

El Ajedrez se convierte en un Recurso Terapéutico en Personas Diagnosticadas de Alzheimer u otras Demencias (PCD). Alzheimer Bierzo utiliza las bases del Ajedrez como método transversal, dirigido a potenciar y preservar las Inteligencias Múltiples. Dada la limitada evidencia que sustenta el uso del ajedrez como terapia en PCD, se diseña un programa de intervención con expertos en la materia para comprobar su utilidad.



## 1. OBJETIVOS

Demostrar el potencial del Ajedrez como Terapia No Farmacológica (TNF) de PCD. Valorar la adecuación y aceptación del Ajedrez Terapéutico como herramienta de intervención en personas con demencia en estadio leve y en las personas implicadas en sus cuidados.

## 2. METODOLOGÍA

### CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Personas beneficiarias de Alzheimer Bierzo con demencia en estadio leve (GDS 4)
- Preferencia e interés por el Ajedrez.

En el estudio participan un total de 30 personas que asisten al Centro Terapéutico Alzheimer Bierzo.

Tras realizar una entrevista semi-estructurada dirigida a las personas encargadas de sus cuidados, a las de referencia y a las personas implicadas en el experimento, se establece un grupo de intervención compuesto por:

- 13 personas que en el experimento participan en dos sesiones semanales de Ajedrez Terapéutico, de 45 minutos de duración.
- 12 personas que en el tiempo de estudio participan en Terapias No Farmacológicas.

De la muestra seleccionada, 17 son mujeres y 8 hombres. La edad promedio es de 80 años.

### AJEDREZ TERAPÉUTICO

- 2 sesiones/semana
- 45 minutos/sesión
- Formato grupal

Los participantes son valorados antes y después del periodo de intervención (12 meses) mediante la siguiente batería de pruebas para la evaluación:

- Mini Mental State Examination
- Escala de Ansiedad y Depresión
- Test del Trazo Parte A
- Listado de participación y conductas diarias
- Cuestionario no estandarizado de satisfacción
- Cuestionario no estandarizado de conceptos sobre Ajedrez

## 4. RESULTADOS

- La utilización del recurso **mantiene estable la orientación temporal** al generar una relación directa con los días de la semana fijados.
- Existe una **buena disposición y actitud** ante la oferta de la actividad, registrándose en el listado de participación.
- Permite realizar un **entrenamiento de las capacidades cognitivas**; memoria, atención sostenida y percepción visual, mostrándose preservadas en el tiempo.
- **Aprendizaje de nuevos conceptos y formas de ocio.**
- **Disminuye el nivel de ansiedad** en personas que previamente manifestaban caminar incesante y deseos de salida.
- **Se percibe un aumento de autoestima** al finalizar las sesiones y en la información que nos traladan sus familiares de referencia, ya que consiguen ejecutar un deporte considerado de alto intelecto, generando un sentimiento de logro.
- El formato grupal estimula la **interacción**, felicitándose por los éxitos conseguidos y **fomentando la comunicación positiva**.
- El hecho de tratarse de una actividad novedosa, despierta el **interés por parte de los familiares cuidadores**, que se muestran más receptivos y con disposición al dialogo según se registra en el Cuestionario de satisfacción.
- A nivel físico se destaca la **agilidad en el manejo para manipular las piezas**, obteniendo un resultado potencialmente positivo para fomentar el mantenimiento de las Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD).

## 5. CONCLUSIONES

- Ajedrez Terapéutico responde positivamente a las expectativas cumpliendo los objetivos planteados, permite ofrecer una intervención coste-efectiva donde se ven implicadas las habilidades físicas, cognitivas y sociales.
- Resulta difícil mantener una muestra significativa, durante el periodo de evaluación, debido al perfil de los participantes, pues presentan una alta incidencia de ingresos hospitalarios y bajas por incorporaciones en residencias.
- La formación pedagógica en Ajedrez por parte de los técnicos fue un factor determinante, favoreciendo a los adultos mayores comprender la novedosa disciplina terapéutica y permitiendo plantear una correcta metodología.
- El elevado grado de motivación y satisfacción por parte de todas las personas implicadas en el estudio, nos anima a continuar evolucionando aportando la creación de un **MANUAL DE INTERVENCIÓN**, con el objetivo de ofrecer pautas orientativas para la aplicación de este programa en otros Centros, dirigidos a la atención en personas diagnosticadas de demencia.



EL DESARROLLO DE ESTA ACTIVIDAD SE LLEVA A CABO A TRAVÉS DE INTERVENCIONES DONDE SE TRABAJA EL AJEDREZ DE FORMA TRANSVERSAL, FOMENTANDO ÁREAS CEREBRALES, EMOCIONES, MOTRICIDAD, HABILIDADES SOCIALES Y TODAS AQUELLAS EN LAS QUE PODAMOS POTENCIAR LAS FUNCIONALIDADES RELACIONADAS CON CADA UNA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES.

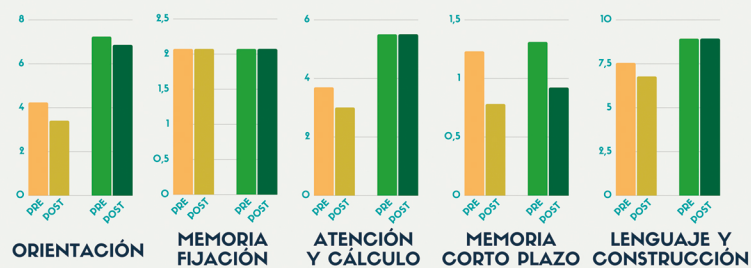
EL DISEÑO DEL TABLERO DE AJEDREZ SE CARACTERIZA POR UNAS PECULIARIDADES ESPACIALES Y PERCEPTIVAS DE CREACIÓN PROPIA.

## 3. PRESENTACIÓN DE DATOS

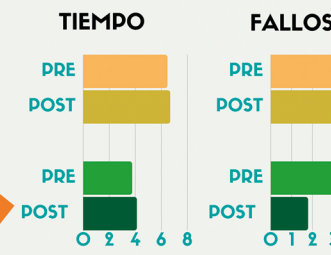
CONTROL PRE EXPERIMENTAL PRE  
CONTROL POST EXPERIMENTAL POST

Puntuaciones antes del inicio de la terapia (PRE) y puntuaciones 12 meses después de la actividad (POST)

### RESULTADOS DEL MINI MENTAL



### RESULTADOS DEL TEST DEL TRAZO



### CONOCIMIENTOS SOBRE AJEDREZ

