

XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2024.

Taller de “entrenamiento cognitivo a través del teatro y el movimiento”- Facultad de Psicología UBA: efectos cognitivos percibidos en personas mayores.

Lopes, Monica Ana, Molina, María Constanza, Jaskilevich, Judith, Papaleo, Maria Lorena, Cavallero, Nicolás, Quiroz Soto, Ana Sofia y Ambielle Altamirano, Desiree.

Cita:

Lopes, Monica Ana, Molina, María Constanza, Jaskilevich, Judith, Papaleo, Maria Lorena, Cavallero, Nicolás, Quiroz Soto, Ana Sofia y Ambielle Altamirano, Desiree (2024). *Taller de “entrenamiento cognitivo a través del teatro y el movimiento”- Facultad de Psicología UBA: efectos cognitivos percibidos en personas mayores*. XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-048/179>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/evo3/okE>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

TALLER DE “ENTRENAMIENTO COGNITIVO A TRAVÉS DEL TEATRO Y EL MOVIMIENTO”- FACULTAD DE PSICOLOGÍA UBA: EFECTOS COGNITIVOS PERCIBIDOS EN PERSONAS MAYORES

Lopes, Monica Ana; Molina, María Constanza; Jaskilevich, Judith; Papaleo, Maria Lorena; Cavallero, Nicolás; Quiroz Soto, Ana Sofia; Ambielle Altamirano, Desiree
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El propósito del presente trabajo es exponer los resultados de la investigación enmarcada en el taller virtual de “Entrenamiento cognitivo a través del teatro y el movimiento”, inserto en el programa de extensión de la Cátedra de Psicología de la Tercera edad y vejez, Facultad de Psicología, UBA. El objetivo principal es explorar los efectos percibidos por las personas asistentes al taller, investigando el impacto generado en su vida cotidiana, enfocado en el área de las funciones ejecutivas. El marco teórico se nutre de la gerontología, la neuropsicología y las artes escénicas. La muestra está compuesta por 23 participantes, mayoría mujeres, entre 60 y 85 años de edad, con educación terciaria y universitaria, residentes en CABA y Gran Buenos Aires, autoválidos e independientes. La metodología utilizada es mixta, con un abordaje cuantitativo y cualitativo de los datos obtenidos. Los resultados indican que las personas perciben cambios favorables en base a su participación en el taller. El proceso psicoeducativo permitió afianzar e incorporar información, para comprender el funcionamiento cognitivo. Las actividades innovadoras a través del teatro y el movimiento estimularon la flexibilidad cognitiva.

Palabras clave

Personas mayores - Entrenamiento cognitivo - Teatro y movimiento - Psicoeducación

ABSTRACT

“COGNITIVE TRAINING THROUGH MOVEMENT AND ACTING”. EFFECTS PERCEIVED BY ELDERLY PEOPLE IN THE VIRTUAL WORKSHOP. DEPARTMENT OF OLD AGE UBA UNIVERSITY OF PSYCHOLOGY

The purpose of this work is to show the results obtained during the virtual “Cognitive training through movement and acting” workshop. This workshop has been introduced in the extension program of the Department of Old Age of Buenos Aires University of Psychology. The main goal is to explore the effects perceived by the elderly people that took part in the workshop, while investigating the impact it had during their cognitive everyday life.

The focus is on executive functions. The theoretical framework draws on gerontology, neuropsychology and theater. The sample is formed by 23 participants, mainly women, between 60 and 85 years of age, higher and university level education, resident in CABA and Gran Buenos Aires, self-sufficient and independent. A mixed methodology has been used, with a quantitative and qualitative data approach. The partial results indicate that people perceive favorable changes based on the participation taken in the workshop. The psychoeducational process allowed to reformulate, to secure and to add information to understand its cognitive functioning. This would indicate that the generalization of learning acquired during the workshop was applied during their everyday life. Innovative activities through theater and movement stimulated cognitive flexibility.

Keywords

Elderly people - Cognitive training - Theater body movement - Psycho education

Introducción

El juego, el teatro, las prácticas que en la infancia son promovidas como parte de su proceso evolutivo y de aprendizaje, decaen en la adultez, debido a representaciones sociales estereotipadas que se ajustan a lo esperado para cada franja etaria. En la vejez, es común encontrar asociaciones prejuiciosas entre envejecimiento y rigidez cognitiva, dificultades para aprendizajes novedosos, falta de prácticas lúdicas, entre otras actividades. Posicionarnos desde una mirada menos prejuiciosa y pensar que en la vejez se puede aprender y adquirir nuevos hábitos y conocimientos, trae aparejado la posibilidad de diseñar dispositivos grupales innovadores que proponen recuperar las capacidades cognitivas que declinan, por desuso o por desentrenamiento.

El taller de “Entrenamiento cognitivo a través del teatro y el movimiento”, surge como un dispositivo innovador comparado a los dispositivos tradicionales denominados “Talleres de Memoria”. Se inserta en el programa de extensión de la Cátedra de Psicología de la Tercera edad y Vejez de la Facultad de Psico-

logía de la UBA. En el presente trabajo nos preguntamos ¿qué cambios perciben los participantes, a nivel de su cognición en el funcionamiento cotidiano, al finalizar el taller?

A continuación, presentamos la fundamentación teórica, la metodología implementada, el análisis de los resultados y las conclusiones al respecto.

Fundamentación

Hace algunas décadas la población global está envejeciendo debido al aumento de la esperanza de vida, disminución de la tasa de natalidad y mortalidad. Argentina es parte de ese fenómeno, pertenece a uno de los cuatro países más envejecidos de América Latina, según datos arrojados por el INDEC (2022) el 18,4% del total de las mujeres tenía 60 años y más, mientras que para los varones este valor era de 14,6%. Los cambios que atraviesa una persona mayor durante el envejecimiento pueden evidenciarse de manera negativa, debido a los prejuicios (viejismo) que circulan en la sociedad con respecto a las personas mayores. Levy Becca y Banaji Mahzarin (2004) alertan sobre la efectividad del viejismo en la vida de los adultos mayores "(...) estudios sugieren que el edaísmo implícito podría tener impacto en la cognición de los individuos, en el comportamiento y en la salud de manera inconsciente." (p. 5). Las personas mayores manifiestan preocupación por su funcionamiento cognitivo especialmente en el área de memoria, registran fallos, ineficiencia, equívocos que generan ansiedad, miedo por el funcionamiento actual y el futuro. El envejecimiento esperable está asociado a ciertos cambios en funciones como la memoria de trabajo, la velocidad de procesamiento, la función inhibitoria, la atención dividida (Park, 2002). Las actividades de nuestro taller a través del "teatro y el movimiento", son cognitivamente estimulantes ya que implican leer, escribir, hacer teatro, jugar otros roles, 4 resolver situaciones novedosas. Estas actividades ayudan a mantener el funcionamiento cognitivo, protegiendo contra el declive, favoreciendo la longevidad. (Arenaza-Urquijo y Bartrés-Faz, 2014). El movimiento y la actividad física son actividades que promueven una asociación positiva respecto al funcionamiento cognitivo, redundando en múltiples beneficios que permiten reducir el deterioro cognitivo y la incidencia de la demencia en personas mayores. (Chodzko-Zjko y Moore, 1994; Arenaza-Urquijo y Bartrés-Faz, 2014). Los cambios que puede producir el aprendizaje y la innovación de situaciones estimulan la Plasticidad Cerebral, definida como la capacidad del cerebro de evolucionar (Castellanos et al., 2010; Sanes, & Jessell, 2013), generando cambios a nivel estructural y funcional que se producen en el aprendizaje. La actuación engloba muchos elementos que facilitan el envejecimiento cognitivo saludable, a saber la atención plena (LaBerge, 1995; Langer, 1992), la novedad (Tulving, Markowitsch, Craik, Habib y Houle, 1996), la interacción social (Mortimer et al., 2012; Seeman, Lusignolo, Albert, & Berkman, 2001).

Descripción del dispositivo

Pensamos el teatro como un recurso eficaz para intervenciones psicológicas de prevención y promoción de la salud. Presenta dos aspectos: una función psicoeducativa que consiste en la transmisión de los cambios esperables que trae aparejado el envejecimiento, y el entrenamiento cognitivo que propone un programa de ejercicios y tareas de complejidad creciente que desafían al participante. En este Taller, las intervenciones que realizamos son estructuradas y requieren de planificación previa. Se diseñaron ejercicios orientados a funciones ejecutivas, de improvisación, de coordinación motora, dramatizaciones, construcción de personajes, resolución de conflictos, actividades que apuntan a la creatividad y deben ser resueltas en tiempo limitado.

