

MENTE EN PLENITUD

vitalidad y bienestar cognitivo



Un espacio para fortalecer tu
mente y potenciar tu
autonomía



OBJETIVOS

- **Prevenir** el deterioro cognitivo natural
- **Rehabilitar** funciones afectadas por condiciones neurológicas
- **Fortalecer** su agilidad mental para mantener su independencia
- **Comprender** como funciona su cerebro en esta etapa de la vida

Qué trabajamos?

Nos enfocamos en la estimulación y rehabilitación neurocognitiva a través de objetivos claros

- **Atención y concentración :**
Herramientas para mejorar el enfoque en las tareas cotidianas
- **Memoria y Aprendizaje:** Estrategias prácticas para el registro y recuerdo de información
- **Lenguaje y Fluidez:** Ejercicios para mantener una comunicación efectiva y ágil
- **Velocidad de Procesamiento:** Retos cognitivos para mantener una mente activa y rápida





Metodología:

1. Entrevista inicial y tamizaje:
Sesión profunda para conocer tu historia clínica y establecer una línea base de tus funciones cognitivas.
2. Plan Personalizado:
Diseño de ejercicios específicos basados en tus necesidades y metas individuales
3. Sesiones de Trabajo:
Encuentros de 60 minutos, con una frecuencia de 1 o 2 veces por semana, para garantizar la neuroplasticidad y el aprendizaje

BENEFICIOS:

- Mayor confianza en tus capacidades mentales
- Adquisición de herramientas prácticas como compensación para la memoria
- Mejora en la autonomía para realizar actividades de la vida diaria
- Estimulación cerebral constante bajo guía profesional
- Espacio de validación y comprensión sobre el envejecimiento saludable

Costo:

Entrevista: \$60

Costos por sesión \$45,00



QUIEN SOY?

Diana Gomezjurado

Psicóloga Clínica,

Mg. en Neuropsicología Clínica

Especialista en Psicotraumatología

