



Ús intern per als associats

Nº 2 2010

www.parkinsonblanes.org

consulta sempre amb el teu neuròleg

Parkinson

TALLER COGNITIVO
EN ACAPBLANES Y EN CASA
JUEGOS CON CARTAS



Material necesario

una o varias barajas de cartas.



Pueden ser **barajas normales** entendiendo por normales las más conocidas, si se utilizan barajas de carta donde **no estemos** familiarizados se nos genera un **problema de atención** por lo tanto nosotros utilizamos la **baraja española**. Estas serán muy útiles ya que es un instrumento conocido y con el que están **familiarizados**.

También tenemos pensado hacer nuestras propias cartas como trabajo manual, barajas de cartas con signos más reconocibles:

- Puntos de colores.
- Categorías: animales, profesiones, iconos sencillos...

Ahora no es el caso pero la **ACAPBLANES**, lo tenemos en cuenta cuando tratemos terapia ocupacional.

Jugar con la familia es una buena actividad de manualidades con la que desarrolla muchas capacidades y, además, influye en el grado de satisfacción personal del EP.

Ejecución

A continuación vamos a comentar tres juegos:

LA MEMORIA, EL RELOJ, EL BINGO

Comentaremos como nos adaptaremos todos los participantes y nos ayudaremos mutuamente según las capacidades de cada uno.





Objetivos

Pero antes hay que tener muy en cuenta los *análisis del juego*:
Con estos tres juegos trabajamos:

- *Al barajar las cartas*: entrenamos los movimientos y la coordinación bimanual y durante el juego la destreza manual, coordinación de movimientos finos.
- *Al repartir*: estimulamos las secuencias lógicas, el control del entorno.
- *Al ordenar*: estimulamos la atención y la concentración.
- *Durante el juego* trabajamos, la atención sostenida, memoria, capacidad de reacción, motivación, competitividad, control de estímulos y la participación y relación familiar, si jugamos con nuestros jóvenes, nietos etc. El disfrute es general.

Es importante saber adaptarse a las capacidades del EP.

Estos juegos ya son conocidos y se comercializan con estos nombres, nosotros iremos aplicando las adaptaciones que se proponen para los *distintos grados de afectación* del EP.

LA MEMORIA

Material necesario

Dos o más barajas de **cartas idénticas**.
Como ya hemos comentado utilizaremos la **baraja española** por ser más conocida, pero si el EP, ha jugado toda su vida con otro tipo de baraja y la conoce mejor, es la que debe usar.



Preparación previa

Elegimos el número de cartas emparejadas (Separamos) (Conforma una pareja dos cartas iguales: dos ases, dos reyes de copas...) con las que vamos a iniciar el juego: **ocho o diez parejas** de cartas.

Según el estadio del compañero EP, **iremos reduciendo** el número de parejas que utilizamos, ya que se puede controlar la dificultad del juego graduando el número de cartas, siempre emparejadas.

Colocamos arbitrariamente las parejas de cartas elegidas para jugar sobre la mesa y **boca abajo**. Si los familiares (el cuidador/a) lo consideran oportuno, puede ser alguno de los participantes el que prepare las cartas para comenzar a jugar.

Pueden participar varios jugadores, para fomentar la comunicación, para dar pistas, pero **nunca debe dar la sensación** de que le dejamos ganar o de que le estamos ayudando descaradamente a que lo consiga. Igualmente, debemos recordar que en todos los juegos unas veces se gana y otras veces se pierde, con lo cual, no hay que permitir que gane siempre. Nosotros los EP, solemos tener nuestra **capacidad mental** en buen estado y nos percatamos de todo, bueno... casi todo.

