



Entrenamiento *online*
eficaz para mejorar la
memoria de trabajo,
la atención y la
concentración.



¿Qué es la memoria de trabajo?

La **memoria de trabajo** es esencial para muchas actividades diarias que involucran **concentración, razonamiento y aprendizaje**.

- Estrechamente relacionada con la **atención y la concentración**.
- Necesaria para **retener la información** en la mente durante un breve periodo de tiempo para su uso posterior.
- Útil para bloquear o **inhibir** la información irrelevante...
- ...Y así poder **centrarnos** en lo que realmente importa.
- Fundamental para **organizar** los estímulos del entorno.
- Factor clave para contribuir al **éxito académico**.



Pueden identificarse dificultades en la memoria de trabajo en trastornos como **dificultades en el aprendizaje, TDA/TDAH**, secuelas de una **lesión cerebral**, o debido a otros **tratamientos o afecciones médicas**.

Después de varios años de investigación, el diseñador de COGMED, el **Dr. Klinberg** del Instituto Karolinska (Estocolmo), demostró que la **capacidad de la memoria de trabajo**, que durante mucho tiempo se ha considerado estática, de hecho **puede incrementarse y producir una mejora en el rendimiento cognitivo y en la calidad de vida**.

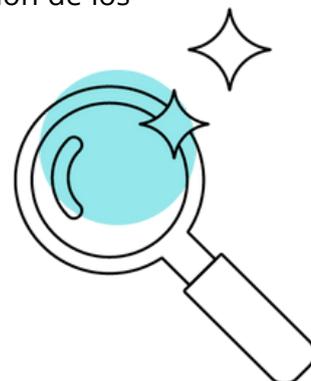
El programa **COGMED** combina **ciencia cognitiva y tecnología de videojuegos** para fortalecer la memoria de trabajo, mejorar la atención y aumentar el control de la impulsividad.

Programa de entrenamiento basado en la evidencia: más de 120 estudios de investigación avalan su eficacia.

Desde 2002, muchos investigadores han realizado estudios que demuestran la **eficacia de COGMED en la mejora de la memoria de trabajo.**

Los estudios científicos han demostrado una transferencia y consolidación de los logros tras el método COGMED, basándose en:

- **Pruebas neuropsicológicas.**
- **Cuestionarios de observación.**
- **Neuroimagen.**



Consulte las **investigaciones disponibles** en:

www.cogmed.com/research

LA MEMORIA DE TRABAJO SE IMPLEMENTA EN

INDICADORES DE UNA POSIBLE DEBILIDAD EN LA MEMORIA DE TRABAJO

ESCUELA INFANTIL

- Aprender el alfabeto.
- Comprender instrucciones breves.
- Realizar actividades como rompecabezas.

- Presenta problemas o se niega a aprender letras y números.
- Dificultad para concentrarse el tiempo suficiente para comprender y seguir instrucciones.
- Cambia rápidamente de una actividad a otra.

EDUCACIÓN INFANTIL

- Comprensión lectora.
- Comprensión oral.
- Aritmetica mental.

- Lee (descifra), pero no comprende ni recuerda lo que está leyendo.
- Dificultad para memorizar hechos matemáticos.
- Dificultad para participar en actividades grupales (por ejemplo, respetar los turnos).

PRIMARIA

- La capacidad de ser independiente al hacer la tarea.
- Planificación de actividades.
- Resolver problemas matemáticos que requieren varios pasos.

- Dificultad para comenzar / completar la tarea de forma independiente.
- Dificultad para resolver problemas que conlleven un procedimiento.

SECUNDARIA

- Realizar redacciones.
- Comprender situaciones sociales.

- Dificultad para comenzar / completar la tarea de forma independiente.
- Dificultad para resolver problemas conlleven un procedimiento.

UNIVERSIDAD

- Planificar el trabajo para los exámenes.
- Seguir conversaciones con contenido complejo, por ejemplo, durante las clases.

- Escribir de forma breve, descuidada o desorganizada.
- Interrumpir a los demás, es visto como alguien que habla demasiado o no escucha a los demás.

ADULTOS

- Ser puntual.
- Respetar los plazos.
- Priorizar entre múltiples actividades.

- Siempre llega tarde.
- Subestima el tiempo necesario para presentar un informe.
- A menudo pierde el control de la situación.

PERSONAS MAYORES

- Participar en discusiones grupales.
- Planificación de tareas cotidianas.
- Organizar la gestión administrativa del hogar.

- Trastornos en la memoria.
- A menudo pierde cosas como sus gafas, su teléfono,...
- Dificultad para recordar cómo funciona su teléfono (teclas).

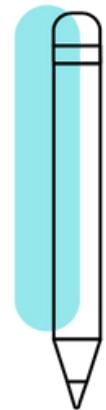
¿Por qué COGMED?



- Eficaz en personas con **dificultades en la memoria de trabajo**.
- **Amplio rango de edad:** desde los 4 años hasta adultos.
- Útil en **entorno escolar** y **clínico**.
- **Utilizado en más de 20 países** con más de **200.000 usuarios** entrenados.

