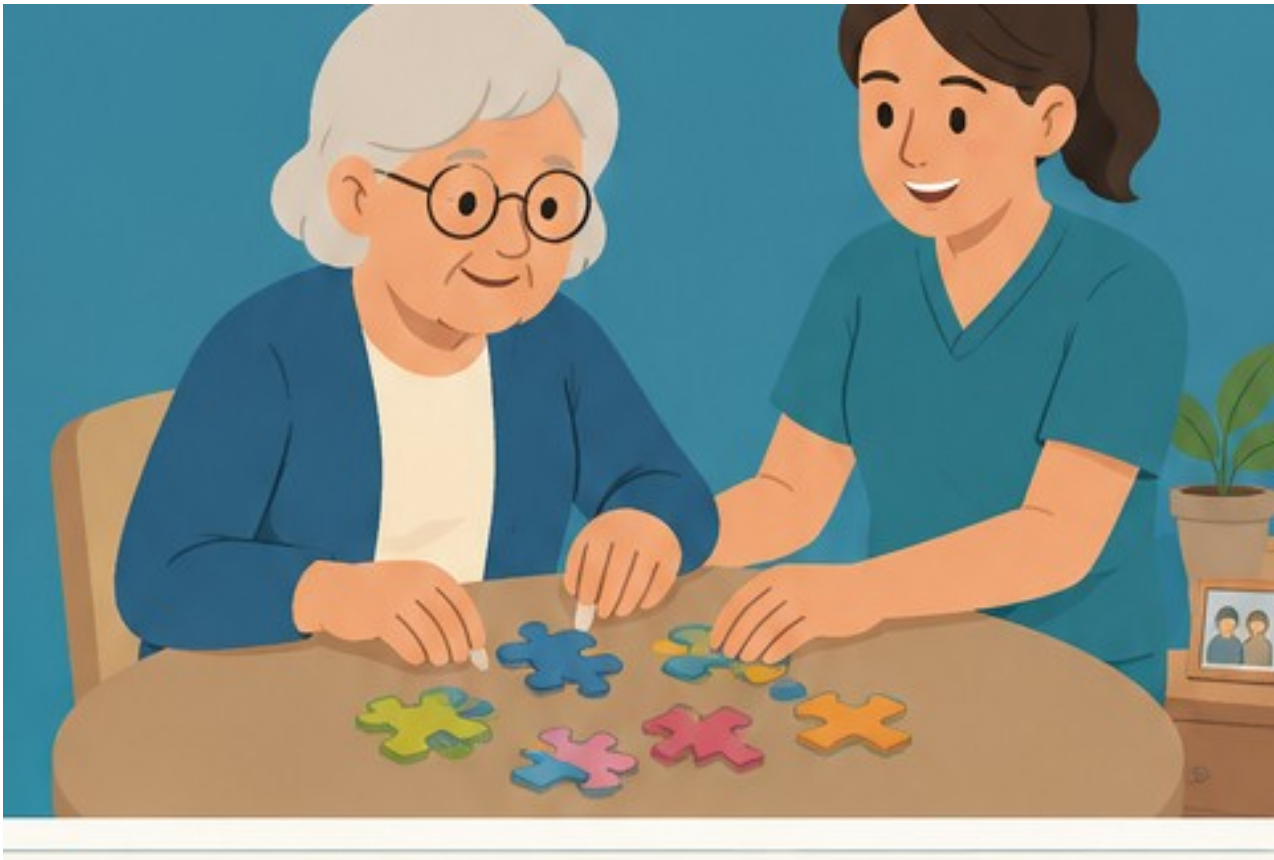


Intervenciones individuales para personas con demencia en GDS 6

Programa de 14 sesiones breves, personalizadas y centradas en bienestar, conexión y capacidades conservadas.



Frecuencia orientativa	Duración	Modalidad
2 a 4 veces por semana	15 a 25 min por sesión	1 persona + 1 facilitador

Material de apoyo clínico y comunitario - Chile, 2026

Cómo utilizar esta guía

Programa individual para una etapa de alta dependencia, con énfasis en dignidad y conexión

Finalidad

- Ofrecer actividades breves y personalizadas que favorezcan bienestar, comunicación, participación y uso de capacidades conservadas.
- Apoyar a profesionales y equipos que trabajan en domicilio, centros diurnos, residencias, hospitales o atención primaria.
- Entregar una estructura reproducible sin convertir la sesión en examen ni exigir aprendizaje acumulativo.

Población objetivo

Personas con demencia en una etapa funcional compatible de manera orientativa con GDS 6, clínicamente estables y capaces de expresar aceptación, rechazo, agrado o malestar mediante lenguaje, gestos, mirada o conducta.

Lo que esta guía no pretende

- No es un tratamiento validado como protocolo único ni reemplaza terapia ocupacional, fonoaudiología, kinesiología, psicología u otras intervenciones especializadas.
- No busca recuperar funciones perdidas ni demostrar que la persona recuerda.
- No reemplaza evaluación clínica cuando existe un cambio agudo, dolor, disfagia, caída, somnolencia o descompensación médica.
- No debe aplicarse de forma rígida: una sesión de cinco minutos con conexión y bienestar puede ser suficiente.

Principio central

La actividad se adapta a la persona; la persona no debe adaptarse a la actividad.

