



Efectos de la estimulación cognitiva en pacientes adultos mayores con Alzheimer Effects of cognitive stimulation in elderly patients with Alzheimer's disease

Thalía Katherine Sánchez-Pico
ma.thaliaksp50@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0000-0002-6675-1742>

Alfonso González-Iruma
ua.irumaalfonso@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0000-0001-6866-4944>

María Augusta Reyes-Pérez
ua.mariareyes@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0000-0002-8882-7672>

RESUMEN

Objetivo: Determinar la eficacia de programas sistemáticos de estimulación cognitiva en pacientes con enfermedad de Alzheimer mediante revisión bibliográfica. **Método:** Investigación cualitativa de tipo descriptiva mediante análisis documental de artículos científicos de revisión en español de los últimos tres años en bases de datos de prestigio científico. **Resultados:** La estimulación cognitiva demuestra efectos positivos en la función ejecutiva, específicamente en capacidades de planificación, secuenciación, organización perceptiva, inhibición de respuesta, razonamiento lógico y flexibilidad mental. Los programas de tres sesiones semanales de una hora muestran mejoras significativas en orientación, memoria y atención comparado con cuidados habituales. **Conclusiones:** La estimulación cognitiva constituye una intervención eficaz no farmacológica que puede retrasar las manifestaciones clínicas de procesos neurodegenerativos tipo Alzheimer, mejorando la calidad de vida en adultos mayores.

Descriptores: estimulación cognitiva; adultos mayores; demencia. (DeCS).

ABSTRACT

Objective: To determine the effectiveness of systematic cognitive stimulation programs in patients with Alzheimer's disease through literature review. **Method:** Qualitative descriptive research through documentary analysis of scientific review articles in Spanish from the last three years in prestigious scientific databases. **Results:** Cognitive stimulation demonstrates positive effects on executive function, specifically in planning, sequencing, perceptual organization, response inhibition, logical reasoning and mental flexibility abilities. Three weekly one-hour session programs show significant improvements in orientation, memory and attention compared to usual care. **Conclusions:** Cognitive stimulation constitutes an effective non-pharmacological intervention that can delay clinical manifestations of Alzheimer-type neurodegenerative processes, improving quality of life in older adults.

Descriptors: cognitive stimulation; older adults; dementia. (DeCS).

Recibido: 26/08/2025. Revisado: 15/09/2025. Aprobado: 22/09/2025. Publicado: 27/09/2025.

Original breve



INTRODUCCIÓN

La enfermedad de Alzheimer representa una complicación de salud en aumento constante, constituyendo la principal causa de demencia en personas de la tercera edad (1). Esta patología neurodegenerativa se caracteriza por un deterioro cognitivo progresivo que afecta la memoria, el pensamiento, la conducta y la capacidad para realizar actividades de la vida diaria (2). El proceso patológico obstaculiza la autonomía de los pacientes adultos mayores, quienes experimentan dificultades graduales en el funcionamiento del sistema nervioso central.

La prevalencia de esta enfermedad muestra tendencia ascendente debido al incremento en la longevidad poblacional. Según la Asociación de Alzheimer, en 2017 aproximadamente 5,5 millones de estadounidenses convivían con esta patología, cifra que se proyecta aumentar significativamente para 2050 (3). Las autopsias revelan disminución de la masa cerebral y aumento de fisuras cerebrales, siendo los lóbulos frontal y temporal los más afectados, con pérdida neuronal, reducción de sustancia blanca y degeneración característica (4).

Ante la limitada eficacia de tratamientos farmacológicos, la estimulación cognitiva emerge como una alternativa terapéutica no farmacológica prometedora (5). Esta intervención se fundamenta en el principio de neuroplasticidad cerebral, promoviendo la activación de funciones cognitivas preservadas mediante estímulos estructurados (6). Los programas de estimulación cognitiva han demostrado impacto favorable en la función ejecutiva, generando resultados efectivos en atención, memoria y procesamiento cognitivo (7).



