

I.- Datos Generales

Código	Título
EC1208.01	Aplicación de programa individual de estimulación cognitiva para personas mayores

Propósito del Estándar de Competencia

Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas que atiendan a personas mayores en el ámbito comunitario e institucional recabando información básica personal y del estado de salud actual de la persona mayor, realizando valoración funcional y cognitiva, por consiguiente, elaborar y ejecutar un programa individual de estimulación cognitiva; asimismo, podrá ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y formación basados en Estándares de Competencia (EC).

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en Estándares de Competencia (EC).

El presente EC se refiere únicamente a funciones para cuya realización no se requiere por disposición legal, la posesión de un título profesional. Por lo que para certificarse en este EC no deberá ser requisito el poseer dicho documento académico.

Descripción general del Estándar de Competencia

El EC describe la aplicación de un programa individual de estimulación cognitiva, desde la obtención de la información básica personal y del estado de salud actual, la valoración funcional y cognitiva de la persona mayor, hasta la integración del programa individual de estimulación cognitiva y su aplicación a la persona mayor.

El presente EC se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

Se actualiza el **EC1208 “Aplicación de programa individual de estimulación cognitiva para personas mayores”** publicado en el Diario Oficial de la Federación el 05 de noviembre del 2019.

Los asuntos de evaluación y certificación de competencias tramitados con base en el **EC1208 “Aplicación de programa individual de estimulación cognitiva para personas mayores”**, tendrán para su conclusión, incluyendo la emisión de certificados, un plazo máximo de 5 meses, a partir de la publicación en el Diario Oficial de la Federación del presente Estándar de Competencia.

Nivel en el Sistema Nacional de Competencias: Tres

Desempeña actividades tanto programadas y rutinarias como impredecibles; recibe orientaciones generales e instrucciones específicas de un superior. Requiere supervisar y orientar a otros trabajadores jerárquicamente subordinados.

Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló

De la Geriatría

Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:

Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:

Periodo sugerido de revisión /actualización del EC:

5 años

Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo con el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO)

Grupo unitario

1521 Coordinadores y Jefes de área en servicios de salud, protección civil y medio ambiente
1523 Coordinadores y jefes de área en centros de enseñanza y capacitación
2142 Psicólogos
2424 Médicos internos (geriatra)
2427 Psiquiatras
2436 Enfermeras y paramédicos profesionales
2437 Fisioterapeutas y logopedas
2143 Profesionistas en trabajo social
2531 Auxiliares en ciencias sociales y humanistas (técnico en trabajo social y psicología)

Ocupaciones asociadas

Coordinador de hospital.
Jefe de capacitación.
Psicoanalista.
Psicólogo clínico o Psicoterapeuta.
Psicólogo educativo.
Psicólogo laboral.

Ocupaciones no contenidas en el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC

Técnico en Promoción de la Salud
Gericultistas

Clasificación según el sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN)

Sector:

62 Servicios de salud y asistencia social

Subsector:

621 Servicios médicos de consulta externa y servicios relacionados.
624 Otros servicios de asistencia social

Rama:

6216 Servicio de enfermería a domicilio
6241 Servicio de orientación y trabajo social

Subrama:

62161 Servicios de enfermería a domicilio

62412 Centros de atención y cuidado diurno de ancianos y personas con discapacidad

Clase:

621610 Servicios de enfermería a domicilio

624121 Centros del sector privado dedicados a la atención y cuidado diurno de ancianos y personas con discapacidad

624122 Centros del sector público dedicados a la atención y cuidado diurno de ancianos y personas con discapacidad.

El presente EC, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación, se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

Organizaciones participantes en el desarrollo del Estándar de Competencia

- El Futuro del Cuidado A.C.
- Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE).
- Instituto Marillac I.A.P.
- Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).
- Instituto Nacional de Geriátría (INGER).
- Instituto Universitario Gerontológico de Yucatán A.C. (INUGEY).
- Lucidity centro de día y rehabilitación cognitiva.

Aspectos relevantes de la evaluación

Detalles de la práctica:

Se sugiere que la evaluación se lleve a cabo en las instalaciones del lugar de trabajo del candidato, en situaciones reales que permitan la observación de los criterios descritos en este Estándar de Competencia (EC). En su defecto, la evaluación se podría realizar en las instalaciones del centro que evalúe la competencia del candidato, si cuenta con los materiales, insumos e infraestructura.