Ficha técnica del programa

Resumen para planificación de agenda, personal y materiales

Elemento	Orientación
Objetivo	Favorecer conexión, bienestar, regulación emocional, comunicación y participación en actividades significativas, apoyándose en capacidades sensoriales, procedimentales y relacionales conservadas.
Frecuencia orientativa	2 a 4 sesiones por semana. La evidencia no define una dosis única; ajustar según tolerancia, rutina y recursos.
Duración	15 a 25 minutos con la persona + 10 minutos de preparación + 5 a 10 minutos de registro. Finalizar antes si aparece fatiga o malestar.
Modalidad	Individual: una persona con demencia y un facilitador. Considerar un segundo integrante si hay riesgo de caídas, transferencias o alta necesidad de apoyo.
Lugar	Espacio tranquilo, conocido, iluminado, con temperatura confortable y pocos estímulos simultáneos.
Público	GDS 6 orientativo. Ajustar según subetapa funcional, lenguaje, movilidad, visión, audición, conducta, dolor y deglución.
Resultado esperado	Momentos de participación, tranquilidad, placer, comunicación o conexión. No evaluar el éxito por exactitud ni por un puntaje cognitivo.
Registro	Documentar respuesta observable, apoyo requerido, preferencias, señales de malestar y adaptaciones efectivas.

Tiempo real de agenda

Reserve aproximadamente 35 a 45 minutos de trabajo del equipo por sesión: preparación, intervención flexible y registro.

Qué significa GDS 6 y cuáles son sus límites

La etapa orienta, pero no reemplaza una evaluación integral

En el modelo de Reisberg, GDS 6 corresponde a deterioro cognitivo moderadamente severo y suele acompañarse de necesidad creciente de ayuda para vestirse, bañarse, usar el baño y otras actividades diarias. Dentro de la etapa existen diferencias importantes entre las subetapas 6a a 6e.

- La persona puede conservar capacidad para disfrutar música, reconocer emociones, responder a gestos, realizar acciones habituales o elegir entre alternativas.
- La comunicación verbal puede ser breve, imprecisa o variable; la conducta y la expresión facial también comunican.
- La desorientación, el miedo, la repetición, la resistencia al cuidado, la incontinencia o la confusión pueden coexistir, pero no aparecen igual en todas las personas.
- GDS/FAST fue desarrollado principalmente para la progresión tipo Alzheimer; otras demencias pueden seguir trayectorias distintas.

No atribuya todo a la demencia

Un cambio brusco en atención, marcha, alimentación, sueño, conciencia o conducta obliga a descartar delirium, dolor, infección, deshidratación, efectos farmacológicos u otra causa médica.

Antes de elegir una actividad, revise

- Estado de alerta y dolor.
- Audición, visión y ayudas técnicas.
- Movilidad, postura y riesgo de caídas.
- Deglución y restricciones alimentarias.
- Preferencias, historia de vida y temas que producen malestar.
- Capacidad actual para aceptar o rechazar la propuesta.

Selección, postergación y finalización

La seguridad y el asentimiento actual son prioritarios

Puede iniciar cuando

- La persona se encuentra clínicamente estable.
- El ambiente permite privacidad, comodidad y supervisión.
- Existe una actividad relacionada con una preferencia o capacidad observable.
- La persona acepta mediante palabras, mirada, aproximación o conducta tranquila.

Postergue e investigue antes de intervenir

- Somnolencia nueva, confusión aguda o fluctuación marcada.
- Fiebre, disnea, dolor torácico, hipoglicemia, caída reciente o dolor no controlado.
- Agitación intensa, agresividad activa o riesgo de daño.
- Náuseas, vómitos, rechazo alimentario nuevo o sospecha de disfagia.
- Duelo o tema emocional que la actividad pueda intensificar.

Finalice o cambie la actividad si aparece

- Retiro de la mirada, gesto de rechazo o intento de alejar materiales.
- Aumento de tensión, quejidos, respiración acelerada o irritabilidad.
- Dolor, mareo, fatiga, tos, atragantamiento o pérdida de estabilidad.
- Disminución sostenida del nivel de alerta.

Asentimiento

Explique en forma simple, observe la respuesta y respete el rechazo. El consentimiento de un representante no reemplaza la voluntad actual de la persona.

Preparación del ambiente y del facilitador

Menos estímulos, más tiempo y una relación conocida

Ambiente recomendado

Silla estable y cómoda; mesa despejada; luz suave; temperatura confortable; baño cercano; materiales grandes y visibles de uno en uno; volumen bajo; salida despejada.

Facilitador recomendado

Persona conocida o presentada con calma, a la misma altura, con tono lento y cálido. Evitar trabajar de pie sobre la persona o hablar desde atrás.

Antes de comenzar

- Revise la ficha de personalización y la respuesta a sesiones previas.
- Confirme lentes, audífonos, postura, dolor, necesidad de ir al baño y comodidad.
- Prepare una actividad principal y una alternativa muy breve.
- Disponga solo los materiales necesarios; retire bolsas, ruidos y objetos que compitan.
- Acorde con la familia o equipo qué temas, músicas, aromas o fotografías evitar.

Durante la sesión

- Use una instrucción a la vez y muestre antes de pedir.
- Espere 8 a 12 segundos antes de repetir.
- Ofrezca dos alternativas reales.
- Comente lo que la persona hace sin corregir constantemente.
- Permita pausas, silencio y observación pasiva.

Regla ambiental

Un estímulo principal a la vez: una voz, un objeto, una música o una acción.

Principios de facilitación en GDS 6

La forma de acompañar es parte de la intervención

1. Conexión antes que tarea

Salude por el nombre preferido, establezca contacto visual y confirme comodidad.

3. Significado personal

Use historia de vida, rutinas, música, objetos y roles familiares.

5. Modelado y participación conjunta

Haga la acción al lado de la persona; no entregue instrucciones largas.

7. Reminiscencia sin examen

Las fotografías y recuerdos conectan; no se usan para exigir nombres o fechas.

9. Validación emocional

Responda al miedo o frustración antes de insistir con la tarea.

2. Capacidades antes que pérdidas

Observe qué puede mirar, tocar, elegir, imitar, sostener o disfrutar.

4. Éxito inmediato

La actividad debe permitir una respuesta válida en pocos segundos.