Metodología

La muestra inicial fue de 29 personas, al finalizar la investigación quedaron 23 participantes de género femenino, de entre 60 y 85 años. Poseen educación terciaria y 5 universitaria, residen en CABA y Gran Buenos Aires, son personas autoválidas e independientes. Las participantes presentan quejas subjetivas de memoria, registran algunos cambios con respecto a su funcionamiento previo, no refieren que estos cambios hayan impactado de manera significativa en su vida cotidiana. Se aplicó un diseño de abordaje cuantitativo y cualitativo. Los instrumentos utilizados fueron una encuesta sociodemográfica, el cuestionario de fallos de memoria (MFE) (Montejo-Carrasco, et al., 2012) que utiliza una escala Likert en la que se indaga la percepción subjetiva del rendimiento cognitivo, y una entrevista semiestructurada que se realiza vía telefónica y por zoom con el objetivo de indagar cambios percibidos y generalización de aprendizajes a la vida cotidiana.

Análisis de las entrevistas semiestructuradas

CATEGORÍA: METACOGNICIÓN

Capacidad de las personas para reflexionar sobre sus propios procesos cognitivos.

Código: REFLEXIÓN

Proceso que permite pensar, comprender e incidir en el estilo cognitivo personal. Subcódigo: Metaatención Es el control consciente y voluntario que se realiza sobre el proceso de atención al desempeñar una tarea. Los participantes registran sus fallos de atención, sus efectos en la actividad que están realizando, e implementan estrategias para su control. "Me doy cuenta de que si no presto suficiente atención es más fácil que me olvide de las cosas, entonces cuando hay algo que necesito recordar estoy más alerta en cuanto a prestar atención" (D. Mujer, 70 años) "Yo soy muy dispersa y ahora me di cuenta que tengo que hacer una cosa por vez, y estoy más atenta" (S. Mujer, 75 años) Subcódigo: Funciones Ejecutivas 6 Capacidades que con-

ducen a una conducta eficaz y novedosa, que integra algunos de estos procesos: anticipar, elegir objetivos, planificar, elegir una conducta, autorregulación, autocontrol y retroalimentación. “Sí, te podría decir la inhibición, en cuanto a que yo soy un poco precipitada, hablaba demasiado e interrumpía mucho y esto me enseñó que uno debe regular” (M. Mujer, 81 años) (...) mejoré las funciones ejecutivas, sobre todo en la planificación y organización de esquemas, a pesar de que soy organizada y estructurada pero me dieron tips para mejorarlos (...), no ser tan estricta, poder flexibilizar (risas)” (A. Mujer, 61 años)

Código: GENERALIZACIÓN

Son las estrategias aplicadas que permiten poner en práctica los conceptos y conocimientos aprendidos en el taller mejorando el rendimiento cognitivo en la vida cotidiana. Subcódigo: Estrategias de compensación interna y externa Son mecanismos de adaptación que consisten en implementar conductas para mantener la eficacia en el procesamiento cognitivo. “Si, aprendí cómo almacenar y recuperar información con las ayudas. Pienso cómo tenía que hacer para acordarme, pienso con qué letra empieza, o para qué sirve”. (S. Mujer, 69 años) “En el contexto pandémico perdí la rutina y la organización. Ahora me armé un calendario con anexos para no olvidarme de las cosas importantes.” (S. Mujer, 75 años) Subcódigo: Regulación Emocional Reconocer, comprender y modificar las emociones propias, aplicando estrategias de afrontamiento de las emociones perturbadoras. . “Empecé a buscar estrategias para no sentirme mal si me olvido o no presté atención a algo. Tengo una libretita ahora, si no me acuerdo el nombre de la película donde trabajaba este actor y cuando me acuerdo lo anoto. (...) tengo mi alcancía de recuerdos y olvidos.” (A. Mujer, 71 años) 7 “(...)Lo que hago yo como recurso personal es cambiar de tema (...) Si uno se pone mal o se angustia por esa situación o le da vergüenza, hay que salir, yo salgo con humor, ayuda mucho” (A. Mujer, 61 años) “(...) empecé a bajar los niveles de ansiedad, estar más tranquila, respirar, escuchar más, porque si no es como la polvorita” (V. Mujer, 66 años)

CATEGORÍA: DISPOSITIVO INNOVADOR

Dispositivo activo a través de técnicas de teatro y movimiento.