Se realizará en dos momentos: un día para llevar a cabo la identificación y otro día para llevar a cabo la sesión presencial del programa de estimulación cognitiva.

Si la persona mayor lo requiere podrá acudir con persona cuidadora primaria/familiar/informante/acompañante para corroborar la información, para la entrega de los resultados.

Durante la evaluación no se permite infantilizar, gritar, distraerse (revisar celular), regañar, maltratar, minimizar, subestimar, ridiculizar, discriminar, exhibir, ignorar, presionar o forzar a la persona mayor a acabar las pruebas

Apoyos/Requerimientos:

Para evaluar la competencia del candidato en este EC es necesario contar con:

- Persona mayor en condiciones de salud que le permitan llevar a cabo una sesión presencial de estimulación cognitiva y con disponibilidad de tiempo.
- Tabla de apoyo.
- Lápiz/pluma.

- Formatos para registrar la información.
- Formatos de los instrumentos solicitados.
- Equipo de cómputo.
- Espacio ventilado, iluminado, libre de distracciones auditivas y visuales.
- Mobiliario y sanitario adecuado a las necesidades de la persona mayor.
- Material de estimulación cognitiva para adultos, evitar materiales infantiles. Ejemplos: juegos de mesa, rompecabezas, calendarios, material impreso, fotografías, entre otros.

Duración estimada de la evaluación

- 1 hora en gabinete y 1 hora 30 minutos en campo, totalizando 2 horas 30 minutos.

Referencias de Información

- Academia Nacional de Medicina de México (ANMM) (2017). La enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Documento de postura. Primera edición. México. D. F.
- Instituto Nacional de Geriátría/Secretaría de Salud. (2024). Plan nacional de Demencia México 2024. <https://www.gob.mx/inger/documentos/plan-nacional-de-demencia-2024>
- Instituto Nacional de Geriátría. (2022) Guía de instrumentos de evaluación de la capacidad funcional. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/813747/Guia_InstrumentosEvaluacion_2022_31oct.
- Organización Panamericana de la Salud. (2020) Directrices de la OMS para la reducción de los riesgos de deterioro cognitivo y demencia. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52426/9789275322574_spa.pdf
- Secretaría de Salud. Secretaría de Salud de la ciudad de México. (2022). Manual de entrenamiento en atención primaria a la salud de personas mayores. Instituto Nacional de Geriátría. <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/813749/Manual-AtencionIntegral-agosto-2022.pdf>
- Tsoi, K., Chan, J., Hirai, H., & Wong, S. (2017). Comparison of diagnostic performance of Two-Question Screen and 15 depression screening instruments for older adults: Systematic review and meta-analysis. British Journal of Psychiatry, 210(4), 255-260. doi:10.1192/bjp.bp.116.186932.
- World Health Organization (2024). Integrated care for older people (ICOPE): guidance for person-centred assessment and pathways in primary care, 2nd ed. ISBN 9789240103726

II.- Perfil del Estándar de Competencia

Estándar de Competencia

Aplicación de programa individual de estimulación cognitiva para personas mayores

Elemento 1 de 4

Recabar información básica personal y del estado de salud actual de persona mayor

Elemento 2 de 4

Realizar valoración funcional y cognitiva de la persona mayor

Elemento 3 de 4

Elaborar el programa individual de estimulación cognitiva

Elemento 4 de 4

Ejecutar el programa individual de estimulación cognitiva

III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

Referencia	Código	Título
1 de 4	E5383	Recabar información básica personal y del estado de salud actual de persona mayor

