichas e imágenes para ejecutar las actividades y demostró confianza y seguridad al realizarlas. Expresó sus ideas con claridad, de manera coherente y siguió una secuencia.	-Se involucró con mayor seguridad en la lectura al no requerir de ser nombrado para responder las interrogantes. -Expresó con seguridad sus creencias y opiniones. -Demostró más independencia y autonomía en la realización de actividades. -Expresó sus ideas de manera organizada. -Construyó palabras y frases de manera organizada y coherente. -Sintió felicidad al compartir con su compañera y cumplir retos para llegar a la meta.	-Intercambia opiniones -Expresa sus ideas de manera clara, organizada y coherente. -Escucha a sus compañeros -Narra sucesos reales y de experiencia. -Selecciona las letras necesarias, para formar nombres y frases. -Forma palabras a partir de letras desordenadas en ejes. -Interactúa con otros para solucionar desafíos presentados en cartas a partir de un juego de mesa.

	Para el desarrollo de las actividades se presentaron los siguientes materiales: leyenda, tarjetas con letras del abecedario, hojas con espacios para las palabras, marcador, juego de mesa “Cortex Challenge”. Seleccionó las letras necesarias para formar los nombres o frases de los personajes, expresó alegría y entusiasmo al momento de finalizar la actividad de una manera rápida. Formó palabras relacionadas a los personajes y escenarios a partir de las letras que aparecen en diferentes ejes. Interactuó con su compañera para resolver los retos planteados en el juego de mesa “Cortex Challenge”, y expresó entusiasmo por ganar, e intriga por conocer el próximo reto conforme avanzaba.		
--	---	--	--

Fuente: Instrumento aplicado

Elaborado por: Gicelle Romero

4.1.1. Discusión

Memoria

La lectura ha sido empleada como una alternativa de terapia para los adultos mayores, puesto que, activa las funciones cognitivas como la memoria. Sánchez (2022) afirmó lo siguiente:

Los adultos mayores encuentran en la lectura un espacio para entretenerse y compartir sus saberes y experiencias con los demás, revivir emociones y recuerdos, lo cual, tiene un impacto positivo en su desarrollo cognitivo y emocional, puesto que, pone en práctica procesos mentales y reactiva aquellas funciones, las cuales, por el sedentarismo, su ritmo de vida o por enfermedades se encuentran deterioradas. (p.4)

Como lo mencionó el autor para revivir emociones y recuerdos los adultos mayores

compartieron sus experiencias al utilizar la estrategia denominada Memoflujo, en la cual realizaron comparaciones e identificaron si el personaje de una carta coincidía con el que se presentó dos veces antes, durante este proceso la investigadora evidenció que los participantes reflejaron alegría y nostalgia, lo cual condujo a que logran recordar y narrar eventos de su infancia, los cuales se relacionaban con hechos de la lectura por ejemplo, las recetas que sus madres les preparaban.

Igualmente, existen diferentes tipos de memoria tales como: la episódica y a largo plazo que son las primeras en deteriorarse, sin embargo, Giler y Saltos (2023) sugieren que “es posible conservar la memoria y reducir los cambios asociados al envejecimiento con la utilización de estrategias mnemotécnicas y, con la participación en actividades grupales, puesto que, esto ayuda a retener y recordar información difícil mediante conexiones o asociaciones” (p.9). Con base en lo citado, para estimular la memoria y capacidad de retener información a largo plazo se implementó la estrategia Memonoria, en la cual los adultos mayores seleccionaron la posición correcta de los personajes de la historia previamente visualizados en una cuadrícula. En el diario de campo, la investigadora observó que esta actividad provocó en los participantes entusiasmo, motivándolos a relacionar eventos de su vida con hechos de la lectura. Al finalizar la actividad, los adultos mayores fueron capaces de nombrar a los personajes de la historia, identificar las frases que se repetían y recordar detalles específicos de las historias de sus demás compañeros. En las entrevistas, manifestaron que escuchar las leyendas les permitió recordar hechos de su infancia, puesto que, al compartir estas historias, reconectaron con su pasado y esto provocó en ellos nostalgia y alegría, además, expresaron que, al hablar con otras personas se sentían menos solos.

La lectura destaca por ser una herramienta efectiva para el estímulo de la memoria en la etapa del envejecimiento, tal y como afirman Giler y Saltos (2023) “la lectura ayuda a los adultos mayores a revivir experiencias pasadas positivas y, conectar con sus recuerdos, lo cual les permite orientarse en el presente, al vincular esos momentos con su realidad actual, este proceso refuerza su identidad y autoestima” (p.10). Como lo mencionaron los autores para que los adultos mayores se orienten en el presente y conecten sus recuerdos con la realidad actual, se empleó la estrategia Constelación de elementos, en la cual los participantes buscaron de forma rápida un elemento perteneciente a la lectura, dentro de un conjunto de objetos de forma, color y textura similares, en el desarrollo de esta actividad la investigadora registró en el diario de campo que los adultos mayores mostraron interés y satisfacción, lo cual provocó que recordaran detalles y características que diferenciaban a todos personajes y objetos de la lectura, además lograron retener por un tiempo prolongado la información escuchada.

Cabe destacar que, la lectura promueve el bienestar integral de los adultos mayores, tal y como Callís et al. (2021) manifestaron:

Este proceso activa las redes neuronales, mejora las capacidades cognitivas, como la memoria de trabajo y episódica que permiten retener información al mismo tiempo que se ejecutan otras tareas, además desarrolla la inteligencia y, contribuye al equilibrio emocional, porque refuerza sus habilidades interpersonales y sociales, para enfrentar de una forma más positiva la etapa del envejecimiento (p. 110).

Con base en lo manifestado por los autores, para que los adultos mayores sean

capaces de retener información mientras realizan otras actividades, se empleó la estrategia Personaje en Acción, donde los adultos mayores asignaron a cada personaje sus acciones correspondientes, la investigadora registró en el diario de campo que los participantes reflejaron calma y, se mostraron concentrados, lo cual les permitió recordar la secuencia de la historia y el papel que desempeñó cada personaje, al finalizar la actividad expresaron satisfacción a través de una sonrisa.

Por otra parte, para la prevención del declive cognitivo, en específico de las competencias como la memoria Salazar y Mayor (2020) afirmaron que “es importante implementar estrategias de aprendizaje y alternativas que promuevan la participación activa de los adultos mayores tales como: los laberintos y juegos de mesa, porque estos estimulan la capacidad de resolución de problemas, procesamiento de información y retención de reglas” (p.7). Con base en lo citado, para la retención de información, se trabajó la estrategia Camino hacia la meta, en la cual los participantes eligieron un camino entre diferentes alternativas para finalizar un recorrido, que partió de la casa de María Angula hasta el cementerio, la investigadora observó que esta actividad generó alegría, satisfacción e interés, porque tal y como los participantes manifestaron en las entrevistas concluir esta actividad representó un desafío para ellos, por sus problemas visuales, sin embargo, lograron recordar los recorridos intentados para probar nuevas soluciones y llegar a la meta.

