

# Asociación Alzheimer Perales ALZPER

---

*Inés Gámez Serrador, Psicóloga.*

---

## Efectos de la creatividad en el Alzheimer.

---

CEALZ



CENTRO DE ESTIMULACION AVANZADA ALZHEIMER

---

---

# La creatividad.

---

- ❖ La **Creatividad** es la capacidad de generar nuevas ideas , a raíz de asociaciones entre ideas y conceptos conocidos.
- ❖ Se trata de una habilidad de la cognición humana.
- ❖ Se denomina también pensamiento original.

- ❖ El pensamiento original nace de la imaginación.
  - Tenemos un problema o tarea a realizar.
  - No sabemos cómo resolverlo.
  - La imaginación nos lleva a pensar soluciones.
  - La creatividad nos ayuda a ponerlas en práctica.

# Técnicas de Creatividad

- ❖ **Brainstorming: Lluvia de ideas.**

Facilita la generación de nuevas ideas.

Es importante no cohibir las ideas, para superar las barreras internas y que crezca la creatividad.

La Cantidad en esta técnica es importante.

# Técnicas de Creatividad.

- ❖ **Listado de preguntas.**

Sobre un tema formulamos diferentes preguntas.

A raíz de estas, surgirán nuevas preguntas que nos ayudarán a escoger la idea más acertada.

¿Quién?

¿Cuándo?

¿Cómo?

¿Por qué?

¿Qué?

¿Dónde?

