

Javier Sánchez Ruiz de Gordo
Neurólogo, Grupo de Neuroepigenética de NavarraBiomed

Laura Moreno Eguinoa
Neuropsicóloga, Clínica Josefina Arregui de Alsasua

Izaskun Naberan Mardaras
Pediatra, Complejo Hospitalario de Navarra



2016

1ª edición

Impreso en España / Printed in Spain

ISBN 978-84-617-6763-2

Diseño

Diseño interior (*diseño gráfico y maquetación*)

María Arraiza Fernández

Diseño portada

Katuki Saguyaki

Edición

Javier Sánchez Ruiz de Gordo

Fotografía

Edición

María Arraiza Fernández

Realización

Amaya Urdániz Casado

El diseño de las cartas son marcas registradas de Naipes Heraclio Fournier S.A. Reproducidas con permiso del propietario. El dibujo de la portada pertenece a @KatukiSaguyaki. Cualquier utilización del mismo o de una parte deberá ser consultado y aprobado por Katuki Saguyaki. El texto e ilustraciones de la guía han sido registrados como propiedad intelectual de los autores. Se permite una libre difusión e impresión, como guía, nombrando la fuente (#ProyectoEncartados). Queda prohibido un uso comercial o lucrativo de la misma.

Cuando el mundo pierda toda magia
Cuando mi enemigo sea yo
Cuando me apuñale la nostalgia
Y no reconozca ni mi voz.

Cuando me amenace la locura
Cuando en mi moneda salga cruz
Cuando el diablo pase la factura
O si alguna vez me faltas tú.

¡ Resistiré, ... resistiré !

Dúo Dinámico. Resistiré.

Para Anita, Isabel, Alfredo, Juanjo y José.
Y todos aquellos que me cantaron las 40.

Índice

- 09** | Presentación
- 10** | ¿Qué es la estimulación cognitiva?
- 12** | ¿Cómo utilizar esta guía?
- 14** | Leyenda de iconos
- 15** | Web y videos

Juegos

17 | Buscando a Wally

21 | ¡Fuera las copas!

25 | Juguemos a la Guerra

27 | Los montones

29 | A seguir el valor, da igual el palo

31 | Ayúdame a ordenar la baraja

37 | Pon debajo una que sea...

41 | Copia esta figura

45 | ¡A ver si adivinas qué carta tengo!

47 | ¿Han cantado BINGO?

49 | Los seises

53 | Memory

57 | La cascada

59 | Del As al Rey alternando palos

63 | El Reloj

67 | El Burro

71 | Chúpate dos *simplificado*

75 | La escoba *simplificada*

79 | Solitario en línea

83 | Castillo de naipes

87 | Encuesta

Presentación

Esta guía que tienes en tus manos forma parte del Proyecto Encartados dirigido a personas con deterioro cognitivo o demencia y sus cuidadores. Nuestro objetivo es fomentar la estimulación cognitiva en el domicilio y fortalecer los lazos afectivos. Para ello utilizaremos una herramienta cotidiana como es la baraja de cartas española.

Los naipes han estado muy presentes en mi vida desde que era pequeño. Debido a mis raíces alavesas, pasé muchas tardes jugando con las barajas de Heraclio Fournier. Pasaron los años y cuando mi abuela desarrolló la Enfermedad de Alzheimer sentí un cariño especial al emplearlas jugando con ella.

Tras esta experiencia familiar lo fui recomendando desde la consulta de Neurología a familiares que preguntaban por material para trabajar en casa. Para muchos de ellos fue una herramienta útil y por eso decidimos compartirlo.

Los juegos con cartas que hemos adaptado son un buen complemento a otras actividades dirigidas a la estimulación cognitiva y social. No hay que olvidar que

deben desarrollarse en compañía y que el paciente precisa ser guiado y supervisado durante los juegos.

Esperamos que esta guía cumpla con su objetivo lúdico y sirva de apoyo a todas las familias que conviven día a día con el terrible proceso que suponen las enfermedades neurodegenerativas.

Para finalizar, me gustaría agradecer a los compañeros de la Clínica Josefina Arregui por su labor que desarrollan en Alsasua, especialmente a Laura, porque sin ella esta guía no hubiese sido lo que es. También a Maite, responsable del grupo de neuroepigenética, por su capacidad para estimular al equipo y el positivismo con que ve la vida. A Izaskun, por estar siempre ahí. Y por último a mi familia, por mostrarme el mundo mágico de las cartas.

Ahora toca ponerse en marcha.

¡ A jugar ...!

Javier Sánchez Ruiz de Gordoa

La estimulación cognitiva

¿Qué es?

Al igual que es necesario mantener la actividad física en las personas que presentan demencia, resulta fundamental promover la actividad cognitiva. Tanto para **mantener las capacidades que preservan**, enlentecer el desarrollo de la enfermedad y mejorar su calidad de vida.

La estimulación cognitiva en el hogar

Puede realizarse de muchas maneras. Existen manuales específicos con fichas de ejercicios y tareas variadas así como programas informáticos para trabajar en el ordenador u otros dispositivos.

Pero también podemos estimular a través de **actividades más cotidianas** como colaborar en tareas domésticas, participar en actividades sociales o de ocio, dar paseos, visitar gente, ir a actos culturales, atender la huerta, cuidar plantas, mantener contacto con animales, realizar pasatiempos, leer el periódico o revistas, comentar lo que sale en la televisión, revisar fotos familiares, escuchar música, cantar, bailar, escribir alguna postal, ver mapas, hacer manualidades, **hacer manualidades o participar en juegos de mesa**, como es el caso que nos ocupa.

Beneficios

- ✓ Hará que se sientan útiles, que mantengan sus **aficiones** o que descubran actividades que les puedan gustar.
- ✓ Potenciará el **contacto y vínculo con sus allegados**, la socialización, la comunicación y la interacción con el entorno.
- ✓ Emplearemos el tiempo de forma productiva, enriquecedora, no pasiva.
- ✓ Puede ayudar en la **prevención** o manejo de trastornos de conducta.
- ✓ Podemos mejorar su **autoestima** y ánimo.
- ✓ Estimularemos sus **capacidades cognitivas**.

¿Qué capacidades cognitivas podemos estimular?

✦ **Atención y velocidad de procesamiento**

Funciones básicas que se trabajan de forma continua en las tareas.

✦ **Percepción y visuoespacialidad**

Reconocer y localizar cartas, emparejarlas o reproducir figuras con ellas.

✦ **Coordinación, agilidad psicomotora y manipulación**

Barajar, cortar, repartir, voltear, recoger, pasar, colocar... ¡incluso probar a hacer castillos!

✦ **Cálculo**

Reconocer el número, seguir el orden ascendente o descendente, relacionar, comparar valores o realizar cuentas con las cartas.

✦ **Planificación, categorización y secuenciación**

Colocar cartas en un grupo determinado por diferentes criterios (como palo o valor), seguir una serie o desarrollar estrategias para ganar.

✦ **Comprensión y expresión. Comunicación**

Comprender las instrucciones. Facilitar a través del juego comentarios sobre la jugada o cualquier otro hecho.

✦ **Aprendizaje y memoria**

Aprender las normas y mantenerlas. Recordar posiciones concretas de las cartas o información que nos van dando.

¿Cómo utilizar esta guía?

Recomendaciones Generales

Comunicarnos de forma sencilla, tranquila, motivándoles y **reforzando sus logros**.

.....

Adaptarnos a cada persona y situación. Acomodarnos a su nivel cognitivo, escolaridad, limitaciones sensoriales (vista, oído) y habilidad motora. Y tener en cuenta sus aficiones y gustos.

.....

Ayudar lo necesario, dejar que hagan lo que puedan, aunque les lleve más tiempo o no lo hagan del todo bien. A veces sólo es necesario darles alguna indicación, otras tendremos que recordarles continuamente cada norma y el paso que deben dar.