Ejecución del juego

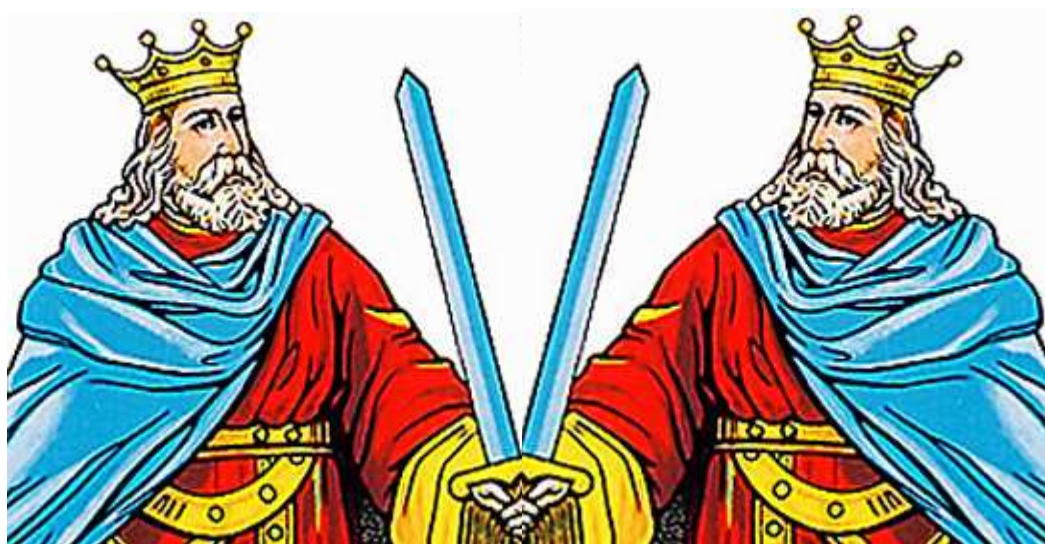
- El jugador de turno destapa o pone boca arriba dos de las cartas que se encuentran sobre la mesa, buscando cada una de las parejas.

Cuando un jugador destapa dos cartas y éstas no son pareja, las vuelve a colocar boca abajo en su sitio.

Si las cartas son pareja, o idénticas, el jugador las retira de la mesa y se las guarda.

El juego termina cuando se han descubierto todas las cartas, ganando el jugador que mayor número de parejas haya conseguido.

También podemos hacer, sencillamente, un ejercicio de búsqueda: con las cartas hacia arriba (que se vean), iremos emparejando las que sean iguales.



Análisis del juego

Hay que tener en cuenta que tanto éste como los demás juegos se utilizan como método de **estimulación al EP**. Esto no quiere decir que el familiar que juega con él a la Memoria o a otra cosa tenga que convertirse en su terapeuta particular, sino que vamos a compartir un rato agradable, jugando juntos.

Podemos **simplificar el juego** de las siguientes maneras:

- Reduciendo el número de cartas a emparejar.
- utilizando solamente las figuras de la baraja y los ases.
- utilizando siempre las cartas conocidas son mas fáciles de recordar.

Aproximándole las parejas sobre el tablero al colocarlas.

- Ejercicio de búsqueda con las cartas hacia arriba (que se vean).

Ya hemos comentado el **análisis de las capacidades** que se trabajan en este juego, de forma que podemos saber los beneficios que obtenemos nosotros los EP, mientras se disfruta jugando.

Por supuesto, si se juega con más gente, también se trabaja el **componente social**, adquiriendo un rol determinado dentro de ese grupo.



EL RELOJ

Material necesario

- Una o varias **barajas españolas**, dependiendo del número de jugadores. En este juego es **difícil hacerlo** con otro tipo de cartas, pero también se puede plantear en una fase leve. El problema surge de la secuencia del juego: si se ha jugado con anterioridad, se sabe que siempre sigue el mismo orden, terminando en: sota, caballo, rey.

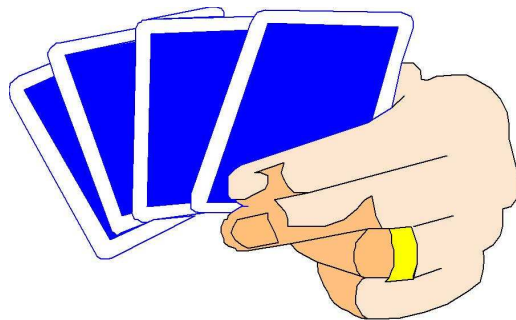
Preparación previa

Los participantes se sientan alrededor de la mesa. Las cartas se barajan y se reparten todas entre los participantes, que **las colocan en un montón y boca abajo**.

Ejecución del juego

El **primer** jugador arroja una carta **sobre la mesa** y, al mismo tiempo, dice: «as», el segundo hace lo mismo y dice: «2», el siguiente: «3», «4», «5», «6», «7», «sota», «caballo» y «rey». **Esta serie se va repitiendo** sucesivamente hasta que **coincide** la carta puesta sobre la mesa con el número que dice el jugador. En este caso, el jugador deberá **coger todas** las cartas que en ese momento se encuentran sobre la mesa.