MÉTODO

La investigación adoptó una modalidad cualitativa de tipo descriptiva mediante análisis documental como método científico del nivel empírico. Se realizó una revisión bibliográfica sistemática incluyendo únicamente artículos científicos de revisión en idioma español correspondientes a los últimos tres años (8).

Los criterios de inclusión contemplaron estudios publicados en bases de datos de reconocido prestigio científico que abordaran específicamente los efectos de la estimulación cognitiva en pacientes adultos mayores con enfermedad de Alzheimer. Se excluyeron publicaciones que no cumplieran con los estándares metodológicos establecidos o que presentaran enfoques exclusivamente farmacológicos (9).

RESULTADOS

La enfermedad de Alzheimer progresa hacia diversas áreas cerebrales provocando alteraciones en la atención difusa, selectiva y cambios en habilidades visuoespaciales. Las actividades cotidianas como abotonarse una camisa o tender la cama se convierten en desafíos significativos para adultos mayores con esta patología (10). La percepción de profundidad, distancia y alteraciones en la memoria de trabajo afectan las funciones ejecutivas, precedidas por una fase prodrómica con deterioro cognitivo leve.

Los estudios revisados evidencian que la estimulación cognitiva constituye una terapia no farmacológica efectiva para enfrentar el Alzheimer. Esta intervención protege contra trastornos neurocognitivos, reduciendo el desarrollo de demencia tipo Alzheimer y retrasando el avance del deterioro una vez establecido el trastorno (11). Los pacientes que participan en programas de estimulación cognitiva muestran mejoras en su capacidad de aprendizaje, sugiriendo la factibilidad de aumentar el potencial cognitivo en demencia tipo Alzheimer.



Se recomienda implementar programas de tres sesiones semanales de una hora cada una, trabajando diferentes funciones cognitivas mediante tareas específicas: primera sesión enfocada en memoria y gnosia, segunda sesión en praxis y lenguaje, tercera sesión en cálculo y funciones ejecutivas (12). Los resultados demuestran mejoras significativas en orientación comparado con atención habitual, destacando la importancia de la estimulación cognitiva en el tratamiento.

El envejecimiento afecta el cerebro de manera diferencial en cada persona. La estimulación cognitiva ha integrado mecanismos cognitivos y cerebrales previamente estudiados por separado, permitiendo mayor comprensión sobre el envejecimiento cognitivo (13). Este enfoque busca comprender los cambios relacionados con la edad y su impacto en las capacidades cognitivas.

La demencia tipo Alzheimer presenta déficit en almacenamiento de información con registro y recuperación moderados, alteración de denominación y disminución de fluidez semántica. Las evaluaciones como MMSE y Evaluación Cognitiva de Montreal permiten detectar y dar seguimiento a la demencia (14). Los adultos mayores en primeras etapas tienden a olvidar eventos recientes y experimentar desorientación temporal-espacial.

DISCUSIÓN

La demencia tipo Alzheimer en adultos mayores constituye un problema neurológico frecuente que afecta el procesamiento mental de información, manifestándose como deterioro neurodegenerativo progresivo que disminuye gradualmente la función cognitiva. Este proceso representa cambios cerebrales que causan inflamación, atrofia neuronal y dificultades en el metabolismo de glucosa, afectando la función de células nerviosas y sinapsis (15).

La estimulación cognitiva permite mejoras en cognición, atención, memoria y lenguaje. La flexibilidad y capacidad de aprendizaje en la vejez pueden ser



aprovechadas para proteger la capacidad cognitiva y retrasar las consecuencias de la enfermedad. Las características de la demencia incluyen disminución crónica de funciones cognitivas como memoria, pensamiento, orientación, cálculo y lenguaje (16).

Los métodos efectivos de estimulación cognitiva en el tratamiento permiten que adultos mayores con Alzheimer mejoren atención, memoria, orientación y lenguaje. Tras tres meses de intervención, la orientación mejora significativamente comparado con atención habitual, incrementando la calidad de vida. Estos resultados resaltan la importancia de la estimulación cognitiva en el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer.