Atención

La atención es una de las primeras funciones cognitivas en presentar un mayor declive durante la vejez, por lo tanto, Lara et al. (2019) recomendó lo siguiente:

Es necesario de estímulos adecuados que permitan conservar el cerebro activo y, prevenir el deterioro cognitivo, por ejemplo, la implementación de clubes de lectura, promueve la estimulación de la atención, porque, implica que los participantes se concentren en las historias y opiniones de sus demás compañeros, para su posterior discusión, lo cual incrementa su capacidad de procesamiento de la información. (p.76)

Como lo mencionaron los autores para estimular la atención y procesamiento de información de una manera más rápida y mantener la concentración en las actividades se implementó la estrategia denominada Bingo de leyendas y magia, en la cual los adultos mayores identificaron el personaje correcto en una tabla, a través de la descripción de sus características escuchadas, lo cual produjo que trabajen de manera concentrada sin distraerse, hasta completar la actividad, durante su participación la investigadora observó que los participantes reflejaron mayor motivación y felicidad, además, se mostraron atentos a los detalles de cada personaje para seleccionar aquel que coincidía con la descripción y así completar la tabla del bingo, lo cual les permitió escuchar, seguir las instrucciones con atención, evitar distraerse con otros elementos de la tabla, y discutir con sus compañeros los argumentos para elegir la respuesta correcta .

Así mismo, esta competencia es fundamental para el funcionamiento del cerebro, porque optimiza el aprendizaje y desempeño en actividades específicas tal y como Aguilar et al. (2018) afirmaron “la atención es una función precursora de toda decisión y acción, porque permite priorizar información proveniente de estímulos externos para orientar

nuestras respuestas, lo que significa que el cerebro selecciona la información importante e inhibe estímulos irrelevantes” (p.7).

Con base en lo mencionado por los autores para que los adultos mayores enfoquen su atención en la información importante y, eviten distraerse con otros estímulos se empleó la estrategia Memocaja de palabras, donde los participantes seleccionaron la caja que contenía la palabra o frase presentada previamente, la cual fue escondida junto con otras palabras. La investigadora registró en el diario de campo que los participantes expresaron confianza y alegría, además, trabajaron de manera concentrada y, lograron finalizar esta actividad en un menor tiempo al establecido inicialmente puesto que, escogieron las palabras correctas e ignoraron aquellas que no pertenecían a la historia ni a la caja indicada, e igualmente, demostraron un mayor interés por la participación de sus otros compañeros al escuchar sus comentarios.

Así mismo, la atención constituye la base para el funcionamiento de las demás competencias cognitivas como la memoria, razonamiento y lenguaje, de este modo, Fernández et al. (2018) manifestaron “la atención implica producir y conservar un estado de alerta correcto, lo que es crucial para desempeñar actividades que requieren de toma de decisiones y análisis lo cual asegura que seamos capaces de procesar y responder a estímulos del entorno” (p. 69). Como lo mencionaron los autores para que los participantes mantengan un estado de alerta correcto y sean capaces de procesar información y responder a estímulos externos trabajaron la atención a través de la estrategia Manecilla en la cual seleccionaron las opciones sí o no, en el momento de que el puntero de la manecilla del reloj salta de un personaje a otro, durante la actividad, la investigadora observó que los participantes reconocieron el número de espacios exactos que recorrió la manecilla del reloj, de tal manera que, reaccionaron de manera rápida a los movimientos realizados y mostraron satisfacción al finalizar cada intento, lo cual produjo que lograran enfocar su atención en un estímulo específico y dar respuesta a los cambios producidos en la actividad.

Cabe destacar que, la estimulación de la atención es necesaria para un envejecimiento saludable, porque, tal y como Aguilar et al. (2018) mencionaron “ayudan a conservar las potencialidades de esta población, lo cual les permite mantenerse independientes y autónomos al ser capaces de comenzar, continuar y concluir sus actividades cotidianas a lo largo del tiempo y, a reaccionar a imprevistos de su entorno” (p.10). Con base en lo citado, para que los adultos mayores ejecuten y finalicen sus actividades sin distracciones y, reaccionen a los cambios en diferentes situaciones, se empleó la estrategia Salto cuántico, en la cual desplazaron diferentes personajes correspondientes a la leyenda del Ambicioso y el Caribunco, dentro de numerosos casilleros, en dirección a las flechas que cambiaron de manera constante. Durante la actividad la investigadora registró en el diario de campo que los participantes se presentaron concentrados frente a los movimientos de las flechas y acertaron con alegría cada intento, lo cual produjo que sean capaces de culminar una actividad sin distraerse y responder a los cambios producidos en la misma.

Además, la atención es una función fundamental para la memoria y el aprendizaje, tal y como Aguilar et al. (2018) manifestaron “para que una experiencia se convierta en un recuerdo duradero en el cerebro del adulto mayor, es necesario estimular la atención selectiva, que permite procesar y priorizar información, lo que influye en la capacidad de recordar y aprender” (p.11). Con base en lo mencionado por los autores para que los adultos

mayores enfoquen su atención en información relevante y la procesen para almacenarla durante periodos de tiempo prolongados se trabajó la estrategia denominada Constelación de personajes, en la cual los participantes seleccionaron el personaje u elemento nuevo dentro de un grupo de cartas presentadas, la investigadora registró en el diario de campo que los adultos mayores reconocieron de manera rápida el nuevo personaje que apareció en cada ronda de cartas y durante esta actividad expresaron satisfacción y alegría al escoger la respuesta correcta lo cual produjo que lograran enfocarse en los detalles que diferenciaban a los personajes e ignorar los demás elementos distractores.

Razonamiento

El razonamiento es una función cognitiva importante que permite al adulto mayor tomar decisiones en su vida cotidiana y enfrentarse a los cambios presentados durante esta etapa de una forma positiva, para su estimulación Fernández et al. (2018) mencionaron que “es importante ejecutar programas de estimulación cognitiva con actividades y estrategias específicas que permitan preservar la funcionalidad de competencias como la toma de decisiones, análisis, solución de problemas y autocontrol” (p. 70). Con base en lo citado, para que los adultos mayores analicen información, tome decisiones y solucionen problemas de su vida cotidiana, se implementó la estrategia Jenga legendaria, en la cual respondieron preguntas con argumentos, relacionadas a la historia de “El secreto de Cananville”, escritas en las piezas del juego. La investigadora evidenció en el diario de campo que esta actividad provocó emociones de alegría y entusiasmo en los adultos mayores, quienes lograron analizar la información del texto para tomar decisiones, durante esta sesión proyectaron mayor confianza para compartir con sus compañeros y, se desarrollaron de una manera espontánea en la ronda de preguntas y respuestas.

