

[Jessica Acevedo Alfonso](#)



Como una respuesta a la demanda creciente del deterioro cognitivo, conductual y afectivo de las personas de 60 años y más que viven en la comunidad, se desarrolla tres veces por semana el modelo de Gimnasio Cerebral, vertiente no farmacológica dirigida al tratamiento de pacientes con trastornos neurológicos y otros padecimientos.

Esta iniciativa, que acoge el policlínico Especialidades de Versailles, forma parte del Servicio de Atención Integral a la Memoria y a la Salud Cerebral, experiencia que este año arriba a sus tres décadas en Matanzas.

Según explica el [doctor Adolfo Valhuerdi](#), coordinador del espacio, como consecuencia de la pandemia se redujeron los niveles cerebrales de serotonina y dopamina; lo que trajo consigo la aparición de la tristeza, la apatía y la disminución de la socialización de las personas con 60 años y más.



El espacio que antiguamente respondía al nombre de estimulación multimodal tiene una versión para personas sanas y una variante para quienes poseen un deterioro físico-motor, cognitivo-conductual-afectivo o combinado con padecimientos como la enfermedad de [Parkinson](#), trastornos del movimiento, rigidez, torpeza, desánimo, temor, ideación suicida, olvidos frecuentes, enfermedad de Alzheimer en diferentes estadios, entre otros.

“Es multimodal: trabajamos la estimulación cognitiva, o sea el razonamiento, el lenguaje, la memoria, la capacidad de cálculo, de construir en el espacio; también la afectiva que responde a la alegría, el buen ánimo, los síntomas de felicidad, de equilibrio, de confort y la estimulación conductual que es la socialización efectiva”, explica Valhuerdi Cepero.

“Vamos a la estimulación de todos los sentidos, por eso se baila, se canta, se recita, se memoriza. Se trabaja con el inconsciente que es muy simbólico con sonidos, formas, colores, líneas...”, agrega el galeno.

Desde la Organización Mundial de la Salud se apuesta por estimular y mantener la capacidad funcional de las personas con 60 años y más, de ahí que iniciativas como estas contribuyan a garantizar un envejecimiento activo en Matanzas.