



PLATAFORMA **tjmapps**

ESTIMULACIÓN COGNITIVA

MANUAL DE USO

Taller Jeroni de Moragas, SCCL.



Índice:

1. PLATAFORMA TJMApps.....	3
1.2. Antecedentes.....	3
1.2. La plataforma.....	3
2. REQUISITOS TÉCNICOS DE ACCESO.....	4
3. DATOS DE CONTACTO.....	4
4. CÓMO UTILIZAR LA PLATAFORMA.....	5
4.1. Evaluación pre y post tratamiento.....	5
4.2. Estructuración de las sesiones.....	5
4.3. Acceso a la plataforma TJMapps.....	6



PLATAFORMA TJMAapps.

2.2. Antecedentes.

Concedores de la estudiada presencia de deterioro cognitivo, similar a la Enfermedad de Alzheimer, en los cerebros de personas con Síndrome de Down de más de 40 años de edad (que puede tener una prevalencia del 30%), desde 2013 en el Centro Ocupacional del Taller Jeroni de Moragas hemos protocolizado unas evaluaciones individuales, realizadas con pruebas estandarizadas y adaptadas a la población con discapacidad intelectual, que realizamos como mínimo cada 3 años.

Estos datos, en relación a las capacidades cognitivas, nos han permitido detectar inicios de demencias, activar derivaciones al neurólogo, y tomar decisiones para facilitar apoyos, mejorar itinerarios individuales de actividades ocupacionales, y reconducir las estrategias de intervención a corto y largo plazo.

Las personas adultas con diversidad funcional intelectual, mental y del desarrollo (PAD), especialmente las personas con Síndrome de Down, envejecen prematuramente y consecuentemente se deterioran cognitivamente. Esto comporta un decremento significativo de su calidad de vida.

La media de edad de nuestra población se ha ido incrementando, ahora es de 45 años, esto quiere decir que cada vez tenemos personas más envejecidas y deterioradas cognitivamente que necesitan una estimulación cognitiva intensiva y adaptada a sus necesidades.

El proyecto TJMAapps nace de la falta de aplicativos digitales que estimulen cognitivamente y que estén verdaderamente adaptados a la realidad de las personas con PAD. Las Apps que tenemos al alcance funcionan demasiado rápido o lento, no se entienden, no están personalizadas, no dan retroalimentación pedagógica, presentan imágenes infantiles y son excesivamente costosas. El entorno de usabilidad no se corresponde con las características intelectuales, sensoriales, evolutivas i biológicas del colectivo. Las personas con PAD no tienen acceso a las TICs.

2.3. La plataforma.

Desde hace más de 8 años estamos desarrollando, conjuntamente con la participación del centenar de usuarios con discapacidad intelectual y la colaboración de entidades e instituciones, una plataforma de cinco aplicativos táctiles personalizados y adaptados a las necesidades de usabilidad de cada persona (atención, percepción, memoria, lenguaje y



razonamiento).

La plataforma TJMApps es un proyecto de salud preventiva, y a la vez, de inclusión, acceso y participación tecnológica para todo el colectivo de personas con diversidad funcional intelectual, mental y del desarrollo (PAD).

TJMApps estimula cognitivamente al colectivo de personas con PAD, potenciando sus procesos de envejecimiento saludable global. Pretende fortalecer las capacidades cognitivas de esta amplia población de jóvenes, adultos y mayores, sensible al deterioro neurocognitivo y al envejecimiento prematuro.

Esta plataforma, además de facilitar el derecho de acceso adaptado a la tecnología, facilita la usabilidad y la creación de contenido audiovisual de todas las personas con PAD.

1. REQUISITOS TÉCNICOS DE ACCESO.

- Tablets o móviles con conexión a internet.
- Sistema operativo Android, versión 7.0 y 8.1.0.
- Se recomienda Tablets con pantalla de 10 pulgadas.
- Se recomienda trabajar con auriculares para facilitar la concentración.

2. DATOS DE CONTACTO.

Taller Jeroni de Moragas, SCCL.

Sr. Albert Rubí Gómez.
Director del Centro Ocupacional.
Administrador de Centros de la plataforma TJMapps.

Telf. 93.674.50.48 Ext.208.

Mail: direccio-co@jmoragas.org



3. CÓMO UTILIZAR LA PLATAFORMA.

5.1. Evaluación pre y post tratamiento:

Para un adecuado seguimiento y valoración de la eficacia del tratamiento recomendamos realizar una evaluación pre y post tratamiento con tests o baterías especializadas de evaluación neuropsicológica.

Esta evaluación servirá también para asignar a los usuarios a los diferentes grupos de estimulación cognitiva según su nivel de cognición.

Recomendamos utilizar uno de los siguientes tests:

- **CAMCOG-DS:** Batería neuropsicológica incluida en la Prueba de Exploración Cambridge para la Valoración de los Trastornos Mentales en Adultos con Síndrome de Down o con Discapacidad Intelectual (CAMDEX-DS).
El CAMCOG-DS permite valorar aquellos aspectos que se ven deteriorados en caso de demencia: orientación, lenguaje (comprensión y expresión), memoria (remota, reciente, nuevos aprendizajes), atención, praxis, pensamiento abstracto y percepción.
- **MMSE (Minimental):** El MMSE es una breve y sencilla prueba que resulta útil en el "screening" del deterioro cognitivo, su estimación y la evaluación de los cambios producidos en el tiempo. Consiste en un serie de preguntas y tareas que se agrupan en once categorías: Orientación temporal, orientación espacial, fijación, atención y cálculo, memoria, nominación, repetición, comprensión, lectura, escritura y dibujo.

5.2. Estructuración de las sesiones:

En función de las recomendaciones extraídas de los diferentes programas de estimulación cognitiva, sugerimos que las sesiones tengan la siguiente estructura:

1. Formar grupos de 5 a 10 personas. Máximo 5 personas con deterioro cognitivo moderado-severo y máximo 10 personas con deterioro cognitivo leve.
2. Asignar 1 tutor/a por cada 5 personas con deterioro cognitivo moderado-severo o 1 tutor/a por cada 10 personas con deterioro cognitivo leve.
3. Frecuencia mínima recomendada de las sesiones desde 2 días por semana a diaria según el deterioro cognitivo del grupo.
4. Duración del tratamiento 30 sesiones aproximadamente en función del deterioro cognitivo del grupo.
5. Asignar una tablet a cada usuario.



5.3. Acceso a la plataforma TJMapps.

Acceder a internet desde el navegador Escribir la siguiente dirección web en la barra de direcciones www.tjmapps.com

En la página de inicio de la web encontrará una explicación sobre la plataforma TJMapps. Arriba a la derecha en esta misma página aparecerán dos botones desde donde podrá acceder al Panel de Administración y a la Descarga de la App de Ejercicios.

Se accederá a ambos apartados mediante usuario y contraseña asignado previamente por el Administrador de Centros de la plataforma TJMapps.