Igualmente, Fernández et al. (2018) destacan la importancia de la estimulación del razonamiento al expresar que “permite a las personas de la tercera edad aprender y adquirir nuevas habilidades, planificar su rutina, organizar actividades y adaptarse a la sociedad actual. lo cual contribuye a su interacción social y autoestima” (p. 70). De acuerdo a lo mencionado por los autores para que los adultos mayores adquieran nuevas habilidades, se adapten a su realidad y organicen sus actividades cotidianas, se trabajó la estrategia de Simbolismo, en la cual seleccionaron imágenes en relación a una letra o número asignado, dentro de un conjunto, durante esta actividad la investigadora observó que los participantes expresaron entusiasmo, lo cual aportó a su capacidad de asociar datos y resolver los problemas planteados, de tal manera que, lograron relacionar hechos de la historia con diferentes símbolos. A través de las entrevistas, los participantes mencionaron que las leyendas les permitieron asociar diferentes situaciones con sus hechos de su vida.

Así mismo, Llanga et al. (2019) aseguran que “el razonamiento constituye un proceso cognitivo fundamental para la construcción y desarrollo de ideas, implica comparar información y hechos para generar respuestas a diversos problemas” (p.4). A partir de lo mencionado por los autores, para comparar información y, generar respuestas a diferentes problemas, se implementó la estrategia Encuentra el impostor, en la cual, los participantes contrastaron diferentes características de los personajes de la lectura, para descubrir el nuevo, que varió en cada ronda de cartas, en esta actividad, la investigadora registró en el

diario de campo emociones tales como: alegría y confianza, puesto que, los participantes se esforzaron por encontrar la carta correcta en cada intento, y esto les permitió asociar la información de la lectura con las imágenes presentadas y hallar el diferente.

Además, Duque et al. (2022) proponen que “los programas de estimulación cognitiva deben incluir actividades que permitan al adulto mayor enfrentarse a decisiones importantes, plantear diferentes alternativas para solucionar problemas prácticos y organizar objetos” (p.104). Sustentado en los autores para que los adultos mayores diseñen distintas alternativas para solucionar problemas y se enfrenten a decisiones importantes, se empleó la estrategia Línea única, donde los participantes utilizaron todas las casillas de una cuadrícula para unir los personajes y sus semejantes con una sola línea. La investigadora evidenció a través del diario de campo, que los adultos mayores presentaron dificultad al principio, puesto que, no completaban los casilleros, sin embargo, después de varios intentos lo lograron y, reflejaron satisfacción, lo cual produjo que sean capaces de buscar diferentes formas para encontrar una solución a la actividad planteada.

El razonamiento desempeña un papel importante en la toma de decisiones, tal y como Duque et al. (2022) afirman “permite conectar y justificar ideas con argumentos claros y coherentes, para construir conclusiones y enfrentarse a contradicciones y problemas cotidianos” (p. 105). Fundamentado en los autores, para que los adultos mayores conecten ideas, justifiquen respuestas con argumentos y construyan conclusiones, se implementó la estrategia Colormanía, en la cual seleccionaron un elemento perteneciente a la lectura en función del color de la palabra indicada, en el desarrollo de la actividad, la investigadora identificó que los participantes expresaron interés y seguridad, puesto que, completaron varios intentos sin errores, lo cual condujo a que asocien las imágenes con los colores y justifiquen con argumentos su respuestas a las preguntas planteadas.

Lenguaje

Para la estimulación del lenguaje se enfatizó en la utilización de juegos de mesa, porque, esta actividad tal y como Azevedo y Lemos (2022) afirman:

Implica el empleo de la lógica, memoria, atención a las instrucciones y movimientos de los participantes y razonamiento, así mismo aportan de manera positiva a la interacción, y promueven el sentido del humor. Los juegos de mesa promueven la autoestima y la autosuficiencia en las personas mayores (p. 127).

Con base en lo mencionado por los autores, para fomentar el lenguaje entre los adultos mayores se utilizó la estrategia Cortex Challenge, un juego de mesa en el cual los participantes resolvieron desafíos relacionados con la historia a través de diferentes cartas, durante este proceso la investigadora evidenció a través del diario de campo que los adultos mayores expresaron sorpresa y una mayor seguridad para completar los retos del juego e igualmente, demostraron felicidad al dialogar con sus compañeros, lo cual produjo una mayor comunicación entre ellos, quienes lograron expresar sus ideas y emociones con coherencia y confianza.

Cabe destacar que, las actividades centradas en la estimulación del lenguaje según, Azevedo y Lemos (2022) “fortalecen los vínculos interpersonales, estos juegos desafían a la persona a organizar ideas y pensar, y estimulan procesos cognitivos complejos como la

decodificación lingüística que implica interpretar y comprender las palabras del texto y relacionarlas con el contexto del juego” (p.131). Tomando en consideración lo expresado por los autores, para promover la organización de ideas, interpretación y comprensión del texto, se empleó la estrategia denominada El orador en la cual los participantes seleccionaron las letras necesarias dentro de un conjunto para construir nombres de los personajes y escenarios pertenecientes a la lectura de Cantuña, la investigadora evidenció a través del diario de campo que los adultos mayores expresaron alegría y entusiasmo al compartir historias relacionadas a la historia escuchada, lo cual les permitió dialogar con mayor confianza y comunicar sus ideas de una manera clara y organizada.

Además, para la estimulación de esta competencia cognitiva se consideraron estrategias que permitan descubrir con agilidad palabras y frases específicas y ordenar ideas, puesto que, Peñaloza et al. (2021) manifiestan lo siguiente: “los programas de intervención de lenguaje deben incluir actividades que permitan al adulto mayor compartir con los demás y expresar sus emociones y necesidades, para así crear y conservar vínculos satisfactorios que eviten el deterioro progresivo de su salud”. (p.6)

De acuerdo a lo manifestado por los autores, para fomentar en los adultos mayores la capacidad de expresar sus ideas, emociones, necesidades y construir relaciones interpersonales gratificantes se trabajó la estrategia El letrado, en la cual los participantes formaron palabras relacionadas a los personajes y escenarios a partir de las letras que debían encontrar dentro de un conjunto. En el desarrollo de la actividad la investigadora observó que los adultos mayores hallaron las letras correctas para construir las palabras y frases, de una manera rápida y, expresaron satisfacción al culminar la actividad, además, relacionaron estos términos con experiencias y situaciones de su vida, lo cual produjo en ellos felicidad, permitiéndoles expresar sus emociones y pensamientos.

4.2. Resultados de la entrevista

A través de la entrevista aplicada a los 6 adultos mayores se obtuvieron los siguientes resultados a partir de las preguntas planteadas en relación a las funciones cognitivas del lenguaje, memoria, atención, razonamiento y, las emociones. Para la codificación y análisis de resultados se tomó como referencia al informe de investigación titulado “La Educación Virtual Retos y Desafíos para Estudiantes y Profesores de la Carrera de Pedagogía de las Ciencias Experimentales, 2022” del autor Edwin Medina.

