

# ¡Conéctate!: Uso de nuevas tecnologías

Beatriz Delgado Viñuelas - AFA Pozuelo de Alarcón

Día Mundial del Alzheimer - Septiembre 2019



1

**Introducción**

2

**Tipos y características de Apps**

3

**Apps de estimulación cognitiva**

# 1

## INTRODUCCIÓN



- Mayor esperanza de vida:
  - Mayor envejecimiento de la población
  - Más enfermedades neurodegenerativas → + problemas de salud y dependencia.
  - Ocasiona necesidad de APP en este ámbito.
- Crecimiento tecnológico y nuevos sistemas de comunicación → posibilita la creación de APPs.
- 1ª causa de incapacidad en la 3ª edad → DEMENCIA
- Población > 65 años con Alzheimer.

Nuevas Tecnologías

Manejo de Apps

# 2

## TIPOS DE APPs



Campo muy amplio, existe gran variedad.

Cuidadores

Personas con demencia

Profesionales del ámbito

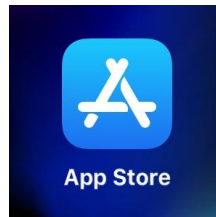
Su objetivo es mejorar la atención, cuidados y seguridad de la persona afectada, así como información actualizada sobre diferentes recursos relacionados con el alzheimer y otras demencias.

# 2

## CARACTERÍSTICAS DE APPs



- Contienen información aplicada y sencilla de manejar.
- Utilidad: recursos tecnológicos para mejorar la calidad de vida
- Su manejo permite más facilidad en la vida cotidiana (sobre todo para cuidadores)
- Son todas en español- pero existen numerosas app en otros idiomas.
- Se pueden descargar en:
  - Android
  - los } Necesario algún tipo de dispositivo electrónico (Tablet, móvil, ordenador)



## APLICACIONES EN EL ÁMBITO DE LAS DEMENCIAS

TIPO	APP/PROGRAMA	BREVE DESCRIPCIÓN	DISPONIBLE EN	INFORMACIÓN Y DESCARGAS	PRECIO
INFORMACIÓN Y CONSEJOS	<b>GALLOPINTO CALENDAR CUIDADOR</b>	Calendario, reloj y agenda adaptado para personas mayores independientes, con demencia, deterioro cognitivo o, simplemente, problemas de memoria.	ANDROID	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=net.impactotecnologico.gpc&amp;hl=es_PA">https://play.google.com/store/apps/details?id=net.impactotecnologico.gpc&amp;hl=es_PA</a>	GRATUITA
	<b>YOTECUIDO ALZHEIMER</b>	Facilita la resolución de dudas y preguntas a las que se enfrentan muchos cuidadores y enfermos de Alzheimer de reciente diagnóstico en su día a día. Información práctica y sencilla.	ANDROID/ IOS	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=es.lapisoft.yotecuidoo&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=es.lapisoft.yotecuidoo&amp;hl=es</a>	GRATUITA
	<b>ELDERLY CARE</b>	Contiene información sobre recursos en el cuidado del adulto mayor. Consejos para el día a día.	ANDROID	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sci.elderlycare&amp;hl=en_US">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sci.elderlycare&amp;hl=en_US</a>	GRATUITA
LOCALIZACIÓN Y GPS	<b>FAMILY LOCATOR-PHONE TRACKER</b>	Localizador para estar en contacto con los familiares. Permite crear zonas seguras.	ANDROID	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sygi.familywhere.android&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sygi.familywhere.android&amp;hl=es</a>	GRATUITA
	<b>GEOZILLA GPS LOCALIZADOR FAMILIAR</b>	Conecta a los familiares entre sí y provee rastreo y monitoreo seguro de sus ubicaciones y actividad en tiempo real. (Alerta de cuando sale o entra en casa).	ANDROID	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.geozilla.family">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.geozilla.family</a>	GRATUITA (TIENE VERSIÓN PREMIUM DE PAGO)
	<b>GPS LOCALIZADOR FAMILIAR</b>	Servicio de localización familiar muy preciso para monitorear a su familia, que usa la tecnología de seguimiento GPS. Es para niños pero sirve para adultos mayores. Se necesita móvil.	ANDROID	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zoemob.gpstracking">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zoemob.gpstracking</a>	GRATUITA
	<b>SMARTPANICSNG</b>	Le permite enviar un mensaje de emergencia que informa sobre su posición satelital (si esta está disponible) para que lo puedan hallar fácilmente.	ANDROID	<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.softguard.android.smartpanicsNG&amp;hl=es_419">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.softguard.android.smartpanicsNG&amp;hl=es_419</a>	GRATUITA
ESTIMULACIÓN COGNITIVA	<b>NEURONUP</b>	Plataforma Web para la rehabilitación y estimulación de funciones cognitivas y actividades de la vida diaria de manera individualizada. SUPERVISADO POR PROFESIONALES.	WEB	<a href="https://www.neuronup.com/es/plataforma-rehabilitacion-cognitiva">https://www.neuronup.com/es/plataforma-rehabilitacion-cognitiva</a>	DE PAGO (TIENE DEMO GRATUITA)
	<b>SMARTBRAIN</b>	Programa interactivo de ejercicios de estimulación cognitiva para tratar cualquier déficit cognitivo de manera personalizada. SUPERVISADO POR PROFESIONALES.	WEB	<a href="https://www.smartbrain.net/smartbrainpro/que-es-smartbrain-pro/">https://www.smartbrain.net/smartbrainpro/que-es-smartbrain-pro/</a>	DE PAGO (TIENE DEMO GRATUITA)

# 3

## APP DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA



- Dos de las plataformas más completas y aplicadas al ámbito de la estimulación cognitiva.

### NeuronUp

- Plataforma web neurorehabilitación.
- Diseña sesiones con numeroso material y recursos (también versión imprimible).
- Supervisado por un profesional.
- Aplicabilidad a múltiples situaciones (daño cerebral, demencias, etc.)
- Diferentes áreas de intervención



### Smartbrain

- Programa interactivo de EC con eficacia terapéutica probada.
- Herramienta terapéutica: Cuidar y tratar déficit cognitivo- mantenimiento de capacidades que aún se conservan.



# 3

## APP DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA



### Ventajas

- Se pueden utilizar en tablet, móvil y ordenador. Acceso 24 horas desde cualquier lugar.
- Personalización: sesiones y actividades individualizadas (según necesidades)
- Material interactivo, visual, entretenido.
- Da feedback inmediato- recompensa cerebral- motivación y autoestima.
- Generador de nivel : se va adaptando al nivel de la persona.
- Manejo de tecnología- favorece procesos cognitivos.
- Diferentes idiomas

### Desventajas

- De pago (demo gratuita)
- Dificultades de manejo de aparatos electrónicos para los mayores.
- Supervisión y acompañamiento necesarios.



# Bibliografía



- Aldana González, G., García Gómez, L. & Jacobo Mata, A. (2012, enero-junio). Las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) como alternativa para la estimulación de los procesos cognitivos en la vejez. CPU-e, Revista de Investigación Educativa, 14.
- González Oñate, C. & Fanjul Peyró, C. (2018). Aplicaciones móviles para personas mayores: un estudio sobre su estrategia actual/Mobile applications for the elderly: a study of their current strategy. Aula Abierta, 47(1), 107-112.
- García Molina, A., Tirapu Ustárroz, J., & Roig Rovira, T. (1). Ecological validity and assessment of executive function. Anales De Psicología / Annals of Psychology, 23(2), 289-299. Recuperado de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/22251>

GRACIAS