No debemos imponer cosas. Será beneficioso sólo si resulta un **momento agradable** para todos, una vía de encuentro y no una carga.

.....

No debemos exigirles demasiado, **no es necesario corregirles todo**, ya que podría generar frustración, rechazo o agitación. Podemos dejar pasar errores, evitando también que se haga pesado.

.....

Dejar la actividad si resulta difícil, anticipándonos si vemos que empieza a cansarse, aburrirse o ponerse nervioso, pero sin dar la sensación de que ha sido un fracaso. Es mejor realizar varias sesiones de menor duración.

Escoger el momento y el lugar. Espacio cómodo, con luz, sin distracciones, sin ruidos. Que sea un rato en el que estén descansados y receptivos. Podemos tener alguna bebida o comida que les guste durante el juego, favoreciendo un rato agradable y de ocio.

.....

Si tenemos **visitas o con niños de la familia**, podemos probar a jugar a algunos de los juegos que hayamos practicado y sepamos que disfruta.

.....

Y si podemos **usar el humor, ¡mucho mejor!**
¡Intentamos que sea un juego!

Recomendaciones Específicas

No hay que seguir esta guía de forma lineal. Escogeremos aquello que creemos que la persona puede hacer y le puede agradar. Se trata de probar y ver si funciona.

.....

No tenemos que seguir estrictamente las **normas**, podemos inventar o adaptar. Si se cansa no hay que llegar al final.

.....

Antes de presentárselos a la persona, debemos revisar nosotros los juegos y probarlos. Valoraremos la dificultad y nos será más **fácil explicárselos**.

.....

Probablemente no asimile las normas del juego si se las decimos al principio, **será más fácil si se va jugando**. Al principio podemos probar con las **cartas a la vista**.

Es mejor probar **un juego en cada sesión** y practicar para que lo aprenda y le resulte más fácil.

.....

Si el juego es demasiado complejo o no le gusta, pasamos a uno que conozca y sea de su agrado para **acabar la sesión con buen sabor de boca**.

.....

Cuidado con los **valores de As, tres y las figuras** (Sota, Caballo y Rey), puede que tengan aprendidos los valores que tienen en juegos como el Mus o el Tute. Aclararlo y **adaptarnos**.

A veces no recuerdan la secuencia "As, 2,3,4,5,6,7,Sota, Caballo y Rey", necesaria en algunos juegos. Si genera problemas, podemos **retirar las figuras** de la baraja antes de empezar.

.....

Invitar a la persona a que baraje, corte, reparta y recoja las cartas, o cuente si están todas.

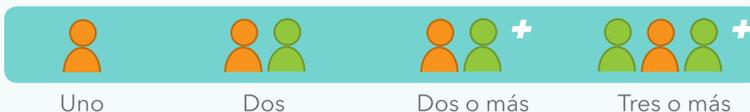
.....

Podemos también usar **premios** para el ganador de cada juego como monedas, fichas, garbanzos o similar.

Legenda de iconos

Al inicio de cada juego hay iconos que te ayudarán a seleccionar los juegos:

Número de jugadores



Grado de Dificultad



Número de barajas necesarias



A lo largo de la guía encontrarás en los laterales "sugerencias", "variantes" y "recuerda", los cuales te servirán de ayuda.



Web y videos

Sigue el proyecto en la web
y mira los videos de los juegos

Desde la página web podrás:

DESCARGAR la guía en formato pdf de forma gratuita para guardarla, imprimirla o compartirla con otras personas.

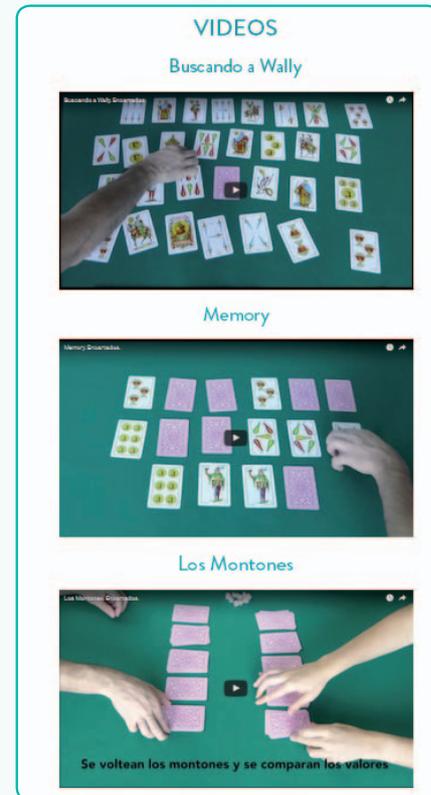
Visualizar **VIDEOS demostrativos** de los juegos de la guía. Puede ser más ameno y resultar de gran ayuda.

Contestar la ENCUESTA ANÓ NIMA que nos permitirá evaluar la utilidad de esta guía.

Enviarnos vuestros comentarios y sugerencias a través del correo electrónico proyectoencartados@gmail.com

Seguir la evolución del proyecto en las redes sociales (Facebook).

www.encartados.com







Buscando a Wally

En este juego, "Wally" es una carta concreta que hay que buscar con las indicaciones que damos.



Todas boca arriba,
¡a ver si localizas la carta que te digo!

Sugerencias

En vez de voltear la carta, podemos dejarla boca arriba para mantener el mismo número de cartas en la mesa y controlar su dificultad.

Si tiene dificultad, podemos guiarle fijándonos hacia dónde está mirando: "frío, frío", "caliente", "a la izquierda"...

Podemos probar a jugar por turnos, y que nos dé la orden de buscar a nosotros también.



1 Ponemos cartas boca arriba (media baraja o hasta toda la baraja, según grado de dificultad).



2 Le decimos que busque una carta concreta ("Busca el 2 de copas"). Cuando la encuentre, la puede señalar, dar la vuelta o llevársela.



3 Seguimos con la búsqueda de otra carta hasta que acabe con todas o hasta que queramos.

Variantes de criterios

Para graduar la dificultad o para que sea más variado podemos ir mezclando criterios pidiendo:

- una carta **concreta** : " a ver si encuentras el 2 de bastos"
- una carta de un **palo**: "coge un oro"
- una carta de un **valor**: "coge un 3"
- una carta **mayor o menor** que un valor: " una que sea más pequeña que el 5"
- una carta **par o impar**: "coge una carta par"

Para mayor dificultad podemos juntar criterios:

- "una que sea mayor que el 3 y par"
- "una que sea menor que el 9 e impar"
- "una que sea mayor que el 4 y oro"
- "una que sea par y copa"
- "una copa mayor que el 2 y par"

O podemos dar las ordenes con otros criterios:

- "una que sea el número de los dedos de la mano"
- "el número de los días de la semana"
- "el número de los meses del año"
- "el día de tu cumpleaños"
- "el número de tu portal"
- "el número de hijos que tienes"

¡¡¡ echarle imaginación !

Variantes

Con 2 barajas



Podemos utilizar 2 barajas y mostrarle la que queremos que busque “busca una igual a esta”. Siguiendo la acción de enseñarle una carta, se puede hacer más difícil: “busca una que sea menor que esta, del mismo palo, del mismo valor, o que sea la mitad...”.

Entre varios jugadores, con 2 barajas



1. De una baraja ponemos 20 cartas boca arriba sobre la mesa.
2. La otra baraja se reparte entera (las 40 cartas) y cada jugador las mantiene en un mazo.
3. Se saca una carta por turnos, si coincide con una de las de la mesa, nos llevamos ambas.
4. Si no coincide pasamos turno.
5. Seguimos jugando por turnos. Cuando acabemos, contamos las parejas que hemos reunido.
Gana quien más tiene.



Fuera las Copas

Similar al juego anterior de "Buscando a Wally" pero tenemos que localizar varias cartas en vez de solo una.