Pregunta 1: ¿Cómo se sintió al compartir sus experiencias con los demás a partir de las historias?

Tabla 8

Función cognitiva del lenguaje y emociones

Entrevistados	Respuestas (Adultos mayores)	Códigos
Entrevistado 1: (Hombre-78 años)	Sí me sentí bien, porque, casi aquí no hablo mucho y, a veces es difícil que alguien escuche, porque, igual ya no veo ni a mi familia. Expresó con una sonrisa su respuesta y utilizó sus manos para contestar a la pregunta.	FCL E
Entrevistado 2 :(Mujer, 75 años)	Me sentí tranquila y muy bien, porque, casi nadie nos pregunta cosas relacionadas a nuestra vida, y, además, mi familia está muy lejos, entonces tampoco tengo con quien hablar. Sonrió al responder la pregunta y mantuvo el contacto visual con la investigadora.	FCL E
Entrevistado 3: (Hombre,75 años)	Muy feliz, porque hace mucho tiempo que no conocía nuevas personas ni hacia estas cosas. Asintió la cabeza al responder y demostró felicidad con una sonrisa.	FCL E
Entrevistado 4: (Hombre,80 años)	Me sentí bien, porque, sí me gustó hablar sobre mi vida en Riobamba, yo tengo muchas casas allá y tengo muchos recuerdos lindos. Sonrió y movió las manos al responder la pregunta.	FCL E
Entrevistado 5: (Hombre,72 años)	Yo me sentí muy feliz, porque hice una amiga más a quien	FCL

Entrevistado 6: (Mujer, 93 años)	contarle mi vida y compartir mis poemas y coplas.	
	Demostró alegría al sonreír y mantuvo su mirada fija a la investigadora.	E
	Muy bien mi corazón, yo por tantas cosas que sucedieron, ya no confié mucho en las personas, porque una les cuenta algo y luego se entera todo mundo, pero, si me sentí bien al contarle mis vivencias.	FCL
	Respondió con alegría a la pregunta y tomó de las manos a la investigadora durante la entrevista.	E

Fuente: Instrumento aplicado

Elaborado por: Gicelle Romero

Función Cognitiva del Lenguaje (FCL):

A través de la lectura es posible crear temas de conversación que fomentan en los adultos mayores la capacidad para expresar sus ideas y, compartir emociones y experiencias, lo cual promueve la interacción social y, disminuye el aislamiento social, por esta razón, es importante llevar a cabo espacios como los clubes de lectura que permitan a los adultos mayores intercambiar sus ideas, de tal manera que, (Uribe & Hernández, 2022) defienden que la lectura compartida fortalece las relaciones sociales y la comunicación a través de la escucha activa, la empatía y expresión.

Emociones (E):

La lectura de textos literarios como las leyendas incluyen diferentes emociones que permiten a los adultos mayores reflexionar sobre sus vidas, experiencias e incluso pueden identificarse con los personajes y recordar momentos de su infancia y juventud, lo cual, provoca nostalgia y felicidad, con base en lo mencionado (González, 2022) asegura que la lectura fortalece el autoestima y ayuda al adulto mayor a sentirse escuchado y valorado, lo cual fomenta el sentido de pertenencia.

**Pregunta 2: ¿Las leyendas le ayudaron a recordar eventos o personas de su pasado?
¿Puede mencionar algún ejemplo?**

Tabla 9

Función cognitiva de la memoria y emociones

Entrevistados	Respuestas (Adultos mayores)	Códigos
Entrevistado 1: (Hombre-78 años)	Pues con la leyenda de María Angula recordé las recetas de mi mamá que hacía cuando éramos pequeños con mis hermanos, como el loco de papa.	FCM
	Dirigió su mirada hacia arriba y respondió con seguridad y sin dudar.	E
Entrevistado 2 :(Mujer, 75 años)	Con la primera leyenda que leyó, me acordé de las recetas que preparaba allá en Guayaquil, como el lenguado, todavía, me acuerdo de toda la receta.	FCM
	Respondió con confianza, sin dudar y sonrió.	E
Entrevistado 3: (Hombre,75 años)	Yo igual con esa leyenda de María Angula devuélveme mis tripas me acordé de todas las recetas que hacia mi mamá, solo que ella, en el caldo de puzùn no la preparaba con las tripas de los muertos.	FCM
	Sonrió al mencionar el nombre de la leyenda y demostró confianza.	E
Entrevistado 4: (Hombre,80 años)	Con la historia de María Angula me acordé de algunos platos que preparaba mi mamita, y con la de Cananvalle también me acordé de algunos lugares como montañas que decían las personas que guardaban oro.	FCM
	Movió la cabeza hacia los lados y expresó nostalgia al suspirar.	E

Entrevistado 5: (Hombre, 72 años)	Yo en la leyenda del Carbunco me acordé de una historia muy parecida de allá del Puyo, se trataba de un caballo con los ojos rojos que se escuchaba en las noches y decían que cargaba dinero y oro, igual había otra leyenda de un vampiro que era muy rico y a quien le obedecía le daba monedas de oro, y cuando no encontraba animales para alimentarse comía el dulce de las cañas.	FCM
Entrevistado 6: (Mujer, 93 años)	Respondió con seguridad y alegría, miró a los demás mientras narraba sus historias.	E
	La leyenda de Cantuña me hizo acuerdo a otra historia que sucedió en la Catedral, recuerdo que contaban que en tiempos del presidente de García Moreno había una señora hermosa cubierta con un velo que asustaba a los militares que resguardaban al presidente, principalmente a los borrachos y mujeriegos, y también me acuerdo, de cuando siempre pasaba por ahí y sí es cierto que falta una piedra. Y también me acordé de muchas cosas que pasé cuando era joven y vivía en Quito. Respondió de manera rápida, sin dudar, demostró alegría y sonrió, suspiró al narrar esta historia.	FCM E

Fuente: Instrumento aplicado

Elaborado por: Gicelle Romero

Función Cognitiva de la Memoria (FCM):

La lectura permite que los adultos mayores recuerden información personal como sus experiencias y las relacionan con los textos escuchados, igualmente al leer se retiene elementos sobre personajes y sus características, sus acciones, escenarios y el orden de los

sucesos que ocurren en la historia, por lo tanto, (Velásquez & Vallejo, 2021) afirman que la lectura estimula la capacidad para retener información para utilizarla en un futuro, es decir, consolida y fortalece la memoria a largo plazo.

Emociones (E):

A través de la lectura los adultos mayores conectan con su pasado, tienen la posibilidad de recordad quiénes son, sucesos de sus vidas alegres, triunfos, y aprendizajes que adquirieron en su infancia y juventud, a partir de lo mencionado (Gonzalez,2022) menciona que la lectura contribuye a que los adultos mayores hallan el sentido y significado a sus experiencias lo cual los ayuda a afrontar los cambios del envejecimiento con mayor confianza y de una forma más positiva.

Pregunta 3: ¿Hubo algún elemento en particular (personajes, escenarios, situaciones) que le haya hecho reflexionar?