6. Comunicación multimodal

Acepte palabras, sonidos, gestos, mirada, postura y expresión facial.

8. Ritmo lento

Espere, repita con calma y reduzca el número de decisiones.

10. Cierre positivo

Finalice con agradecimiento, comodidad y una actividad conocida.

Frases útiles

"Podemos hacerlo juntos." | "Tómese su tiempo." | "¿Prefiere esto o esto?" | "Veo que no le agrada; podemos parar." | "Gracias por acompañarme."

Estructura estándar de cada sesión

Un ritmo predecible reduce incertidumbre y facilita participación

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Saludar, comprobar postura, dolor, temperatura y ayudas sensoriales. Pedir permiso para comenzar.
3-6	Conexión	Usar nombre, objeto o música familiar. Orientar solo si ayuda, sin confrontar errores.
6-10	Activación suave	Movimiento, tacto, sonido o elección sencilla relacionada con el tema.
10-20	Actividad principal	Una acción concreta, modelada y repetible. Dar apoyo graduado y aceptar observación.
20-25	Cierre	Agradecer, retirar materiales con calma, ofrecer descanso y registrar la respuesta.

Ritual breve de apertura

"Hola, [nombre]. Soy [nombre]. Vamos a estar un momento juntos. Traje [objeto/actividad]. Puede mirarlo, tocarlo o decir que no."

Ritual breve de cierre

"Gracias por este momento. Ahora vamos a descansar. Lo que más le agradó fue _____."

Evaluación y monitoreo

Observar bienestar y respuesta, no examinar cognición

Dimensiones de proceso

- Participación: mira, toca, imita, elige, inicia o mantiene una acción.
- Comunicación: palabras, sonidos, gestos, mirada o expresión facial.
- Confort: postura relajada, respiración estable, sonrisa, permanencia o acercamiento.
- Malestar: rechazo, tensión, quejido, irritabilidad, fatiga o retirada.
- Ayuda requerida: clave verbal, modelado, guía física consentida o apoyo continuo.

Cómo interpretar

- Compare a la persona consigo misma y entre sesiones, no con otras personas.
- Una actividad puede ser útil aunque no exista respuesta verbal.
- La observación tranquila también es participación cuando la persona permanece cómoda.
- El aumento de malestar indica necesidad de simplificar, cambiar o detener.
- Registre qué materiales, horarios, personas y apoyos funcionaron mejor.

No use puntajes cognitivos como objetivo de este ciclo

En GDS 6, el resultado prioritario es una experiencia segura, personalizada y significativa.

Kit básico y calendario de 14 sesiones

Prepare materiales reutilizables, grandes, seguros y culturalmente cercanos

Categoría	Materiales
Comunicación	Tarjeta con nombre preferido; fotografías grandes; pictogramas de sí/no; atril.
Sensorial	Telas suaves; pelota blanda; pañuelos; objetos de madera/plástico; hojas y flores seguras.
Música y sonido	Parlante con volumen regulable; lista musical personalizada; sonidos familiares.
Funcional	Toallas, paños, bandeja, taza vacía, plato irrompible, cuchara, prendas y accesorios.
Cuidado personal	Peine, cepillo suave, espejo opcional, crema autorizada, toalla tibia.
Registro	Perfil personal, chequeo pre-sesión, ficha de respuesta y hoja de continuidad.

Calendario sugerido

1	Saludo y objeto familiar	2	Texturas y cuidado de manos
3	Música y ritmo	4	Fotografías sin examen
5	Doblar y ordenar textiles	6	Preparar una bandeja
7	Ropa y accesorios	8	Naturaleza cercana
9	Movimiento con pañuelo y pelota	10	Sonidos familiares
11	Frases y lectura acompañada	12	Arreglo personal con dignidad
13	Caja personal de calma	14	Álbum de bienestar y cierre

Precaución

No use alimentos, líquidos, cremas, aromas o plantas sin confirmar alergias, deglución, integridad de piel y restricciones clínicas.

Sesión 1. Saludo y objeto familiar

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Crear seguridad y vínculo mediante un saludo predecible y un objeto significativo, facilitando reconocimiento, elección y comunicación espontánea.	Capacidades y respuestas que se favorecen Atención compartida; reconocimiento emocional; memoria semántica; elección; comunicación verbal y no verbal.
Materiales Tarjeta con nombre preferido; un objeto familiar grande y seguro; dos fotografías relacionadas; paño para apoyarlo.	Preparación previa (10 min) Confirmar con la familia que el objeto es conocido y no genera tristeza intensa. Limpiarlo y disponerlo visible, sin otros estímulos.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Saludar por el nombre preferido, presentarse y comprobar postura y comodidad.
3-6	Presentación	Mostrar el objeto y decir qué es, sin preguntar si lo recuerda.
6-10	Exploración	Permitir mirar, tocar o sostener. Describir color, textura o peso.
10-18	Conexión	Ofrecer dos imágenes de lugares o acciones relacionadas y preguntar cuál prefiere.
18-22	Acción simple	Colocar, pasar, abrir, cerrar o usar el objeto según sea seguro y conocido.
22-25	Cierre	Agradecer, nombrar la preferencia observada y retirar con calma.

Si necesita más apoyo Permita solo mirar o tocar. Modele la acción y acepte una respuesta mediante mirada, sonrisa, rechazo o acercamiento.	Si conserva mayor capacidad Invitar a explicar para qué sirve, dónde se guarda o con quién se relaciona, sin corregir detalles.
Qué observar y registrar Orientación de la mirada; aproximación; exploración; elección; verbalización; signos de agrado o malestar.	Seguridad y criterios para detener Detenga si el objeto provoca miedo, tristeza intensa, intento de ingerirlo o conducta insegura.

Evite

Preguntar "¿se acuerda?", exigir el nombre correcto, usar objetos pequeños o retirar el objeto bruscamente.