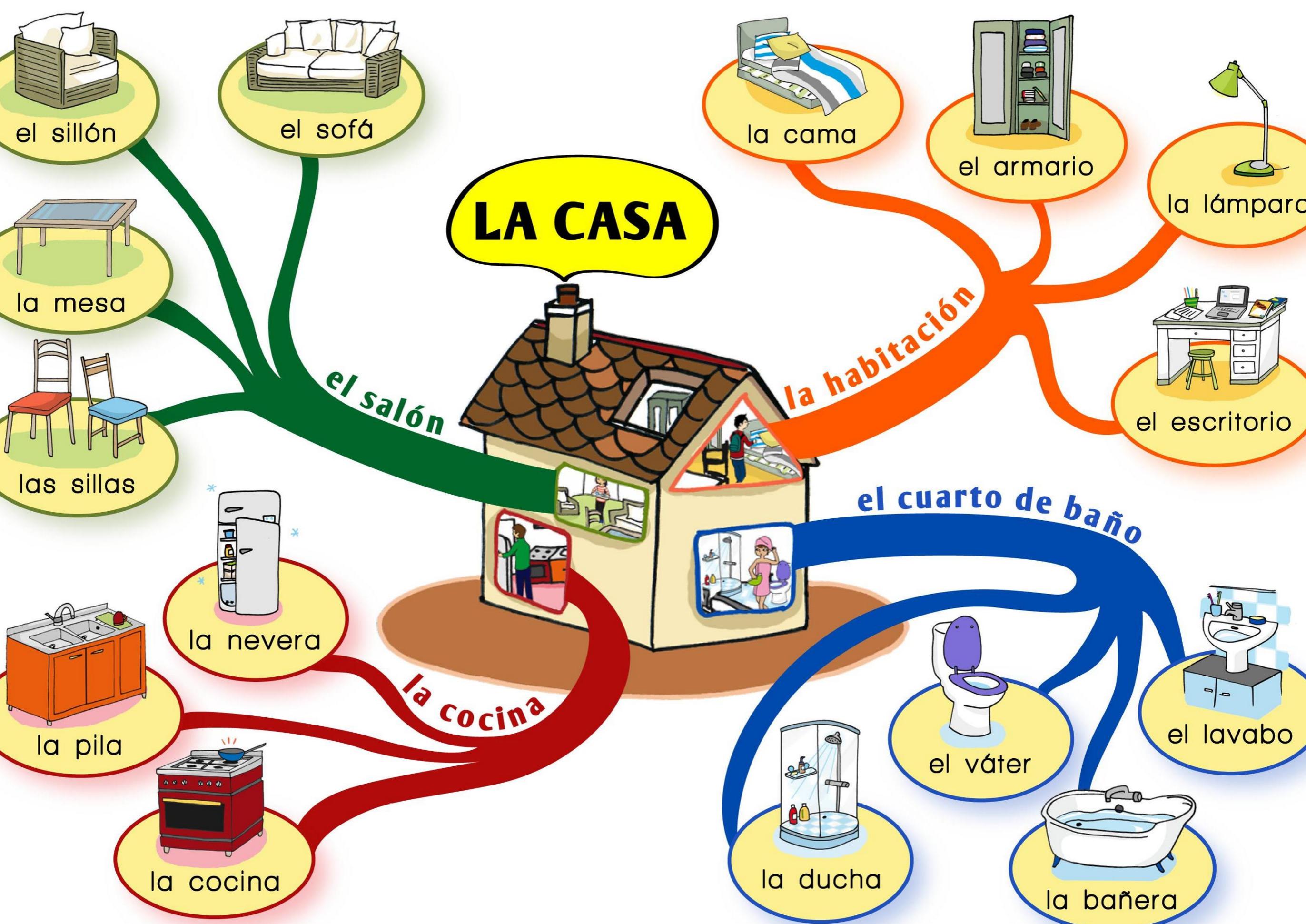
# Técnicas de Creatividad

## ❖ Mapas mentales.

Técnica Gráfica.

Partimos de nuestra idea en el centro de la página.

A continuación, temas relacionados parten de la idea original en forma de ramas de árbol, ya sea mediante imágenes o palabras clave.



# ¿Cuándo utilizamos estas técnicas con nuestros pacientes?

- ❖ Talleres de memoria y reminiscencia.
- ❖ Arteterapia.
- ❖ Debate de las noticias.



# Taller de memoria y reminiscencia

- ❖ Caso de las llaves.
- ❖ Repasar imágenes de diversos elementos (Comida, utensilios...).
- ❖ A través de una fotografía.



# Arteterapia.

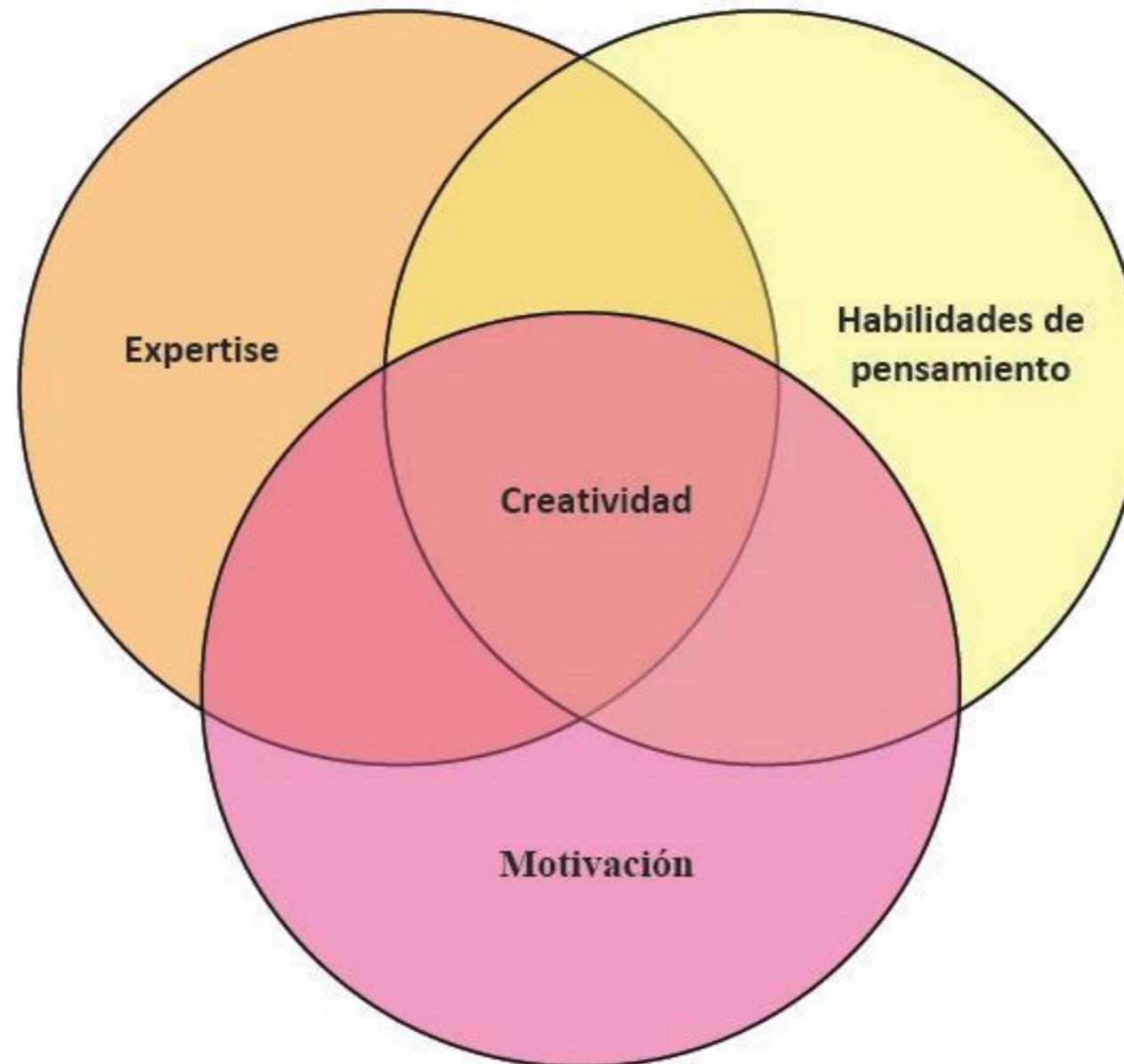
- ❖ Cómo podemos resolver un problema que nos surge (Con hilo, pegamento..etc). Ellos llevan a cabo las soluciones.
- ❖ Forma de realizar una actividad.
- ❖ Libertad (con ayuda en caso necesario) para llevarla a cabo.