Tabla 10

Función cognitiva del razonamiento y emociones

Entrevistados	Respuestas (Adultos mayores)	Códigos
Entrevistado 1: (Hombre-78 años)	En la leyenda del Carbunco, el hombre ambicioso, demostró que es malo usar a las personas o en este caso a los animalitos y maltratarlos para beneficio propio, por eso, hay que ser humildes y si uno llega a ganar o encontrar riquezas debería también ayudar a otras personas.	FCR
	Respondió con confianza y con la voz firme.	E
Entrevistado 2: (Mujer, 75 años)	María Angula fue una mujer que fingía conocer y saberlo todo en la cocina, pero, siempre pedía ayuda a su vecina y nunca fue realmente agradecida con ella, y por eso la final se la llevó el muertito por sacarle sus tripas, entonces, yo creo, que siempre debemos ser agradecidos con las personas que nos enseñan algo.	FCR
	Utilizó gestos y sus manos para responder a la pregunta y mostró felicidad.	E
Entrevistado 3: (Hombre,75 años)	Yo creo que la enseñanza que deja la historia de María Angula es que debemos ser gratos, y aceptar que no lo podemos saber todo y, no hay de nada de malo en	FCR

	pedir ayuda siempre y cuando valoremos eso.	E
	Sonrió al responder la pregunta y expresó seguridad y confianza, puesto que, no dudó y habló de una manera rápida.	
	La leyenda del Carbunco dejó una lección sobre cómo cambia una persona cuando tiene mucho dinero, el dinero no lo es todo, cuando era pequeño con mi papito y abuelo	FCR
Entrevistado 4: (Hombre,80 años)	éramos pobres, y solo trabajamos en la tierra y, con eso ya éramos felices, uno siempre debe ser humilde así tenga riquezas.	
	Suspiró y expresó nostalgia al compartir esta experiencia, y al final, sonrió.	E
	A mí me hizo reflexionar la leyenda de la montaña de Cananvalle, porque, cuando las personas son nobles y buenas reciben su recompensa, muchas veces que pensamos que lo material como el dinero lo es todo, pero, hay cosas en la vida que cuando uno ya llega a esta edad son más importantes como las vivencias o la salud.	FCR
Entrevistado 5: (Hombre,72 años)	Respondió con firmeza y confianza.	E
	Bueno, en la leyenda de Cantuña, este hombre tuvo que pedir ayuda al diablo y hacer un trato con él porque prometió que	FCR
Entrevistado 6: (Mujer,93 años)	construiría la Catedral en un tiempo que no pudo, yo pienso, que aquí se demuestra lo importante que es ser honestos para evitar que algo malo pase.	
	Respondió con alegría al sonreír.	E

Fuente: Instrumento aplicado

Elaborado por: Gicelle Romero

Función Cognitiva del Razonamiento (FCR):

La lectura implica el análisis y la reflexión de la información para construir juicios críticos y argumentos, además, promueve en los adultos mayores la habilidad para cuestionar diferentes puntos de vista e ideas y, establecer relaciones de causa y efecto en las decisiones y acciones de los personajes de las lecturas, por lo tanto, (Velásquez & Vallejo, 2021) afirman que la lectura estimula el razonamiento y pensamiento crítico lo cual es fundamental para la toma de decisiones y solución de problemas, capacidades que permiten al adulto mayor tener una vida autónoma.

Emociones (E):

Los adultos mayores reflejan mayor confianza y seguridad para expresar sus ideas, emociones y opiniones porque al mantener su cerebro activo son capaces de recordar y procesar con mayor facilidad la información para responder con claridad y de manera organizada, con base en lo mencionado (González,2022) afirma que, los clubes de lectura reducen el miedo de los adultos mayores a sentirse ignorados y, refuerza su capacidad para expresarse y compartir con los demás.

Pregunta 4: ¿Cómo se sintió al momento de expresar sus ideas después de haber realizado las lecturas? ¿Le resultó sencillo o encontró alguna dificultad?

Tabla 11

Función cognitiva del lenguaje y dificultades en el proceso de lectura

Entrevistados	Respuestas (Adultos mayores)	Códigos
Entrevistado 1: (Hombre-78 años)	Al inicio fue muy difícil, porque, uno a esta edad ya no le funciona tan bien la cabeza y, sí se me olvidan las cosas, a veces recordar tanta información era complicado, pero, ya después si me acordaba con las actividades.	DPL
	Utilizó sus manos para responder a la pregunta, mantuvo la cabeza levantada y habló con la voz alta.	FCL
Entrevistado 2: (Mujer, 75 años)	Sí fue difícil, porque, primero no entendía bien que estábamos haciendo, pero, ya después de ver a los demás también se me hizo más fácil y, sí me sentí bien al compartir con los demás, porque, aquí paso sola.	DPL
	Sí es difícil porque a veces ya no recuerdo las cosas como antes, y se me olvidan rápido, pero hablar con los demás me hace sentir bien y al conversar ya es más fácil recordar algunas experiencias.	FCL
Entrevistado 3: (Hombre,75 años)		DPL
Entrevistado 4: (Hombre,80 años)		FCL
	Sí es difícil, porque no entendía bien las historias, pero, uno se siente bien cuando lo escuchan y, ya después, al escuchar y al intentar varias veces es más fácil.	DPL
Entrevistado 5: (Hombre,72 años)	Yo me sentí bien al compartir mis historias y mis poemas, porque yo	FCL

Entrevistado 6: (Mujer, 93 años)	pienso hacer un libro con todo esto y, también quiero crear una historia igualita a la que escuchamos, al principio es difícil por la desconfianza, pero, ya después sí se siente bien hacer más amigos y hablar.	DPL
	Sí fue difícil, porque yo no escucho bien y a veces no entiendo bien lo que me dicen los demás, pero, yo creo que no hice tan mal las actividades y sí me gustó conversar con los demás.	DPL
		FCL

Fuente: Instrumento aplicado

Elaborado por: Gicelle Romero

Dificultades en el Proceso de Lectura (DPL):

Las primeras dificultades que enfrentan los adultos mayores durante el proceso de lectura se relacionan a la memoria y la atención, lo cual limita su capacidad para comprender, retener y procesar la información escuchada, por lo tanto, a través de la lectura es posible conservar estas funciones cognitivas activas, a partir de lo mencionado (Velásquez & Vallejo, 2021) afirman que, la lectura activa las conexiones neuronales lo cual contribuye a preservar la memoria, atención, lenguaje, razonamiento, es decir, optimiza el funcionamiento de estas competencias cognitivas.

Función Cognitiva del Lenguaje (FCL):

El lenguaje implica la interacción, la cual es fundamental para el bienestar emocional y cognitivo de los adultos mayores, por esta razón, es importante crear espacios de diálogo y discusión en esta población, con base en lo mencionado (Velásquez & Vallejo, 2021) aseguran que, la lectura no se limita a una actividad cuyo propósito es la adquisición de conocimientos o una fuente de entretenimiento, sino, también es una práctica cultural que permite a las personas escapar de la rutina y conectar con su entorno y con aquellos que los rodean.