Código: NOVEDAD Y CREATIVIDAD

La resolución de escenas teatrales presenta un desafío que implica la puesta en marcha de mecanismos cognitivos para arribar a una posible solución. Se pueden desarrollar estrategias preestablecidas o novedosas, estas últimas requieren creatividad. “Fue una propuesta muy sorprendente para mí, porque necesitaba de diferentes estrategias para resolverlo. Desarrollas distintos roles que no haces en general en tu vida. Es más creativo y uno se divierte más” (A. Mujer, 61 años)

Código: APRENDER INTEGRANDO EL CUERPO

Aprender a través de la experiencia corporal facilita la adquisición de conocimientos por medio del movimiento favoreciendo la expresión emocional e incorporando diferentes vivencias. “El movimiento del cuerpo despierta nuestra cabecita... No hay otra manera de incorporar esto que haciéndolo... Poner el cuerpo permite expresar ciertas emociones que a veces uno tiene guardadas, que con otro tipo de taller no sé si saldrían” (D. Mujer, 70 años) “Yo hice varios pero algunos eran demasiado estáticos... si no pasó por el cuerpo...” (V. Mujer, 66 años)

Código: VERGÜENZA 8

Estado del ánimo causado por timidez frente a situaciones o personas que inhibe la conducta e impacta en el desempeño cognitivo. “Cuando tuve que actuar me costó un montón pero después me encantó. Cuando vos sos tímida y no querés más que nada pasar vergüenza creo que eso te ayuda, y el teatro es fundamental” (S. A. Mujer, 70 años)

CATEGORÍA: PSICOEDUCACIÓN

Enfoque educativo y preventivo que implica informar a la población acerca de los cambios cognitivos esperables en la vejez.

Código: REFLEXIÓN SOBRE LOS PROPIOS PREJUICIOS

Revisión de ideas, emociones y conductas estereotipadas negativas sobre sí mismos, que de manera implícita impactan en la cognición. “Lo que siento es que me saque un par de prejuicios de encima, como participar de este tipo de talleres. En el sentido de que me parecía que me iban a tratar como disminuida mental, como orientado a personas con otras capacidades”. (D. Mujer, 70 años) “Si claro, vas aprendiendo. En cuanto a las charlas psicoeducativas también. Vos pensas todo el tiempo que si te olvidás de algo es Alzheimer. (...) ahora sé los distintos tipos de atención y cómo influyen. (A. Mujer, 71 años)

Código: APRENDIZAJE

Proceso cognitivo que da cuenta de la incorporación de nuevos contenidos y de la reelaboración de saberes previos. No hay aprendizaje sin memoria. “Cuando empezaron a dar las clases de los 20 minutos antes del taller empecé a entender lo que hacíamos después. La charla de Alzheimer fue muy importante. Estaba hablando con la madre de mi yerno y me di cuenta que me dijo algo y a los 15 minutos me lo volvía a decir como si no me lo hubiera dicho y le dije a mi hija que la lleven al neurólogo y le diagnosticaron principio de Alzheimer y me di cuenta yo que algo no estaba bien”. (S.T. Mujer, 69 años) 9 (...) Es un permanente desafío, te cambian permanentemente las páginas de Homebanking, de un montón de cosas. Todo el tiempo tenés que estar aprendiendo y poner en juego las funciones cognitivas (...) (R. Mujer, 67 años)