A por las copas que son pocas ...



1 Ponemos en la mesa cartas boca arriba (media baraja o hasta toda la baraja, según grado de dificultad para la persona).



2 Le damos la orden de quitar todas las copas. La persona dará la vuelta o retirará todas las copas que vea.



3 Una vez retiradas todas las copas, pasamos a otro palo ("ahora fuera los bastos").



4 Y repetimos con un tercer palo ("ahora todas las espadas").

Sugerencias

Podemos ir dando órdenes para quitar todas hasta acabar, o cuando consideremos volver a poner todas y seguir jugando.

Variantes de criterios

Según grado de dificultad podemos usar otros criterios para elegir las cartas:

Por valor:

"fuera los doses", después "fuera los cuatros"...

"fuera todas las figuras" (sotas, caballos y reyes)

"fuera todas las cartas menores de 5", o "todas las cartas mayores de 5"

"fuera los números pares"

En función de **varios criterios a la vez**:

"fuera los doses y los ases"

"fuera las copas mayores de 5" o "espadas y bastos menores de 5"

"fuera los oros impares"

"espadas mayores de 5 impares"

"fuera las que al ponerlas han quedado mirando hacia abajo"

(en algunas cartas de espadas y bastos es indistinto)





Juguemos a la Guerra

Es un juego popular para 2 o más personas en el que se van sacando cartas y comparando sus valores. Ganará quien tenga las cartas más poderosas.



Paz y amor, pero...
¡Anímate a esta peculiar guerra!

Sugerencias

Si el juego se alarga, se puede poner un límite de tiempo y ganará el que más cartas tenga en ese momento.

Puedes simplificarlo utilizando media baraja (2 palos).

Variante

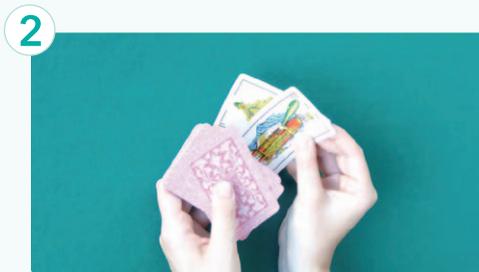
Versión de más de 2 jugadores: se sigue la misma dinámica. Cuando un jugador se queda sin cartas queda eliminado y ganará el último que se quede con todas ellas”.



1 Se reparte la baraja, colocando un montón cara abajo para cada participante. Cada jugador al mismo tiempo saca su carta superior.



3 En caso de empate se dejan sobre la mesa y se sacan otras nuevas para desempatar. El que tenga la carta mayor ganará las 4.



2 Se comparan los valores de las cartas. El que tenga la carta mayor se lleva ambas colocándolas debajo de su montón.

4 Se repiten los pasos 1 a 3. Ganará el que se quede con todas las cartas.

Escala de valores: el As es el de menor valor y de forma ascendente hasta el Rey que es la más alta.



Vale menos

Vale más



M^{Los} Montones

Montones y montones de cartas que como en "la guerra" compararemos por su valor.

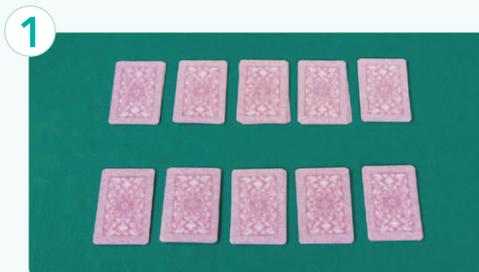


Tanto monta, monta tanto...

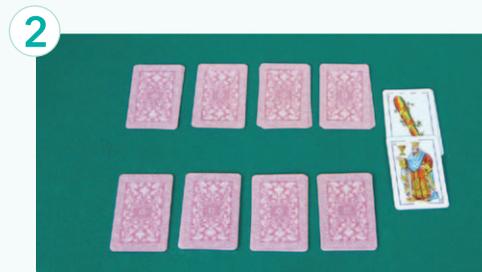
Sugerencias

Por cada partida ganada se puede dar un tanto (alubia, garbanzo, moneda o similar) para llevar el conteaje. Podemos jugar hasta alcanzar la cantidad que hayamos decidido previamente.

El conteaje se puede realizar también con los montones que va ganando cada jugador en vez de partidas.



1 Se reparte la mitad de la baraja a cada jugador. Cada uno corta sus cartas en 5 montones, más o menos iguales, boca abajo.



2 Se va volteando cada montón y se compara con el montón del contrario.



3 El montón con la carta mayor es el que "gana" y se coloca sobre el perdedor. Si son iguales se dejan a la par.



4 Se cuenta cuántos montones ha ganado cada uno y el que más tenga será el ganador de la partida.



A seguir el Valor da igual el palo

Juego de 2 o más jugadores con el objetivo de seguir sólo el orden numérico de las cartas, sin importar el palo.



Estate atento a la carta que toca...

Recuerda

El orden de la serie va del As al Rey, del Rey se vuelve a pasar al As.

Variante (más difícil)

Ascendente. Se puede seguir el orden tanto ascendente como descendente en la misma partida (Ej.: Si hay un 2 en la mesa, se puede colocar tanto el 3 como el As; o si hay un As, se puede echar un Rey o un 2). En esta variante, con frecuencia no se pueden echar todas las cartas y ganará el que menos cartas tenga en la mano.



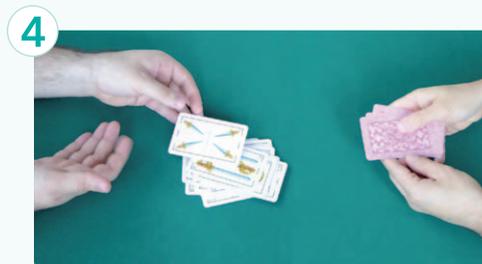
1 Repartimos la baraja en mazos entre los jugadores. El primer jugador saca su primera carta boca arriba sobre el centro de la mesa (ej: un 2).



3 Si no lo es, se la queda (en un montón o colocándola debajo de su mazo).



2 El siguiente jugador saca su carta. Si es el valor siguiente al de la mesa la pone encima (ej: un 3, de cualquier palo).



4 Se repiten los pasos 2 y 3 entre los jugadores hasta que alguno se quede sin cartas. Éste será el ganador.



Ayúdame a Ordenar la baraja

Podemos probar a ordenar la baraja de muchas formas. A veces es mejor seguir el palo y otras el valor. También podemos hacerlo jugando en grupo.



¡Vamos a comprobar que la baraja está completa!

Variante 1

Más fácil

Ordenamos por palos



Tras desordenar la baraja, buscamos los 4 ases y los ponemos en línea como referencia.



Le vamos dando cartas que clasificará una a una por palos en un montón debajo del As correspondiente.



Cuando haya puesto todas, cogemos cada palo y lo ordenamos por valor.



Finalizamos cuando hayamos ordenado todos los palos y comprobemos que están todas.

Variante 2

Ordenamos por valor

1



Agrupamos las cartas en montones por valor: todos los ases, todos los doses, todos los treses...

2



Cuando estén todas, las vamos ordenando por palo. Primero cogemos los ases y los ponemos en fila.

3



Cogemos los 2 y los ponemos encima de los ases por palo. Cogemos los 3 y hacemos lo mismo.

4



Y seguimos con todos los valores hasta ordenar la baraja.

Variante 3

Más difícil

Colocamos las cartas según van apareciendo



1 Ponemos los 4 ases como referencia. La persona coge el mazo y va mirando las cartas.



2 Las colocaremos según van apareciendo en cada palo en orden ascendente (As, 2, 3...). El jugador las busca por la baraja.

Variante 4

¡Creo que falta una carta, ayúdame a encontrarla!

1 Quitamos una carta de la baraja y le pedimos que la localice tras ordenarlas según cualquiera de las variantes previas.