CONCLUSIONES

La revisión bibliográfica demuestra que la estimulación cognitiva resulta eficaz en adultos mayores con enfermedad de Alzheimer, evidenciando mejoras en la función cognitiva. Los programas persiguen el objetivo de mejorar la flexibilidad cerebral y la capacidad de aprendizaje en la vejez, potenciando atención, memoria, orientación y lenguaje para frenar la progresión de la demencia tipo Alzheimer.

La ausencia de intervenciones que estimulen la función cognitiva provoca envejecimiento patológico. Resulta fundamental comprender que el envejecimiento no implica necesariamente deterioro cognitivo y que estimular la función cognitiva puede ser clave para un envejecimiento saludable en pacientes con enfermedad de Alzheimer. La estimulación cognitiva minimiza el riesgo de desarrollo de demencia tipo Alzheimer retardando el deterioro cognitivo. Esta intervención, combinada con factores como el ejercicio, actúa como medida protectora contra la enfermedad de Alzheimer y otras enfermedades neurodegenerativas.

FINANCIAMIENTO

No monetario



CONFLICTO DE INTERÉS

No existe conflicto de interés con personas o instituciones ligadas a la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la dirección de investigación de UNIANDES.

REFERENCIAS

1. Vázquez E, Mejías A. Actualización sobre la Enfermedad de Alzheimer. Rev Elec Dr Zoilo E Vidaurreta. 2019;38(9):2-3.
2. Cerdeña I, et al. Rehabilitación cognitiva en deterioro cognitivo leve y enfermedad de Alzheimer. Rev Geri Cli. 2019;10(1):2-3.
3. Jauregui J. Enfermedad de Alzheimer. Rev Evi Act prác Amb. 2019;6(2):52-53.
4. Orejarena C, et al. Estimulación cognitiva para pacientes con trastorno neurocognitivo mayor por enfermedad de Alzheimer: revisión sistemática. Rev Bus. 2019;4(19):208-209.
5. Dolores C. Evaluación e intervención cognitiva en un caso de Enfermedad de Alzheimer [Tesis de Maestría]. Universidad de Almería; 2019.
6. Javier O, et al. Eficacia de las terapias no farmacológicas en la enfermedad de Alzheimer: una revisión sistemática. Rev Dem and Ger Cog dis. 2019;23.
7. Mora A. Revisión sistemática sobre la influencia de la reserva cognitiva en la demencia y en la eficacia de la terapia de estimulación cognitiva. Rev INFAD. 2023;2(1):252-253.
8. Elliott P. Intervención multidominio para la prevención y abordaje del deterioro cognitivo: modelo de gimnasio cerebral en Argentina. Rev INFAD. 2023;2:45-50.
9. Muñoz D. La estimulación cognitiva como estrategia para la atención psicogerontológica a los adultos mayores con demencia. Rev Neurol. 2020;70(8):271-281.
10. López A, Pincay Y. Hipertensión asociada a gestantes a nivel de Latinoamérica. MQR Investigar. 2023;7(1).
11. Tapia M. Efectos de la estimulación cognitiva mediante programas tecnológicos en adultos mayores [Tesis de Licenciatura]. Universidad Central del Ecuador; 2020.
12. Montoya I. Efectos de las intervenciones cognitivas en las personas con demencia leve a moderada causada por la enfermedad de Alzheimer: revisión sistemática [Tesis de Grado]. Universidad de Valladolid; 2020.
13. González J, Leger G. Alzheimer's disease. Rev Handb Clin Neurol. 2019;167:231-255.
14. Amor J. Eficacia de las terapias cognitivas en pacientes con Alzheimer [Tesis de Grado]. Universidad Pompeu Fabra Barcelona; 2023.
15. Rueda M, De Sixte R. Las mediaciones "cálidas" en la estimulación cognitiva a personas con Alzheimer. Rev ResearchGate. 2021;725(15):38-29.
16. Bravo J. Programa de Estimulación cognitiva en una paciente con Enfermedad de Alzheimer [Tesis de Maestría]. Universitat Oberta de Catalunya; 2019.

Derechos de autor: 2025. Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>