Análisis y desarrollo

Los participantes refieren que aprendieron a utilizar procesos metacognitivos que consisten en atender a estímulos, tareas y actividades, evitando la dispersión, mejorando el rendimiento y optimizando las capacidades cognitivas. Mediante el entrenamiento de la meta atención utilizan un control más consciente y voluntario alcanzando el automonitoreo y la atención plena, la focalización en pocos estímulos, evitando el multitasking, regulando los distractores externos e internos tales como emociones, pensamientos automáticos, preocupaciones. El acto de reflexionar y registrar su propia conducta, regular los impulsos, cambiar conductas disfuncionales y repetitivas, como la interrupción constante frente a un interlocutor implica un proceso de metacognición. Para llevar a cabo los procesos mencionados anteriormente, es clave entrenar la función inhibitoria ya que regula las conductas apropiadas al contexto social y mejora la relación con los pares, familia y consigo mismos. Las personas refieren que utilizan dos tipos de estrategias: de organización interna y de compensación externa, que les permiten ser más eficaces e independientes en su vida cotidiana, generando mayores niveles de autonomía, empoderamiento y autoeficacia. Las estrategias de organización interna se refieren al uso de recursos cognitivos personales a través del proceso metacognitivo, que incluye el automonitoreo, la autorregulación conductual y emocional, la anticipación y la planificación, generando nuevos hábitos. Las estrategias de compensación externa como el uso de agendas, calendarios, o pizarrones, compensan la declinación de las funciones ejecutivas generando un mejor rendimiento en la organización cotidiana. Esto impide la sobrecarga de la memoria de trabajo y la memoria prospectiva. Otros participantes recuperan estrategias que implementaban en su vida laboral y que cayeron por desuso. Respecto a la regulación emocional refieren encontrar estrategias internas de control del enojo, la ansiedad, la vergüenza, la frustración que impactan cognitivamente. Frente a alguna anomia transitoria, las participantes mencionan el recurso del humor como estrategia para regular emociones de enojo y frustración. Por último, otra estrategia es la atención plena, que permite regular altos niveles de ansiedad, mejorando la eficacia atencional y la adaptación al contexto. La mera asistencia al taller genera un cambio emocional positivo en los participantes. La reflexión sobre los propios prejuicios acerca de la cognición permite revisar las ideas previas y comprender las quejas de memoria, dando real dimensión a estos cambios, sin pensar que todo fallo de memoria es enfermedad de Alzheimer, evitando naturalizar los olvidos de la vejez. La categoría Dispositivo Innovador se refiere a la implementación de técnicas teatrales y de movimiento en talleres de entrenamiento, en contraste con los métodos tradicionales que tienden a ser estáticos y basados en tareas de lápiz y papel. Este enfoque promueve un dispositivo activo que facilita la resolución de situaciones novedosas y creativas a través de la participación corporal y la creatividad, desafiando el modelo convencional. Este dispositivo

implica el uso de las funciones ejecutivas, ya que la resolución creativa de problemas activa mecanismos corporales y cognitivos para encontrar soluciones innovadoras, dicha activación es posibilitada por los ejercicios teatrales, de espontaneidad e improvisación. La vergüenza puede limitar la capacidad de actuación y expresión, afectando el rendimiento cognitivo. El teatro ofrece una plataforma para superar estas barreras emocionales, promoviendo la confianza y la apertura.

Análisis del Cuestionario Fallos de Memoria (MFE)

En el análisis se observó una discordancia entre el cuestionario auto informado y el desempeño de las personas en el taller. Algunos participantes 11 sobredimensionaron sus quejas de memoria, reportando un puntaje elevado en el cuestionario auto informado, sin embargo, mostraron un desempeño adecuado al resolver las tareas propuestas sin presentar las dificultades referidas. Otros participantes que subestimaron sus quejas de memoria, reportando un puntaje bajo en el cuestionario auto informado, presentaron grandes dificultades a la hora de resolver las tareas. Inferimos que estos últimos participantes tienen registro de sus cambios cognitivos.