Sugerencias

Podemos reducir la dificultad retirando uno o dos palos antes de empezar.

Variante



Ordenamos las cartas entre todos, de los ases a los reyes por palos.



1 Ponemos los cuatro ases sobre la mesa boca arriba y repartimos el resto de cartas entre los jugadores.



2 Un jugador saca la primera carta, y si es la siguiente (As, 2, 3, ...) en alguno de los palos, la coloca encima.



3 Si no es adecuada, se la queda y pasa turno.



4 Seguimos jugando completando las series. Gana quien se quede antes sin cartas.





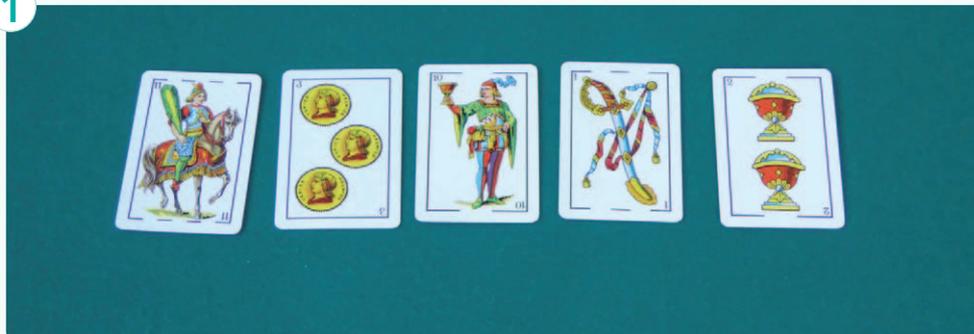
Pon debajo una que sea...

Hay que seleccionar las cartas adecuadas en función de un criterio y unas cartas de referencia.

 ¡A su órdenes...!

| Pon debajo una que sea...

1



Ponemos 5 cartas sobre la mesa boca arriba en fila. La persona deberá ir poniendo debajo de cada carta una que corresponda con la de arriba en función del criterio que le demos:

Sugerencias

Si queremos simplificar el juego debemos evitar los saltos del Rey al As y vice-versa teniendo cuidado con las cartas de referencia y las órdenes que damos.

poner una del mismo palo



poner una del mismo valor



poner una un número menor



poner una un número mayor



poner una dos números mayor



poner una dos números menor





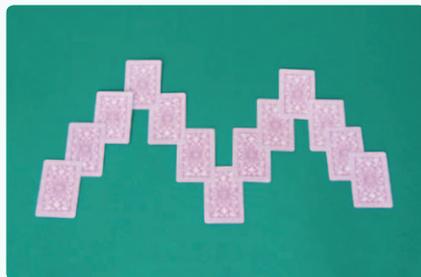
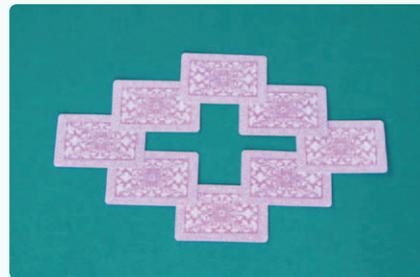


Copia esta figura

Vamos a copiar dibujos pero sin lápiz ni papel. Usaremos las cartas.



A ver si te sale lo mismo que he hecho yo.



| Copia esta figura

Vamos a hacer **números**



Vamos a hacer **letras**

Prueba a escribir tu nombre





¡A ver si
adivinas
qué carta tengo!

Hazme preguntas a ver si aciertas qué carta es esta.



¿Tu carta es de bastos, ...?

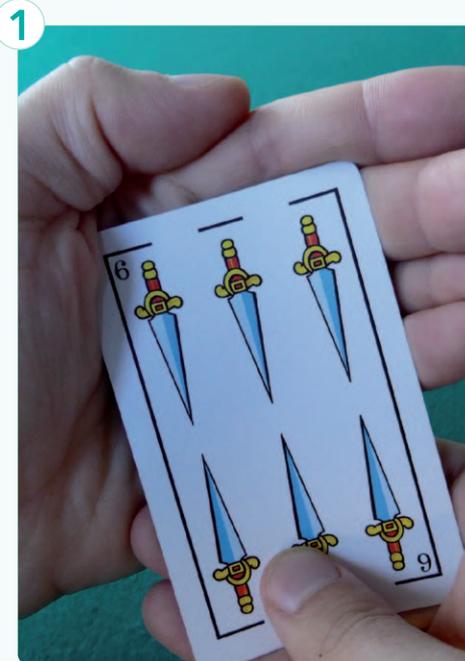
Sugerencias

Para ayudarles, podemos ir repasando o recordándole la información que va obteniendo a través de las preguntas.

Variantes

En vez de que la persona tenga que hacer preguntas, le vamos a ir dando pistas de una en una hasta que adivine la carta. Ej.: Tengo una carta: amarilla, par, mayor de 4, etc.

Se puede jugar en grupo y después de cada pista cada jugador tiene que decir la carta que cree que pueda ser.



Un jugador saca una carta del mazo (sólo la puede ver él).

2

El otro jugador deberá adivinar qué carta tiene haciéndole preguntas, que sólo podrá contestar con "sí o no".
Por ejemplo:

¿es oro?, ¿es basto?

¿es roja?, ¿es verde?

¿es figura (sota, caballo o rey)?

¿es grande?, ¿es pequeña?

¿es más pequeña que un 5?

¿es par?, ¿es impar?

Cuando crea saber qué carta es puede decirla. Si no la adivina, debe seguir preguntando hasta acertarla.



¿Han cantado Bingo?

En vez de cartones utilizaremos cartas de una baraja. Las bolas son las cartas de otra baraja.



Prepárate para cantar... ¡BINGO!

Sugerencias

Se pueden utilizar más de 4 cartas según los jugadores, la dificultad deseada y el espacio en la mesa.

Se puede utilizar una estructura de 2 x 4 con 8 cartas. De esta forma también se puede cantar "línea" (4 cartas horizontales) además de "bingo".

Variante Nombrando

En vez de presentar la carta central visualmente, lo haremos nombrándola sin enseñarla.

El resto de la dinámica del juego será la misma que la variante anterior.



1 Cogemos la primera baraja y repartimos 4 cartas a cada jugador, colocándolas boca arriba sobre la mesa. El resto de cartas no se utilizarán.



2 Se toma una segunda baraja y la persona que dirige el juego saca la carta superior colocándola boca arriba en el centro.



3 Cada jugador tiene que revisar si coincide con alguna de las 4 que tiene delante. Si coincide, le da la vuelta.



4 Se continúa con el resto de cartas hasta que un jugador voltee las 4 cartas que tenía y cante "bingo". Ese será el ganador.



Los Seises

En este juego clásico para 3 o más jugadores tenemos que ser los primeros en descartarnos siguiendo el orden de las cartas que parten del 6.

⑥ El que tenga un 6, que tire la primera... carta.

Sugerencias

Si un jugador dispone de más de una posibilidad, elegirá la que más le convenga en función de la estrategia para ganar.

Pueden tener dificultad para sujetar e identificar cartas en un abanico con tantas cartas. Podemos simplificarlo reduciendo el número de cartas, retirando uno o dos palos antes de jugar.



Se reparten todas las cartas y las colocan en abanico. El que tenga el 6 de oros comienza colocándolo en la mesa.



En caso de que no tenga una carta para jugar "pasa" y se continuará con el siguiente jugador.

