

Ficha Técnica

Datos del programa

Título: Síndrome del Deterioro Cognitivo Ligero. Taller de entrenamiento de la memoria.

Tipo de contenido: Programa de televisión

Fecha de emisión: 27/02/2015

Duración: 5' 03"

Producción y realización: CEMAV

URL: <https://canal.uned.es/mmobj/index/id/24491>

Descripción

En el marco del envejecimiento activo y saludable, el Ayuntamiento de las Rozas propone esta actividad para dar respuesta a la gran demanda de los mayores del municipio. El taller de entrenamiento de la memoria, puesto en marcha desde el año 2002, se fundamenta en que la estimulación cognitiva favorece la neuroplasticidad cerebral, la reserva cognitiva y la capacidad de aprendizaje. Este taller,

dirigido por dos profesoras de la UNED, sigue una metodología teórico-práctica en el que se estimulan diversas capacidades cognitivas además de la memoria. Los beneficios no se limitan al plano cognitivo, sino que se extienden a una mejora del estado emocional y un aumento de las relaciones sociales entre los participantes.

Intervienen

María Carmen Díaz Mardomingo, profesora de la Facultad de Psicología y coordinadora del taller, UNED; Mada Alderete Vincent, coordinadora de Programas de Mayores, Ayuntamiento de Las Rozas. Madrid; María Francisca Márquez Flores, psicóloga y tutora, UNED; María Concepción Noguero, participante en el taller; Agustín Jiménez, participante en el taller.

Realizador/a

Raquel Viejo Montesinos.