Pregunta 5: ¿Cómo la lectura contribuyó a mejorar su estado de ánimo, y a fortalecer su memoria, atención, razonamiento y lenguaje?

Tabla 12

Funciones cognitivas de la neuroplasticidad y emociones

Entrevistados	Respuestas (Adultos mayores)	Códigos
Entrevistado 1: (Hombre, 78 años)	Yo al terminar las actividades si salía de aquí mucho más animado y, me sentía feliz, porque estaba realizando nuevas cosas y me entretuve bastante, yo sí creo que esto ayuda	E
		FCN

Entrevistado 2: (Mujer, 75 años)	bastante al cerebro, porque tenía que pensar para dar una respuesta y llenar las hojas, y ya para mí era más fácil recordar las lecturas por más tiempo. Yo me sentí más animada y menos sola, y las actividades sí me ayudaron a recordar experiencias de cuando era joven que pensé había olvidado y también fueron buenas para conversar sobre estas vivencias con otros.	E FCN
Entrevistado (Hombre,75 años)	3: Sí me sentí un poco más animado por compartir con ellos, y yo siento que me ayudaron a recordar muchas cosas que viví allá en Riobamba y, a contar cada una de estas experiencias.	E FCN
Entrevistado (Hombre,80 años)	4: Yo me sentí muy bien, son cosas que uno aquí no hace todo el tiempo, y bueno a mí por los años ya me falla mucho la cabeza y, no me acuerdo de muchas cosas, pero, siento que lo hice bien y, ya después sí me acordaba y acababa rápido.	E FCN
Entrevistado (Hombre,72 años)	5: Yo siento que esto a uno sí lo hace pensar, porque hay que acordarse de muchas cosas para responder, no me resultó difícil la verdad, pero, claro que ayuda a uno acordarse de ciertas experiencias y, a razonar para responder y prestar atención, yo me sentí muy bien.	FCN E
Entrevistado 6: (Mujer,93 años)	Muy bien, porque hablar y conversar me hace muy feliz, y pude acordarme de muchas cosas y vivencias lo que me pone alegre la verdad, a pesar de muchas cosas que uno vive aquí y los disgustos y si me ayudó	E FCN

bastante escuchar esas historias
porque pude recordar lo que yo
antes hice y viví.

Fuente: Instrumento aplicado

Elaborado por: Gicelle Romero

Funciones Cognitivas de la Neuroplasticidad (FCN):

La lectura implica varios procesos mentales, desde el reconocimiento de signos lingüísticos para su decodificación hasta su comprensión, interpretación, análisis y construcción de nuevos textos a partir del escuchado, por lo tanto, se ponen en práctica la memoria, razonamiento, atención y lenguaje, por esta razón, es importante promover esta práctica en los adultos mayores, incluso (Davis et al., 2019) defienden que, la lectura desempeña un rol importante en la consolidación y fortalecimiento de la memoria episódica, semántica y en la atención, funciones primordiales para desarrollar actividades cotidianas.

Emociones (E):

Los adultos mayores viven en la monotonía, por lo tanto, realizan las mismas actividades todos los días en el centro geriátrico, lo cual afecta a su bienestar cognitivo y emocional, entonces, la lectura se convierte en una actividad que les brinda la oportunidad de explorar y descubrir nuevas realidades, personajes y situaciones que despiertan su motivación, entusiasmo, satisfacción e imaginación, de este modo, (Herros & Jarvio, 2021) menciona que, los textos literarios activan áreas del cerebro asociadas con la solución de conflictos y la empatía, que otorga a las personas la sensación de crecimiento personal y autorrealización y de esta manera puedan enfrentarse a la monotonía y soledad.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Se concluye que, la lectura permitió a los adultos mayores recordar eventos de su vida, para almacenar nueva información durante periodos de tiempo prolongados, además, lograron procesar datos tales como nombres, características de personajes y lugares con una mayor rapidez, y completaron las actividades de una manera más ágil, asociaron los datos de la lectura con hechos de su vida, respondieron preguntas relacionadas a las historias con argumentos y, se comunicaron con ideas más organizadas y coherentes.
- Se concluye que, después de una revisión documental se analizaron estrategias lectoras tales como: Memoflujo, Memonoria, Personaje en acción, Camino hacia la meta, Constelación de elementos, Manecilla, Memocaja di palabras, Salto cuántico, Encuentra el nuevo, Bingo de leyendas, Simbolismo, Línea única, Colormanìa, Jenga legendaria, Encuentra el impostor, El orador, El letrado y Cortex Challenge y procesos de lectura que implican tres etapas, que favorecen la estimulación cognitiva, puesto que, permiten a los adultos mayores trabajar la memoria, atención, razonamiento y lenguaje de una manera activa con una actitud más optimista y motivada.
- Se concluye que, se elaboraron planificaciones didácticas con las diferentes etapas de lectura que implican la pre lectura, lectura y post lectura, para la estimulación de las funciones cognitivas de la memoria, atención, razonamiento y lenguaje en los adultos mayores, puesto que, los ayudaron a revivir experiencias y emociones lo cual produjo que recuerden información personal como hechos de su infancia y juventud, y la relacionen con las historias escuchadas, así mismo, estas planificaciones facilitaron que trabajen de manera concentrada en el tiempo establecido y sin distraerse, tomen decisiones y solucionen problemas a través de juegos de lógica, así mismo fueron capaces de expresar sus ideas y sentimientos de una manera clara, ordenada y con mayor confianza, gracias al empleo de juegos de mesa, lo cual contribuyó a que exista una mayor interacción entre ellos.

5.2. Recomendaciones

- Se sugiere utilizar la lectura con actividades y diferentes procesos para estimular la cognición de los adultos mayores tales como: juegos de mesa y de lógica, como el jenga, y Cortex Challenge, actividades con cartas y tarjetas que incluyan imágenes, laberintos, crucigramas, trabalenguas, sopas de letras, y que fomenten la participación activa de los adultos mayores, su bienestar emocional y, fortalezcan habilidades como: la memoria, agilidad mental, velocidad de procesamiento de la información, razonamiento, análisis, lenguaje e interacción.
- Se recomienda a los profesionales encargados del cuidado y bienestar de los adultos mayores de la Casa Hogar “Padre Saturnino López” analicen e implementen actividades de lectura variadas, entretenidas y desafiantes para la estimulación de funciones cognitivas tales como: la memoria, atención, razonamiento y lenguaje, en programas y clubes de lectura dirigidos a esta población, las mismas, deben adaptarse a sus necesidades, intereses y nivel de deterioro cognitivo.
- Se recomienda elaborar planificaciones didácticas con las tres etapas del proceso de lectura con actividades que fomenten la evocación de experiencias, promuevan emociones positivas, la capacidad de análisis, toma de decisiones, resolución de conflictos, concentración, la comunicación e interacción en los adultos mayores y, a su vez fortalezcan sus vínculos sociales y autoestima para que, sean capaces de enfrentar esta etapa de una manera positiva y manteniéndose activos.