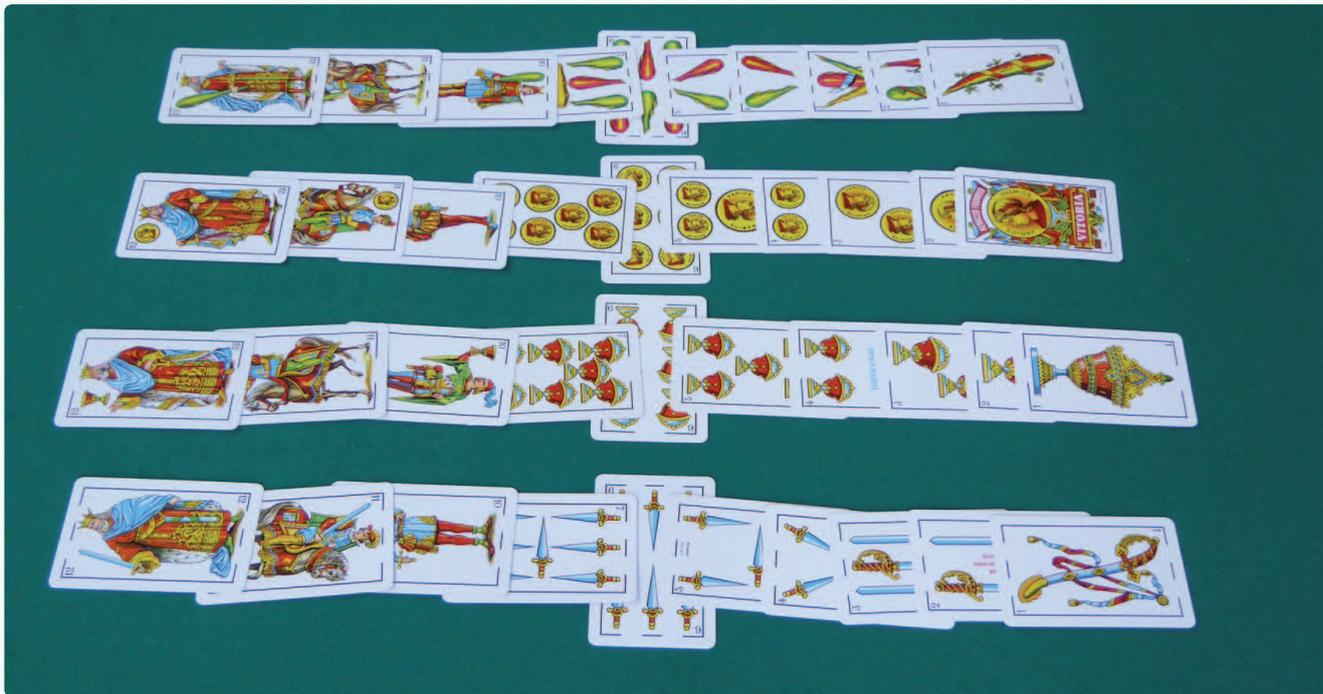
2

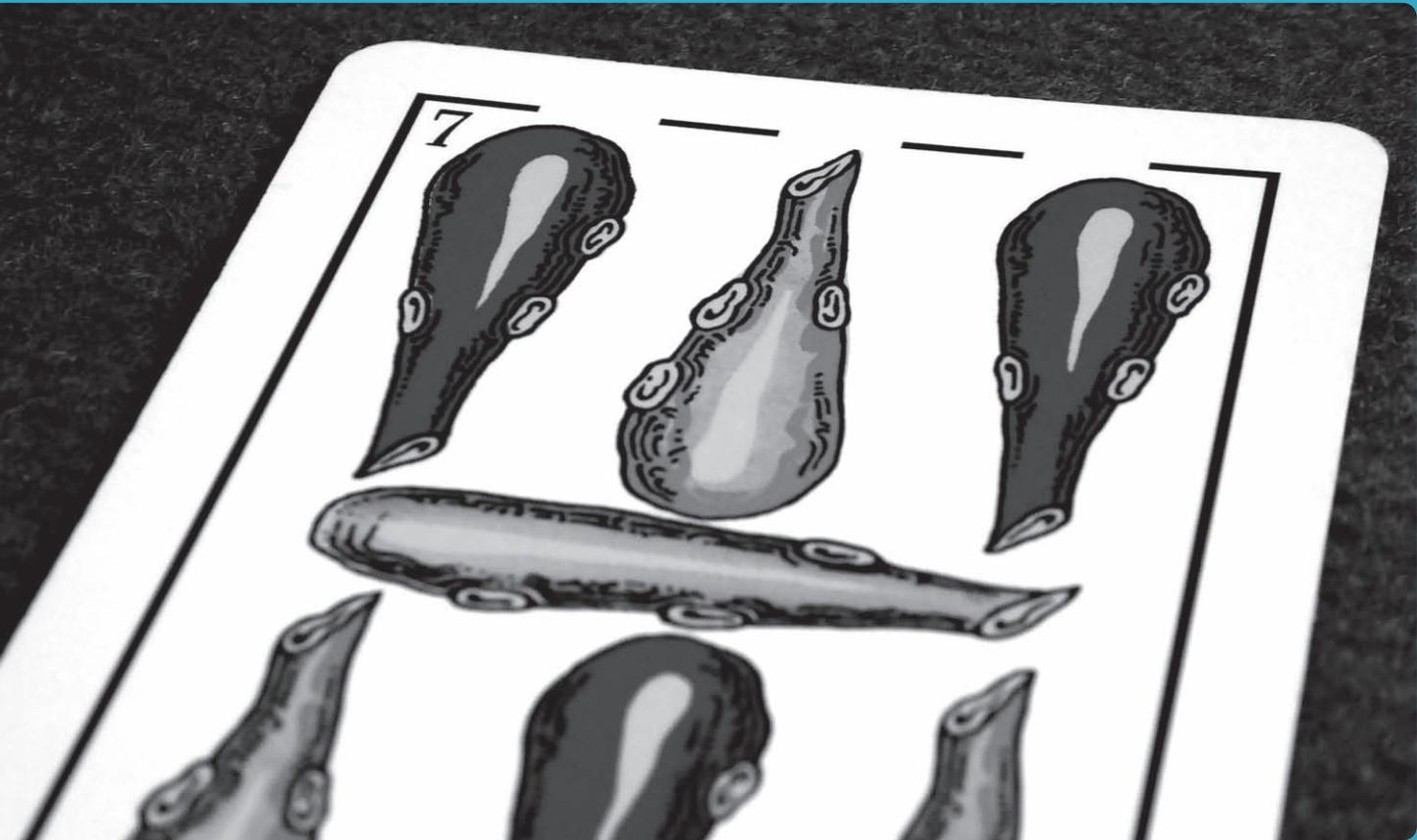
En cada turno se puede colocar un 6 o continuar una escalera iniciada desde cada 6 siguiendo el palo, tanto en sentido ascendente como descendente.

4

El jugador que antes se quede sin cartas será el ganador.

| Ejemplo de cómo debería quedar al finalizar la partida.







Memory

Tenemos que ir emparejando las cartas mientras les damos la vuelta de dos en dos. Intentaremos memorizar cuál es la posición de cada una.

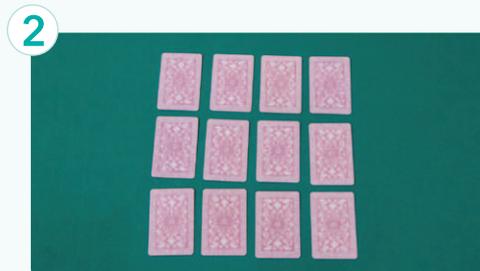


¡Busca todas las parejas... a ver si hay suerte!

Variante con dos barajas



1 Para preparar el juego, se seleccionan parejas, dos cartas iguales, una de cada baraja (de 4 a 8 parejas en función de la dificultad).



2 Se barajan las cartas y se colocan boca abajo.



3 En cada turno hay que voltear dos cartas intentando que coincidan formando pareja.



4 En caso de que no sean iguales, se vuelve a dar la vuelta a ambas dejándolas en la misma posición.

5



Se repiten los pasos 3 y 4 las veces que sean necesarias hasta encontrar una pareja, que se dejará boca arriba en su posición.