Sesión 2. Texturas y cuidado de manos

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Favorecer confort, atención táctil y conexión interpersonal mediante texturas seguras y cuidado respetuoso de las manos.	Capacidades y respuestas que se favorecen Percepción táctil; esquema corporal; relajación; elección; comunicación emocional.
Materiales Dos o tres telas grandes; toalla tibia; pelota blanda; crema neutra solo si está autorizada.	Preparación previa (10 min) Revisar integridad de piel, dolor, edema, alergias y rechazo al contacto. Asegurar temperatura segura de la toalla.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Pedir permiso para trabajar con las manos y mostrar todos los materiales.
3-6	Contacto inicial	Entregar una tela para que la sostenga o toque por sí misma.
6-10	Comparar	Presentar dos texturas y observar cuál mantiene o rechaza.
10-18	Cuidado	Ofrecer toalla tibia o masaje muy suave solo con consentimiento y sin dolor.
18-22	Acción	Apretar y soltar pelota blanda o enrollar una tela juntos.
22-25	Cierre	Secar, acomodar las manos y verbalizar qué pareció más agradable.

Si necesita más apoyo Apoye la tela sobre la mesa o antebrazo sin mover la mano de la persona. Use contacto breve y predecible.	Si conserva mayor capacidad Invitar a elegir suave/áspero, cálido/frío o a emparejar dos telas semejantes.
Qué observar y registrar Relajación; apertura de manos; retirada; rigidez; sonrisa; verbalización; tolerancia al contacto.	Seguridad y criterios para detener No masajear áreas dolorosas, inflamadas, lesionadas o con dispositivos. Detener ante dolor, cambio de color o rechazo.

Evite

Tomar la mano sin avisar, forzar apertura de dedos, usar agua muy caliente o productos no autorizados.

Sesión 3. Música de preferencia y ritmo

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Facilitar conexión, emoción, lenguaje y movimiento mediante música conocida y un ritmo sencillo compartido.	Capacidades y respuestas que se favorecen Atención auditiva; memoria musical; lenguaje; regulación emocional; coordinación motora.
Materiales Lista de tres canciones conocidas; parlante; pañuelo o instrumento de percusión blando y liviano.	Preparación previa (10 min) Confirmar preferencias, canciones que conviene evitar y nivel de audición. Probar volumen bajo.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Explicar que escucharán una canción y que puede pedir detenerla.
3-6	Elección	Mostrar dos opciones con imagen o decir dos títulos conocidos.
6-10	Escucha	Reproducir un fragmento breve y observar la respuesta.
10-18	Participación	Tararear, marcar pulso con manos o mover un pañuelo al ritmo.
18-22	Pausa y segunda opción	Descansar y, si existe interés, escuchar otro fragmento.
22-25	Cierre	Bajar volumen, agradecer y registrar canción, ritmo o momento preferido.

Si necesita más apoyo Mantener música breve, sin pedir cantar. Acompañar con balanceo o contacto visual.	Si conserva mayor capacidad Completar una palabra conocida, elegir canción, marcar un ritmo o comentar qué emoción produce.
Qué observar y registrar Cambio de expresión; vocalización; sincronía; movimiento; relajación; agitación; preferencia.	Seguridad y criterios para detener Detenga si aumenta agitación, recuerdos dolorosos, mareo o sobrecarga sensorial.

Evite

Volumen alto, varias canciones seguidas, corregir letras o infantilizar con música no significativa.

Sesión 4. Fotografías sin examen

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Promover comunicación y vínculo mediante fotografías personales o culturalmente cercanas, sin exigir reconocimiento ni exactitud.	Capacidades y respuestas que se favorecen Atención visual; memoria autobiográfica; emoción; lenguaje; reconocimiento social.
Materiales Tres a cinco fotografías grandes, nítidas y de un solo foco; atril; tarjetas de emociones simples.	Preparación previa (10 min) Seleccionar imágenes positivas y confirmar identidades y temas sensibles. Evitar fotografías asociadas a duelo reciente si generan malestar.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar una fotografía a distancia cómoda y esperar la mirada.
3-6	Descripción segura	Comentar lo visible: personas, colores, paisaje o actividad.
6-12	Exploración	Preguntar "¿qué le parece?" o "¿le agrada esta imagen?".
12-18	Conexión	Nombrar a la persona o lugar si se conoce; permitir tocar o sostener la foto.
18-22	Elección	Presentar dos fotografías y observar cuál prefiere mantener.
22-25	Cierre	Guardar la fotografía elegida en una carpeta personal.

Si necesita más apoyo Use una sola foto, frases afirmativas y preguntas de sí/no. Acepte mirar en silencio.	Si conserva mayor capacidad Invitar a contar una breve escena, elegir quién aparece o relacionar con una actividad conocida.
Qué observar y registrar Fijación visual; sonrisa; nombre espontáneo; emoción; rechazo; deseo de conservar una fotografía.	Seguridad y criterios para detener Retire o cambie la imagen si provoca tristeza intensa, miedo, acusaciones o desorganización.

Evite

Preguntar repetidamente "¿quién es?", corregir parentescos o mostrar demasiadas fotografías a la vez.

Sesión 5. Doblar y ordenar textiles

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Estimular acción procedimental, coordinación y sentido de utilidad mediante una tarea cotidiana simple y repetitiva.	Capacidades y respuestas que se favorecen Praxis; atención; coordinación bimanual; secuenciación simple; elección; identidad ocupacional.
Materiales Toallas pequeñas, paños, fundas o calcetines grandes y limpios; dos canastos; mesa despejada.	Preparación previa (10 min) Seleccionar textiles livianos y contrastantes. Evitar piezas pequeñas o prendas que provoquen confusión.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar un paño y decir que trabajarán juntos.
3-6	Modelado	Doblar lentamente una pieza al lado de la persona.
6-10	Participación guiada	Entregar un paño y acompañar el primer movimiento.
10-18	Repetición	Doblar, alisar o colocar piezas en un canasto.
18-22	Elección	Ofrecer dos colores o dos canastos y permitir decidir dónde colocar.
22-25	Cierre	Reconocer el aporte y dejar una pieza visible como resultado.

