



UNIVERSIDAD DE CHILE  
FACULTAD DE MEDICINA  
ESCUELA DE POSTGRADO

---



**“ESTRATEGIAS COMPENSATORIAS EN LA FUNCIONALIDAD DE  
LAS PERSONAS MAYORES PERTENECIENTES A LA POBLACIÓN  
CHILENA Y SU RELACIÓN CON LA RESERVA COGNITIVA Y LAS  
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO”**

**MARIA FERNANDA PAREDES ROJAS**

TESIS PARA OPTAR AL GRADO DE  
MAGISTER EN NEUROCIENCIA

Directora de Tesis: Dra. **Andrea Slachevsky Chonchol**

**2023**

## **Dedicatoria**

Para mis grandes formadores:

**Para mi mamita, fuente inagotable de  
Amor incondicional, entereza, resiliencia  
y entrega.**

**Para mi papito, ejemplo de fortaleza,  
Disciplina y perseverancia.**

**Gracias.**

## **Agradecimientos**

Para mi directora de Tesis Dra. Andrea Slachevsky, mis compañeros de laboratorio y quienes participaron de este proyecto, ayudándome desde mis inicios como el Dr. Fabrissio Grandi y la Dra. Loreto Olavarría. También a Evelyn Tabilo por su cooperación en las últimas etapas.

A la Clínica de Memoria y Neuropsiquiatría (CMYN) de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile. Y al Laboratorio de Neuropsicología y Neurociencia Clínica (LANNEC).

Al laboratorio de envejecimiento y neuropsicología de la Universidad de Washington, a la Dra. Maureen Schither-Edcombe y a Carolyn Pagan por su aporte y paciencia en las traducciones.

A la comisión evaluadora, quienes creyeron y aportaron en el desarrollo de este ambicioso proyecto.

Y por sobre todo a las personas que participaron amablemente en el presente estudio, que con este granito queremos contribuir a mejorar el futuro de las personas mayores.

A mi familia y mis amigos/as, Ana María Rojas Ramos, Claudio Paredes Marfull, Matías Paredes, Mónica Rojas, Claudio y Daniela Moreno, Gisela Ávila, David Morales, Sofia Gutiérrez, los que siempre están ahí.

Muchas gracias.

## Índice

1. Resumen.....	3
2. Abstract.....	4
3. Introducción .....	5
3.1 Funcionalidad.....	6
3.2 Estrategias de compensación.....	8
3.3 Memoria prospectiva.....	12
3.4 Reserva cognitiva.....	13
3.5 Estrategias de afrontamiento.....	15
4. Hipótesis.....	17
5. Objetivo General.....	17
6. Objetivos Específicos.....	17
7. Materiales y Método.....	18
7.1. Diseño experimental y métodos.....	18
7.1.1. Muestra.....	18
7.1.2. Criterios de inclusión y exclusión.....	18
7.1.3. Aplicación de Protocolo.....	20
7.1.3.1 Evaluación Cognitiva Global.....	21
7.1.3.2 Evaluación de Estrategias Compensatorias.....	22
7.1.3.3 Evaluación de Reserva Cognitiva.....	23
7.1.3.4 Evaluación de Estrategias de Afrontamiento.....	24
7.1.4. Adaptación cultural.....	24
7.1.5. Análisis estadístico.....	27
8. Resultados.....	27
8.1. Muestra y datos sociodemográficos.....	27
8.2. Correlaciones Cuestionario The everyday compensation Scale.....	35
8.3. Correlaciones Cuestionario Activities of daily living: Compensation Scale.....	42
8.4. Correlaciones Tares de memoria prospectiva.....	45
9. Discusión.....	47
10. Conclusión.....	50
11. Referencias bibliográficas.....	51
12. Anexos.....	60

## **1. Resumen del proyecto de tesis:**

Las estrategias de compensación (EC) en las Actividades de la vida diaria (AVD) en las personas mayores, constituyen un mecanismo de compensación del déficit en la funcionalidad, para el cumplimiento de objetivos propuestos. El conocimiento del uso de las estrategias de compensación en el envejecimiento, su asociación con factores psicosociales y neuropsicológico, es limitado.

El objetivo es describir el uso de estrategias de compensación en las actividades de la vida diaria, y su relación con la reserva cognitiva y los estilos de afrontamiento en un grupo de personas mayores cognitivamente sanas. El presente estudio posee una metodología cuantitativa exploratoria. Se utilizó una muestra no probabilística y por conveniencia de 30 personas mayores entre 65 y 85 años, con un informante confiable. Las estrategias compensatorias se evaluaron a través de cuestionarios sobre el uso de estrategias de compensación, los que previamente fueron adaptados culturalmente y una tarea de memoria prospectiva aplicada de manera remota.

El principal hallazgo del presente estudio son correlaciones medias y moderadas en distintas subescalas entre los cuestionarios de estrategias de compensación y la tarea de memoria prospectiva con las estrategias de afrontamiento y la reserva cognitiva. Principalmente la subescala de “uso de medicamento” con la reserva cognitiva en la juventud y la adultez.

En resumen, este es un estudio preliminar y se requiere más investigación para validar los resultados actuales.

Palabras Clave: Estrategias de compensación, Funcionalidad, Personas Mayores, Reserva cognitiva, Estrategias de afrontamiento y Tarea de Memoria Prospectiva.

## **2. ABSTRACT**

Compensation strategies (CE) in Activities of Daily Living (DLA) among the elderly constitutes a mechanism to compensate the deficit in the functionality, for the fulfilment of the proposed objectives. Knowledge of the use of compensation strategies in aging and its association with psychosocial and neuropsychological, factors is limited.

The objective is to discover the use of compensation strategies in activities of daily living activities, and its relationship with the cognitive reserve and the coping styles in a group of older people cognitively healthy. The present study has an exploratory quantitative methodology. It was used a non- probability and convenience sample of 30 elderly people between 65 to 85 years of age, with a reliable informant. Compensation strategies were assessed through questionnaires about the use of compensation strategies, which were previously culturally adapted and a remotely applied prospective memory task.

The main finding of the current study are medium and moderate correlations in different subscales between the compensation strategies questionnaires and the prospective memory task with coping strategies and cognitive reserve. Mainly the “medication use” subscale with cognitive reserve in youth and adulthood.

In summary, this is a preliminary study, and more research is required to validate the current results.

Key words: Compensation Strategies, Functionality, Older People, Cognitive Reserve, Coping Strategies, Prospective Memory.

### **3. Introducción**

La Organización Mundial de la Salud (2018) estima que entre 2015 y 2050, la población mundial de personas mayores de 60 años aumentará de un 12% a un 22%. En Chile el porcentaje de personas mayores (60 años en adelante) es de un 16,2% de la población total (CENSO, 2017). Es el aumento de la esperanza de vida y, por consiguiente, el aumento progresivo de la proporción de estas personas, lo que ha generado un mayor interés en entender el proceso de envejecimiento.

El envejecimiento, ha pasado de ser un fenómeno biomédico (cambios cognitivos, físicos, la salud y la funcionalidad) a incluir también un enfoque multidimensional, que incluye los factores psicosociales como la adaptación y las actividades prosociales (Urtamo et al., 2019), llamado modelo biopsicosocial. También se ha visto que para las personas mayores la funcionalidad es uno de los aspectos importantes, esta incluye la capacidad llevar cabo las actividades de la vida cotidiana (Formiga et al., 2012; Sanhueza Parra et al., 2005). Actividades que en el envejecimiento requieren estrategias para enfrentar las dificultades, como por ejemplo: el uso de lupas, audífonos, notas, teléfonos como instrumento y el apoyo en otros (Dixon & de Frias, 2007)

Para comprender las estrategias utilizadas para compensar los cambios de la funcionalidad asociados al envejecimiento, considerando además la heterogeneidad de dicho grupo, surge la importancia de comprender los elementos biopsicosociales que se le asocian (Custodio et al., 2017). Este modelo postula que los factores biológicos, psicológicos (conductas, emociones y pensamientos) y los

factores sociales desempeñan un papel importante en la enfermedad o salud de las personas.

Existen múltiples brechas de conocimiento en torno a las estrategias compensatorias utilizadas para subsanar la funcionalidad en el envejecimiento. En las próximas páginas se abordarán los aspectos teóricos más relevantes que giran en torno a este constructo teórico, así como las posibles variables relacionadas tales como: la reserva cognitiva, los estilos de afrontamiento y las características sociodemográficas.

A continuación, se describirá entonces el presente estudio.

### **3.1 Funcionalidad**

La funcionalidad se describe como la capacidad de llevar a cabo las actividades de la vida diaria (AVD). Las AVD se han dividido en función de la complejidad y el requerimiento cognitivo para llevarlas a cabo (atención, planificación, participación), en: avanzadas, instrumentales y básicas (Miralles & Ayuso, 2006). Las AVD avanzadas (a-AVD) son actividades del funcionamiento social, como, por ejemplo: planificar las vacaciones, hacer un deporte, practicar hobbies, usar la tecnología y trabajar (De Vriendt et al., 2013, 2015); las actividades Instrumentales de la vida diaria (AIDL) son más complejas que las básicas, ya que requieren mayor autonomía, implica poder tomar decisiones, la capacidad de organización, planificación y la ejecución de acciones, por ejemplo: hacer las compras, el uso del transporte público, manejo de las finanzas, manejo de medicina (Lawton & Brody, 1969). Las actividades básicas de la vida diaria (ABVD) están relacionadas



con necesidades fisiológicas básicas y de autorregulación, por ejemplo: comer, ir al baño o vestirse (Njegovan et al., 2001).

La medición de la funcionalidad o capacidad de realizar las ADL es una dimensión importante en la evaluación de los trastornos neurocognitivos (Muñoz-Neira et al., 2012; Njegovan et al., 2001). De hecho, la capacidad de autovalencia o el desempeño de las AVD son un elemento crítico para establecer el diagnóstico de demencia. La medición de la funcionalidad permite además, el diseño de planes de cuidados adaptados a las necesidades individuales de las personas mayores (Olazarán et al., 2012; Wicklund et al., 2007). En este contexto, los principales instrumentos de evaluación de las AVD se dividen en: auto reporte, la medición basada en el rendimiento de la persona y cuestionarios al informante (De Vriendt et al., 2013, 2015). Los más utilizados en la práctica clínica son los cuestionarios, los cuales suelen ser respondidos por informantes y/o las propias personas mayores. Uno de los instrumentos de medición de la funcionalidad que contempla los tres tipos de AVD es el Technology-Activities of daily living questionnaire (T-ADLQ) (Muñoz-Neira et al., 2012). Construido a partir del ADLQ (Gleichgerrcht et al., 2009), este es un cuestionario que incorpora el uso de la “tecnología de la información y la comunicación”, que ha mostrado validez y confiabilidad al permitir calcular un score de funcionalidad, además aportar riqueza informativa tanto de un informante como de la persona mayor.

La funcionalidad no es discreta, sino que se refleja mediante a un continuo que va desde la “independencia” o “autovalencia” a la “dependencia” (Katz, 1983). Se observan cambios durante el envejecimiento que no suponen necesariamente una

interferencia en las actividades cotidianas, o en la capacidad de vivir una vida independiente (Muñoz-Neira et al., 2012). En este sentido, se ha observado que las personas mayores sin deterioro cognitivo, si bien son autovalentes, muestran cierto grado de pérdida asociado a la edad. Se ha mostrado que para mantener un óptimo desempeño en las AVD durante el proceso de envejecimiento no patológico, las personas pueden seleccionar conductas que equilibren la balanza entre la pérdidas cognitivas y las funcionales asociadas a la edad (Tomaszewski Farias et al., 2018). Dichas conductas son denominadas en la literatura como “estrategias de compensación” y se describirán a continuación.

### **3.2 Estrategias de compensación**

Según la OMS (2020) el envejecimiento saludable es el “proceso de desarrollar y mantener la capacidad funcional que permite bienestar en la vejez”. Dicho proceso supone la puesta en marcha de estrategias de selección, optimización y compensación (Freund, 2008). Por lo tanto, y a partir de las prioridades e intereses personales, las personas emplean medios alternativos para mantener el nivel de funcionalidad (Cavanaugh et al., 1983a). Las Estrategias Compensatorias (EC) son un conjunto de comportamientos destinados a mitigar, o también orientados a la adaptación de las pérdidas, para los que requieren proactividad con el objetivo de minimizar la pérdida de funcionalidad (Tomaszewski Farias et al., 2018). Las EC permiten mantener la independencia funcional frente al deterioro asociado a la edad (Bäckman & Dixon, 1992; Schmitter-Edgecombe et al., 2014a). A menudo se dividen en externas (uso de tecnologías, listas, notas calendarios, el cambio de objetos de su lugar para recordar) (Krishnan & Shapiro, 1999) o internas

(mnemotecnia, concentración, imaginación, ensayar, asociación) (Bouazzaoui et al., 2010; Cavanaugh et al., 1983).

Las investigaciones en esta temática han puesto en relieve que las personas mayores usan con mayor frecuencia las EC para llevar a cabo las AVD (Dixon & de Frias, 2007). El uso de dichas estrategias se asocia a un mayor nivel de independencia en la vida diaria. De hecho, al margen del estado cognitivo (sanos, con deterioro cognitivo o demencias), todos los sujetos se beneficiaron de estas estrategias en su desempeño cotidiano (Tomaszewski Farias et al., 2018). Un estudio de Schmitter-Edgecombe y colaboradores (2014) que compararon las mismas poblaciones (sanos, con deterioro cognitivo o demencias), mostró que sujetos con deterioro cognitivo leve (DCL), presentan mayor dificultad en las habilidades de autogestión y manejo del dinero, tienden a usar EC con mayor en relación con las personas cognitivamente sanas. En cuanto al grupo de demencia, se observa que compensan menos, lo que se atribuye a que ellos no logran percibir sus déficits.