6



Se continúa el juego hasta identificar todas de parejas.

Sugerencias

Al seleccionar las cartas podemos graduar la dificultad eligiendo parejas que sean visualmente más diferentes entre sí (por ejemplo, parejas de 6 y 7 son parecidas mientras que los ases y las figuras son más fáciles de identificar).

Una vez levantada una carta, si falla al emparejar, podemos dejarle otra oportunidad con el fin de motivar y no hacerlo pesado.

Para simplificar, cuando nos salga una pareja podemos retirarla, reduciendo así la cantidad de cartas en la mesa.

Variante con una baraja



Parejas de cartas del mismo **valor**



Separar de la baraja parejas de cartas en función del valor (Ej.: dos ases, dos caballos, dos reyes).
Seguir los mismos pasos descritos en la primera variante hasta emparejar todas las cartas.

Parejas de cartas del mismo **palo**



Separar de la baraja parejas de cartas en función del palo, sin utilizar figuras para hacerlo más sencillo. (Ej.: dos cartas de bastos, dos cartas de oros...)
Se sigue como en las variantes anteriores hasta encontrar todas las parejas.
Este ejercicio es más fácil porque si se seleccionan varias parejas de un mismo palo existen varias combinaciones correctas.



La Cascada

Juego en solitario, con el objetivo de ir completando series de cartas por valor.



Caemos por la cascada hacia abajo hasta el As.

Versión solitario



Sugerencias

Para hacerlo más simple podemos quitar las figuras.

Variante



Se puede realizar entre 2 o más jugadores repartiendo el mazo inicial entre ellos, jugando por turnos.

El objetivo es ir colocando debajo de cada carta las que correspondan en orden descendente hasta el As, sin importar el palo. (Ej: Debajo de un 4, colocar un 3, un 2 y un As de cualquier palo).



El juego se acaba cuando completamos las 4 series hasta el As.

1



Se colocan 4 cartas al azar en fila boca arriba. Nos quedamos con el resto del mazo boca abajo.

2



Se saca la primera carta del mazo, si es adecuada para seguir alguna de las series, la colocamos.

3



Si no se puede colocar, la dejamos boca arriba a nuestro lado y seguimos sacando cartas. Cuando se acaben, recogemos las que hemos ido dejando al lado, barajamos y continuamos.



Del As al Rey alternando palos

As, 2, 3, 4, 5, 6, 7, Sota, Caballo y Rey, pero alternando palos.

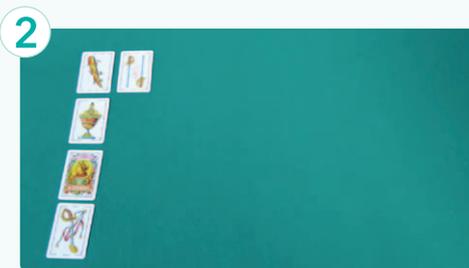


¡Nunca dos del mismo palo seguidas!

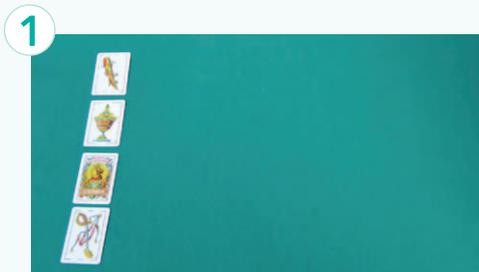
Debemos completar series de As a Rey en cuatro filas, alternando los palos, nunca podemos poner una carta del mismo palo que la anterior.

Sugerencias

Se puede realizar el juego, con la misma norma, pero completando libremente todas las filas a la vez sin tener que concluir una para empezar la siguiente.



Partimos del primer As. Vamos buscando en la baraja hasta encontrar un 2 que no sea del palo de ese As y lo colocamos a su derecha.



Sacamos los cuatro ases y los ponemos uno debajo del otro a la izquierda de la mesa.



Continuamos buscando un 3 de un palo diferente al 2. Así sucesivamente hasta el Rey.

4



Repetimos los pasos 2 y 3 completando las filas del segundo y tercer As.

5



En el caso del último As, puede que incumplamos la norma de alternar los palos y tengamos algún "error". Las colocamos de todas formas.

6



Corregimos los "errores" haciendo intercambios con cartas de otras filas hasta que todas las series queden correctas. Pueden ser necesarios cambios en varias filas o cartas.

7



Se finaliza cuando quede todo bien, cuando las cuatro series estén completas alternando los palos.

Variante

Con las cartas colocadas

Le preparamos a la persona las cuatro series (del as al rey) completas pero con "errores" que debe identificar y corregir intercambiando la posición de las cartas.





El Reloj

Vamos diciendo la secuencia del As al Rey, si coincide con nuestra carta... ¡Estamos perdidos!



¡Tic... Tac... a jugar!

Sugerencias

Practicar la secuencia oral antes de jugar para intentar automatizarla.

Para facilitar, podemos ir cantando la secuencia oral "As, 2, 3..." entre todos, no sólo cada jugador cuando le toque por turno.

Si el jugador no se ha dado cuenta de que coinciden es recomendable parar y recordárselo.



Se reparte la baraja en montones iguales. El primer jugador coloca la primera carta de su mazo sobre el centro de la mesa y, al mismo tiempo, dice: "As".



El segundo coloca la suya sobre la anterior y dice: "2".



El siguiente, dirá "3", y así sucesivamente ("4", "5", "6", "7", "Sota", "Caballo", "Rey", "As", "Dos", ...).



Se continúa hasta que coincide la carta con el valor que dice el jugador correspondiente.



En ese momento, el jugador deberá coger todas las cartas que hay sobre la mesa y colocarlas debajo de su montón.



Se repiten los pasos 1 a 4 hasta que un participante se queda sin cartas. Éste será el ganador de la partida.





El Burro

Juego tradicional en el que tenemos que ir reuniendo todas las cartas del mismo valor y cantar ¡BURRO!



Una, dos y tres... ¡BURRO!

Sugerencias

Cuanto más diferentes sean los valores de los cuartetos más fácil serán de discriminar. Ej.: Un 6 y un 7 son más difíciles de distinguir que un As y un Rey.

Es recomendable que una persona dirija el juego marcando el ritmo, diciendo "1, 2 y 3, cambio!" y "pasad una carta al de la derecha".

Según vaya recibiendo cartas, puedes ir cambiando de criterio.

1



Se seleccionan tantos cuartetos de cartas como el número de participantes. Ej.: si somos 3 jugadores podemos coger los 4 Ases, los 4 seises y los 4 caballos.

3



En cada jugada todos ceden a la vez una carta boca abajo al jugador de su derecha al mismo tiempo que reciben la carta que desecha el jugador de su izquierda. Esta dinámica se repite sucesivamente.

2



Para obtener 4 iguales, echaremos las cartas innecesarias. (Ej.: el As, el 6).

Se barajan las cartas seleccionadas y se reparten boca abajo, cada jugador recibirá 4 y las mantendrá en abanico. El objetivo es conseguir 4 cartas de un mismo valor.

4



Cuando alguien reúne las 4 cartas del mismo valor, canta en alto "¡BURRO!", pone la mano en el centro de la mesa y gana.



El resto de jugadores pondrá la mano sobre la del ganador lo más rápido posible. El que la ponga el último pierde y se le adjudica la "B de BURRO". Si vuelve a perder, se le añade la "U"... hasta que alguien reúna todas las letras de BURRO.

Recuerda

Este juego es originalmente sobre todo de velocidad, pero en nuestro caso nos tendremos que adaptar a la agilidad de cada persona. Es más importante la coordinación entre todos los jugadores.





Chiúpate 2

simplificado

Es una versión simplificada del juego tradicional.