Si necesita más apoyo Permitir alisar, sostener, pasar o colocar. Use guía mano-bajo-mano solo si es aceptada.	Si conserva mayor capacidad Emparejar dos textiles, ordenar por color o completar dos pasos consecutivos.
Qué observar y registrar Inicio de acción; imitación; coordinación; perseverancia; frustración; sensación de logro.	Seguridad y criterios para detener Mantener postura estable, mesa a altura adecuada y textiles secos. Detener ante dolor de hombro o fatiga.

Evite

Deshacer frente a la persona, exigir pliegues perfectos, apresurar o convertir la tarea en obligación doméstica.

Sesión 6. Preparar una bandeja cotidiana

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Favorecer participación funcional y secuenciación mediante la preparación de una bandeja simple, sin exigir consumo.	Capacidades y respuestas que se favorecen Praxis; percepción visuoespacial; secuenciación; elección; memoria semántica; autonomía.
Materiales Bandeja antideslizante; taza vacía; plato y cuchara irrompibles; servilleta; dos objetos alternativos.	Preparación previa (10 min) Confirmar que no existen objetos calientes, cortantes o de vidrio. No ofrecer alimentos o líquidos sin evaluación de deglución y autorización.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar la bandeja y explicar que prepararán una mesa sencilla.
3-6	Modelado	Colocar un objeto lentamente y nombrarlo.
6-10	Elección	Ofrecer taza o plato para colocar primero.
10-18	Preparación	Ubicar tres o cuatro objetos con apoyo verbal o modelado.
18-22	Revisión amable	Mirar juntos la bandeja y acomodar solo si la persona lo acepta.
22-25	Cierre	Agradecer y retirar los objetos de forma predecible.

Si necesita más apoyo Permitir pasar un objeto o colocarlo sobre una marca visual grande.	Si conserva mayor capacidad Elegir ubicación, ordenar dos pasos o decidir para qué momento del día serviría la bandeja.
Qué observar y registrar Búsqueda visual; alcance; elección; secuencia; reconocimiento funcional; fatiga.	Seguridad y criterios para detener Supervise agarre, postura y riesgo de llevar objetos a la boca. No usar líquidos calientes.

Evite

Corregir posiciones exactas, usar vajilla frágil o insistir en comer/beber como parte de la sesión.

Sesión 7. Ropa y accesorios

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión

Apoyar elección, identidad y participación en el vestir mediante prendas conocidas y opciones simples.

Capacidades y respuestas que se favorecen

Reconocimiento visual y táctil; elección; praxis del vestir; identidad; comunicación.

Materiales

Dos prendas o accesorios grandes y conocidos: chaleco, pañuelo, gorro, delantal o bufanda; perchero o silla.

Preparación previa (10 min)

Confirmar comodidad, temperatura, historia personal y elementos que no generen rechazo. Evitar cierres difíciles.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar dos opciones y preguntar si desea mirar o tocar.
3-6	Exploración	Comentar color y textura sin pedir nombrar.
6-10	Elección	Preguntar cuál prefiere o cuál se siente más cómodo.
10-18	Acción	Ayudar a colocar, doblar o guardar una prenda con participación de la persona.
18-22	Ajuste	Preguntar si desea mantenerla o retirarla.
22-25	Cierre	Agradecer la elección y dejar la prenda disponible si corresponde.

Si necesita más apoyo

Ofrecer solo una prenda y permitir tocarla o sostenerla. Modele el movimiento.

Si conserva mayor capacidad

Elegir según clima, combinar dos elementos o completar parte del vestido con supervisión.

Qué observar y registrar

Preferencia; iniciativa; cooperación; rechazo; sensibilidad al tacto; comodidad térmica.

Seguridad y criterios para detener

No forzar brazos o cuello, no usar accesorios ajustados y detener ante dolor o angustia.

Evite

Vestir a la persona sin avisar, reírse de combinaciones o usar espejo si provoca confusión.

Sesión 8. Naturaleza cercana

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Facilitar atención sensorial, calma y conversación mediante elementos naturales seguros y culturalmente familiares.	Capacidades y respuestas que se favorecen Percepción visual, táctil y olfativa; atención; elección; emoción; lenguaje.
Materiales Hojas grandes, flores no tóxicas, corteza, piña de pino grande, hierbas seguras o fotografías de naturaleza.	Preparación previa (10 min) Verificar alergias, toxicidad, espinas, tierra húmeda y riesgo de ingestión. Limpiar materiales.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Presentar una bandeja con un solo elemento visible.
3-6	Observación	Comentar color, forma y olor; pedir permiso antes de acercar.
6-10	Exploración	Permitir tocar, oler a distancia o sostener.
10-18	Actividad	Elegir entre dos elementos, colocar en un recipiente o regar una planta con ayuda.
18-22	Conexión	Relacionar con jardín, campo, estación o paisaje conocido.
22-25	Cierre	Dejar el elemento preferido a la vista o fotografiarlo para el álbum.

Si necesita más apoyo Use una sola hoja o flor y permita observación silenciosa.	Si conserva mayor capacidad Agrupar por color/textura, elegir dónde colocar o comentar una actividad del campo o jardín.
Qué observar y registrar Aproximación; manipulación; respiración; agrado; evocación; intento de ingerir.	Seguridad y criterios para detener Retirar materiales si existe riesgo de ingestión, alergia, irritación o conducta insegura.

Evite

Plantas tóxicas, espinas, pesticidas, aromas intensos o insistir si la persona evita tocar.

Sesión 9. Movimiento con pañuelo y pelota blanda

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Favorecer activación corporal, atención compartida y disfrute mediante movimientos sentados, lentos y adaptados.	Capacidades y respuestas que se favorecen Coordinación; seguimiento visual; ritmo; esquema corporal; interacción; regulación.
Materiales Pañuelo liviano; pelota grande y blanda; música suave opcional; silla estable con apoyabrazos.	Preparación previa (10 min) Revisar dolor, rango de movimiento, indicaciones de kinesiología, riesgo de caída y tolerancia al esfuerzo.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Comprobar postura, pies apoyados y comodidad.
3-6	Calentamiento	Respirar y mover manos lentamente, sin contar repeticiones.
6-10	Pañuelo	Seguir con la mirada o mover el pañuelo arriba, abajo y a los lados.
10-18	Pelota	Rodar la pelota sobre la mesa, empujar suavemente o pasarla entre ambos.
18-22	Ritmo	Repetir el movimiento preferido con música suave.
22-25	Cierre	Detener, descansar y preguntar si se siente cómodo.

Si necesita más apoyo Permitir solo seguimiento visual, contacto con la pelota o movimientos muy pequeños.	Si conserva mayor capacidad Imitar dos movimientos, cambiar dirección o combinar pañuelo y ritmo.
Qué observar y registrar Postura; alcance; coordinación; sonrisa; respiración; dolor; cansancio; mareo.	Seguridad y criterios para detener Detener ante disnea, dolor, mareo, palidez o pérdida de equilibrio. Seguir indicaciones de movilidad del equipo.

Evite

Movimientos rápidos, tracciones de brazos, ejercicios de pie sin evaluación o competencia por repeticiones.

Sesión 10. Sonidos familiares

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Estimular atención auditiva, reconocimiento y comunicación mediante sonidos cotidianos presentados de forma gradual.	Capacidades y respuestas que se favorecen Atención auditiva; memoria semántica; orientación ambiental; emoción; elección.
Materiales Grabaciones breves de lluvia, aves, campana, radio, animales o herramientas; fotografías relacionadas; parlante.	Preparación previa (10 min) Seleccionar sonidos culturalmente conocidos y evitar alarmas o ruidos asociados a experiencias traumáticas. Ajustar audífonos.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Explicar que escucharán sonidos cortos y que puede pedir detener.
3-6	Primer sonido	Reproducir 5 a 10 segundos a volumen bajo.
6-10	Respuesta	Preguntar si es agradable o conocido; mostrar dos imágenes.
10-18	Exploración	Presentar dos o tres sonidos separados por pausas largas.
18-22	Elección	Repetir el sonido preferido o relacionarlo con un lugar.
22-25	Cierre	Apagar por completo y permanecer unos segundos en silencio.

Si necesita más apoyo Usar un solo sonido junto con su imagen y aceptar solo una reacción emocional.	Si conserva mayor capacidad Relacionar sonido con lugar, acción, animal u oficio y elegir entre dos opciones.
Qué observar y registrar Orientación hacia el parlante; sobresalto; relajación; vocalización; reconocimiento; preferencia.	Seguridad y criterios para detener Detener si aparece miedo, agitación, dolor auditivo o confusión intensa.

Evite

Volumen alto, sonidos simultáneos, alarmas, imitaciones burlonas o preguntar repetidamente qué sonido es.

Sesión 11. Frases y lectura acompañada

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Promover lenguaje, ritmo y vínculo mediante refranes, poemas, oraciones o textos muy breves y significativos.	Capacidades y respuestas que se favorecen Lenguaje automático; atención; memoria semántica; emoción; comunicación.
Materiales Tarjetas con frases de letra grande; poema, oración o canto breve conocido; dos imágenes relacionadas.	Preparación previa (10 min) Confirmar preferencias religiosas, culturales y temas que deben evitarse. Seleccionar textos de dos a cuatro líneas.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar una tarjeta y explicar que leerán o escucharán juntos.
3-6	Lectura del facilitador	Leer lentamente una frase breve, con entonación natural.
6-10	Participación	Pausar antes de una palabra conocida o invitar a repetir una parte.
10-18	Texto significativo	Leer un poema, refrán, oración o estrofa breve y comentar la emoción.
18-22	Elección	Ofrecer dos tarjetas y repetir la preferida.
22-25	Cierre	Guardar la frase elegida en la carpeta personal.

Si necesita más apoyo Leer usted y observar. Use frases afirmativas, no preguntas de memoria.	Si conserva mayor capacidad Completar palabras, elegir título o comentar qué frase le resulta más agradable.
Qué observar y registrar Atención; movimiento de labios; repetición; entonación; emoción; cansancio.	Seguridad y criterios para detener Cambie el texto si provoca tristeza, culpa, miedo o conflicto religioso/cultural.

Evite

Textos largos, letra pequeña, corregir pronunciación o exigir completar refranes.

Sesión 12. Arreglo personal con dignidad

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Favorecer autonomía, identidad y confort mediante una rutina breve de arreglo personal elegida por la persona.	Capacidades y respuestas que se favorecen Praxis; esquema corporal; elección; identidad; coordinación; autoestima.
Materiales Peine o cepillo suave; pañuelo; crema autorizada; toalla; espejo opcional; dos accesorios.	Preparación previa (10 min) Revisar piel, cuero cabelludo, dolor, preferencias y si el espejo genera reconocimiento o malestar.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Pedir permiso y mostrar los elementos.
3-6	Elección	Ofrecer peine o pañuelo, o preguntar qué prefiere primero.
6-10	Modelado	Mostrar el movimiento en usted o en una muñeca de práctica, sin infantilizar.
10-18	Participación	Permitir peinar, sostener, secar manos o colocar un accesorio con apoyo.
18-22	Confirmación	Preguntar si desea continuar, cambiar o terminar.
22-25	Cierre	Retirar con cuidado, agradecer y mantener el resultado si le agrada.