Conclusión

Los resultados indican que las participantes perciben cambios favorables en base a su participación en el taller. El proceso psicoeducativo les permitió registrar los propios prejuicios, reformular, afianzar e incorporar información para comprender el funcionamiento cognitivo personal y mejorar la calidad de vida en el presente. Se ha producido un proceso de generalización de aprendizajes, que es uno de los objetivos del dispositivo de la investigación. La generalización es parte de un proceso metacognitivo que posibilita reflexionar y estar presente en la vida diaria generando acciones con el fin de resolver desafíos cognitivos. Responde a la pregunta ¿qué información necesito y para qué la necesito? Asimismo, aprendieron a monitorear sus propios procesos cognitivos (metacognición), manifestando estar más atentas a su propia performance cognitiva, a la relación entre emoción, cognición y conducta. Comprender el sentido de las tareas y actividades desarrolladas en el taller, suscita mayor motivación y entendimiento de las propuestas. Aprender acerca de los automatismos y los olvidos cotidianos, permite implementar estrategias para mejorar la atención y disminuir las acciones automáticas. Refieren Mejoras en: velocidad de procesamiento que favorece la búsqueda rápida y eficaz de información; dominio de la función inhibitoria que trae aparejados 12 cambios de conducta y en los hábitos de comunicación; regulación emocional, control de la impulsividad afectiva y organización de la conducta. El dispositivo de teatro y movimiento en contraste con los métodos tradicionales promueve la resolución de situaciones novedosas y creativas a través de la implicación corporal. Estimula la creatividad, la espontaneidad y la improvisación, favoreciendo la flexibilidad cognitiva y la plas-

ticidad neuronal. En algunas participantes la vergüenza afectó la capacidad de actuación y expresión, el dispositivo permitió superar estas barreras emocionales promoviendo la confianza. Algunas participantes no reportan cambios significativos a nivel cognitivo y tampoco han podido generalizar las estrategias aprendidas en el taller en su vida cotidiana. Cuando comparamos el cuestionario auto informado con el rendimiento de las personas en el taller, vemos una discrepancia notable: personas que puntúan alto y rinden en el taller sin dificultad y personas que no perciben cambios cognitivos y sin embargo al realizar las tareas tienen bajo rendimiento. Es nuestra intención en el futuro profundizar los resultados obtenidos, llevando el dispositivo a la presencialidad para estudiar los beneficios que se derivan de esta modalidad en comparación a la virtualidad. Nos parece necesario para futuras investigaciones evaluar a los participantes con un screening cognitivo previo al ingreso al taller que nos provea datos objetivos sobre su cognición.

BIBLIOGRAFÍA

- Aschiero, M., Aceiro, M., y Grasso, L. (2020). Evaluación de las estrategias de compensación de memoria en adultos mayores sanos mediante el Memory Compensation Questionnaire (MCQ). *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24 (1), 94-106. ISSN electrónico: 1852-7310.
- Bedoya, O. I., Bustamante, B., Arboleda, R., Montero, S., Velásquez, M., Rojas, L. M., Cardona, B., Cardona, J. J. J., & Betancur, G. (2009). Cognición y movimiento. *Educación Física y Deporte*, 21(2), 85-97. Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/3292>
- Butler, R. N. (1969). "Age-ism: Another form of bigotry". *The Gerontologist*, 13.
- Guajardo, D., & Lena, M. M. L. (2021). Calidad de vida y soledad en personas adultas mayores: efectos de un taller de teatro. *Psicología y Salud*, 31(2), 215-224. INDEC (2023). Dossier Estadístico de personas mayores 2023. Recuperado del link https://www.indec.gov.ar/ftp/cuadros/poblacion/dossier_personas_mayores_2023.pdf
- Levy, B. y Banaji, M. (2004). *Viejismo Implícito en Viejismo. Estereotipos y Prejuicios contra las Personas Mayores (Ageism, Stereotyping and Prejudice against Older Persons)* (comp.) Todd D. Nelson. Massachusetts: The Mit Press.
- Muñoz Marrón, E. (2009). *Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica*. Barcelona, España: Editorial UO.
- Noice, H. y Noice, T. (2011). Enhancing healthy cognitive aging through theater arts. En P. E. Hartman-Stein y A. LaRue (Eds.): *Enhancing cognitive fitness in adults* (pp. 273-284). New York: Springer.
- Noice, H. y Noice, T. (2013). Extending the reach of a Noice n evidence-based theatrical intervention. *Experimental Aging Research*, 39(4), 398-418.
- Pascual- Castroviejo, I. (1996). Plasticidad Cerebral. Barcelona, España. *REV NEUROL*, 24, 1361-1366.
- Sáez Carreras, J. (Coord.) (2003). *Educación y aprendizaje en las personas mayores*. Madrid: Editorial Dykinson.
- Tirapu-Ustárriz & Luna-Lario (2008). *Neuropsicología de las funciones ejecutivas*. En *Manual de neuropsicología*. España: Viguera Editores.