



PARTE DE LOS TALLERES REALIZADOS EN EL HOTEL TERRADO.

## Proyecto UA fortalece estimulación cognitiva en adultos mayores

**SOCIAL.** *Iniciativa, abordó temas como la memoria, el lenguaje y razonamiento.*

**E**n el marco del proyecto “Vivir más, vivir mejor” impulsado por el Departamento de Ciencias Médicas de la Facultad de Medicina y Odontología de la Universidad de Antofagasta (UA), se llevaron a cabo talleres de estimulación cognitiva dirigidos a personas mayores de la ciudad.

La iniciativa contó con la participación de 60 adultos mayores, quienes aprovecharon la oportunidad para ejercitar y mejorar su calidad de vida.

Los talleres abordaron temas clave como la memoria, el lenguaje, el cálculo, el razonamiento y las habilidades sociales. A través de dinámicas grupales, juegos, ejercicios prácticos y hasta sesiones de baile, los participantes lograron estimular sus capacidades cognitivas y fortalecer sus conexiones neuronales.

### CREAR REDES SOCIALES

Al respecto, la académica del Departamento de Ciencias Médicas de la Facultad de Medicina y Odontología de la UA y directora del proyecto, doctora Margarita Fuentes, comentó que “estas actividades, no solo buscan prevenir el deterioro cognitivo asociado al envejecimiento, sino también fomentar la creación de redes sociales y el intercambio de experiencias entre los asistentes”.

**60 adultos mayores** formaron parte del proyecto “Vivir más, vivir mejor” impulsado por el Departamento de Ciencias Médicas de la UA.

**“Estas actividades, no solo buscan prevenir el deterioro cognitivo, sino también fomentar la creación de redes sociales y el intercambio de experiencias”.**

**Dra. Margarita Fuentes**  
 Directora Proyecto UA

“El Departamento de Ciencias Médicas y el HCUA, en colaboración con las Casas de Adultos Mayores de la comuna, han reafirmado su compromiso con el bienestar de la comunidad de personas mayores de Antofagasta, lo que nos insta a continuar desarrollando iniciativas que fortalezcan su vida saludable”, agregó Fuentes.

El doctor Luis Barra Ahumada, director general del Hospital Clínico de la Universidad de Antofagasta (HCUA) y especialista en psiquiatría, destacó la importancia de realizar proyectos en beneficio de las personas mayores, recalando que “los talleres de estimulación son fundamentales para prevenir el deterioro cognitivo en las personas mayores”.

Según explicó el Dr. Barra, “al mantener la mente activa y estimulada, se puede retrasar la aparición de enfermedades como el Alzheimer y la demencia, mejorando significativamente la calidad de vida de las personas mayores”.

Cabe destacar que el proyecto, continuará realizando iniciativas que promuevan el envejecimiento activo de las personas mayores de la comuna. *CS*