Si necesita más apoyo Realizar solo un gesto breve y conocido, con guía mínima y respeto del rechazo.	Si conserva mayor capacidad Elegir accesorios, completar parte de la rutina o indicar el orden preferido.
Qué observar y registrar Aceptación del contacto; iniciativa; sonrisa; tensión; respuesta al espejo; preferencia.	Seguridad y criterios para detener No usar objetos cortantes, productos no autorizados ni movimientos dolorosos. Detener ante rechazo.

Evite

Corregir apariencia, imponer estándares, exponer el cuerpo o continuar por conveniencia del cuidador.

Sesión 13. Caja personal de calma

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Identificar y reunir estímulos que favorecen tranquilidad y conexión para usarlos en momentos de ansiedad o cuidado difícil.	Capacidades y respuestas que se favorecen Regulación emocional; preferencia; reconocimiento sensorial; comunicación; anticipación.
Materiales Caja o bolsa; fotografía; tela; objeto familiar; tarjeta con frase; música; aroma solo si está autorizado.	Preparación previa (10 min) Seleccionar elementos que previamente hayan mostrado efecto positivo. No introducir todos a la vez.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar la caja cerrada y explicar que contiene cosas agradables.
3-6	Primer elemento	Presentar el estímulo mejor tolerado y observar.
6-10	Segunda opción	Ofrecer una alternativa visual o táctil.
10-18	Construcción	Elegir dos o tres elementos para mantener en la caja.
18-22	Ensayo	Usar uno durante un minuto de calma y registrar la respuesta.
22-25	Cierre	Guardar juntos y definir dónde quedará disponible.

Si necesita más apoyo Use un solo elemento conocido y permita observación o contacto breve.	Si conserva mayor capacidad Elegir orden, nombrar preferencias o indicar cuándo le gustaría utilizarla.
Qué observar y registrar Disminución de tensión; acercamiento; rechazo; tiempo de permanencia; estímulo más efectivo.	Seguridad y criterios para detener No usar la caja para ocultar un cambio clínico. Si la angustia es nueva o intensa, evalúe causas médicas y ambientales.

Evite

Llenar la caja con muchos objetos, usarla para distraer de dolor o forzar un estímulo que antes funcionó.

Sesión 14. Álbum de bienestar y cierre

Duración sugerida: 15 a 25 minutos | Modalidad individual | GDS 6 orientativo

Propósito de la sesión Integrar preferencias y apoyos observados durante el ciclo en un recurso breve para familia y equipo.	Capacidades y respuestas que se favorecen Elección; identidad; comunicación; conexión; reconocimiento emocional.
Materiales Carpeta o cuaderno; fotografías de actividades; tarjetas de preferencias; hoja "Así me acompaño mejor".	Preparación previa (10 min) Reunir registros de sesiones y seleccionar cuatro a seis elementos que generaron mejor respuesta.

Guion minuto a minuto

Minutos	Momento	Cómo aplicarlo
0-3	Acogida	Mostrar la carpeta y explicar que reúne momentos compartidos.
3-6	Primera preferencia	Presentar una fotografía u objeto que produjo bienestar.
6-12	Revisión amable	Mirar dos o tres elementos sin preguntar si recuerda la sesión.
12-18	Elección	Permitir elegir qué conservar en la primera página.
18-22	Ritual	Escuchar canción, tocar objeto o repetir actividad preferida.
22-25	Cierre	Agradecer y entregar el álbum al entorno de apoyo.

Si necesita más apoyo Use una sola página con fotografía, nombre preferido y dos estímulos calmantes.	Si conserva mayor capacidad Elegir título, ordenar páginas o comentar qué actividad desea repetir.
Qué observar y registrar Preferencias consistentes; respuesta a fotografías; signos de conexión; mejor horario y tipo de apoyo.	Seguridad y criterios para detener No incluir información íntima o sensible sin autorización. Evitar imágenes que generaron malestar.

Evite

Usar el álbum como prueba de memoria, llenar páginas con texto pequeño o asumir que una preferencia será permanente.

Anexo 1. Perfil de personalización

Información para adaptar cada sesión a la persona

Nombre y forma preferida de ser llamada	
Persona(s) significativa(s)	
Oficio, roles y lugares importantes	
Música, cantantes o sonidos preferidos	
Objetos, actividades y rutinas conocidas	
Colores, texturas, aromas o naturaleza que disfruta	
Temas, imágenes o estímulos que generan malestar	
Cómo expresa agrado	
Cómo expresa dolor, cansancio o rechazo	
Lentes, audífonos y forma de comunicación	
Movilidad y apoyos físicos	
Deglución, alergias y restricciones	

Actualizar

Las preferencias pueden cambiar. Revise esta ficha con familia, cuidadores y observación directa.

Anexo 2. Chequeo previo de seguridad y confort

Completar antes de cada sesión o ante cualquier cambio

Aspecto	Sí	No	Observaciones
Estado de alerta habitual	☐	☐	
Dolor controlado	☐	☐	
Sin fiebre ni síntomas agudos	☐	☐	
Postura y movilidad seguras	☐	☐	
Lentes/audífonos disponibles	☐	☐	
Necesidad de ir al baño atendida	☐	☐	
Hidratación y alimentación según plan	☐	☐	
Deglución y restricciones confirmadas	☐	☐	
Ambiente tranquilo y temperatura adecuada	☐	☐	
La persona acepta participar	☐	☐	

Postergue

Si existe un cambio agudo, dolor no controlado, somnolencia nueva, caída, fiebre o deterioro general, priorice evaluación clínica.