Se han creado diferentes instrumentos para medir la compensación en personas mayores. Dixon y colaboradores (2001) construyeron un cuestionario de compensación de memoria (MCQ), el cual ha aportado gran conocimiento sobre las EC. Este evalúa la frecuencia con la que personas mayores informan el uso de EC de la memoria en la vida cotidiana. Así, el instrumentoLas divide en EC externas (ej: notas, marcas en el calendario), EC internas (ej: mnemotecnias, repetición), además de considerar el tiempo que se invierte en la ejecución de la tarea (ej: lectura más lenta, el repaso), esfuerzo que pone en la tarea (ej: máxima concentración), confianza/dependencia (mide la medida en que las personas

mayores dependen de otros), éxito (grado de compromiso con un buen desempeño, ej: ¿le es importante recordar literalmente?) y cambio (grado de percepción de cambios en los últimos 5 a 10 años). Este cuestionario se ha aplicado a grandes grupos de personas mayores, edades comprendidas entre los 55 y 85 años, y ha concluido una relación positiva entre las variables: edad y las estrategias externas. Además, se ha observado que las personas cognitivamente sanas, aumentan el uso de EC externas y el esfuerzo, en comparación al grupo con deterioro cognitivo (de Frias & Dixon, 2005; Dixon et al., 2003; Dixon & de Frias, 2004).

Más recientemente se han desarrollado instrumentos para medir las EC en las diferentes AVD en personas mayores. Una propuesta para la medición de las EC las AVD es de Schmitter-Edgecombe (2014) cuestionario Activities of daily living: compensation scale (IADL-C), desarrollado para detectar déficits funcionales y observar la presencia de EC, cuya aplicación es tanto en la persona mayor como en un informante. Compuesto por 27 ítems, distribuidos en cuatro factores que implican las AVD-I: *“habilidades de autogestión y dinero”*, *“habilidades para la vida y el hogar”*, *“habilidades de memoria de viajes y eventos”* y *“habilidades sociales”*. Se presentan enunciados en los cuales a través de una escala Likert se evalúa la dependencia/independencia y el grado de asistencia o ayuda para llevar a cabo la AVD, donde en sus extremos son: 1 (es independiente sin ayuda); 9 (ya no puede completar la actividad).

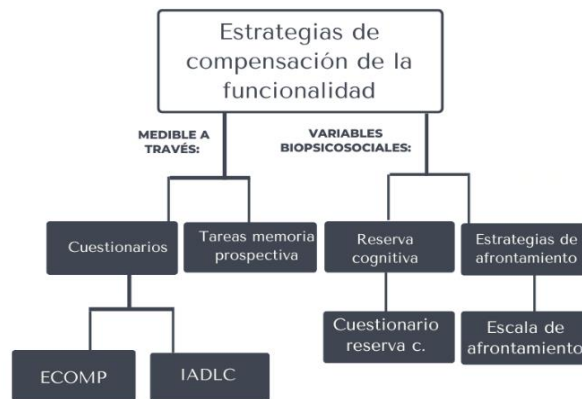
Otra iniciativa de medición de este constructo lo realizan Tomaszewski Farias y colaboradores (2020) actualización de un cuestionario creado el 2018 (Tomaszewski Farias et al., 2018), The everyday compensation (EComp),

cuestionario para el informante y el participante, ha sido diseñado para medir las estrategias compensatorias en las actividades instrumentales de la vida. Contempla 41 ítems que evalúan EC en dichas actividades, están pueden ser: externos/ambientales, organización/planificación, rutina/ simplificación (ej.: incorporación en la rutina diaria de elementos que permitan recordar) y aumento del tiempo/esfuerzo (ej.: repasar). Este cuestionario, cuya escala Likert permite evaluar la frecuencia con que el participante utiliza diversas EC para ayudarle a completar actividades relacionadas con la gestión de citas, compras, cocina, gestión de finanzas, uso de transporte y administración de medicamentos.

Es relevante entonces, teniendo en cuenta la importancia de las EC en las AVD mencionar que ambos cuestionarios no están traducidos al español. Su adaptación sería de gran utilidad ya que permitirá en el contexto chileno, ampliar la comprensión del impacto de las EC en la funcionalidad de las personas mayores.

Otra forma de medir estas EC, es durante la realización de tareas que nos permitan observar dichas estrategias. Existen tareas en las cuales se solicita recordar una planificación y utilizarla en el futuro, una capacidad que ha sido denominada memoria prospectiva y que describiremos a continuación.

**Figura 1: Referencia de variables**



### 3.3 Memoria prospectiva

La memoria prospectiva (MP) es la capacidad de recordar una intención planificada en un momento y utilizarla en el futuro (Krishnan & Shapiro, 1999). Se describen dos tareas principales para examinar la memoria prospectiva, las que pueden ser basadas en el tiempo y en el evento (Grandi & Tirapu Ustárroz, 2017). Las primeras dicen relación con recordar en un momento temporal (ej: recordar una cita con el odontólogo a las 9:00 am), mientras que, las tareas basadas en el evento permiten recordar una intención en el futuro, dada una señal o evento específico (ej: recordar pasar al supermercado, cuando se acabe la azúcar) (Conte & McBride, 2018).

Los estudios para evaluar MP se pueden efectuar en contexto de laboratorio (Schryer & Ross, 2013) y en un contexto más ecológico (Cavanaugh et al., 1983). Esto último cobra vital importancia, ya que, en algunos casos, las personas mayores recuerdan mejor que los jóvenes, cuando la tarea tiene lugar en la vida

cotidiana, fenómeno conocido como la “paradoja del envejecimiento” (Cavanaugh et al., 1983b; Henry et al., 2012).

Actualmente existe escasa literatura científica que relacione las EC durante tareas de MP. Las EC se sostienen como una forma de ampliar el conocimiento de este fenómeno a través de la observación en tareas de memoria prospectiva, además de los resultados de los cuestionarios de las EC.

Persisten importantes brechas de conocimiento en relación con los factores asociados al uso o no de EC. Su uso se ha asociado principalmente a la edad, nivel educacional, género y grado de deterioro cognitivo. Pero, no se ha estudiado si el uso de EC en MP y ADL en el envejecimiento se asocia a otros factores biopsicosociales (Schmitter-Edgecombe et al., 2014a; Tomaszewski Farias et al., 2018). Entre los cuales se considerará la reserva cognitiva y de afrontamiento, para saber la incidencia que tienen estas variables en las EC de las AVD.

### **3.4 Reserva cognitiva**

La reserva cognitiva (RC) se describe como la capacidad del cerebro de hacer frente al deterioro cognitivo, por el envejecimiento o por un daño cerebral (Barulli & Stern, 2013a; Colangeli et al., 2016; Stern, 2009). Este concepto se diferencia de la reserva cerebral; que es una reserva más bien pasiva, asociada al tamaño cerebral, etc. por el contrario el concepto de reserva cognitiva, es un modelo de reserva activa, que sugiere que el cerebro hace frente al daño mediante recursos previos o mediante procesos de compensación (Colangeli et al., 2016; Stern, 2002a). Esta se ve influenciada por la estimulación cognitiva a lo largo de la vida, la cual podría transformarse en un factor protector (Stern, 2009). La diferencia

radica principalmente que la RC no pueden medirse directamente, más bien se define en términos funcionales, como; la escolaridad, nivel ocupacional, CI, bilingüismo, estilo de vida (Reynoso-Alcántara et al., 2018), que involucra factores personales del individuo, participación en actividades sociales, el empleo, actividades de ocio, desafíos cognitivos a lo largo de la vida, etc. (León Estrada et al., 2011; Mayordomo et al., 2015; Stern, 2009).

Se ha observado que, las personas mayores con alta RC, independiente de su estado cognitivo, puntúan mejor en las evaluaciones neuropsicológicas, la explicación de este fenómeno radica en que una elevada RC implicaría un uso más eficaz de estrategias cognitivas (Barulli & Stern, 2013a, 2013a; Stern, 2009). Es por ello que se considera la RC como una herramienta posible en intervención en cuanto a la prevención de las demencias (Barulli & Stern, 2013b).

Existen diversas formas de medir la RC en la vejez, León Estrada et al. (2011), como un cuestionario que evalúa el desarrollo de la RC durante la vida, y que incluye las actividades cognitivamente estimulantes (como: asistencia a cursos, manejo de otro idioma, uso de tecnologías, participación en asunto económicos y tareas domésticas, leer, viajar, tocar instrumentos musicales, entre otros), permite la comparación de distintos sujetos y al mismo individuo a lo largo de su ciclo vital en tres etapas Juventud (18 a 35 años), adultez (36 a 64 años) y madurez (65 en adelante). Los resultados de su aplicación mostraron que cuando los años de educación son superiores a 8, existe una relación positiva con la reserva cognitiva (León et al., 2015).



Como ya se ha mencionado con anterioridad no se conoce si la RC se asocia con el uso de estrategias de compensación de la funcionalidad en las personas mayores. A continuación, se profundizará en el concepto de afrontamiento como otro factor biopsicosocial que podría relacionarse con el uso de EC en el envejecimiento.

### **3.5 Estrategias de afrontamiento**

La literatura ha definido el envejecimiento exitoso, en términos de la integración dinámica entre nuevas metas (objetivos) personales y la adecuación de ellos al contexto (resignificar lo que no se puede modificar) (Brandtstädter, 2009). Estas maneras de afrontar deben ser lo suficientemente estables para mantener el foco en la meta y lo suficientemente flexibles para ajustarse a las circunstancias (Brandtstädter & Rothermund, 2002).

Lazarus y Folkman (1986) definen los estilos de afrontamiento como esfuerzos cognitivos, emocionales y conductuales, en constante cambio, utilizados para manejar demandas externas o internas. Estos recursos incluyen diferencias individuales relativamente estables, como el optimismo, el sentido de control frente a las circunstancias, autoestima y apoyo social (Lazarus & Launier, 1978). Brandtstädter, en 1989, define dos formas de afrontar las circunstancias en las personas mayores, estas son la asimilación y acomodación (Brandtstädter & Rothermund, 2002). La asimilación es el esfuerzo, la acción intencional para modificar las circunstancias, por ejemplo, adquirir conocimientos, cambiar hábitos, etc. La acomodación es acotar los mecanismos y procesos ajustándose a los

recursos disponibles, por ejemplo, deconstruir una meta y ajustarla a la situación real, cambiando las aspiraciones o metas.

Cabe entonces preguntarse si las personas mayores que utilizan estrategias de afrontamiento más eficientes o con mayor frecuencia (mecanismos de acomodación y asimilación) comprendida como la forma en que los individuos hacen frente a los cambios, se vinculan positivamente en el uso EC de las ADL.

En función de lo expuesto en este marco teórico, cobra relevancia describir las EC en la funcionalidad de las personas mayores pertenecientes a la población chilena, identificando también su relación con la reserva cognitiva y con las estrategias de afrontamiento, como variables individuales.

## **Hipótesis:**

El uso de estrategias de compensación en las actividades de la vida diaria de personas mayores cognitivamente sanas se asocia positivamente con la reserva cognitiva y las estrategias de afrontamiento.

## **Objetivos:**

### **Objetivo General**

Describir la relación de las estrategias de compensación en actividades de la vida diaria con la reserva cognitiva y las estrategias de afrontamiento, en un grupo de personas mayores cognitivamente sanas, a través de cuestionarios sobre el uso de estrategias de compensación y una tarea de memoria prospectiva aplicada de manera remota.

### **Objetivos Específicos**

- 1.- Adaptar los cuestionarios Instrumental activities of daily living: compensation scale (IADL-C) y The Everyday Compensation (EComp), en un grupo de personas mayores cognitivamente sanas de la población chilena.
- 2.- Evaluar el uso de estrategias de compensación mediante: los cuestionarios Instrumental Activities of daily living: compensation scale (IADL-C) y cuestionarios The everyday compensation (EComp), y una tarea de memoria prospectiva, en un grupo de personas mayores cognitivamente sana de la población chilena.
- 3.-Estudiar la asociación entre el uso de estrategias de compensación y la reserva cognitiva, mediante al cuestionario de Reserva cognitiva.
- 4.- Estudiar la asociación entre el uso de estrategias de compensación y las estrategias de afrontamiento, mediante al Cuestionario de Estilos de Afrontamiento en personas mayores.

## **7. Materiales y método**

### **7.1. Diseños experimental y métodos**

Se reunió una muestra no probabilística y por conveniencia de 30 participantes de diferentes regiones de Chile (región Metropolitana, región de Valparaíso, región del Bio-bio, región de Coquimbo, región de los Ríos). El tamaño muestral, fue intencionado con tal de que los participantes representen las distintas variables de interés (García-García et al., 2013). El tamaño muestral, por su parte, se definió de acuerdo con las recomendaciones para un estudio piloto (Viechtbauer et al., 2015). Para demostrar preliminarmente la hipótesis de estudio se definió un intervalo de confianza del 95% y un error del 10%, lo que aplicado a la prueba de correlación implica una muestra de al menos 29 individuos. El estudio es de tipo cuantitativo, correlacional y de diseño transversal.

Diseño del estudio se realizó en colaboración con el Laboratorio de Neuropsicología y Envejecimiento de la Washington State University, dirigido por PhD. Maureen Schmitter-Edgecombe. Requirió de reuniones semanales de ambos equipos para la planificación de las pruebas y tareas. En este contexto se elaboró y practicó el protocolo final, el cual fue utilizado en el presente estudio (Anexo 1).

Los participantes fueron seleccionados en base a los siguientes criterios:

#### Criterios de inclusión:

- 1) Tener entre 65 y 85 años
- 2) Ser hispanohablante
- 3) Al menos 6 años de escolaridad
- 4) Ausencia de consulta por queja cognitiva

- 5) Ausencia de consulta por queja de memoria
- 6) Manejar el uso de computador
- 7) Contar con un informante confiable.

Criterios de exclusión:

- 1) Dificultades sensoriales graves
- 2) Trastornos neurológicos, psiquiátricos y/o médicos, previamente diagnosticadas
- 3) TYM-S versión chilena > 43.93
- 4) GDS  $\leq$  4.

Los participantes fueron reclutados mediante un afiche (Anexo 2), este fue perfeccionado bajo orientación de expertos en envejecimiento y neuropsicología. En un inicio la búsqueda de participante se llevó principalmente en lugares de interés como Cajas de compensación, iglesias y juntas de vecinos. Al principio se contempló únicamente las regiones de Bio-bio y Metropolitana, pero frente a la dificultad de encontrar el total de participantes, además tras la encontrar la investigación una buena acogida en otras regiones del país, debió ampliarse.

Todos los participantes e informantes leyeron y firmaron un consentimiento informado aprobado por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile (Anexo 3).

### **7.1.3 Aplicación del Protocolo**

La aplicación de protocolo se dividió en tres sesiones a través de video conferencia con aplicaciones que permitieron la evaluación remota (Google meet y zoom). No se consideró como sesión el contacto previo (usualmente telefónico) con los participantes en donde se explicó los objetivos, alcances, riesgos, etc. Además, se entregó una copia del consentimiento informado vía correo electrónico.

Previo a la primera sesión se envió a los participantes la carpeta con los cuestionarios Instrumental activities of daily living: Compensation Scale (IADL-C), The Everyday Compensation (EComp), Cuestionario de Reserva cognitiva, el cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en personas mayores, tanto para el participante como para el informante. Además, la prueba de memoria TYM-S, T-ADLQ.

#### **Primera sesión**

En la primera sesión, se recaba información sociodemográfica y se aplica el GDS-15. Además, consistente con el protocolo co-creado con el Laboratorio de Neuropsicología y Envejecimiento de la Washington State University, se aplicó test neuropsicológicos, con el fin de generar un ambiente de evaluación. En esta sesión se utilizó span de dígitos directos e inversos y fluencias verbales.

Finalmente se entregó la instrucción de ambas tareas de memoria prospectiva, llamadas: tarea de llamada al encargado del estudio y lista de actividad física (Anexo 4).

## Segunda sesión

La prueba neurocognitiva utilizada para esta sesión fue el test de acentuación. Luego, se solicitó al participante que se pusiera de pie, camine diez pasos de ida y retorno a la visión de la pantalla, señal previamente acordada para entregar la lista de actividad física.

Se evaluó la calidad de las estrategias de compensación utilizadas por las personas mayores en las dos tareas de memoria prospectiva.

### **Evaluación cognitiva global:**

- *Test Your Memory- Spanish* (Hancock & Larner, 2011): El TYM es una prueba de screening cognitivo global autoadministrada, la cual ha sido adaptada a población chilena (Muñoz-Neira et al., 2014), que entrega un índice cognitivo global, incluye dominios de: orientación, copia, memoria semántica, cálculo, fluencia verbal, abstracción, habilidades visuoespaciales, memoria anterógrada, función ejecutiva. Puede usarse como una prueba cognitiva de cribado en sujetos con 4 o más años de instrucción formal. Su puntaje máximo es de 50 puntos, el cual refleja un adecuado funcionamiento cognitivo, el cual refleja un adecuado funcionamiento cognitivo.

### **Evaluación de depresión:**

- Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (*GDS-15*) (Martínez de la Iglesia et al., 2002): *el GDS* es una escala creada para evaluar sintomatología depresiva, adaptada al español. Costa de 15 preguntas sobre el estado de

ánimo la última semana, que se deben contestar con “sí” o “no” y en el orden indicado. Cada respuesta tiene asignado un puntaje (0 o 1). Entre 0 – 4 puntos se consideran normal, mientras mayor el puntaje, mayor presencia de síntomas depresivos.

### **Evaluación de las estrategias compensatorias:**

- *Instrumental activities of daily living (IADL)* (Schmitter-Edgecombe et al., 2014b):

Este cuestionario captura las estrategias compensatorias para las actividades instrumentales de la vida diaria. IADL-C consta de 27 ítems, con cuatro subescalas: dominio autogestión (organización financiera, planificación de las compras, etc.), vida diaria en el hogar (selección adecuada de la vestimenta, realizar actividades de aseo en el hogar, etc.), memoria de viajes y eventos (viajes a lugares conocidos y sin perderse, seguir un mapa, etc.) y habilidades sociales (participación en actividades comunitarias, comportamiento adecuado, etc.).

- *The Everyday Compensation (EComp) Questionnaire* (Tomaszewski Farias et al., 2020): Es un cuestionario para informantes y participantes, diseñado para medir estrategias compensatorias basadas en la cognición que apoyan tanto la memoria diaria como la función ejecutiva en el contexto de completar actividades instrumentales de la vida diaria. Incluye 41 enunciados, distribuidos en seis áreas generales: 8 ítems relacionado a la gestión de citas, 6 ítems vinculado a las compras, 7 vinculado a la cocina y uso de esta, 7 elementos



sobre finanza, 8 sobre uso de transporte y 5 sobre la gestión de medicamentos. Mayor puntaje implica mayor uso de estrategias compensatorias en las actividades de la vida diaria.

- *Tareas de memoria prospectiva:* Para la observación de las EC en la funcionalidad de las personas mayores, se realizarán dos tareas de memoria prospectiva.

La primera, requiere que el participante llame en una hora y fecha acordada al encargado del estudio. La segunda implica hacer una lista de actividad física para mostrársela al encargado luego de una señal (solicitud de caminar) en la tercera sesión.

### **Evaluación de Reserva Cognitiva**

- *Cuestionario de Reserva cognitiva* (León Estrada et al., 2011):

Su objetivo es estimar cuantitativamente de la reserva cognitiva, basada en el registro en la frecuencia que las personas mayores realizan acciones cognitivamente estimulantes. Consta de 24 ítems, cada uno contempla una mirada desde la juventud, adultez y madurez. Escala tipo-Likert (5 opciones), donde 0 es nunca y 4, es tres veces o más a la semana, siempre que le surja la oportunidad. Posee una puntuación por cada etapa de la vida (puntaje máximo 96 puntos), además de puntajes por subescalas.

## **Evaluación de estrategias de afrontamiento**

- *Cuestionario de Estilos de Afrontamiento en personas mayores:* (Rothermund & Brandstädter, 2003).

Su objetivo es evaluar los estilos de afrontamiento en distintas experiencias que las personas enfrentan en su vida. Contiene 12 ítems en una escala Likert (5 opciones) en las cuales se exponen enunciados que describen distintas experiencias que se pueden enfrentar las personas en su vida, de los cuales 6 preguntas son de acomodación y seis de asimilación. Cada escala tiene un puntaje mínimo de 6 y un máximo de 30. Esta escala ha sido adaptada y validada en Chile en contexto de cohorte Gero.

### **7.1.4. Adaptación cultural:**

Existen diversos pasos descritos en la literatura para traducir y adaptar un cuestionario a una cultura específica (Alexandre & Guirardello, 2002; Beaton et al., 2000; Ramada-Rodilla et al., 2013). En general incluyen: traducción simple (del idioma de origen al idioma de destino), retro-traducción (una vez traducido se lleva nuevamente al idioma de origen), contar con usuarios potenciales (que brinden comentarios de la traducción y comprensión de los enunciados), recomendaciones de expertos (comisión que revisa las traducciones e informes paso a paso), revisiones basadas en comentarios paso a paso, participación de autores originales y el estudio piloto. De dichos pasos individuales no se espera que se realicen todos en su conjunto, sino más bien elegir los pasos más adecuados de cara al presente estudio (Alexandre & Guirardello, 2002; Beaton et al., 2000; Guillemin et al., 1993; Ramada-Rodilla et al.,

2013) considerando diversos estudios previos en los que se llevó a cabo la adaptación cultural de cuestionarios (Mirza et al., 2017).

Dado que los procesos de adaptación cultural son diversos y ampliamente descritos en la literatura científica, para este proyecto se utilizó la traducción simple, la retro traducción, comisión de expertos y estudio piloto.

Se requiere aclarar que la reto traducción, ha sido cuestionada su utilidad real en el proceso de adaptación, pero para este proyecto ha de considerarse ya que se cuenta con la participación de una de las autoras de los cuestionarios.

- a) Traducción simple: 2 traductores independientes calificados, cuya lengua materna es el español, tradujeron ambos cuestionarios EComp y IADL-C. De ambas traducciones por documento, se sintetizaron en un documento por cuestionario (Anexo 5).
  
- b) Comité de expertos: Constó de tres personas expertas en envejecimiento y neuropsicología que revisaron las traducciones. Cada uno de forma independiente revisó los dos cuestionarios en archivos Google drive, he hicieron comentarios respecto a la traducción misma (Anexo 6) y la redacción del contenido. Todos los participantes del comité de expertos tuvieron acceso al documento original y al documento traducido. Según dichos comentarios se generaron los cambios correspondientes y se generó un documento final (Anexo 7).

**Tabla: Comité de expertos**

(1) Daniela Thumala PhD, profesora asociada al Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales en la Universidad de Chile, Investigadora en el Centro de Gerociencia, Salud Mental y Metabolismo (Gero).

(2) Fabrissio Grandi PhD, profesor de la escuela de psicología Universidad de los Andes, Investigador en la Universidad de Chile Centro de Gerociencia, Salud Mental y Metabolismo (Gero).

(3) Lorena Paz Berenguer, terapeuta ocupacional, Unidad de Memoria del Hospital del Salvador.

- c) Retro traducción: 2 traductores independientes, calificados, cuya lengua materna es el español, tradujeron ambos documentos EComp y IADL-C del español al inglés. De ambas traducciones por documento, fueron sintetizados en un documento por cuestionario (Anexo 8). Este fue revisado por la autora y su equipo.

Resultando en un documento final por cuestionario, tanto el dirigido al participante como al informante.

También se adaptaron, utilizando únicamente una traducción simple de las tareas de memoria denominadas: “llamada al encargado del estudio” y “lista de actividad física”, que son parte del protocolo de evaluación neuropsicológica del

Laboratorio de Neuropsicología y Envejecimiento de la Washington State University  
(Anexo 9).

#### **7.1.5. Análisis estadísticos:**

Las variables fueron calculadas y analizadas con en el programa IBM SPSS v26. Primero se realizó un análisis con la prueba Shapiro-Wilk, para evaluar si las variables utilizadas son paramétricas o no paramétricas, según el caso se utilizó la prueba Pearson o Spearman respectivamente.

Se realizó un análisis descriptivo de todas las variables, tanto los datos sociodemográficos, criterios de inclusión TYM-S, GDS-15, puntajes del EComp, I-ADLC y tareas de memoria, además, la escala de reserva cognitiva y el cuestionario de estrategias de afrontamiento. Se utilizó un nivel de significancia  $p < 0,05$ .

Para analizar la relación entre las distintas variables asociadas al EComp informante, participante y la Tarea de memoria se utilizó un análisis de correlación de Pearson. Por otra parte, la variable IADL-C, se utilizó un análisis de coeficiente de correlación de Spearman.

## **8. Resultados**

### **8.1. Muestra y datos sociodemográficos**

La muestra está compuesta por un grupo de personas mayores cognitivamente sanas ( $N = 30$ ), el grupo está constituido por 18 mujeres (60%) y 13 hombres (40%), con una edad promedio de  $71,97 \pm 4,414$  y una escolaridad de  $18,70 \pm 6,215$ . El TYM-

S promedió  $48,67 \pm 1,863$  y GDS-15  $1,37 \pm 1,245$ . Por último, el T-ADLQ mostró un declive máximo, tanto en el cuestionario del participante como del informante de un 25,6%.

<b>Tabla 1: Datos sociodemográficos</b>				
	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>
<b>Edad</b>	$71,97 \pm 4,41$	66	83	17
<b>Género</b>				
<b>Mujeres</b>	18 (60%)			
<b>Hombres</b>	12 (40%)			
<b>Escolaridad</b>	$18,70 \pm 6,21$	6	30	24
<b>TYM-S</b>	$48,67 \pm 1,86$	44	50	6
<b>GDS-15</b>	$1,37 \pm 1,25$	0	4	4

Datos presentados: Media  $\pm$  DE (mín-máx).

TYM-S: Test your memory- Spanish, GDS-15: Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage.

En la tabla 2, se observa que en cuanto sus estrategias de afrontamiento, los participantes mostraron para las estrategias de asimilación una media de  $13,47 \pm 1,925$ . Por su parte las estrategias de acomodación obtuvieron una media de  $18,97 \pm 2,697$ .

<b>Tabla 2: Estrategias de afrontamiento</b>				
	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>
<b>Asimilación</b>	13,47 ± 1,925	9	16	7
<b>Acomodación</b>	18,97 ± 2,697	12	23	11
<b>TOTAL</b>	32,43 ± 3,683	26	38	12

**Datos presentados: Media ± DE (mín-máx).**

En la tabla 3 se observan los puntajes de la escala de reserva cognitiva, en donde la media de la reserva cognitiva total en la juventud es de  $55,60 \pm 16,652$  y cuyas subescalas, actividades de la vida diaria ( $13,07 \pm 3,237$ ), formación - información ( $9,87 \pm 3,481$ ), hobbies - aficiones ( $24,93 \pm 10,228$ ), vida social ( $7,63 \pm 2,871$ ). En la adultez se observa una media de  $58,80 \pm 15,564$ , actividades de la vida diaria ( $13,90 \pm 2,264$ ), formación- información ( $10,53 \pm 3,411$ ), hobbies - aficiones ( $26,33 \pm 10,118$ ), vida social ( $8,03 \pm 2,684$ ). Finalmente, en la madurez la media total es de  $55,63 \pm 14,604$ , actividades de la vida diaria ( $13,90 \pm 2,354$ ), formación- información ( $9,73 \pm 3,237$ ), hobbies - aficiones ( $24,53 \pm 10,099$ ), vida social ( $7,47 \pm 2,751$ ).

<b>Tabla 3: Escala de Reserva cognitiva</b>				
<b>Reserva Cognitiva</b>	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>
<b>Juventud:</b>				
Vida diaria	13,07 ± 3,24	6	16	10
Formación	9,87 ± 3,48	0	16	16
Hobbies	24,93 ± 10,23	5	47	42
Vida social	7,63 ± 2,87	2	12	10
Juventud total	55,60 ± 16,65	23	89	66
<b>Adultez:</b>				
Vida diaria	13,90 ± 2,26	9	16	7
Formación	10,53 ± 3,41	5	16	11
Hobbies	26,33 ± 10,12	10	49	39
Vida social	8,03 ± 2,68	2	12	10
Adultez total	58,80 ± 15,56	34	93	59
<b>Madurez:</b>				
Vida diaria	13,90 ± 2,35	8	16	8
Formación	9,73 ± 3,23	5	16	11
Hobbies	24,53 ± 10,10	8	48	40
Vida social	7,47 ± 2,75	3	12	9
Madurez total	55,63 ± 14,60	35	90	55

**Datos presentados: Media ± DE (mín-máx).**

Respecto a la tabla 4, se aprecia en el cuestionario EComp participante un puntaje total  $1,79 \pm 0,780$ . También se observa un mayor uso de estrategias compensatorias en la subescala citas ( $2,05 \pm 1,031$ ) y transporte ( $2,02 \pm 1,246$ ). En cuanto a la subescala de factor de independencia ( $0,14 \pm 0,211$ ) se observa que los participantes hacen por sí mismo la mayoría de las AVD evaluadas. También se observan bajos puntajes en la subescala de petición de ayuda a otros ( $0,68 \pm 0,672$ ) y en la subescala de uso de asistencia en la tecnología ( $0,90 \pm 1,213$ ).



<b>Tabla 4: EComp participante</b>				
	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>
<b>Citas</b>	2,05 ± 1,03	2,05	4	1,031
<b>Compras</b>	1,76 ± 1,28	1,76	4	1,282
<b>Cocina</b>	1,68 ± 0,79	1,68	3	0,787
<b>Finanzas</b>	1,85 ± 1,13	1,85	4	1,129
<b>Transporte</b>	2,02 ± 1,25	2,02	4	1,246
<b>Medicamentos</b>	1,55 ± 0,97	1,55	3	0,969
<b>TOTAL</b>	<b>1,79 ± 0,78</b>	1,79	<b>3</b>	<b>0,780</b>
<b>Factor de ayuda</b>	0,68 ± 0,67	0,68	2	0,672
<b>Factor independencia</b>	0,14 ± 0,21	0,14	1	0,211
<b>Factor visibilidad</b>	1,59 ± 0,91	1,59	3	0,907
<b>Asistencia tecnología</b>	0,90 ± 1,21	0,90	5	1,213
<b>Complejidad cocina</b>	1,33 ± 0,84	1,33	4	0,844

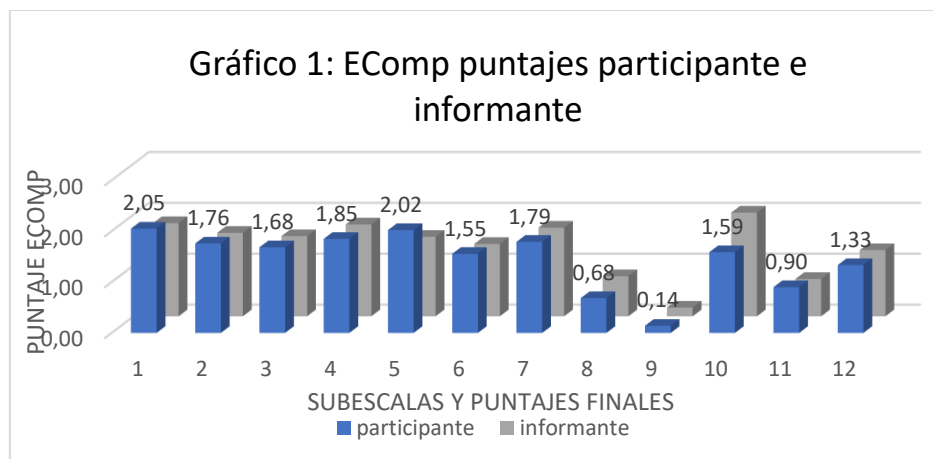
**Datos presentados: Media ± DE (mín-máx).**

En la tabla 5, se muestran los puntajes objetivos en el cuestionario EComp del informante, cuya media del puntaje total es  $1,74 \pm 0,757$ . El mayor puntaje obtenido es en la subescala de visibilidad ( $2,04 \pm 0,759$ ). El puntaje más bajo, es la subescala de factor de independencia ( $0,17 \pm 0,226$ ), subescala de uso de asistencia en la tecnología ( $0,73 \pm 0,868$ ) y subescala de solicitud de ayuda a otros ( $0,79 \pm 0,643$ ).

<b>Tabla 5: EComp informante</b>				
	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>
<b>Citas</b>	1,83 ± 1,01	0	4	4
<b>Compras</b>	1,64 ± 1,13	0	4	4
<b>Cocina</b>	1,58 ± 0,72	0	3	3
<b>Finanzas</b>	1,80 ± 1,08	0	4	4
<b>Trasporte</b>	1,56 ± 0,87	0	3	3
<b>Medicamentos</b>	1,42 ± 0,99	0	3	3
<b>TOTAL</b>	1,74 ± 0,76	0	4	3
<b>Factor de ayuda</b>	0,79 ± 0,64	0	2	2
<b>Factor independencia</b>	0,17 ± 0,23	0	1	1
<b>Factor visibilidad</b>	2,04 ± 0,76	1	3	2
<b>Asistencia tecnología</b>	0,73 ± 0,87	0	3	3
<b>Complejidad cocina</b>	1,30 ± 0,84	1	4	3

Datos presentados: Media ± DE (mín-máx).

Al sobreponer los puntajes obtenidos tanto del cuestionario del participante como el del informante en (gráfico 1) se observa que sus medias son semejantes en la mayoría de los puntajes. En cuanto a la subescala de visibilidad en la escala suplementaria, se observa una leve discrepancia entre lo referido por el informante (2,04 ± 0,759) y el participante (1,59 ± 0,907).



**En el eje X se muestran los puntajes totales. En el eje Y se muestran las sub-escalas del cuestionario EComp del informante y participante.**

La tabla 6 muestra los puntajes del cuestionario IADL-C del participante, cuyo puntaje total del cuestionario es  $1,19 \pm 0,264$ , que implica que los participantes hacen de manera independiente y sin ayuda las AVD evaluadas en dicho cuestionario.

**Tabla 6: IADL-C participante**

	Media	Mínimo	Máximo	Rango
<b>Dinero</b>	$1,22 \pm 0,27$	1	2	1
<b>Habilidades vida diaria</b>	$1,07 \pm 0,45$	1	3	3
<b>Memoria Viajes</b>	$1,28 \pm 0,59$	1	3	3
<b>Habilidades sociales</b>	$1,19 \pm 0,59$	1	3	3
<b>TOTAL</b>	$1,19 \pm 0,26$	1	2	1

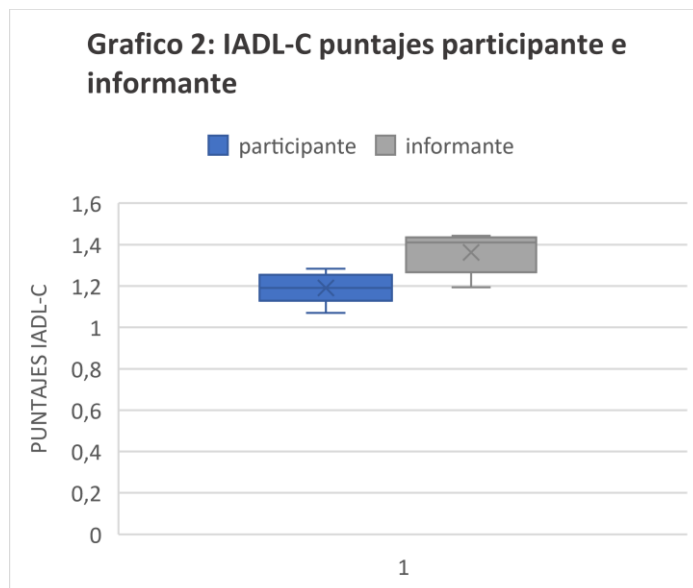
Datos presentados: Media  $\pm$  DE (mín-máx).

Con respecto al cuestionario IADL-C del informante, su puntaje total de la prueba es ( $1,34 \pm 0,571$ ), reflejando que, a su visión, los participantes llevan a cabo de forma independiente las AIVD reflejadas en el cuestionario.

Tabla 7: IADL-C informante				
	Media	Mínimo	Máximo	Rango
<b>Dinero</b>	1,41 ± 0,56	1	4	3
<b>Habilidades vida diaria</b>	1,19 ± 0,50	1	3	3
<b>Memoria Viajes</b>	1,44 ± 0,77	1	3	2
<b>Habilidades sociales</b>	1,43 ± 1,73	1	10	9
<b>TOTAL</b>	1,34 ± 0,57	1	4	3

Datos presentados: Mediana ± DE (mín-máx).

Al comparar los puntajes obtenidos tanto del cuestionario del participante como del informante (gráfico 2) se observa que sus medias son semejantes, ya que ambos puntajes implican que el participante hace por sí mismo las AIVD.



En el eje X se observa los puntajes IADL-C. Eje Y se muestran los puntajes de los participantes e informante.

En las tareas de memoria se observó una presión total de  $16,10 \pm 1,971$ , en un máximo de 18 puntos. Se alcanzó una mayor puntuación en la tarea de memoria prospectiva de la actividad física ( $5,50 \pm 1,009$ ) que en la tarea de memoria prospectiva de llamada al encargado del estudio ( $5,33 \pm 0,884$ ).

**Tabla 8: Calidad de tarea de memoria**

	<b>Media</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>
<b>Calidad previa</b>	$9,93 \pm 0,37$	8	10	2
<b>Precisión llamada</b>	$3,33 \pm 0,67$	2	4	2
<b>Precisión actividad física</b>	$3,50 \pm 0,51$	2	4	2
<b>Precisión TMP</b>	$16,10 \pm 1,97$	11	18	7

Datos presentados: Media  $\pm$  DE (mín-máx).

## **8.2 Correlaciones The Everyday Compensation (EComp) con variables Biopsicosociales.**

Al correlacional el EComp del informante con el cuestionario de reserva cognitiva (Tabla 10) se observaron correlaciones medias y positivas, entre las variables: EComp subescala uso de medicamentos con la escala de reserva cognitiva, formación en la juventud  $r(28) = .449, p = .015$ , la reserva cognitiva vida social en la juventud  $r(28) = .406, p = .029$ , y con la reserva cognitiva total en la adultez  $r(28) = .446, p = .015$ .

Se observa una relación moderada entre el EComp uso de medicamentos y la reserva cognitiva hobbies en la juventud  $r(28)=.518, p=.004$  (grafico 1) , con el puntaje total en la juventud  $r(28)=.556, p=.002$ , esta siendo la correlación más alta del presente estudio (grafico 2) y con la formación en la adultez  $r(28)=.508, p=.005$  (grafico 3)

**Tabla 10: Correlación EComp Informante y Escala de reserva cognitiva.**

Reserva Cognitiva	Finanzas		Transporte		Medicamentos		EComptotal	
	r	p	r	p	r	p	r	p
<b>Juventud:</b>								
Vida diaria	-0,183	0,351	-0,184	0,400	0,077	0,693	-0,108	0,571
Formación	0,203	0,301	-0,104	0,636	0,449 *	0,015	0,226	0,229
Hobbies	0,178	0,363	-0,098	0,658	0,518 **	0,004	0,028	0,883
Vida Social	-0,140	0,476	0,147	0,503	0,406 *	0,029	0,033	0,861
Juventud total	0,132	0,505	-0,062	0,780	0,556 **	0,002	0,087	0,649
<b>Adultez:</b>								
Vida diaria	-0,166	0,399	0,055	0,804	0,034	0,862	-0,064	0,736
Formación	0,315	0,103	0,100	0,650	0,508 **	0,005	0,317	0,088
Hobbies	0,293	0,130	0,110	0,618	0,383 *	0,040	0,081	0,670
Vida Social	-0,005	0,980	0,214	0,326	0,292	0,125	0,063	0,742
Adultez total	0,173	0,380	0,138	0,530	0,446 *	0,015	0,091	0,633

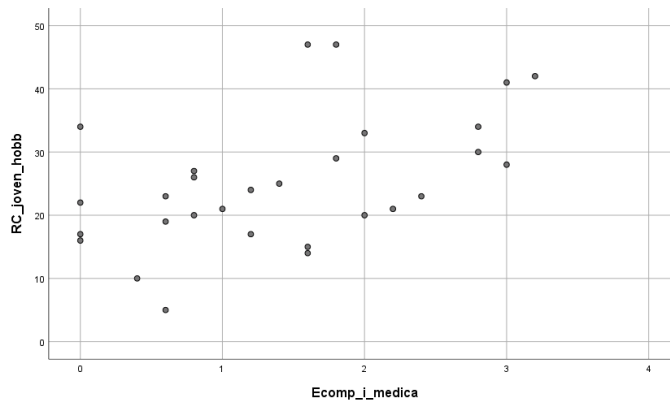


Gráfico 1: Grafico de dispersión simple. Eje X EComp informante Subescala medicamento. Eje Y Reserva cognitiva en la juventud sub Escala hobbies.

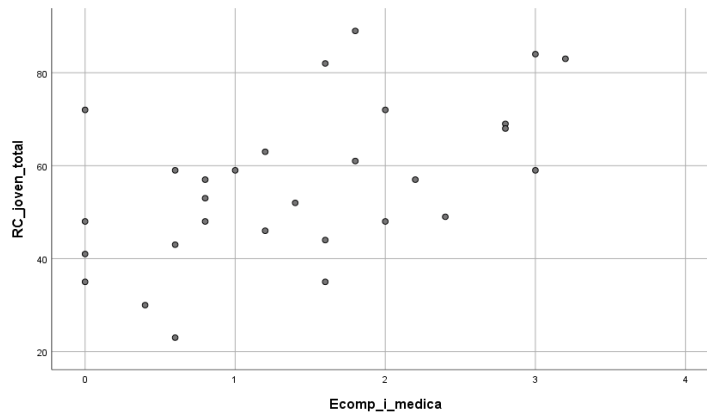


Gráfico 2: Grafico de dispersión simple. Eje X EComp informante Subescala medicamento. Eje Y Reserva cognitiva en la juventud total

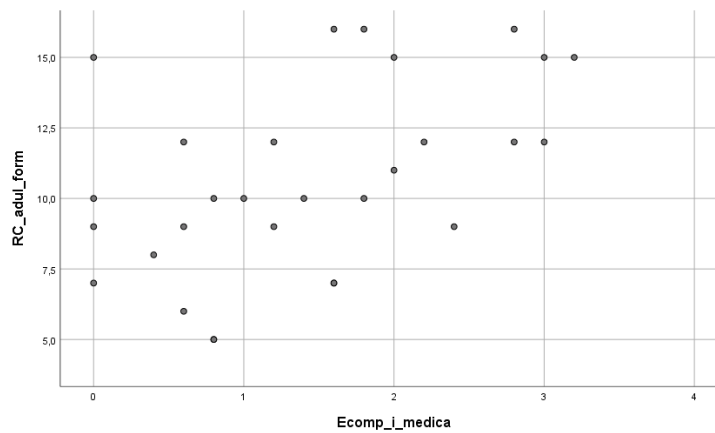


Gráfico 3: Grafico de dispersión simple. Eje X EComp informante Subescala medicamento. Eje Y Reserva cognitiva en la adultez sub-Escala formación.

En cuanto a la correlación entre el EComp del informante escala suplementaria (Tabla 11) se observa una correlación media y positiva, entre el índice de complejidad en la cocina y las estrategias de afrontamiento de acomodación ( $r(28)=.371, p=.043$ ).

Variable	Ayuda		Independencia		Visibilidad		Tecnología		Complejidad Cocina	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Asimilación</b>	0,014	0,941	-0,093	0,623	-0,171	0,395	-0,109	0,568	0,274	0,143
<b>Acomodación</b>	-0,102	0,593	-0,047	0,806	-0,378	0,052	-0,063	0,742	0,371*	0,043

La correlación entre el EComp del informante suplementaria (Tabla 12) muestra sólo una correlación media positiva entre EComp subescala índice de uso de tecnología y la formación en la reserva cognitiva en la juventud  $r(28)=.398, p=.029$ .

Variable	Ayuda		Independencia		Visibilidad		Tecnología		Complejidad Cocina	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Juventud:</b>										
<b>Vida diaria</b>	0,109	0,565	-0,007	0,972	-0,346	0,077	-0,263	0,160	0,069	0,718
<b>Formación</b>	-0,057	0,763	-0,036	0,851	-0,330	0,092	0,398*	0,029	-0,104	0,584
<b>Hobbies</b>	0,268	0,153	0,105	0,581	-0,132	0,511	0,200	0,290	0,103	0,588
<b>Vida Social</b>	0,225	0,232	-0,081	0,669	-0,150	0,455	0,084	0,659	0,105	0,581
<b>Juventud total</b>	0,248	0,187	0,003	0,987	-0,250	0,209	-0,174	0,359	0,088	0,643



En cuanto al EComp participante (Tabla 13) se observa una correlación media y negativa, entre la sub escala medicamento con la subescala de acomodación ( $r(28)=-.374, p=.050$ ).

Tabla 13: Correlación EComp participante y Escala de estrategias de afrontamiento						
Variable	Transporte		Medicamentos		ECOMPtotal	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Asimilación</b>	-0,278	0,144	-0,122	0,536	-0,226	0,230
<b>Acomodación</b>	-0,169	0,381	-0,374*	0,050	-0,156	0,411

En cuanto al EComp participante (Tabla 14) y la reserva cognitiva, se observa una correlación media y negativa, entre la sub-escala cocina con: la reserva cognitiva social en la juventud  $r(28)=-.417, p=.027$ , social en la adultez  $r(28)=-.411, p=.030$  y con subescala social en la madurez  $r(28)=-.416, p=.028$ . Además una correlación media entre el puntaje EComp total con la subescala social en la madurez ( $r(28)=-.418, p=.022$ ). Por ende cuando los participantes usan con mayor frecuencia EC en la cocina, se relaciona mediana y negativamente con la reserva cognitiva relacionada a la vida social en las tres etapas del ciclo vital.

**Tabla 14: Correlación EComp participante y Escala de reserva cognitiva**

Variable	Citas		Compras		Cocina		Finanzas	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Juventud</b>								
<b>Hobbies</b>	0,155	0,415	0,106	0,576	-0,059	0,767	0,253	0,186
<b>Vida social</b>	0,084	0,659	-0,138	0,466	-0,417*	0,027	0,019	0,922
<b>Adulthood</b>								
<b>Vida social</b>	0,029	0,881	-0,117	0,538	-0,411*	0,030	0,083	0,669
<b>Madurez</b>								
<b>Vida social</b>	-0,272	0,146	-0,297	0,111	-0,416*	0,028	-0,125	0,520

Al correlacionar el EComp del participante escala suplementaria y la escala de estrategias de afrontamiento (Tabla15) se observa una correlación media y negativa entre la subescala visibilidad y la estrategia de afrontamiento acomodación ( $r(28) = -.460, p = .012$ ) y una correlación moderada y negativa con el puntaje total de las estrategias de afrontamiento ( $r(28) = -.473, p = .010$ ).

**Tabla 15: Correlación ECOMP participante escala suplementaria y Escala de estrategias de afrontamiento**

Variables	Ayuda		Independencia		Visibilidad		Tecnología		Complejidad Cocina	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Asimilación</b>	-0,025	0,894	-0,048	0,803	-0,265	0,165	-0,024	0,901	0,325	0,079
<b>Acomodación</b>	-0,083	0,664	-0,216	0,252	-0,460*	0,012	-0,117	0,538	0,353	0,055

En la correlación entre el EComp participante y la reserva cognitiva (Tabla 16) solo se observa una correlación media y negativa entre la subescala del uso de

tecnología y la reserva cognitiva en la vida diaria, durante la juventud  $r(28) = -.428, p = .018$ .

Tabla16: Correlación ECOMP Participante escala suplementaria y Escala de reserva cognitiva										
Variables	Ayuda		Independencia		Visibilidad		Tecnología		Complejidad Cocina	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Juventud:</b>										
<b>Vida diaria</b>	-0,089	0,641	0,132	0,486	-0,078	0,688	-0,428*	0,018	0,055	0,774
<b>Formación</b>	-0,176	0,352	-0,053	0,779	0,129	0,505	0,299	0,109	-0,102	0,593
<b>Hobbies</b>	0,264	0,158	0,209	0,268	0,170	0,378	0,099	0,601	0,087	0,649

### 8.3. Correlaciones Instrumental Activities of Daily Living: Compensation Scale (IADL-C) con variables Biopsicosociales.

Al correlacionar el IADL-C del informante con las estrategias de afrontamiento (Tabla 19) se observa una correlación media y negativa entre las variables habilidad en la vida diaria con la estrategia de afrontamiento asimilación  $r(28) = -.456, p = .011$  y con el puntaje de estrategias de afrontamiento total  $r(28) = -.449, p = .013$ .

Tabla 19: Correlación I-ADLC Informante y Escala de estrategias de afrontamiento										
Variable	Dinero		Hab. Vida diaria		Memoria viajes		Hab. sociales		I-ADLC total	
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>rho</i>	<i>p</i>
<b>Asimilación</b>	-0,065	0,733	-0,456*	0,011	-0,110	0,563	-0,087	0,648	-0,108	0,570
<b>Acomodación</b>	-0,193	0,307	-0,287	0,124	-0,256	0,173	-0,249	0,184	-0,153	0,419

Al correlacionar el IADL-C del informante con el cuestionario de reserva cognitiva se observan algunas correlaciones medias y negativas entre la subescala IADL-C viajes con la formación en la madurez  $r(28) = -.384, p = .036$ , hobbies en la madurez  $r(28) = -.399, p = .029$  y el valor total de la subescala de madurez  $r(28) = -.387, p = .035$ .

**Tabla 20: Correlación I-ADLC Informante y Escala de reserva cognitiva**

Variables	Dinero		Hab. Vida diaria		Memoria viajes		Hab. sociales		I-ADLC total	
	rho	p	rho	p	rho	p	rho	p	rho	p
<b>Madurez:</b>										
<b>Vida diaria</b>	0,196	0,299	0,008	0,965	0,092	0,628	0,092	0,628	0,134	0,480
<b>Formación</b>	-0,173	0,361	-0,092	0,630	-0,384*	0,036	-0,130	0,494	-0,047	0,804
<b>Hobbies</b>	-0,309	0,097	0,079	0,679	-0,399*	0,029	-0,296	0,112	-0,097	0,609
<b>Social</b>	-0,043	0,820	0,192	0,308	-0,214	0,256	-0,191	0,313	0,043	0,823
<b>Madurez total</b>	-0,228	0,225	0,072	0,706	-0,387*	0,035	-0,255	0,175	-0,050	0,792

#### 8.4. Correlaciones Tarea de memoria prospectiva

En la correlación entre la tarea de memoria prospectiva y la reserva cognitiva (Tabla 22) se aprecia una correlación moderada entre la calidad previa de las tareas (proyección del uso de estrategias compensatorias) con la formación en la juventud  $r(28) = .535, p = .002$ , siendo este la segunda correlación más alto de las realizadas en el presente estudio. También se observa una correlación media entre la presión general de las tareas de memoria prospectiva y la formación en la juventud  $r(28) = .372, p = .043$ , también con la vida diaria en la madurez  $r(28) = .457, p = .011$ .

Por último, existe una correlación media entre el puntaje total de la tarea de memoria y la formación en la adultez  $r(28) = .376, p = .040$ .

Variable	Calidad previa		TOTAL	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Juventud:</b>				
<b>Vida diaria</b>	-0,171	0,366	-0,050	0,794
<b>Formación</b>	0,535**	0,002	0,344	0,063
<b>Adulthood:</b>				
<b>Formación</b>	0,140	0,460	0,376*	0,040
<b>Madurez:</b>				
<b>Vida diaria</b>	-0,168	0,373	0,091	0,631

Dada la cantidad de correlaciones en el presente estudio se resumirán en la siguiente tabla:

**Figura 2: Resumen de Correlaciones**

<b>Correlaciones positivas</b>	<b>Correlaciones negativas</b>
EComp informante subescala medicamentos con RC: -Juventud formación (media) -Juventud hobbies (moderada) -Juventud vida social (media) -Juventud total (moderada) -Adulthood formación (moderada) -Adulthood hobbies (media) -Adulthood total (media)	EComp participante subescala cocina con RC: - Juventud vida social (media) - Adulthood vida social (media) - Madurez vida social (media)
EComp informante subescala suplementaria con EA: -Acomodación (media)	EComp participante subescala medicamentos a con EA: -Acomodación (media)
EComp informante subescala visibilidad con RC: -Juventud formación (media)	EComp participante subescala visibilidad con EA: -Acomodación (media)
Tarea de memoria item calidad previa con RC: -Juventud formación (moderada)	EComp participante subescala tecnología con RC: -Vida diaria (media)
Tarea de memoria precisión total con RC: -Adulthood formación (moderada)	IADLC informante subescala habilidades vida diaria con EA: -Acomodación (media)
	IADLC informante subescala memoria de viajes con RC: -Madurez formación(media) -Madurez Hobbies (media) -Madurez total (media)

## 9. Discusión

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo conocer las estrategias de compensación de la funcionalidad de personas mayores cognitivamente sanas, a través de dos tareas de memoria prospectiva y de dos cuestionarios, llamados: The Everyday Compensation (EComp) Questionnaire y Instrumental activities of daily living (IADL), los que fueron adaptados culturalmente. Además de correlacionar dichos resultados con la reserva cognitiva y las estrategias de afrontamiento, para comprender si dichas variables biopsicosociales, se relacionan a las diversas formas de medir las estrategias de compensación.

A continuación, se exponen brevemente los principales hallazgos obtenidos.

### **Muestra y variables sociodemográficas**

En cuanto a la descripción de la muestra resulta relevante mencionar la escolarización de esta, con una media de  $18,70 \pm 6,21$ , lo que resulta relevante ya que en Chile el promedio de escolaridad son 9 años (Censo, 2017).

El principal hallazgo se relaciona al puntaje de acierto de la tarea de memoria prospectiva, en la cual la puntuación media fue  $16,10 \pm 1,971$  de un máximo de 18 puntos, lo que refleja una buena performance general de parte de los participantes en esta variable. Este buen desempeño se podría explicar porque la ejecución de las tareas de memoria se generó en un ambiente ecológico para los participantes (usualmente sus hogares) poniendo a disposición sus herramientas cotidianas. Las

pruebas neuropsicológicas han mostrado un moderado nivel de validez ecológica (Chaytor & Schmitter-Edgecombe, 2003), este se refiere al grado en que los resultados obtenidos en condiciones experimentales, se correlacionan a los datos medidos en su ambiente. Precisamente podríamos pensar que las personas mayores al utilizar las herramientas que son más cotidianas para ellos (Cavanaugh et al., 1983b), mantuvo la motivación frente al cumplimiento de las tareas.

Con respecto al IADL-C del informante y participante, sus resultados de independencia frente a las AIVD son coherentes con los puntajes obtenidos en el estudio principal del cuestionario en población cognitivamente sana estadounidense, en donde los puntajes totales han evidenciado una media de 2.00, en el I-ADLC del participante en la muestra de personas mayores cognitivamente sanas (Schmitter-Edgecombe et al., 2014b). En la muestra chilena se observa una media de  $1,19 \pm 0,264$  en el participante y de  $1,34 \pm 0,571$  en el cuestionario del informante. Esta información resulta relevante a considerar para caracterizar la muestra chilena. La puntuación 1 significa que el participante realiza las actividades de la vida diaria de forma independiente y sin ayuda, asimismo, el puntaje 2 demuestra que el participante es independiente, con ayuda.

### **Correlaciones EComp con variables biopsicosociales.**

En el EComp del informante sus resultados más relevantes son relacionados a la subescala “uso de medicamento”, que muestra un total de 7 correlaciones positivas entre medias y moderadas con la reserva cognitiva, principalmente en la juventud y la adultez. El puntaje más fuerte (moderado), del presente estudio, fue con la reserva

cognitiva total en la juventud  $r(28) = .556, p = 0,002$ . Un hallazgo relevante en cuanto a las personas mayores, quienes puntuaron más alto en las tareas de memoria, demostró una mayor formación en la juventud, este dato es congruente con los estudios que ponen en relieve la importancia de la reserva cognitiva en la juventud (Barulli & Stern, 2013a; Scarmeas & Stern, 2003; Stern, 2002b, 2009).

Es importante considerar el uso de medicamento, ya que La Organización Mundial de la Salud (2018) sostiene que entre el 65% y el 90% de las personas mayores consumen algún medicamento. Entonces, dado que el uso de medicamento suele ser común en las personas mayores, podría ser este un buen mecanismo para evaluar las EC en las AIVD en un ambiente ecológico. Entonces, el uso de medicina que suele ser común en las personas mayores, puede verse como una manera objetiva de ver la eficacia de sus estrategias compensatorias en las AVD (Dixon & de Frias, 2004). Sería importante entonces ampliar conocimientos referidos a la relación entre las estrategias compensatorias y el tipo de relación con la reserva cognitiva.

De igual modo, se observó una correlación moderada entre la misma subescala de “uso de medicamentos” y la “formación en la adultez”. La formación contempla la realización de cursos, bilingüismo, uso de medios masivos de comunicación y uso de tecnologías (Stern, 2009).

En este punto resulta relevante mencionar, a pesar de no ser directamente el objetivo del presente estudio, es interesante las correlaciones negativas que se dieron en el cuestionario EComp del participante en su subescala cocina con la reserva cognitiva en su dimensión social, correlacionando negativamente con los tres grupos



etarios. No se ha encontrado en la literatura la correlación del EComp, estas u otras variables Biopsicosociales dado que esta escala es actual.

### **Correlaciones IADL-C con variables biopsicosociales.**

Al correlacionar el IADL-C con las variables biopsicosociales no se encontraron correlaciones positivas. Pero dado que el alcance del presente estudio es exploratorio, se presentan otro interesante hallazgo en el IADL-C subescala memoria de viajes (desplante los lugares conocidos, leer mapas, salir solo/a, etc.), existen correlaciones medias negativas en lo referido al informante con la escala de reserva cognitiva en la madurez, en el ítem formación, hobbies y madurez total.

### **Correlaciones Tarea de memoria prospectiva con variables biopsicosociales.**

La principal correlación con la tarea de memoria prospectiva es entre la calidad previa en las estrategias compensatorias con la reserva cognitiva en la juventud y la subescala "formación"  $r(28) = .535, p = .002$  lo cual sugiere una correlación moderada, siendo la segunda correlación más importante del presente estudio. Resulta interesante ya que la tarea prospectiva que es parte del estudio que se está llevando a cabo en colaboración con el Laboratorio y Neuropsicología de la Universidad de Washington. Por lo que estos datos resultan ser datos preliminares. En consecuencia la evidencia muestra la importancia de la reserva cognitiva que puede adquirirse durante todas las etapas de la vida (Barulli & Stern, 2013a) y cuanto más temprano comience el aporte a la reserva cognitiva (Stern, 2002a), podría ser más beneficioso.

## 10. Conclusión

Los resultados obtenidos sugieren que existe correlaciones moderadas positivas entre la reserva cognitiva y las estrategias de afrontamiento, con las diferentes maneras de medir las estrategias compensatorias. Las correlaciones moderadas más relevantes se dieron entre el EComp del informante con la escala de reserva cognitiva en la juventud y la adultez, principalmente con la subescala Hobbies y Formación.

También se observó una correlación positiva y moderada entre la calidad en la planificación previa de la utilización de las estrategias compensatorias con la reserva cognitiva “formación en la juventud”, esta podría relacionarse a la buena performance general en la tarea.

En cuanto a la caracterización de la muestra chilena con respecto al EComp, tanto a lo referido por el informante como por el participante, se evidenció un mayor uso de estrategias compensatorias en las categorías: organización de citas y uso de transporte. Con respecto al IADL-C, tanto en lo informado por informante como participante, ellos realizan las AIVD de manera independiente. Además, el buen performance en la tarea de memoria.

En cuanto a las fortalezas del presente estudio se puede mencionar la utilización tres formas distintas para medir las estrategias compensatorias de las personas mayores (dos cuestionarios y las dos tareas de memoria prospectiva). También el aporte de la adaptación cultural del material para medir las estrategias

compensatorias. Además, se abren nuevas propuestas interesantes para continuar la investigación en las variables implicadas en las estrategias de compensación y como estas, nos ayudan a las personas a mantener o mitigar las pérdidas funcionales asociadas a la edad.

Finalmente se espera que los hallazgos obtenidos puedan contribuir al proceso de mejorar la comprensión y ampliar el conocimiento del envejecimiento, de la evaluación neuropsicológica, así como contribuir al desarrollo de intervenciones con el objetivo de facilitar la independencia de las personas mayores. En cuanto a las limitaciones es importante destacar la acotada muestra y la evaluación en línea, que exige alfabetización digital. Los resultados deberán ser interpretados considerando la modalidad de administración de las pruebas y la escolarización de la muestra.

## 11. Referencias Bibliográficas

- Alexandre, N. M. C., & Guirardello, E. de B. (2002). Adaptación cultural de instrumentos utilizados en salud ocupacional. *Revista Panamericana de Salud Pública*, *11*(2), 109-111.  
<https://doi.org/10.1590/S1020-49892002000200007>
- Bäckman, L., & Dixon, R. A. (1992). Psychological compensation: A theoretical framework. *Psychological Bulletin*, *112*(2), 259-283. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.2.259>
- Barulli, D., & Stern, Y. (2013a). Efficiency, capacity, compensation, maintenance, plasticity: Emerging concepts in cognitive reserve. *Trends in Cognitive Sciences*, *17*(10), 502-509.  
<https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.08.012>
- Barulli, D., & Stern, Y. (2013b). Efficiency, capacity, compensation, maintenance, plasticity: Emerging concepts in cognitive reserve. *Trends in Cognitive Sciences*, *17*(10), 502-509.  
<https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.08.012>
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the Process of Cross-Cultural Adaptation of Self-Report Measures: *Spine*, *25*(24), 3186-3191.  
<https://doi.org/10.1097/00007632-200012150-00014>
- Bouazzaoui, B., Isingrini, M., Fay, S., Angel, L., Vanneste, S., Clarys, D., & Taconnat, L. (2010). Aging and self-reported internal and external memory strategy uses: The role of executive functioning. *Acta Psychologica*, *135*(1), 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2010.05.007>
- Brandtstädter, J. (2009). Goal pursuit and goal adjustment: Self-regulation and intentional self-development in changing developmental contexts. *Advances in Life Course Research*, *14*(1-2), 52-62. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2009.03.002>
- Brandtstädter, J., & Rothermund, K. (2002). The Life-Course Dynamics of Goal Pursuit and Goal Adjustment: A Two-Process Framework. *Developmental Review*, *22*(1), 117-150.  
<https://doi.org/10.1006/drev.2001.0539>

- Cavanaugh, J. C., Grady, J. G., & Perlmutter, M. (1983a). Forgetting and Use of Memory Aids in 20 to 70 Year Olds Everyday Life. *The International Journal of Aging and Human Development*, 17(2), 113-122. <https://doi.org/10.2190/H7L2-K3XK-H32K-VW89>
- Cavanaugh, J. C., Grady, J. G., & Perlmutter, M. (1983b). Forgetting and Use of Memory Aids in 20 to 70 Year Olds Everyday Life. *The International Journal of Aging and Human Development*, 17(2), 113-122. <https://doi.org/10.2190/H7L2-K3XK-H32K-VW89>
- Chaytor, N., & Schmitter-Edgecombe, M. (2003). The Ecological Validity of Neuropsychological Tests: A Review of the Literature on Everyday Cognitive Skills. *Neuropsychology Review*, 13(4), 181-197. <https://doi.org/10.1023/B:NERV.0000009483.91468.fb>
- Colangeli, S., Boccia, M., Verde, P., Guariglia, P., Bianchini, F., & Piccardi, L. (2016). Cognitive Reserve in Healthy Aging and Alzheimer's Disease: A Meta-Analysis of fMRI Studies. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementiasr*, 31(5), 443-449. <https://doi.org/10.1177/1533317516653826>
- Conte, A. M., & McBride, D. M. (2018). Comparing time-based and event-based prospective memory over short delays. *Memory*, 26(7), 936-945. <https://doi.org/10.1080/09658211.2018.1432662>
- Custodio, N., Wheelock, A., Thumala, D., & Slachevsky, A. (2017). Dementia in Latin America: Epidemiological Evidence and Implications for Public Policy. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 9, 221. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2017.00221>
- de Frias, C. M., & Dixon, R. A. (2005). Confirmatory Factor Structure and Measurement Invariance of the Memory Compensation Questionnaire. *Psychological Assessment*, 17(2), 168-178. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.2.168>
- De Vriendt, P., Gorus, E., Cornelis, E., Bautmans, I., Petrovic, M., & Mets, T. (2013). The advanced activities of daily living: A tool allowing the evaluation of subtle functional decline in mild

cognitive impairment. *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 17(1), 64-71.

<https://doi.org/10.1007/s12603-012-0381-9>

De Vriendt, P., Mets, T., Petrovic, M., & Gorus, E. (2015). Discriminative power of the advanced activities of daily living (a-ADL) tool in the diagnosis of mild cognitive impairment in an older population. *International Psychogeriatrics*, 27(9), 1419-1427.

<https://doi.org/10.1017/S1041610215000563>

Dixon, R. A., & de Frias, C. M. (2004). The Victoria Longitudinal Study: From Characterizing Cognitive Aging to Illustrating Changes in Memory Compensation. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 11(2-3), 346-376. <https://doi.org/10.1080/13825580490511161>

Dixon, R. A., & de Frias, C. M. (2007). Mild memory deficits differentially affect 6-year changes in compensatory strategy use. *Psychology and Aging*, 22(3), 632-638.

<https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.3.632>

Dixon, R. A., de Frias, C. M., & Bäckman, L. (2001). Characteristics of Self-Reported Memory Compensation in Older Adults. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 23(5), 650-661. <https://doi.org/10.1076/jcen.23.5.650.1242>

Dixon, R. A., Hopp, G. A., Cohen, A.-L., de Frias, C. M., & Bäckman, L. (2003). Self-reported Memory Compensation: Similar Patterns in Alzheimer's Disease and Very Old Adult Samples. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 25(3), 382-390.

<https://doi.org/10.1076/jcen.25.3.382.13801>

Formiga, F., Ferrer, A., Alburquerque, J., Fernández-Quevedo, M., Royo, C., & Pujol on behalf of the Octabaix Stu, R. (2012). The Challenge of Maintaining Successful Aging at 87 Years Old: The Octabaix Study Two-Year Follow-Up. *Rejuvenation Research*, 15(6), 584-589.

<https://doi.org/10.1089/rej.2012.1343>

- Freund, A. M. (2008). Successful Aging as Management of Resources: The Role of Selection, Optimization, and Compensation. *Research in Human Development, 5*(2), 94-106.  
<https://doi.org/10.1080/15427600802034827>
- García-García, J. A., Reding-Bernal, A., & López-Alvarenga, J. C. (2013). Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica. *Investigación en Educación Médica, 2*(8), 217-224. [https://doi.org/10.1016/S2007-5057\(13\)72715-7](https://doi.org/10.1016/S2007-5057(13)72715-7)
- Gleichgerrcht, E., Camino, J., Roca, M., Torralva, T., & Manes, F. (2009). Assessment of Functional Impairment in Dementia with the Spanish Version of the Activities of Daily Living Questionnaire. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders, 28*(4), 380-388.  
<https://doi.org/10.1159/000254495>
- Grandi, F., & Tirapu Ustárroz, J. (2017). Neurociencia cognitiva del envejecimiento: Modelos explicativos. *Revista Española de Geriatría y Gerontología, 52*(6), 326-331.  
<https://doi.org/10.1016/j.regg.2017.02.005>
- Henry, J. D., Rendell, P. G., Phillips, L. H., Dunlop, L., & Kliegel, M. (2012). Prospective memory reminders: A laboratory investigation of initiation source and age effects. *Quarterly Journal of Experimental Psychology, 65*(7), 1274-1287. <https://doi.org/10.1080/17470218.2011.651091>
- Katz, S. (1983). Assessing Self-maintenance: Activities of Daily Living, Mobility, and Instrumental Activities of Daily Living. *Journal of the American Geriatrics Society, 31*(12), 721-727.  
<https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1983.tb03391.x>
- Krishnan, H. S., & Shapiro, S. (1999). Prospective and Retrospective Memory for Intentions: A Two-Component Approach. *Journal of Consumer Psychology, 8*(2), 141-166.  
[https://doi.org/10.1207/s15327663jcp0802\\_02](https://doi.org/10.1207/s15327663jcp0802_02)

- Lawton, M. P., & Brody, E. M. (1969). Assessment of Older People: Self-Maintaining and Instrumental Activities of Daily Living. *The Gerontologist*, *9*(3 Part 1), 179-186.  
[https://doi.org/10.1093/geront/9.3\\_Part\\_1.179](https://doi.org/10.1093/geront/9.3_Part_1.179)
- León Estrada, I., García García, J., & Roldán Tapia, L. (2011). Construcción de la escala de reserva cognitiva en población española: Estudio piloto. *Revista de Neurología*, *52*(11), 653.  
<https://doi.org/10.33588/rn.5211.2010704>
- León, I., García-García, J., & Roldán-Tapia, L. (2015). Escala de Reserva Cognitiva y envejecimiento. *Anales de Psicología*, *32*(1), 218. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.1.182331>
- Martínez de la Iglesia, J., Onís Vilches, M. C., Dueñas Herrero, R., Albert Colomer, C., Aguado Taberné, C., & Luque Luque, R. (2002). Versión española del cuestionario de Yesavage abreviado (GDS) para el despistaje de depresión en mayores de 65 años: Adaptación y validación. *Medifam*, *12*(10). <https://doi.org/10.4321/S1131-57682002001000003>
- Mayordomo, T., Sales, A., & Meléndez, J. C. (2015). Estrategias de compensación en adultos mayores: Diferencias sociodemográficas, y en función de la reserva cognitiva. *Anales de Psicología*, *31*(1), 310-316. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.163621>
- Miralles, P. M., & Ayuso, D. M. R. (2006). *Actividades de la vida diaria*. Masson.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=357503>
- Mirza, N., Panagioti, M., Waheed, M. W., & Waheed, W. (2017). Reporting of the translation and cultural adaptation procedures of the Addenbrooke's Cognitive Examination version III (ACE-III) and its predecessors: A systematic review. *BMC Medical Research Methodology*, *17*(1), 141. <https://doi.org/10.1186/s12874-017-0413-6>
- Muñoz-Neira, C., López, O. L., Riveros, R., Núñez-Huasaf, J., Flores, P., & Slachevsky, A. (2012). The Technology – Activities of Daily Living Questionnaire: A Version with a Technology-Related



Subscale. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*, 33(6), 361-371.

<https://doi.org/10.1159/000338606>

Njegovan, V., Man-Son-Hing, M., Mitchell, S. L., & Molnar, F. J. (2001). The Hierarchy of Functional Loss Associated With Cognitive Decline in Older Persons. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 56(10), M638-M643.

<https://doi.org/10.1093/gerona/56.10.M638>

Olazarán, J., Navarro, E., & Rojo, J. M. (2012). Alzheimer's disease with vascular component: A distinct clinical entity? *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders Extra*, 2(1), 400-410.

<https://doi.org/10.1159/000342346>

Ramada-Rodilla, J. M., Serra-Pujadas, C., & Delclós-Clanchet, G. L. (2013). Adaptación cultural y validación de cuestionarios de salud: Revisión y recomendaciones metodológicas. *Salud Pública de México*, 55(1), 57-66. <https://doi.org/10.1590/S0036-36342013000100009>

Reynoso-Alcántara, V., Silva-Pereyra, J., Fernández-Harmony, T., & Mondragón-Maya, A. (2018).

Principales efectos de la reserva cognitiva sobre diversas enfermedades: Una revisión sistemática. *Psiquiatría Biológica*, 25(2), 53-67. <https://doi.org/10.1016/j.psiq.2018.02.005>

Sanhueza Parra, M., Castro Salas, M., & Merino Escobar, J. M. (2005). ADULTOS MAYORES FUNCIONALES: UN NUEVO CONCEPTO EN SALUD. *Ciencia y enfermería*, 11(2).

<https://doi.org/10.4067/S0717-95532005000200004>

Scarmeas, N., & Stern, Y. (2003). Cognitive Reserve and Lifestyle. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 25(5), 625-633. <https://doi.org/10.1076/jcen.25.5.625.14576>

Schmitter-Edgecombe, M., Parsey, C., & Lamb, R. (2014a). Development and Psychometric Properties of the Instrumental Activities of Daily Living: Compensation Scale. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 29(8), 776-792. <https://doi.org/10.1093/arclin/acu053>

- Schmitter-Edgecombe, M., Parsey, C., & Lamb, R. (2014b). Development and Psychometric Properties of the Instrumental Activities of Daily Living: Compensation Scale. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 29(8), 776-792. <https://doi.org/10.1093/arclin/acu053>
- Schryer, E., & Ross, M. (2013). The Use and Benefits of External Memory Aids in Older and Younger Adults: The use and benefits of external memory aids. *Applied Cognitive Psychology*, n/a-n/a. <https://doi.org/10.1002/acp.2946>
- Stern, Y. (2002a). What is cognitive reserve? Theory and research application of the reserve concept. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 8(3), 448-460. <https://doi.org/10.1017/S1355617702813248>
- Stern, Y. (2002b). What is cognitive reserve? Theory and research application of the reserve concept. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 8(3), 448-460. <https://doi.org/10.1017/S1355617702813248>
- Stern, Y. (2009). Cognitive reserve☆. *Neuropsychologia*, 47(10), 2015-2028. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2009.03.004>
- Tomaszewski Farias, S., Gravano, J., Weakley, A., Schmitter-Edgecombe, M., Harvey, D., Mungas, D., Chan, M., & Giovannetti, T. (2020). The Everyday Compensation (EComp) Questionnaire: Construct Validity and Associations with Diagnosis and Longitudinal Change in Cognition and Everyday Function in Older Adults. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 26(3), 303-313. <https://doi.org/10.1017/S135561771900119X>
- Tomaszewski Farias, S., Schmitter-Edgecombe, M., Weakley, A., Harvey, D., Denny, K. G., Barba, C., Gravano, J. T., Giovannetti, T., & Willis, S. (2018). Compensation Strategies in Older Adults: Association With Cognition and Everyday Function. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias*®, 33(3), 184-191. <https://doi.org/10.1177/1533317517753361>

- Urtamo, A., Jyväkorpi, S. K., & Strandberg, T. E. (2019). Definitions of successful ageing: A brief review of a multidimensional concept. *Acta Bio Medica Atenei Parmensis*, *90*(2), 359-363.  
<https://doi.org/10.23750/abm.v90i2.8376>
- Viechtbauer, W., Smits, L., Kotz, D., Budé, L., Spigt, M., Serroyen, J., & Crutzen, R. (2015). A simple formula for the calculation of sample size in pilot studies. *Journal of Clinical Epidemiology*, *68*(11), 1375-1379. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2015.04.014>
- Wicklund, A. H., Johnson, N., Rademaker, A., Weitner, B. B., & Weintraub, S. (2007). Profiles of decline in activities of daily living in non-Alzheimer dementia. *Alzheimer Disease and Associated Disorders*, *21*(1), 8-13. <https://doi.org/10.1097/WAD.0b013e3180324549>

## **Anexos:**

### **Anexo 1: Protocolo Final**

#### **Primera sesión**

**Nombre:**

**Rut:**

**Fecha de nacimiento:**

**Edad:**

#### **1) Variables sociodemográficas:**

**Sexo:** M: \_\_\_ F: \_\_\_

**Profesión/ocupación:** \_\_\_\_\_

**Escolaridad:** \_\_\_\_\_

**Dirección (código postal):** \_\_\_\_\_

**Diagnóstico previo de enfermedades neurológicas y/o psiquiátricas:** SI: \_\_\_ NO: \_\_\_

**Cuenta con Informante confiable:** SI: \_\_\_ NO: \_\_\_

**Indique Nombre y vínculo con Informante:** \_\_\_\_\_

**Pareja:**

**Padre/Madre**

**Hijo/a**

**Hermano/a**

**Amigo/a**

**Otro (especifique)** \_\_\_\_\_

**Nota: Entrega de consentimiento informado, para el participante y el informante.**

2) Auto aplicación del TYM-S

Instrumentos de evaluación cognitiva.

Test Your Memory. (TYM) (Prueba tu memoria) (Brown, et al., 2009).

Por favor, escriba su nombre completo \_\_\_\_\_

Hoy es, (día de la semana) \_\_\_\_\_

La fecha de hoy es: (número de día) \_\_\_\_\_ de (mes) \_\_\_\_\_ de (año) \_\_\_\_\_

¿Qué edad tiene usted? \_\_\_\_\_ años

¿En qué fecha nació? (número de día) \_\_\_\_\_ / (mes) \_\_\_\_\_ / año \_\_\_\_\_

/10

**POR FAVOR, COPIE A CONTINUACIÓN, EN LA LÍNEA DE ABAJO, LA SIGUIENTE ORACIÓN:**

LOS BUENOS CIUDADANOS SIEMPRE USAN ZAPATOS OSCUROS

\_\_\_\_\_

**POR FAVOR, LEA NUEVAMENTE LA ORACIÓN Y TRATE DE RECORDARLA**

/2

¿Quién es el presidente de este país? \_\_\_\_\_

¿En qué año comenzó el último gobierno militar en este país? \_\_\_\_\_

/3

**Operaciones numéricas**

20 - 4 = \_\_\_\_\_

16 + 17 = \_\_\_\_\_

8 x 6 = \_\_\_\_\_

4 + 15 - 17 = \_\_\_\_\_

/4

Por favor, escriba 4 animales (de cualquier tipo) que comiencen con la letra P, como por ejemplo, Pelicano:

1 P \_\_\_\_\_

2 P \_\_\_\_\_

3 P \_\_\_\_\_

4 P \_\_\_\_\_

/4

¿En qué se parecen, o tienen en común una zanahoria y una papa? \_\_\_\_\_

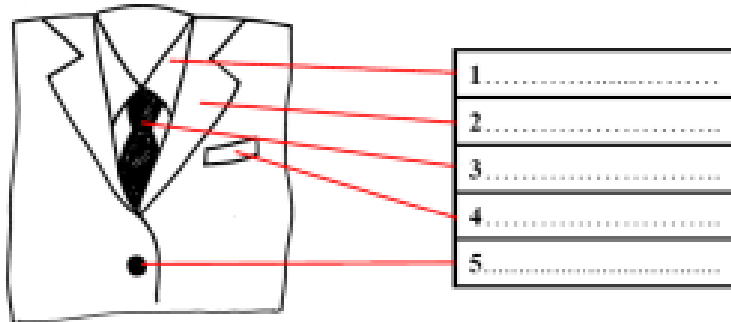
¿En qué se parecen, o tienen en común un león y un lobo? \_\_\_\_\_

/4

**RECUERDA: LOS BUENOS CIUDADANOS SIEMPRE USAN ZAPATOS OSCUROS**  
Por favor, voltee la hoja. Usted no podrá volver a revisar esta plana.

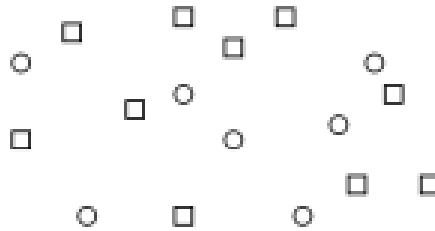
NOMBRE LOS SIGUIENTES ÍTEMS

/5



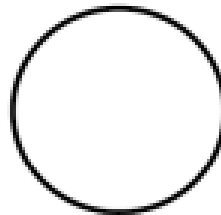
POR FAVOR UNA LOS CIRCULOS UNO A UNO PARA FORMAR UNA LETRA  
(IGNORE LOS CUADRADOS)

/3



DIBUJE EN LA SIGUIENTE CARA DE UN RELOJ TODOS SUS NÚMEROS, ~~DEL~~ 1  
AL 12, Y CON LOS PUNTEROS INDIQUE LAS 9:20

/4



**SIN VOLTEAR LA HOJA**, POR FAVOR ESCRIBA A CONTINUACIÓN LA ORACIÓN QUE  
USTED COPIÓ AL COMIENZO DE ESTA PRUEBA. ESCRIBA TODO LO QUE RECUERDE:

/6

Completado por el evaluador:

AYUDA ENTREGADA: NINGUNA/DISCRETA-TRIVIAL/LEVE/MODERADA/MUCHA  
¿LAS RESPUESTAS FUERON ESCRITAS POR EL PACIENTE? SI \_\_\_ NO \_\_\_

/5

/50

### 3) Aplicación de GDS-15

Instrucciones: PORFAVOR piense en la semana pasada y cómo se sintió durante ese tiempo. Marque en las casillas correspondientes si lo que indican las expresiones le sucedió la mayor parte del tiempo durante la semana pasada: ENTREVISTADOR, APLICAR CRITERIO PARA AJUSTAR LA PREGUNTA AL “ÚLTIMO TIEMPO O MES”... SI ES NECESARIO

N°	ÍTEM:	SI	NO
1	¿Se sintió básicamente satisfecho(a) con su vida?		
2	¿Disminuyó o abandonó muchos de sus intereses o actividades?		
3	¿Sintió que su vida estaba vacía?		
4	¿Se sintió aburrido(a) frecuentemente?		
5	¿Estuvo de buen ánimo la mayor parte del tiempo?		
6	¿Temió que algo malo le fuera a pasar?		
7	¿Se sintió feliz la mayor parte del tiempo?		
8	¿Se sintió desvalido(a) con frecuencia?		
9	¿Prefirió quedarse en la casa en lugar de salir y hacer cosas nuevas?		
10	¿Sintió que tiene más problemas con su memoria que otra gente de su edad?		
11	¿Sintió que es maravilloso estar vivo(a)?		
12	¿Se sintió inútil o que no vale nada en su situación actual?		
13	¿Se sintió lleno(a) de energía?		
14	¿Se sintió sin esperanza ante su situación actual?		
15	¿Pensó que la mayoría de las personas están mucho mejor que usted?		

**Nota: - Se le enviará al domicilio del participante un sobre con los cuestionarios Instrumental Activities of Daily Living: Compensation Scale (IADL-C), The Everyday Compensation (EComp), T-ADLQ, Cuestionario de Reserva cognitiva, el cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en personas mayores. SOLICITAR QUE NO RELLENE AUN LOS DOCUMENTOS**

**Acordar próximo horario.**



## Segunda sesión

### 4) Aplicación de test neuropsicológicos

#### SPAN DIRECTOS

Directos	Ptje 0/1	Inverso	Ptje 0/1
1-7		2-4 (4-2)	
6-3		5-7 (7-5)	
5-8-2		6-2-9 (9-2-6)	
8-9-4		4-1-5 (5-1-4)	
6-9-3-8		3-2-7-9 (9-7-2-3)	
7-2-8-6		4-9-6-8 (8-6-9-4)	
4-2-7-3-1		1-5-2-8-6 (6-8-2-5-1)	
7-5-8-3-6		6-1-8-4-3 (3-4-8-1-6)	
6-1-9-4-7-3		5-3-9-4-1-8 (8-1-4-9-3-5)	
3-9-2-4-8-7		7-2-4-8-5-6 (6-5-8-4-2-7)	
5-9-1-7-4-2-8		8-1-2-9-3-6-5 (5-6-3-9-2-1-8)	
4-1-7-9-3-8-6		4-7-3-9-1-2-8 (8-2-1-9-3-7-4)	
5-8-1-9-2-6-4-7		9-4-3-7-6-2-5-8 (8-5-2-6-7-3-4-9)	
3-8-2-9-5-1-7-4		7-2-8-1-9-6-5-3 (3-5-6-9-1-8-2-7)	
2-7-5-8-6-2-5-8-4		Puntaje Total Digitos /30	
7-1-3-9-4-2-5-6-8			

### Fluencias Verbales

F:	A:	S:
----	----	----

4) Instrucción tarea de memoria prospectiva Llamada al encargado del estudio

5) Instrucción tarea de memoria prospectiva lista de actividad física.