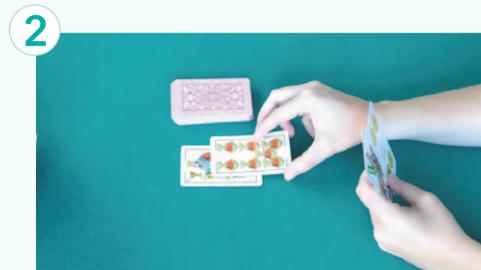


¡Me quiero quedar sin cartas!

Variante sencilla



1 Se reparten 3 cartas a cada jugador y se saca una carta boca arriba en el centro de la mesa.



2 El primer jugador debe echar una carta del mismo valor o del mismo palo que la que esté sobre la mesa. Si la tiene, la coloca sobre ésta.



3 Si no tiene, roba una carta. Si es del mismo valor o palo la puede tirar. Si no, pasa turno. Solo se puede robar 1 carta.



4 Se repiten los pasos 2 y 3 sucesivamente. Si se acaban las cartas para robar, se cogen las que hemos ido dejando, se barajan y se forma un nuevo mazo. Finaliza cuando alguien se queda sin cartas y gana.

Variante Chúpate dos

Siguiendo la dinámica de la variante sencilla, para dar más emoción, hay cartas que conllevan una acción especial. Se puede añadir una o varias de estas normas en función de la dificultad deseada.

Doses = Chúpate dos



Cuando alguien tira un Dos, dice "chúpate 2". El siguiente jugador tiene que robar 2 cartas del mazo y pasar turno. Solo podría librarse si tiene otro dos, en cuyo caso puede echarlo y el jugador siguiente tendría que robar 4 (2+2).

As = Chúpate una



La misma norma que con los doses pero robando solo una carta cuando se tire un As. Se puede jugar combinando ambas normas.

Caballo = Salta



Cuando alguien tira un Caballo se salta el turno del siguiente jugador, no puede tirar carta ese turno.

Siete = Cambio de sentido



Cuando alguien tira un Siete, se cambia la dirección en la que se siguen los turnos de los jugadores.





La Escoba simplificada

Hemos simplificado este juego tradicional.



¡Vamos a hacer cuentas!

Version para sumar 10

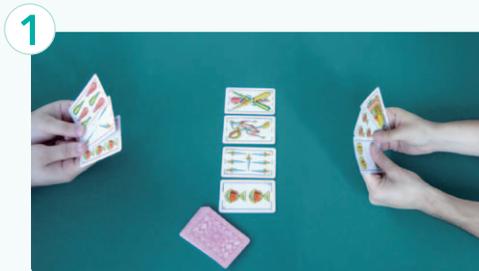
Sugerencias

El juego se puede terminar en una sola partida o ir sumando las puntuaciones hasta alcanzar un valor determinado (Ej.: 10 puntos).

Podemos jugar a sumar 15 como en el juego original. En este caso emplearemos las figuras.

Si la persona conoce bien los valores que se les otorgan en "La Escoba" (Sota=8, Caballo=9, Rey=10) los usaremos.

Otra posibilidad es usar como valor de la figura el número que consta en ella (Sota=10, Caballo=11, Rey=12). Resultará muy difícil si están acostumbrados a utilizar los valores tradicionales del juego.



Se retiran las figuras de la baraja. Del resto se reparten tres cartas a cada jugador y se colocan otras 4 cartas sobre la mesa boca arriba.



El objetivo del jugador en cada turno es que la suma de los valores de una de sus cartas y de otra u otras de la mesa, sea exactamente 10. Si lo consigue recoge estas y se las lleva formando un montón.

3



Si no consigue la suma exacta de 10, tiene que tirar una carta cualquiera de su mano y pasa el turno al siguiente jugador.

4



Se repiten los pasos 2 y 3. Cuando nos quedemos sin cartas se vuelven a repartir 3 y seguimos jugando.

5



Si al realizar la suma se utilizan todas las cartas de la mesa, se ha conseguido 1 escoba (se puede marcar girando una carta de las recogidas o con una ficha).

6



Cuando se terminan todos los turnos las cartas que quedan sobre la mesa se las lleva el que ha realizado la última suma.

Puntuación

- 1pto por escoba realizada
- 1pto al que tenga más cartas





Solitario

en línea

Aunque juegues solo es muy entretenido.
Requiere atención constante.



¡A ver si hay suerte y te quedas sólo con 2!

Este es un juego para una persona en la que vamos poniendo cartas en línea. Siempre comparamos cada carta con la que está situada en 2 puestos anteriores. El objetivo es conseguir la fila de cartas más corta, la mejor jugada es acabar solo con 2 montones.

Sugerencias

Con los desplazamientos, pueden aparecer varios movimientos encadenados al cambiar las referencias.

Si existen dificultades con las comparaciones entre filas se puede simplificar limitándolo a la extensión de una fila, aunque no acabemos todas las cartas.



Se coloca la tercera carta y se compara con la que está situada 2 lugares antes.



Se baraja y se coge el mazo boca abajo. Se saca la carta superior y se pone sobre la mesa boca arriba. Se repite con la segunda colocándola a su derecha.



En caso de que no coincidan ni en el palo ni en el valor, se saca otra carta y se coloca a la derecha, comparándose nuevamente con la que está 2 lugares antes.

4



Si son del mismo palo o mismo valor, se coge la que queda en medio y se coloca encima de la de su izquierda. Reunificamos la fila para evitar huecos.

5



Cuando ya no queda espacio en la mesa continuamos con otra fila inferior sin dejar de comparar con las cartas anteriores.

6



Comparamos las cartas desplazadas con sus correspondientes situadas 2 lugares antes, siguiendo los pasos 3 y 4.

7

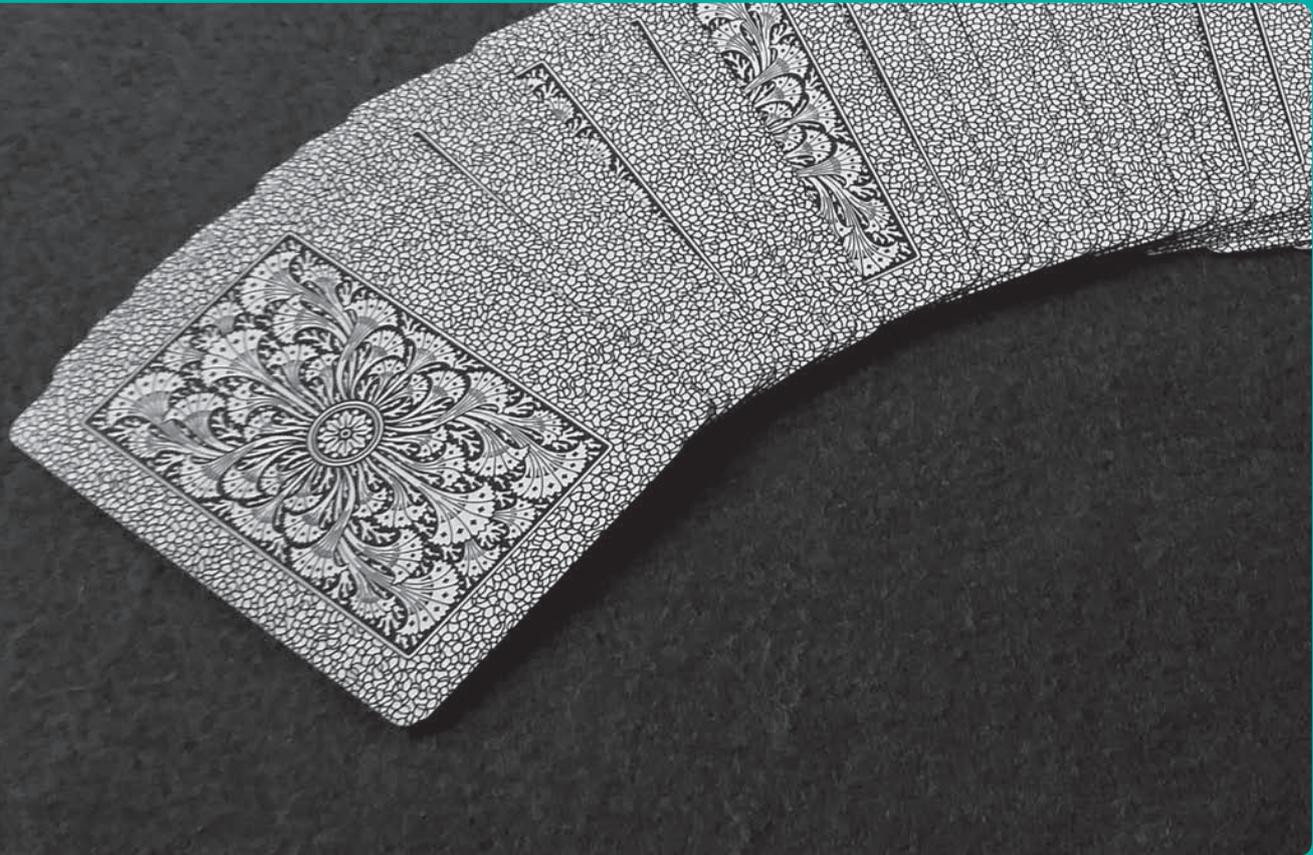


Continuamos hasta colocar todas las cartas. El objetivo es conseguir que quede el menor número de montones.

Variante

Comparando con la carta anterior

Para simplificar el juego en vez de comparar con la situada 2 lugares antes, la comparamos con la inmediatamente anterior. Se siguen las mismas reglas de forma que si coincide en valor o palo se mueve el bloque sobre el anterior.





Castillo de naipes

Son frágiles pero es muy entretenido construirlos. Los castillos de naipes requieren de buen pulso y un poco de suerte. Y si cuesta... a mirar cómo lo hacen otros.



Ponte el casco y manos a la obra.

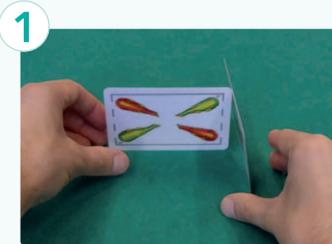
Variante libre

La orientación de las cartas será horizontal. El objetivo es realizar una base amplia sin criterios predeterminados y, si se puede, construir sobre ella otra planta.

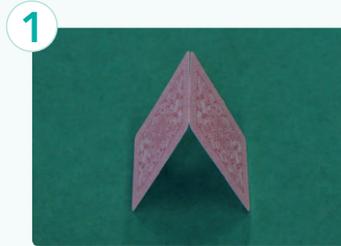
Sugerencias

Aunque la persona tenga limitaciones para construirlos, puede que le guste mucho ver cómo lo hacemos e incluso... destruirlos.

Para poder realizarlo es fundamental una superficie que frene el deslizamiento (tapetes, mantas, alfombras, jerseys...). También es recomendable las cartas viejas que se deslizarán menos.

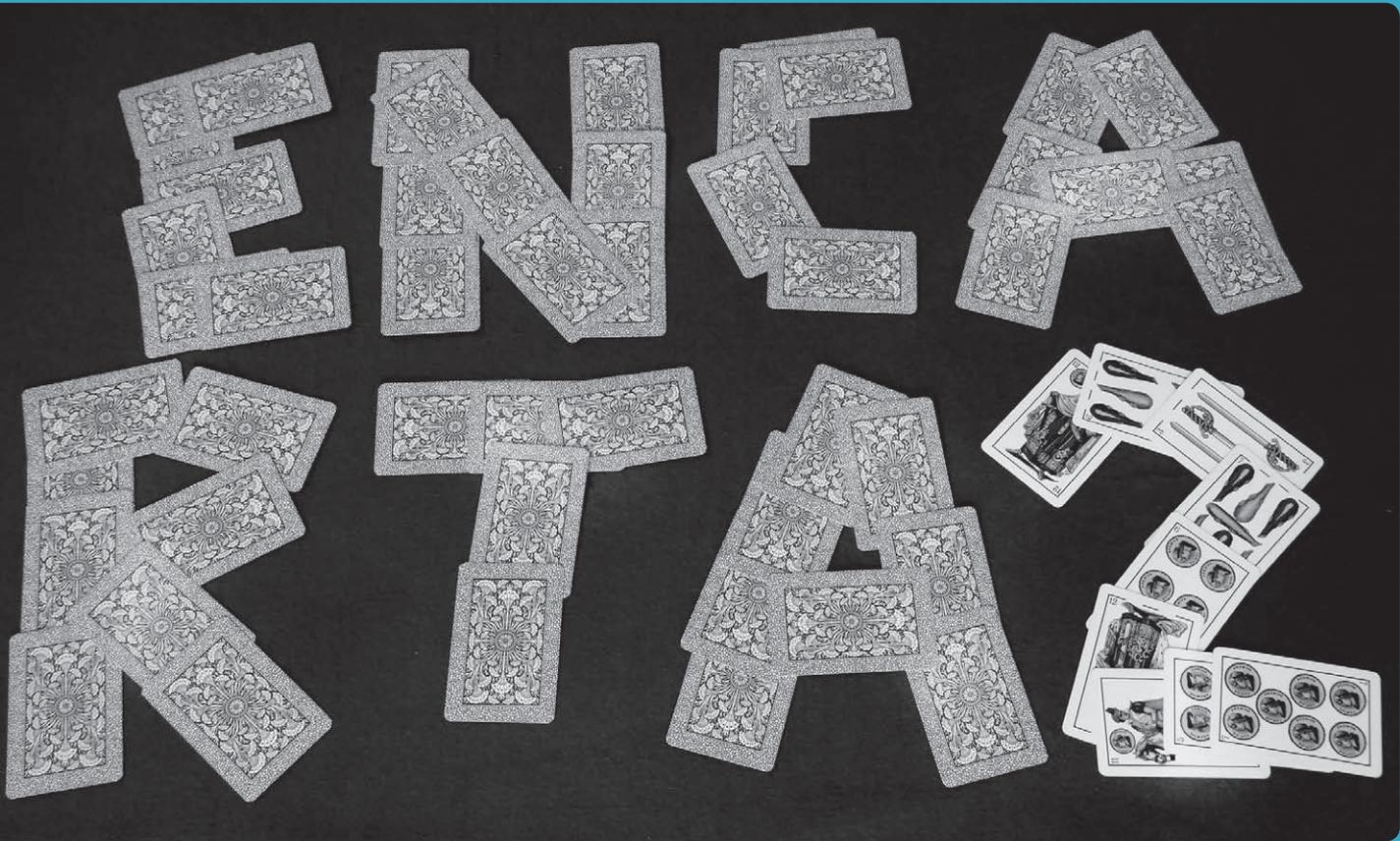


Para esta variante se van repitiendo módulos compuestos de 2 cartas apoyadas entre sí, con 2 refuerzos laterales y una última carta que hará de techo. Colocar varios módulos para intentar crear varias plantas.



Variante clásica





Encuesta

Por favor, ámate a contestar la breve encuesta que hemos preparado en nuestra página web:

www.encartados.com/encuesta

Es anónima.

Te costará responderla menos de 5 minutos.

Con la información aportada, podremos valorar el impacto que ha tenido el proyecto, la utilidad de la guía y el perfil de los usuarios (tipo de enfermedad degenerativa, edad, región de procedencia...).

Esta es la mejor forma que tienes de ayudarnos para continuar el proyecto y seguir mejorando las vidas de las personas con degeneración cognitiva.

¡Muchas gracias!