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Recaba información básica de la persona mayor:
 - Mencionando su nombre completo al inicio de la entrevista,
 - Estableciendo contacto visual la mayor parte de la entrevista,
 - Mencionando el propósito y el proceso de la entrevista: evaluación, tiempos y resultados,
 - Preguntando a la persona mayor si se siente en condiciones para ser evaluada en ese momento,
 - Mencionando que la información será manejada de forma confidencial,
 - Solicitando que firme el aviso de privacidad,
 - Preguntando cómo prefiere la persona mayor que se dirijan a ella,
 - Preguntando sus datos generales,
 - Preguntando sus datos personales, y
 - Preguntando datos de su persona cuidadora primaria.
2. Recaba información del estado de salud de la persona mayor:
 - Preguntando antecedentes de familiares con diagnóstico de demencia/problema de memoria,
 - Preguntando si presenta/ha presentado alguna de las siguientes condiciones: diabetes mellitus, hipertensión arterial, colesterol alto, hipotiroidismo, infarto del corazón, enfermedad cerebral-vascular, anemia, cáncer, depresión, trastornos del dormir, obesidad, traumatismo cráneo-encefálico/dolor crónico,
 - Preguntando si realiza actividad física regularmente,
 - Preguntando sobre cambios en su peso corporal en los últimos 6 meses,
 - Preguntando sobre consumo actual de alcohol,
 - Preguntando sobre consumo actual de tabaco,
 - Preguntando si tiene un consumo diario de más de 5 medicamentos diferentes en los últimos seis meses,
 - Preguntando si consume medicamentos para dormir,
 - Preguntando si duerme bien,
 - Preguntado si escucha bien,
 - Preguntando si ve bien,
 - Preguntando si ha tenido caídas en el último año,
 - Preguntando sobre el uso de bastón/andadera/silla de ruedas,
 - Preguntando cómo considera su estado de salud en comparación con la mayoría de las personas de su edad bueno/regular/malo, y
 - Preguntando cómo considera su memoria en comparación con la mayoría de las personas de su edad mejor/igual/peor.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. La ficha de identificación de la persona mayor elaborada:

- Contiene nombre completo,
- Indica la fecha y lugar de nacimiento,
- Contiene edad y sexo,
- Indica estado civil,
- Indica la escolaridad en años,
- Indica el servicio de salud al que está afiliado,
- Contiene el domicilio completo y el número telefónico local/móvil,
- Indica si/no vive sola,
- Describe la actividad a la que se ha dedicado la mayor parte de su vida,
- Contiene religión y pasatiempos/actividades que disfrute hacer en su tiempo libre, y
- Contiene datos de persona cuidadora primaria.

2. La ficha del estado de salud de la persona mayor elaborada:

- Describe antecedentes familiares con diagnóstico de demencia/problema de memoria,
- Indica presencia de alguna de las condiciones: diabetes mellitus, hipertensión arterial, colesterol alto, infarto del corazón, hipotiroidismo, enfermedad cerebral-vascular, anemia, cáncer, depresión, trastornos del dormir, obesidad, traumatismo cráneo-encefálico, dolor crónico/negadas,
- Indica presencia/ausencia de actividad física regular,
- Indica presencia/ausencia de cambios en su peso corporal en los últimos 6 meses,
- Indica el consumo/no consumo de alcohol,
- Indica el consumo/no consumo de tabaco,
- Indica consumo/no consumo durante los últimos seis meses de más de 5 medicamentos diferentes al día,
- Indica el consumo/no consumo de medicamentos para dormir,
- Indica si/no duerme bien,
- Indica presencia/no presencia de dificultad auditiva,
- Indica presencia/no presencia de dificultad visual,
- Indica si/no ha tenido caídas en el último año,
- Indica presencia/ausencia de uso de bastón/andadera/silla de ruedas,
- Indica la respuesta de autopercepción del estado de salud, e
- Indica la respuesta de autopercepción de memoria en comparación con las personas de su edad.

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

- | | |
|----------------|---|
| 1. Orden: | La manera en que respeta las prioridades y secuencia al recabar la información. |
| 2. Amabilidad: | La manera en que cordialmente se dirige a la persona mayor durante todo el proceso al recabar la información. |

GLOSARIO

- | | |
|---|--|
| 1. Autopercepción del estado de salud: | Percepción del estado de salud de sí mismo. |
| 2. Persona cuidadora primaria: | Es aquella, generalmente familiar u otra persona cercana, que asume la responsabilidad principal del cuidado continuo y diario de una persona mayor. Sus labores incluyen: asistencia en actividades de la vida diaria, gestión de tratamientos médicos, apoyo psicoemocional y, a menudo, la coordinación de servicios sociales y de salud. |
| 3. Datos de persona cuidadora primaria: | Se refiere a nombre completo de la persona, parentesco, si vive con la persona mayor y número telefónico. |
| 4. Datos generales: | Se refiere a nombre completo, fecha de nacimiento, edad, sexo, lugar de nacimiento y estado civil. |
| 5. Datos personales: | Se refiere a escolaridad en años, afiliación a servicios de salud, domicilio completo, número telefónico, religión, pasatiempos/actividad que disfruta hacer en su tiempo libre, actividad a la que se ha dedicado la mayor parte de su vida y si vive solo. |

Referencia	Código	Título
2 de 4	E5384	Realizar valoración funcional y cognitiva de la persona mayor

