



ESCENARIOS REALES PARA PRACTICAR

TRATAMIENTO FUNCIONAL PARA EL
DETERIORO COGNITIVO LEVE



Recordar Nombres

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de evocar un nuevo nombre. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

Nombres:

Tianna Pittman	Dalia Campos	Reynaldo Pérez
Elliott Martin	Lola Hernández	Isaac Delgado
Pedro Salvador	Brayden Silva	Kristin Welch
Patrick Salazar	Luis Morales	Lucy Ávila

Rostros:







Recordar Conversaciones

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de evocar información de una conversación. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

Escuche un tema de conversación y practique utilizando su estrategia para recordar la información.

Temas de Conversación:	Información Clave para recordar:
Cambio en el horario	<ul style="list-style-type: none">● Haga nuevos planes para la cena del viernes.● La cafetería del hospital estará en remodelamiento ese día.● No habrá servicio de restaurante.● Aún puedes coger los productos de la barra de ensaladas hasta las 3:00 p.m.● Los cupones de \$ 5 para el café local están en el registro.
Detalles de la celebración del salón de clase	<ul style="list-style-type: none">● 5 Amigos Especiales pueden inscribirse para asistir a la celebración del salón de clases● Firme en la recepción donde obtendrá una tarjeta de identificación/escarapela.● Es el jueves, de 2:00 a 3:30.● Usted puede llevar temprano a su hijo a casa desde el colegio cuando haya terminado.● Por favor, traiga cajas de jugo para 25 niños.
Actualización de la visita al odontólogo.	<ul style="list-style-type: none">● Los rayos X mostraron daño en el nervio.● Algunas veces es necesario un tratamiento de conducto, pero no siempre.● Tendremos que hacer seguimiento en 1 mes.● Los costos para el tratamiento de conducto son normalmente de \$500.● Otra opción es un reemplazo de la corona, que cuesta lo mismo.
¿Qué hice el fin de semana pasado?	<ul style="list-style-type: none">● El sábado, fuimos a un huerto de calabazas.● Compramos las entradas para el paseo en el carruaje.● 2 caballos de Clydesdale halaron nuestro vagón.● Cuesta \$ 6 por adulto y \$ 3 por niño.● La parte favorita de los niños fue comer donas.



Instrucciones para Hornear Pan	<ul style="list-style-type: none">● Hay diferentes opciones de levadura para elegir cuando prepare su propio pan.● La levadura seca activa es común en las tiendas de abarrotes.● Necesita "activar" la levadura seca activa antes de mezclar todos los ingredientes.● Active la levadura añadiendo agua tibia y azúcar y déjela reposar durante 5 minutos.● La levadura instantánea, por otro lado, no requiere activarse.
Opciones de la membresía para el zoológico.	<ul style="list-style-type: none">● Decidamos qué opción de afiliación al zoológico es la que más nos conviene.● Un plan familiar de \$105 incluye 2 adultos y sus hijos o nietos.● Un plan individual cuesta \$50.● Un plan familiar con paseos en funicular gratis y 2 pases para invitados cuesta \$165.● El zoológico está abierto de mayo a octubre.
Información del Café Wi-Fi	<ul style="list-style-type: none">● El servicio permite a los clientes usar Wi-Fi después de una compra.● La contraseña del Wi-Fi es cheesedanish (en minúsculas).● La red pública se llama KDC_Pub● La conexión suspenderá después de 2 horas.● El uso adicional luego de 2 horas cuesta \$3 por hora.
Reglamento del Debate Político	<ul style="list-style-type: none">● Debido al gran número de candidatos, se han establecido nuevas reglas para el debate.● Sólo 10 candidatos subirán al estrado a la vez.● Los candidatos deben tener el 2% de los votos en las encuestas nacionales para permanecer en la carrera.● También deben demostrar donaciones de 130.000 donantes únicos.● Tendrán 1 minuto y 15 segundos por cada respuesta directa en el debate.
Cómo mi vecina se volvió a casar	<ul style="list-style-type: none">● Mi vecina quedó viuda después de que su primer esposo falleciera de cáncer.● Después de varios años, se volvió a contactar con un profesor del colegio de sus hijos.● Terminaron casados a sus 60 años.● Se jubilaron y se mudaron a una isla en Carolina del Sur.● Conservaron un apartamento en su ciudad para visitar a la familia.



Localizar objetos

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de evocar dónde encontrar algo. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

Objeto:	¿Dónde está?
Regalo de cumpleaños	
Gafas/anteojos	
Llaves	
Llamar para la cuenta del hospital	
Filtros de aire para el calentador	
Libros de la biblioteca	



Recordar Que tiene que hacer

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de mantenerse en la tarea mientras va de un lugar a otro. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

Intente dar un paseo corto o terminar otra actividad mientras emplea una estrategia para recordar una tarea. Vea si la estrategia es útil para mantenerlo en la misma y recordar lo que necesita hacer.

<u>Tareas a Recordar:</u>
Sacar el perro del vecino.
Recoja los libros de la biblioteca y póngalos en el escritorio.
Devolver la llamada a su hermana para hablar sobre los planes del fin de semana.
Anotar los artículos del almuerzo en su lista de compras.
Reprogramar la cita en la peluquería.
Enviar una tarjeta de cumpleaños a su sobrino.
Verificar si tiene pilas AAA
Coordinar el transporte al aeropuerto para el mes que viene.
Enviar un correo electrónico a su trabajo referente a la póliza de invalidez a corto plazo.
Sacar el pollo del congelador para la cena de esta noche.