Bibliografía

- Aguilar, S., Gutiérrez, L., & Samudio, M. (2018). *Estimulación de la atención y la memoria en adultos mayores con deterioro cognitivo* (2.^a ed.). Permanyer. <https://www.incmnsz.mx/2017/Geriatria/Pautas-estimulacion-cognitiva3.pdf>
- Alcinda, A., Mendoza, S., Coronel, J., & Jiménez, J. (2022). Estrategias actualizadas y motivadoras que fomentan la comprensión lectora crítico reflexivo. *Revista Científica: Dominio de las Ciencias*, 8(3), 1160-1179. <https://doi.org/10.23857/dc.v8i3>
- Álvarez, C., & Pascual, J. (2024). Clubes de lectura: una revisión sistemática internacional de estudios (2010-2022). *Literatura: Teoría, Historia, Crítica*, 26(1), 312-347. <https://doi.org/10.15446/lthc.v26n1.107317>
- Añari, M., Valdivia, G., & Guinea, S. (2013). Niveles de lectura como medida de reserva cognitiva en adultos mayores. *Revista de Neurología*, 56(1), 79-85. <https://pavlov.psyciencia.com/2013/03/Nivel-de-lectura-como-medida-de-reserva-cognitiva-en-adultos-mayores.pdf>
- Arteaga, J., Sánchez, M., Navia, C., & Cobacango, J. (2024). Incidencia de la biblioterapia en el estado emocional del adulto mayor [Tesis]. *PSIDIAL: Psicología y Diálogo de Saberes*, 3(2), 108-124. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/psicologia/article/download/6673/8852/32964>
- Arteaga, Z., Chacha, W., Chacha, L., & Benigno, J. (2024). Estrategia para fomentar la animación por la lectura en educación primaria: impacto de los programas de lectura recreativa en el rendimiento académico y desarrollo personal. *Polo del Conocimiento*, 9(9), 2067-2075. <https://doi.org/10.23857/pc.v9i9.8044>
- Azevedo, M., & Lemos, J. (2022). Ancianos activos, días divertidos. Diseño de juegos para personas mayores. *Zincografía*, 6, 124-138. <https://doi.org/10.32870/zcr.v6iespecialbid.167>
- Basain, & Valdés, M. (2023). La salud física y la neuroplasticidad como elementos preventivos en el estado de bienestar humano. *GADE: Revista Científica*, 3(2), 282–296. <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/226>
- Callís, S., Cruz, V., Armas, A., Negret, J., & Gómez, Y. (2021). Biblioterapia para el bienestar psicológico del adulto mayor. En *Psicología de la Salud*. Conferencia de la Jornada Provincial de la Psicología de la Salud Psicovilla, Santiago de Cuba, Cuba. <https://psicovilla2021.sld.cu/index.php/psicovilla/2021/paper/viewFile/8/3>
- Carrascal, S., & Solera, E. (2014). Creatividad y desarrollo cognitivo en personas mayores. *Arte, Individuo y Sociedad*, 26(1), 9-19. https://doi.org/10.5209/rev_aris.2014.v26.n1.40100
- Cevallos, T. (2022). *“Estimulación cognitiva como medio terapéutico para mantener las funciones ejecutivas de los adultos mayores”* [Tesis, Universidad Central del Ecuador]. <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/5ae4d348-1733-46e6-b479-70970e9aa0a2/content>
- Delgado, V. (2022). La lectura recreativa y su aporte en el aprendizaje de los niños y niñas en la etapa pre-operacional. *Polo del Conocimiento*, 7(7), 462-473. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/4234/9989>
- Duque, P., Hincapié, D., & Trujillo, O. (2022). Efectividad de un programa de estimulación cognitiva en la prevención del deterioro mental en los adultos mayores. *Redalyc*, 22(1), 99-110.

- <https://www.redalyc.org/journal/2738/273872198012/273872198012.pdf>
- Estrada, S., & Jiménez, S. (2024). Paradigma socio-crítico y su vigencia en la postmodernidad. *Visión Educativa. Revista Arbitrada En Ciencias de la Educación*, 6(1), 66-79. <https://revistasuba.com/index.php/VISIONEDUCATIVA/article/download/1072/726/866>
- Ezpeleta, D. (2018). *La Lectura desde la neurociencia* (1.^a ed.). Fundación Germán Sánchez Ruipérez. <https://cerlalc.org/publicaciones/la-lectura-desde-la-neurociencia/>
- Fernández, E., Sánchez, C., Monroy, M., Barbero, F., & Calvo, J. (2018). Estudio aleatorizado de un programa de entrenamiento de cognición cotidiana frente a estimulación cognitiva tradicional en adultos mayores. *Gerokomos*, 29(2), 65–71. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134928X2018000200065&script=sci_abstract
- Gavilanes, J., Obando, Y., & Rivas, B. (2022). La lectura en voz alta, como propuesta para mejorar la lectura crítica en los estudiantes de grado séptimo. *Revista Criterios*, 29(1), 60-81. <https://doi.org/10.31948/rev.criterios/29.1-art3>
- Giler, G., & Saltos, L. (2023). Taller de lectura - terapia para adultos mayores del Centro Gerontológico Guillermina Loor de Moreno. *Códice*, 6(1), 7-16. <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/bitstream/10469/19518/1/REXTN-Co6-01-Giler.pdf>
- González, L. (2022). *Desarrollo emocional a través de la literatura* [Tesis de maestría, Universidad de La Laguna]. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/28579/Desarrollo%20emocional%20a%20traves%20de%20la%20literatura.%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guadamuz, J., Miranda, M., & Mora, N. (2022). Actualización sobre neuroplasticidad cerebral. *Revista Médica Sinergia*, 7(6), 829–836. <https://doi.org/10.31434/rms.v7i6.829>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (6.^a ed.). McGRAW-HILL. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Herros, I., & Jarvio, A. (2021). Fomento de lectura y escritura en adultos mayores. *LiminaR Estudios Sociales y Humanísticos*, 20(1), 1-14. <https://doi.org/10.29043/liminar.v20i1.895>
- Knowles, M. S. (1990). *The adult learner: A neglected species* (4th ed.). Gulf Publishing Company
- Lamonja, N. (2021). *Factores implicados en el envejecimiento cognitivo* [Tesis doctoral, Universidad de Barcelona]. https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/689214/NLV_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lara, M., Beltrán, J., & Araque, S. (2019). Resultados de un programa de estimulación lingüística y cognitiva dirigido a adultos mayores y su impacto en la calidad de vida. *Revista de la Facultad de Medicina*, 67(1), 75-81. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v67n1/0120-0011-rfmun-67-01-75.pdf>
- Levy, B. (2018). Un capítulo al día: Asociación de la lectura de libros con la longevidad. *ELSEVIER*, 164, 44-48.