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

- Aplica los instrumentos de valoración funcional y cognitiva:
 - Realizando las preguntas establecidas de acuerdo al instrumento de Katz sobre las actividades básicas de la vida diaria,
 - Realizando las preguntas establecidas de acuerdo al instrumento de Lawton sobre las actividades instrumentales de la vida diaria,
 - Realizando las preguntas establecidas de acuerdo al cuestionario de los 10 signos de deterioro cognitivo,
 - Realizando las preguntas establecidas de acuerdo al instrumento mini-examen del estado mental, y
 - Realizando las preguntas de tamizaje de depresión.
- Finaliza la valoración funcional y cognitiva:
 - Preguntando a la persona cómo se sintió, dudas y dificultades presentadas,
 - Preguntando sobre la existencia de dudas,
 - Realizando sugerencia respecto a la estimulación cognitiva/envío a especialista, y
 - Despidiéndose de la persona mayor.

La persona es competente cuando obtiene el siguiente:

PRODUCTO

1. El registro de resultados de la valoración funcional y cognitiva elaborado:

- Muestra el resultado e interpretación de la aplicación del instrumento de Katz sobre las actividades básicas de la vida diaria,
- Muestra el resultado e interpretación de la aplicación del instrumento de Lawton sobre las actividades instrumentales de la vida diaria,
- Contiene las respuestas de la aplicación del cuestionario de los 10 signos de deterioro cognitivo,
- Muestra el resultado e interpretación de la aplicación del instrumento mini-examen del estado mental,
- Indica los dominios cognitivos que presentan algún deterioro,
- Contiene las respuestas a las preguntas de tamizaje de depresión,
- Indica la sugerencia realizada a la persona mayor sobre estimulación cognitiva de acuerdo con los resultados de la valoración,
- Indica la sugerencia realizada a la persona mayor sobre si amerita/no amerita atención especializada de acuerdo con los resultados de la valoración, y
- Contiene el nombre completo y firma de quien elabora.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS

1. Funcionalidad en la persona mayor
2. Síntomas de depresión.
3. Síntomas de deterioro cognitivo leve.
4. Síntomas de demencia.

NIVEL

Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Perseverancia: La manera en que demuestra interés, empatía, actitud de servicio y constancia con la persona mayor durante la valoración.
2. Responsabilidad: La manera en que al realizar la valoración aplica los instrumentos de acuerdo a las indicaciones especificadas en cada uno de ellos, demostrando objetividad y veracidad de la información obtenida durante la valoración. Sin emitir juicios/diagnósticos no autorizados.
3. Tolerancia: La manera en que respeta los tiempos de respuesta de la persona mayor y demuestra paciencia.

GLOSARIO

1. Actividades de la vida diaria: Son tareas que se requieren para que una persona pueda vivir en la comunidad.
2. Demencia: Síndrome, por lo general de naturaleza crónica o progresiva, caracterizado por el deterioro adquirido de las funciones cognitivas -incluyendo la memoria, el pensamiento, la orientación, la comprensión, el cálculo, la capacidad de aprendizaje, el lenguaje y/o el juicio)- lo suficientemente grave como para causar

- interferencia con las actividades de la vida diaria (abarca el término *trastorno neurocognitivo mayor*).
3. Depresión: Enfermedad mental caracterizada por la presencia de síntomas depresivos la mayor parte del día, al menos durante dos semanas, y que genera un cambio significativo en el funcionamiento habitual de la persona.
 4. Deterioro cognitivo leve: Síndrome caracterizado por déficit cognitivo mayor a lo esperable para la edad y el nivel educativo individuales, que no interfiere notablemente con las actividades de la vida diaria (abarca el término *trastorno neurocognitivo leve*).
 5. Funcionalidad: Se refiere a la independencia/dependencia en las actividades de la vida diaria básicas e instrumentales.
 6. Instrumento de Katz: Índice que mide la dependencia de la persona mayor en actividades básicas de la vida diaria (baño, vestido, alimentación, continencia de esfínteres, transferencia, uso de baño).
 7. Instrumento de Lawton: Índice que mide la dependencia de la persona mayor en actividades instrumentales de la vida diaria (uso de teléfono, compras, preparación de alimentos, lavado de ropa, uso de transporte, uso de dinero y manejo de medicamentos).
 8. Tamizaje de depresión: Dos preguntas que permiten identificar probables síntomas de depresión. Las preguntas son: ¿Ha estado afectado por desánimo, deprimido o sin esperanza? ¿Ha experimentado poco interés o poco placer en hacer cosas?
 9. Síntomas depresivos: Conjunto de síntomas como tristeza, pérdida del interés o placer, alteraciones en el peso, alteraciones en el sueño, fatiga o pérdida de energía, sentimiento de inutilidad o culpabilidad, disminución de la capacidad para pensar o concentrarse o para tomar decisiones casi todos los días y pensamientos de muerte recurrentes.