Anexo 3. Planificador de sesión individual

Prepare una actividad principal y una alternativa breve

Fecha y hora	
Profesional/facilitador	
Sesión o tema	
Objetivo individual	
Preferencia o capacidad en que se basa	
Materiales	
Riesgos y precauciones	
Adaptación principal	
Actividad alternativa	
Cómo se cerrará la sesión	

Anexo 4. Registro de respuesta por sesión

Escala descriptiva de proceso - no diagnóstica

Participación	0 No observable / 1 Observa o tolera / 2 Responde con apoyo / 3 Participa activamente
Comunicación	0 No observable / 1 Mirada o gesto / 2 Palabra, sonido o intercambio con apoyo / 3 Espontánea
Confort	0 Malestar / 1 Variable / 2 Tranquilo la mayor parte / 3 Relajado y conectado
Malestar	0 No / 1 Leve transitorio / 2 Requiere adaptación / 3 Requiere detener o evaluar
Fatiga	0 No / 1 Al final / 2 Durante la actividad / 3 Impide continuar
Ayuda	0 Ninguna / 1 Clave verbal / 2 Modelado o elección / 3 Apoyo continuo

Registro

Fecha y sesión	
Duración real	
Participación	
Comunicación	
Confort	
Malestar	
Fatiga	
Ayuda	
Actividad o estímulo preferido	
Qué funcionó	
Qué conviene cambiar	
Observación clínica	

Anexo 5. Retroalimentación de familia o cuidador

Integrar observaciones del entorno sin culpabilizar

¿Qué actividades disfruta habitualmente?	
¿En qué horario suele estar más tranquila o alerta?	
¿Qué objetos, música o personas le producen seguridad?	
¿Qué señales indican cansancio, dolor o rechazo?	
¿Hubo cambios recientes en sueño, alimentación, marcha o conducta?	
¿Qué actividad del ciclo pareció más útil?	
¿Qué actividad conviene evitar o modificar?	
¿Qué le gustaría repetir en casa o en el próximo ciclo?	

Uso del registro

La información familiar orienta, pero debe contrastarse con la respuesta directa y actual de la persona.

Anexo 6. Registro de incidente o cambio clínico

Completar según protocolo local

Fecha y hora	
Sesión/actividad	
Persona	
Profesionales presentes	
Descripción objetiva	
Signos observados	
Medidas adoptadas	
Respuesta/evolución	
Destino/derivación	
Comunicación realizada	
Profesional responsable	

Redacción objetiva

Describe hechos observables y contexto: "cerró los ojos, retiró la mano y dijo no", en lugar de "no cooperó".

Anexo 7. Informe breve de cierre del ciclo

Síntesis para ficha clínica, familia o continuidad de cuidados

Persona	
Periodo	
Sesiones realizadas	
Objetivo individual	
Actividades preferidas	
Fortalezas y capacidades observadas	
Apoyos efectivos	
Señales de malestar o riesgos	
Cambios percibidos en participación, comunicación o confort	
Recomendación de continuidad	
Plan acordado	
Profesional responsable y fecha	

Redacción centrada en la persona

Describe capacidades, preferencias y apoyos. Evite etiquetas como "no coopera", "agresivo" o "incapaz" sin explicar el contexto observable.

Anexo 8. Inventario del kit individual

Control antes y después de cada ciclo

Material	Cantidad	Estado	Falta/reponer	Observaciones
Tarjeta con nombre y pictogramas				
Fotografías y carpeta personal				
Objetos familiares				
Telas, toallas y pelota blanda				
Música y parlante				
Bandeja y utensilios irrompibles				
Prendas y accesorios				
Elementos naturales seguros				
Materiales de cuidado personal				
Caja de calma				
Atril y apoyos visuales				
Formularios de registro				

Referencias y fundamento

Fuentes principales utilizadas para elaborar esta guía

1. Ministerio de Salud de Chile. Plan Nacional de Demencia 2025-2035. Santiago: MINSAL; 2026. Promueve intervenciones no farmacológicas, individuales y grupales, adaptadas a las necesidades de la persona y su entorno.
2. Reisberg B, Ferris SH, de Leon MJ, Crook T. The Global Deterioration Scale for assessment of primary degenerative dementia. *American Journal of Psychiatry*. 1982;139(9):1136-1139.
3. National Institute for Health and Care Excellence. Dementia: assessment, management and support for people living with dementia and their carers (NG97). Recomendación actividades para promover bienestar adaptadas a las preferencias de la persona.
4. Möhler R, Renom A, Renom H, Meyer G. Personally tailored activities for improving psychosocial outcomes for people with dementia in long-term care. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2023;3:CD009812.
5. Lu S, Zhang AY, Liu T, et al. Degree of personalisation in tailored activities and its effect on behavioural and psychological symptoms and quality of life among people with dementia: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*. 2021;11:e048917.
6. Goodall G, Taraldsen K, Serrano JA. The use of technology in creating individualized, meaningful activities for people living with dementia: a systematic review. *Dementia*. 2021;20(4):1442-1469.
7. Denning T, Hibberd P. Meaningful activity in advanced dementia. *Nursing Older People*. 2020.
8. Yous ML, Boamah SA, Hunter PV, et al. Exploring factors influencing meaningful engagement of persons living with advanced dementia through the Namaste Care Program. *Dementia*. 2023.

Nota sobre evidencia

La evidencia apoya actividades adaptadas y centradas en preferencias, pero no define una frecuencia, duración o combinación única para GDS 6. Los tiempos y la secuencia de esta guía son una propuesta de implementación que debe individualizarse.

Aviso clínico

Material de apoyo para profesionales y equipos sociosanitarios. No reemplaza evaluación médica, funcional, deglutoria, sensorial, conductual ni indicación terapéutica individual.