- <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953616303689>
- Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores. (9 de mayo de 2019). Normas Legales N°484. Reglamento General de la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores.
- Llanga, E., Montesdeoca, D., & León, S. (2019). El pensamiento y razonamiento como un proceso cognitivo en el desarrollo de las ideas. *Revista Caribeña De Ciencias Sociales*, 6(1), 1–8. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/06/pensamiento-razonamiento-ideas.html>
- Lumosity. (2020). *Lumosity Brain Training: Challenge & Improve Your Mind*. Recuperado 9 de enero de 2025, de <https://www.lumosity.com/es/>
- Maina, M., & Papalini, V. (2021). Lectura(s): hacia una revisión del concepto. *Revista Álabé*, 23(5), 1-22. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7698182.pdf>
- Medina, E. (2023). *La Educación Virtual Retos y Desafíos para Estudiantes y Profesores de la Carrera de Pedagogía de las Ciencias Experimentales*, 2022 [Tesis, Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/10827/3/UNACH-EC-FCEHT-PMF-0015-2023.pdf>
- NeuroNation. (2020). *Start scientific brain training for free - NeuroNation*. NeuroNation.com. Recuperado Enero 9, 2025, de <https://www.neuronation.com/>
- Peñaloza, Z., Coronel, D., & Parra, N. (2021). Intervención del lenguaje en el adulto mayor con envejecimiento. *Revista Científica Signos Fónicos*, 7(1), 1-30. <https://ojs.unipamplona.edu.co/index.php/cdh/article/download/1155/2569/3353>
- Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. *Ciencia América*, 9(3), 1-5. <https://cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/336>
- Salazar, C., & Mayor, S. (2020). Efectos de la estimulación de las funciones cognitivas en adultos mayores. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 24(3), 1-10. <https://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/4305>
- Sánchez, A. (2022). *El gusto por la lectura en personas adultas mayores, una estrategia para vivir mejor* [Tesis, Universidad Pedagógica Nacional]. <http://200.23.113.51/pdf/UPN092LEIPSAAR2022.pdf>
- Sánchez, I. (2015). *La andragogía de Malcom Knowles teoría y tecnología de la educación de adultos* [Tesis de maestría, Universidad Cardenal Herrera]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=103464>
- Sotomayor, A., Ajila, A., Zhunio, F., & Pelaez, P. (2022). Funcionamiento cognitivo de la vejez y la dependencia del adulto mayor. *Revista Científica: Dominio de las Ciencias*, 8(3), 722-734. <https://doi.org/10.23857/dc.v8i3>
- Uribe, R., & Hernández, D. (2022). La lectura compartida como práctica de interacción y fortalecimiento de capacidades humanas. *Dialnet*, 22(1), 61-75. <https://doi.org/10.32997/2346>
- Velásquez, L., & Vallejo, A. (2021). Beneficios de la lectura en distintas etapas de la vida de las personas. *Revista Institucional Tiempos Nuevos*, 26(28), 125-134. <https://tiemposnuevos.unicesmag.edu.co/index.php/TiemposNuevos/article/view/42>
- Villalba, S., & Tortajada, R. (2019). Estimulación cognitiva: una revisión neuropsicológica. *Terapeía*, 6(1), 73-93. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5149523.pdf>

Anexos

Anexo 1: Ficha de observación

Ficha de Observación de Actividades

1. Datos Informativos:

Nombre de la Investigadora:

Geriátrico:

Fecha: _____

Hora de inicio: _____

Hora de finalización: _____

N.º de visita _____

Orientación y Fijación	
Indicadores	Observaciones
1. Recuerda el día, mes y año actuales	
2. Conoce su nombre y el lugar en el que se encuentra	
3. Recuerda donde vivía antes y los espacios de su barrio	
4. Conoce su rutina (horarios y actividades)	
5. Recuerda cómo llegar a Riobamba	
6. Recuerda el día, mes y año actuales	
7. Recuerda las frases y palabras que se repiten en la historia	
8. Identifica las características de los personajes	

Memoria	
9. Responde a las preguntas con información de la lectura.	
10. Compara características de los personajes.	
11. Asigna las acciones correspondientes a cada personaje.	
12. Selecciona la posición correcta de los personajes	
13. Busca personajes y elementos en concreto al diferenciarlos de otros similares	
14. Ordena de forma cronológica escenas	
15. Elige entre distintas alternativas, para llegar a una meta en específico.	
Atención	
16. Selecciona la opción correcta en función del movimiento de las manecillas del reloj.	
17. Elige la caja en la que se encuentra la palabra presentada con anterioridad.	
18. Mueve el personaje en dirección de las flechas indicadas.	
19. Selecciona el personaje u elemento nuevo dentro de un grupo de cartas.	
20. Selecciona el personaje correcto a través de las características escuchadas.	
Razonamiento	
21. Escoge la imagen correcta en función de la letra o número asignado.	
22. Encuentra el personaje diferente dentro de un grupo.	

23. Une los personajes con una línea única. Utilizando todas las casillas del tablero.	
24. Selecciona el objeto en función del color de la palabra presentada.	
25. Responde preguntas con argumentos de la historia.	
Lenguaje	
26. Selecciona las letras necesarias, para formar nombres y frases.	
27. Forma palabras a partir de letras desordenadas en ejes.	
28. Completa los desafíos relacionados a la historia a partir de un juego de mesa.	
29. Formula preguntas	
30. Intercambia opiniones	
31. Escucha a sus compañeros	
32. Utiliza gestos y movimientos corporales para expresarse	
33. Narra sucesos reales y de experiencia	

Anexo 2: Matriz de guía de observación

Guía De Observación (Antes, Durante Y Después De La Lectura)			
Categoría	Descripción	Análisis	Indicadores Alcanzados
MEMORIA	Se categoriza en acciones y emociones		
ATENCIÓN			
RAZONAMIENTO			
LENGUAJE			

Anexo 3: Guía de la entrevista

GUÍA DE ENTREVISTA	
1. Datos personales:	
Entrevistador:	
Nombre del entrevistado:	
Edad del entrevistado:	
Fecha de la entrevista:	
2. Cuestionario	
¿Cómo se sintió al compartir sus experiencias con los demás a partir de las historias?	
¿Las leyendas le ayudaron a recordar eventos o personas de su pasado? ¿Puede	

mencionar algún ejemplo?	
¿Hubo algún elemento en particular (personajes, escenarios, situaciones) que le haya hecho recordar eventos personales y reflexionar?	
¿Cómo se sintió al momento de expresar sus ideas después de haber realizado las lecturas? ¿Le resultó sencillo o encontró alguna dificultad?	
¿De qué manera las actividades propuestas contribuyeron a mejorar su memoria, atención, razonamiento y lenguaje? ¿En qué aspectos notó más avance?"	

Anexo 4: Fotografías de campo