Referencia	Código	Título
3 de 4	E5385	Elaborar el programa individual de estimulación cognitiva

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando obtiene el siguiente:

PRODUCTO

- El programa individual de estimulación cognitiva elaborado:
 - Se encuentra en formato impreso/digital,
 - Contiene el nombre completo de la persona mayor,
 - Describe tres sesiones de ejercicios de estimulación cognitiva cada una con duración de entre media hora y una hora,
 - Contiene los ejercicios de orientación en tiempo y espacio a realizarse al inicio de la sesión,
 - Describe en cada sesión los ejercicios de estimulación cognitiva de acuerdo a los dominios cognitivos,
 - Describe ejercicios alternos por cada dominio cognitivo,
 - Contiene actividades de escritorio y actividades vivenciales/lúdicas, y
 - Contiene los materiales de estimulación cognitiva para adultos a utilizar de acuerdo con los ejercicios de cada sesión.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS

- Estimulación cognitiva
- Dominios cognitivos
- Memoria
- Procesamiento viso espacial
- Lenguaje
- Atención
- Orientación
- Cálculo
- Reserva cognitiva

NIVEL

Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento
Conocimiento

GLOSARIO

- Estimulación cognitiva: Conjunto de técnicas y estrategias que pretenden optimizar la eficacia del funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas.
- Viso espacial: Se refiere a la capacidad para identificar donde están los objetos en el espacio.

Referencia	Código	Título
4 de 4	E5386	Ejecutar el programa individual de estimulación cognitiva

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra el siguiente:

DESEMPEÑO

1. Aplica el programa individual de estimulación cognitiva:

- Dando la bienvenida a la persona mayor,
- Preguntando a la persona mayor si se encuentra en condiciones para llevar a cabo el programa,
- Mencionando durante la presentación el objetivo y duración de la sesión,
- Mencionando que el programa está basado en los resultados obtenidos de los instrumentos aplicados para la valoración funcional y cognitiva,
- Dirigiéndose a la persona mayor en la forma en que prefiere que se dirijan a ella,
- Estableciendo contacto visual la mayor parte del tiempo,
- Brindando las indicaciones de cada actividad de estimulación cognitiva,
- Proporcionando el material de acuerdo a cada ejercicio,
- Aplicando durante la sesión actividades de escritorio y actividades vivenciales/lúdicas,
- Promoviendo la participación de la persona mayor durante la sesión,
- Preguntando durante la sesión cómo se sintió, dudas y dificultades presentadas, y
- Despidiéndose de la persona mayor.

La persona es competente cuando obtiene el siguiente:

PRODUCTO

1. El reporte de la sesión elaborado:

- Contiene el nombre completo de la persona mayor,
- Indica la fecha y duración de la sesión presencial,
- Describe cómo se sintió la persona mayor, dudas y dificultades presentadas durante la sesión, y
- Contiene el nombre completo y firma de quien elabora.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS

1. Actividades lúdicas.
2. Actividades vivenciales.

NIVEL

Conocimiento
Conocimiento

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Iniciativa: La manera en que muestra claridad para ofrecer alternativas durante la sesión.
2. Cooperación: La manera en que trabaja de forma conjunta con la persona mayor para realizar la sesión.

- | | |
|---------------------|---|
| 3. Responsabilidad: | La manera en que realiza la sesión de conformidad con el programa establecido. |
| 4. Tolerancia: | La manera en que demuestra paciencia y respeto ante la persona mayor durante la sesión. |

GLOSARIO

- | | |
|-------------------------|--|
| 1. Actividad lúdica: | Actividad con valor didáctico, fomenta la actividad creativa, la diversión y la alegría, el juego y el desarrollo psicosocial. |
| 2. Actividad vivencial: | Actividad que implica aprender por medio del hacer, seleccionando entre varias técnicas (juegos, dramatización, simulación, etc.). |
| 3. Condiciones óptimas: | Se refiere a la toma de alimentos, el descanso, estado de ánimo y, en su caso, toma de medicamentos. |