Calendario de Eventos

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de evocar un cronograma o los eventos del calendario. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

<u>Información del calendario para recordar</u>
Recogerá a su nieta del colegio el martes y el jueves a las 3:45.
Tiene clase de natación el miércoles a las 5:00 p.m.
Se corta el pelo el segundo y cuarto jueves del mes a las 6:00 p.m.
Las cuentas de la hipoteca y el teléfono se pagan el primer día de cada mes.
Los lunes usted está disponible para entregar el correo en el hospital, pero tiene que comprobar si lo necesitan los lunes por la mañana.



Recordar si ha hecho algo (o no)

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de evocar si terminó una tarea o no. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

A veces, el desafío es recordar hacer una tarea, y otras veces, el desafío es recordar si la realizó o no. Resuelva los siguientes escenarios y analice cuáles estrategias le ayudarán a reconocer (y mejorar la confianza en la memoria) cuando haya terminado una tarea.

<u>¿Terminó esta tarea?</u>	<u>¿Cómo lo sabe?</u>
Cerrar la puerta al salir.	
Apagar el horno.	
Pagar una cuenta a tiempo.	
Tomar los medicamentos del día.	
Saber lo que tiene que hacer en el día.	
Programar su despertador.	



Recordar Indicaciones / Instrucciones

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de recordar nuevas indicaciones o instrucciones. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

Cuidar a los niños	<ul style="list-style-type: none">● Sólo damos el chupo a la hora de la siesta.● Intente con fruta en conserva como refrigerio.● Probablemente necesitará dormir alrededor de la 1:00 p.m.● No dejarlo dormir más de 2 horas.● Ha estado subiendo las escaleras, así que esté pendiente de él.
Estacionamiento para el Brunch	<ul style="list-style-type: none">● El restaurante está cerca de Knapp y Grand River.● Está bien metido detrás de una casa.● Seguirá un largo trayecto y verá el edificio a la derecha.● Tendremos un aviso en el lugar donde se puede estacionar.
Preparación del pavo.	<ul style="list-style-type: none">● Poner el pavo congelado en el horno a 325 grados.● Después de 2 ½, saque las menudencias y agregue el aceite y el aliño.● Asarlo durante otras 2-3 horas.● La temperatura interna debe ser de 165-175 cuando termine.
Llegar al nuevo colegio.	<ul style="list-style-type: none">● Tome la 31 hasta la salida de la calle Ann. Y gire a la izquierda.● Gire a la izquierda de nuevo en Monroe.● Siga derecho por las glorietas.● Verá el colegio a su izquierda.● Estacione en el parqueadero a la derecha de la entrada.
Instrucciones para preparar la sopa.	<ul style="list-style-type: none">● Compre 2 latas de sopa de pollo refrigerada en la tienda.● Viértalas en una olla grande.● Agregue un paquete de ñoquis de la alacena.● Agregue aproximadamente 1 taza de mitad y mitad.● Cocinar a fuego lento durante 10 minutos.
Inscripción para fútbol.	<ul style="list-style-type: none">● El pago para la temporada de otoño debe efectuarse el 15 de agosto.● Debes traer el firmado el formulario de educación para la conmoción cerebral a la primera práctica.● Los uniformes serán entregados en el primer partido.● Cada jugador debe usar canilleras, guayos y medias largas.



Listas / Tareas

Puede utilizar lo siguiente para practicar empleando una estrategia con el propósito de recordar los productos/elementos de una lista o tareas. Además, si es posible, puede utilizar un ejemplo de su propia vida.

Pregunta clave: ¿Cuál estrategia utilizaría?

Alimentos	Cosas para empacar	Diligencias para hacer
*Mantequilla de maní. *Tortillas *Cajas de jugo. *Espaguetis. *Crema de leche. *Azúcar pulverizada *Arroz. *Pollo. *Fresas. *Apio.	*Cargador del teléfono. *Protector solar. *2 libros. *Curas. *Aspirina. *Tenis. *Almohadas. *Baraja de cartas *Botella de agua. *Dinero en efectivo.	*Sacar dinero en efectivo. *Oficina del correo. *Arreglo del teléfono. *Comida. *Recoger los medicamentos *Recoger en el colegio. *Cambiar la camisa por una talla más grande. *Entregar el reciclaje. *Comprar una tarjeta de cumpleaños. *Devolver los libros a la biblioteca.

Proyectos para el hogar	Trabajo	Social
*Cotizaciones para la restauración del techo. *Cambiar un bombillo. *Preparar la comida del congelador. *Retener la entrega del correo para las vacaciones. *Limpiar el baño. *Desocupar el Lavavajillas *Comparar precios de lámparas de mesa de noche. *Programar la remoción de la nieve. *Empacar la ropa de verano. *Hornear pan de banano.	*Terminar la contabilidad de fin de mes. *Enviar por correo la póliza de tiempo libre a los empleados. *Hacer una lista de tareas para terminar este mes. *Enviar un agradecimiento al cliente *Buscar nuevos libros sobre liderazgo. *Terminar el powerpoint. *Actualizar a la secretaria sobre el nuevo horario de trabajo. *Bloquear el calendario de las reuniones de los martes por la mañana. *devolverle la llamada al cliente nuevo.	*Mirar el horario de cine del fin de semana. **Hacer reservas para cenar. *Comprar un regalo para el baby shower. *Enviar una tarjeta de agradecimiento. *Enviar un mensaje de texto a un amigo para saludarlo. *Llamar a su hijo para cuidar a los niños. *Programar el transporte. *Ver las opciones de viaje para las vacaciones de primavera. *Ver qué clases de la YMCA están disponibles para el lunes por la mañana *Llamar hermano por FaceTime.