Principales características de COGMED:

- **Aplicación online** en múltiples dispositivos.
- **Entrenamiento** fácil, divertido y adaptativo **en función del desempeño**.
- Sistema de incentivos basado en **recompensas:** motivación adicional.
- Usuarios **asistidos por un entrenador** que dirige sus tareas y los motiva.
- **COGMED Coaching Center:** acceso de gestión para el entrenador.
- **Fácil acceso a los resultados** de cada sesión: entrenador y usuario.
- Disponible en **10 idiomas**.



El programa COGMED:

Combina los avances de la **ciencia cognitiva** y la **tecnología de videojuegos**, que junto a la **supervisión de un profesional**, contribuye a fortalecer la **memoria de trabajo**, mejorar la atención y aumentar el control de la impulsividad.

Avances en **neurociencia cognitiva**
+
Juegos de ordenador con diseño innovador
+
Supervisión profesional



Principales destinatarios:



- **Prematuros.**
- **Daño cerebral adquirido.**
- **TDA/TDAH.**
- **Dificultades de aprendizaje.**
- **Deterioro cognitivo** ocasionado por la edad.
- **Deterioro cognitivo** derivado de **tratamientos médicos:** oncológicos, COVID-19, estrés...

Dos versiones disponibles:

Programa de entrenamiento: Standard



Standard

- Incluye todos los tipos de ejercicios de entrenamiento.
- Requiere un buen manejo de números y de letras.



Light

- Excluye los ejercicios que requieren letras y números, así como el entrenamiento avanzado.

Programa de entrenamiento: Light



Create

- Basado en recompensas.
- Los progresos y esfuerzos durante el entrenamiento permiten ir creando un mundo propio.

Focus

- No hay sistema de recompensas.
- 100% centrado en el entrenamiento.



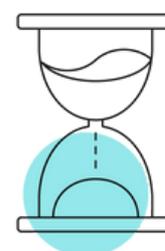
Un método estructurado pero flexible:

Las **tareas** propuestas **varían a medida que avanzan las sesiones**.

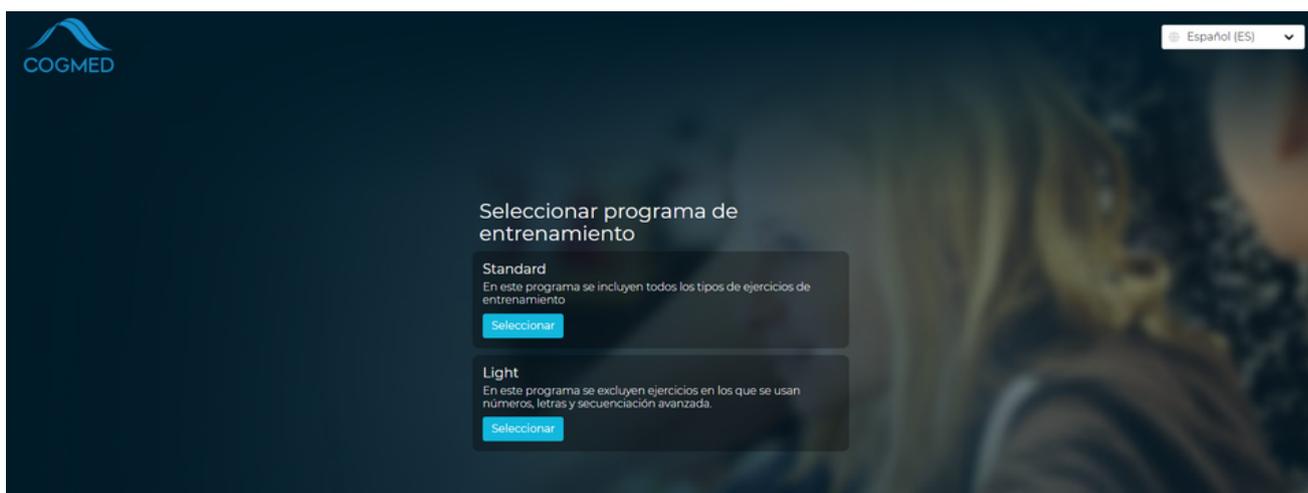
El **nivel de dificultad** de los ejercicios **se ajusta automáticamente** a las capacidades máximas del paciente, obligándolo a realizar un esfuerzo cognitivo.

Dependiendo de las competencias cognitivas y atencionales, así como la disponibilidad del paciente, el profesional elige:

Duración de las sesiones: 25, 35 o 50 minutos (pausas incluidas).
Frecuencia de sesiones: 3, 4 o 5 veces por semana.



Solicite ahora su demo.



[Solicitar demo](#)



Entrenamiento *online* basado en la investigación que ayuda a mejorar con éxito la atención de manera sostenible, mediante un entrenamiento efectivo de su memoria de trabajo.

[Más información](#)



Para mas información contacte con nosotros:
clinicalcomercial@pearson.com

www.pearsonclinical.es

Síguenos y participe en nuestras conversaciones:

