

Introducció

Cerebral Training és un mètode online construït sobre les bases neuropsicològiques de l'estimulació cognitiva. És el resultat del treball investigador dels especialistes de la Corporació Fisiogestión per prevenir el deteriorament cognitiu associat a l'edat i contribuir a millorar la qualitat de vida de la gent gran.

Mètode

- Un professional estableix el patró d'exercicis inicial adequat. L'usuari realitza un n^o de sessions en un període determinat. En cada sessió es treballen totes les funcions cognitives aconseguint una estimulació cognitiva integral.
- El programa és personalitzat, s'adapta al perfil cognitiu de la persona proposant tasques de complexitat creixent en funció dels resultats, va guiant pas a pas facilitant l'accessibilitat a tots els usuaris.

Objectiu

Activar les funcions mentals: memòria, atenció, concentració, agilitat mental, llenguatge, raonament i càlcul.



Resultats

El programa realitza un recull complet del rendiment de l'usuari. El professional pot explotar els resultats mitjançant la generació d'informes amb diferents nivells de detall. Permet una interpretació qualitativa i quantitativa de les dades.

Des del 2011 s'està fent servir en centres de gent gran, principalment de l'àmbit rural amb molt bona acollida tant pels usuaris com pels professionals que l'apliquen. Fins a l'actualitat s'ha aplicat a més de 370 usuaris.

Conclusions

Aquesta experiència ens ha permès concloure que el format més eficient i més estimulador per l'usuari és el Taller. La persona pot fer varis tallers al llarg d'un any.

També hem observat que a més de millorar les funcions cognitives preservades i activar les compromeses, el mètode Cerebral Training fomenta la capacitat de treball autònom, afavoreix l'autoestima de la persona i augmenta la implicació en el procés d'autocura.