Si **el jugador siguiente** no se da cuenta y sigue jugando, **será él** quien se lleve el montón acumulado. **Para jugar** se sigue siempre la dirección de las **manillas del reloj**.

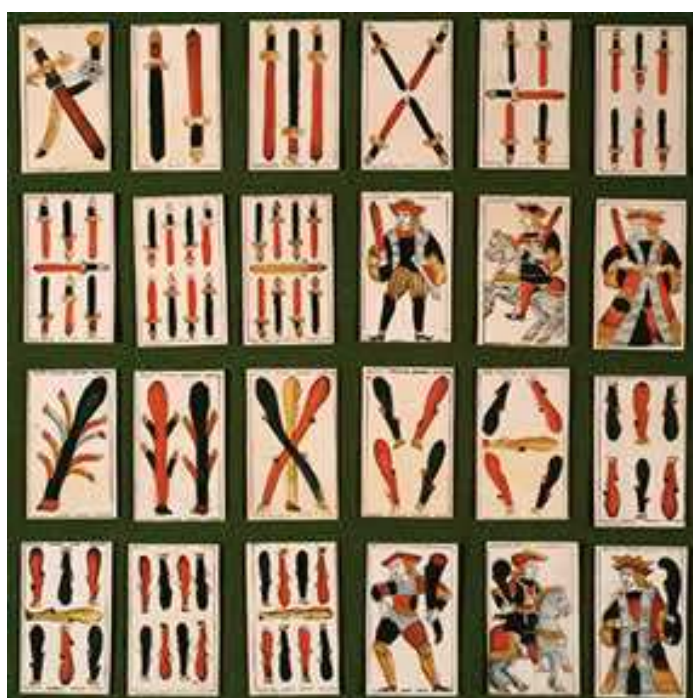


Análisis y adaptación del juego

El juego estimula al EP y mantiene su capacidad de atención y de secuenciación, pero cuando estas capacidades se van alterando, podemos hacer las siguientes cosas para facilitararlo:

- **Ralentizar la partida:** echar las cartas más lentamente le permite al EP reconocerlas con más facilidad.

Jugar uno solo. Es el EP quien nos tiene que «pillar» cuando coincida la carta que dices con la que echas.





EL BINGO

Evidentemente, podemos jugar al B́ingo de la manera normal, con uno casero, pero seǵun el estado nuestro, deberemos ir adaptando el juego, sobre todo los cartones: la cantidad de ńumeros y el tamańo de los mismos.

Material necesario

- Dos series o barajas de cartas id́enticas.

Las cartas han de ser de *baraja espańola* . (Ya comentamos el porque)

Preparaci3n previa

Una de las barajas se reparte entre los participantes, dándoles *ocho*, cartas a cada uno.

El ńumero de cartas se puede aumentar śi queremos , *ańadir* dificultad a la actividad, y *disminuir* para simplificarla. Las, cartas se colocan encima de la mesa, delante del jugador, *boca arriba*,, en dos ĺneas de cuatro cartas cada una.

Uno de los jugadores seŕa el que se quede con la otra baraja completa.

Ejecuci3n del juego

De la baraja completa se van sacando y *cantando las cartas* una a una. El resto de los jugadores pone su *carta boca abajo* cuando coincide con la carta cantada. De esta manera van completando su cart3n, primeramente *«ĺnea»* (las ĺneas seŕan establecidas por los jugadores; por ejemplo, śi jugamos con ocho cartas, puede haber dos ĺneas de cuatro). El total de las cartas *boca abajo hacen BINGO*.



Análisis y adaptación del juego

Sí el afectado tiene problemas de lenguaje o comprensión, será necesario mostrarle la carta que en cada momento se está cantando para que él pueda identificarla con la vista, de lo contrario sería incapaz de seguir el juego.

Comentario para el familiar, compañero o amigo del EP.

Sí vemos que nuestro familiar EP, tiene la carta que ha salido y no se ha dado cuenta, hay que hacérselo ver, pero evitando ser directos:

—*Míralo tú bien*, pero creo que ya ha salido esa carta.

Ésta es una *acción de intrusismo*, y sí se lleva a cabo en un ambiente con más gente, o delante de los nietos, el EP se puede sentir mal, con lo cual, sí vemos que le puede afectar, después de cada serie de 5 o 6 cartas *podemos revisar* cuáles son las que han salido, para darle otra oportunidad. En ese caso, debemos cerciorarnos de que pone su atención en el juego, buscando la carta.