# Debate de noticias.

- ❖ Leemos una noticia (Ej: utilidades del limón).
- ❖ A partir de ahí, surgen ideas sobre sus propias experiencias de cómo usarlo.
- ❖ Creamos nuevas.

# Motivación y Creatividad.

- ❖ Modelo de Teresa Amabile. Modelo de los componentes.



# Motivación y Creatividad

- ❖ “**Expertise**” Son las habilidades que posee el individuo propios de la tarea en sí.
- ❖ Nuestros enfermos de Alzheimer poseen esas habilidades, únicamente hay que ejercitar con ellos para que las recuerden.
- ❖ A través de la motivación, la implicación y la repetición en dichas tareas conseguimos que las rememoren y a partir de ahí, la Creatividad surge sola.

# La importancia de las tareas novedosas.

- ❖ ¿Qué importancia tienen las tareas nuevas en la función cognitiva?



# Implicación tareas novedosas.

- ❖ **Activación cerebral.** Nos llaman la atención y pone en marcha a nuestro cerebro.
- ❖ **Crean conexiones neuronales.**
- ❖ **Interés e implicación motivacional.**
- ❖ **A raíz de ellas surgen preguntas y dudas.** (Ejemplo actividad flores).



# Implicación tareas novedosas.

- ❖ En definitiva pone en marcha:
  - ❖ La atención.
  - ❖ La concentración
  - ❖ La memoria.



# Efectos de la creatividad en el Alzheimer.

## ❖ LA ATENCIÓN.

- Atención ante un estímulo nuevo.
- Incrementa la motivación y el interés.
- A raíz de esto aumenta capacidad de atención en el tiempo.

# Efectos de la creatividad en el Alzheimer

## ❖ LA CONCENTRACIÓN.

- Aumenta la coordinación motora.
- Favorece la retención.
- Implicación en la actividad. (Arteterapia, musicoterapia, risoterapia...).

# Efectos de la creatividad en el Alzheimer.

## ❖ LA MEMORIA.

- Crea conexiones que favorecen el encadenamiento de recuerdos. (Ejemplos “yo cuando era joven hacia...”).
- Asociación de una tarea con otra. (Al cabo de un tiempo, al repetirla).
- Estimula la memoria a corto y largo plazo.

# Ejemplos reales en nuestra asociación









# Preguntas, dudas...