### Tercera sesión

#### 6) Test de acentuación

MASTIN (example)

CANON

ACULLA

CONCAVO

ALELI

SILICE

ANOMALO

SISTOLE

BALADI

GELIDO

ALEGORIA

NEOFITO

SANDALO

INFULAS

HIPERBATON

PARONIMO

DIAMETRO

HELICOIDE

DESCORTES

POLIGAMO

LAUDANO

DISCOLO

AMBAR

VOLATIL

TORRIDO

ZAHORI

ACOLITO

HIPERBOLE

APATRIDA

ALBEDRIO

PECORA

CELIBE

ISOTOPO

TACTIL

ACME

PROCONSUL

SUPERSTITE

PERONE

RETRUECANO

GRISU

LOBREGO

INVEROSIMIL

METROPOLI

BULGARO

SALOBRE

#### 7) Solicitar al participante que camine diez pasos fuera de la cámara.



## Escala de Reserva Cognitiva

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_  
 Años de educación formal (ej. desde 1º de E.G.B. a C.O.U.=12 años): \_\_\_\_\_  
 Máxima titulación obtenida (ej. graduado escolar, Ingeniero Técnico, etc.): \_\_\_\_\_  
 Profesión ejercida durante mayor tiempo (ej. Maestro Secundaria): \_\_\_\_\_

La Escala de Reserva Cognitiva pretende medir cómo de activo ha sido y es su estilo de vida. A continuación, se presenta una serie de actividades referidas a tres etapas de su vida:

**JUVENTUD (18-35 años)                      ADULTEZ (36-64 años)                      MADUREZ (A partir de los 65 años)**

Para responder **con qué frecuencia** realizaba y realiza cada una de las siguientes actividades en cada etapa de su vida, tenga en cuenta el siguiente código de respuesta:

- 0 = Nunca**
- 1 = Una o varias veces al año**
- 2 = Una o varias veces al mes**
- 3 = Una o varias veces a la semana**
- 4 = Tres veces o más a la semana, siempre que me surge la oportunidad**

### ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

**Pregunta: ¿Con qué frecuencia realizaba (Juventud y Adultez) y realizo (Madurez) cada una de las siguientes actividades?**

	Juventud	Adultez	Madurez
<i>Ejemplo: Controlar mis asuntos personales.....</i>	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
1. Controlar mis asuntos personales (ej. administración de medicinas, cuándo tengo cita con el médico, qué ropa vestir cada día, reservas en hoteles, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
2. Controlar los asuntos económicos de mi hogar (ej. recibos, hipoteca, inversiones, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
3. Realizar tareas domésticas (ej. hacer la comida, limpiar el polvo, recoger la casa, poner la lavadora, hacer la compra, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
4. Utilizar las nuevas tecnologías del momento básicamente (ej. contestar al teléfono o al móvil, poner la televisión, cambiar los canales, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

### FORMACIÓN - INFORMACIÓN

5. Realizar cursos, talleres o similares (ej. de informática, de idiomas, FPO etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
6. Hacer uso de otro idioma o dialecto.....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
7. Estar informado/a (ej. escuchar la radio, ver el telediario, leer el periódico, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
8. Utilizar las nuevas tecnologías del momento y hacer uso de ellas de una forma más compleja (ej. mando a distancia para teletexto o para programar; móvil para escribir mensajes; navegar por Internet, reservas online, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

### HOBBIES - AFICIONES

9. La lectura como afición (ej. periódicos, revistas, libros).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
10. La realización de pasatiempos (ej. crucigramas, sopa de letras, cruzadas, etc.) y/o juegos de mesa (cartas, damas, dominó, ajedrez, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
11. Escribir como afición (ej. cartas, diario personal, poesía, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
12. Escuchar música o ver la televisión (ej. música clásica o de la época, noticias, concursos, entrevistas, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
13. Tocar algún instrumento musical (ej. guitarra, flauta, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
14. Coleccionar objetos (ej. sellos, monedas, postales, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
15. Viajar o realizar excursiones de forma activa (ej. echando fotos, visitando monumentos, mostrando interés por la cultura del lugar y las costumbres, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
16. Asistir a algún evento cultural (ej. exposiciones, teatro, cine, visita a museos, conciertos).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
17. Realizar manualidades y/o jardinería (ej. trabajos de marquetería, costura, ganchillo, poda de plantas, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
18. Cocinar como afición (ej. realizar nuevas recetas, probar otras formas de cocinar los alimentos, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
19. La pintura y/o la fotografía (ej. pintar cuadros, hacer fotos de los sitios que he visitado, realizar reportajes, retoques digitales, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
20. Ir de compras de forma activa (ej. comparando precios, probando nuevos productos, memorizando la lista de la compra, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
21. Realizar alguna actividad física (ej. aerobic, correr, fútbol, caminar, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

### VIDA SOCIAL

22. Visitar y/o ser visitado/a por familiares, amigos, vecinos, etc (ej. reuniones sociales, comidas familiares, etc.).....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
23. Realizar actividades religiosas, de convivencia, de voluntariado, etc.....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
24. Relacionarme con personas de otras generaciones.....	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

## T-ADLQ

### CUESTIONARIO DE ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA/INFORMANTE:

Marque con una X la alternativa que mejor describa la situación actual de él (la) participante de este estudio, con respecto a las actividades que se mencionan a continuación:

#### 1. Actividades de autocuidado

##### A. Comer

- 0. No tiene problemas.
- 1. Es independiente, pero come despacio o derrama un poco.
- 2. Necesita ayuda para cortar o servir líquidos; derrama a menudo.
- 3. Se le debe dar de comer la mayoría de los alimentos.
- 9. No sé.

##### B. Vestirse

- 0. No tiene problemas
- 1. Es independiente, pero de manera lenta o torpe.
- 2. Se equivoca en el orden, olvida algunas prendas.
- 3. Necesita ayuda para vestirse.
- 9. No sé.

##### C. Bañarse o ducharse

- 0. No tiene problemas.
- 1. Se baña solo, pero necesita que se lo recuerden.
- 2. Se baña con ayuda.
- 3. Debe ser bañado(a) por otro.
- 9. No sé.

#### D. Ir al baño (orinar o defecar)

- 0. Va al baño de manera independiente.
- 1. Va al baño cuando se lo recuerdan; tiene algunos accidentes, ensucia.
- 2. Necesita ayuda para ir al baño.
- 3. No tiene control sobre orinar o defecar.
- 9. No sé.

#### E. Ingesta de medicamentos

- 0. Se acuerda sin ayuda.
- 1. Se acuerda si sus medicamentos se mantienen en un lugar especial.
- 2. Necesita recordatorio hablado o escrito.
- 3. Hay que darle los medicamentos.
- 9. No toma usualmente medicamentos o no sé.

#### F. Interés en su apariencia personal

- 0. Igual que siempre.
- 1. Se interesa sólo cuando va a salir, pero no cuando está en su casa.
- 2. Permite que lo(a) arreglen, o sólo lo hace cuando se lo piden.
- 3. Resiste los esfuerzos del cuidador para limpiarlo(a) y arreglarlo(a).
- 9. No sé.

### 2. Cuidado del hogar

#### A. Preparar alimentos, cocinar

- 0. Planifica y prepara comida sin dificultad.
- 1. Prepara algunas comidas, pero menos que lo habitual o con menos variedad.
- 2. Se sirve comida sólo si ésta ya ha sido preparada.
- 3. No hace nada para preparar comidas.
- 9. Nunca hizo esta actividad o no sé.

#### B. Poner la mesa

- 0. Sin problemas.
- 1. Es independiente, pero de manera lenta o torpe.
- 2. Olvida elementos o los pone en el lugar equivocado.
- 3. Ya no realiza esta actividad.
- 9. Nunca hizo esa actividad o no sé.

#### C. Aseo del hogar

- 0. Mantiene la casa como siempre.
- 1. Realiza al menos la mitad de la labor.
- 2. Ocasionalmente sacude o realiza pequeños trabajos.
- 3. Ya no realiza el aseo del hogar.
- 9. Nunca hizo esta actividad o no sé.

#### D. Mantenimiento de la casa

- 0. Realiza todas las tareas habituales.
- 1. Realiza al menos la mitad de las tareas usuales.
- 2. Barre ocasionalmente o realiza otras labores simples.
- 3. Ya no realiza labores domésticas.
- 9. Nunca hizo esta actividad o no sé.

#### E. Reparaciones del hogar

- 0. Realiza todas las reparaciones usuales.
- 1. Realiza por lo menos la mitad de las reparaciones usuales.
- 2. Ocasionalmente realiza reparaciones menores.
- 3. Ya no realiza ninguna reparación.
- 9. Nunca hizo esta actividad o no sé.

### F. Lavado de ropa

- 0. Realiza el lavado de la ropa como siempre (mismo horario, misma rutina).
- 1. Realiza el lavado de la ropa con menor frecuencia.
- 2. Realiza el lavado de la ropa sólo si se lo recuerdan; deja fuera el detergente, olvida pasos.
- 3. Ya no realiza el lavado.
- 9. Nunca hizo esta actividad o no sé.

## 3. Trabajo y recreación

### A. Trabajo

- 0. Continúa trabajando como habitualmente.
- 1. Tiene leves dificultades con las responsabilidades habituales.
- 2. Trabaja en un lugar menos exigente o en jornada parcial; está en riesgo de perder su trabajo.
- 3. Ya no trabaja.
- 9. Nunca ha trabajado o se retiró antes de la enfermedad o no sé.

### B. Recreación

- 0. Igual que siempre.
- 1. Participa con menor frecuencia en actividades recreativas.
- 2. Ha perdido algunas habilidades necesarias para las actividades recreativas (por ejemplo: fútbol, jugar a las cartas); se le debe convencer para participar.
- 3. Ya no realiza actividades recreativas.
- 9. Nunca ha realizado una actividad recreativa o no sé.

### C. Organizaciones

- 0. Asiste a reuniones y toma responsabilidades como habitualmente.
- 1. Asiste con menor frecuencia a reuniones.
- 2. Asiste ocasionalmente; no tiene mayores responsabilidades.
- 3. Ya no asiste.
- 9. Nunca ha participado en organizaciones o no sé.

#### D. Desplazamiento

- 0. Igual que siempre.
- 1. Sale si otro maneja.
- 2. Sale en silla de ruedas.
- 3. Está confinado a su casa o al hospital.
- 9. No sé.

#### **4. Compras y dinero**

##### A. Compra de alimentos

- 0. Sin problemas.
- 1. Olvida productos o compra productos innecesarios.
- 2. Necesita estar acompañado(a) o supervisado(a) mientras compra.
- 3. Ya no realiza las compras.
- 9. Nunca ha tenido esta responsabilidad o no sé.

##### B. Manejar dinero en efectivo

- 0. No tiene problemas.
- 1. Tiene dificultad para pagar el monto apropiado, contar.
- 2. Pierde el dinero u olvida donde lo dejó.
- 3. Ya no maneja dinero.
- 9. Nunca ha tenido esta responsabilidad o no sé.

##### C. Manejo de las finanzas

- 0. No tiene problemas para pagar cuentas e ir al banco.
- 1. Paga tarde las cuentas; tiene algunos problemas para hacer cheques.
- 2. Olvida pagar las cuentas; tiene problemas para manejar sus finanzas; necesita ayuda de otros.
- 3. Ya no maneja las finanzas.
- 9. Nunca ha tenido esta responsabilidad o no sé.



## 5. Viajes

### A. Transporte público

- 0. Utiliza el transporte público como habitualmente.
- 1. Utiliza el transporte público con menor frecuencia.
- 2. Se ha perdido usando el transporte público.
- 3. Ya no usa el transporte público.
- 9. Nunca ha usado el transporte público con regularidad o no sé.

### B. Manejo de vehículos

- 0. Maneja como siempre.
- 1. Maneja de manera más cautelosa.
- 2. Maneja de forma más descuidada; se ha perdido manejando.
- 3. Ya no maneja.
- 9. Nunca ha manejado o no sé.

### C. Movilidad en su barrio

- 0. Igual que siempre.
- 1. Sale con menos frecuencia.
- 2. Se ha perdido en su barrio.
- 3. Ya no sale sin estar acompañado.
- 9. Esta actividad la tenía restringida desde antes o no sé.

### D. Viajes fuera del ambiente familiar

- 0. Igual que siempre.
- 1. Ocasionalmente se desorienta en entornos no familiares.
- 2. Se desorienta con facilidad, pero se las arregla si está acompañado.
- 3. Ya no puede viajar.
- 9. Nunca realizó esta actividad o no sé.

## 6. Comunicación

### A. Uso del teléfono

- 0. Igual que siempre.
- 1. Llama a unos pocos números conocidos.
- 2. Solo contesta el teléfono (no realiza llamadas).
- 3. No usa el teléfono para nada.
- 9. Nunca ha usado el teléfono o no sé.

### B. Conversación

- 0. Igual que siempre
- 1. Menos conversador; tiene dificultades para recordar palabras o nombres.
- 2. Comete ocasionalmente errores al hablar.
- 3. Su lenguaje casi no se entiende.
- 9. No sé.

### C. Comprensión

- 0. Comprende todo lo que se le dice usualmente.
- 1. Pide que le repitan lo que se le dijo.
- 2. Ocasionalmente tiene problemas en comprender conversaciones o algunas palabras.
- 3. La mayoría de las veces no entiende lo que la gente dice.
- 9. No sé.

### D. Lectura

- 0. Lee igual que siempre.
- 1. Lee con menor frecuencia.
- 2. Tiene dificultad para comprender o recordar lo leído.
- 3. Ya no lee.
- 9. Nunca leyó mucho o no sé.

## E. Escritura

- 0. Igual que siempre.
- 1. Escribe con menor frecuencia, comete ocasionalmente errores de ortografía.
- 2. Escribe su nombre, pero nada más.
- 3. Nunca escribe.
- 9. Nunca escribió mucho o no sé.

## 7. Tecnología

### A. Uso del computador

- 0. Utiliza el computador regularmente. Realiza tareas en diferentes programas.
- 1. Puede prender el computador y realizar tareas básicas.
- 2. Sólo recuerda como prender y/o apagar el computador.
- 3. Ya no ocupa el computador.
- 9. Nunca lo ha ocupado antes o no sé.

### B. Uso del teléfono celular

- 0. Utiliza el teléfono celular de manera regular, maneja sin dificultades sus diferentes funciones.
- 1. Sabe cómo contestar o realizar llamadas con el teléfono celular.
- 2. Tiene dificultades para recordar cómo contestar una llamada.
- 3. Ya no sabe cómo ocuparlo.
- 9. Nunca ha usado celular / no sé.

### C. Uso del cajero automático

- 0. Utiliza el cajero automático, saca dinero y/o realiza diversas transacciones.
- 1. Tiene algunos problemas para recordar cómo sacar dinero.
- 2. No recuerda la clave para ingresar a su cuenta.
- 3. Ya no ocupa el cajero automático.
- 9. Nunca ha ocupado cajero automático/no sé.

#### D. Acceso a internet

0. Busca fluidamente información en Internet, utiliza sitios de su interés.

1. Navega en Internet con alguna ayuda.
2. Olvida contraseñas y sitios web para revisar su información.
3. Ya no ocupa Internet.
9. Nunca ha ocupado Internet o no sé.

#### E. Uso del correo electrónico

0. Ocupa regularmente el email para comunicarse con sus contactos, recibe y envía archivos adjuntos.

1. Sólo revisa y responde correos. No sabe adjuntar datos.
2. No recuerda su contraseña o el sitio web donde tiene su correo electrónico.
3. Ya no usa su correo para comunicarse.
9. Nunca ha usado correo electrónico o no sé.

#### F. Uso de redes sociales

0. Ocupa regularmente las redes sociales, tales como Facebook, Twitter, Whatsapp, etc

1. Puede ocupar las funciones básicas de las redes sociales, pero tiene dificultades para usar opciones avanzadas sin ayuda (e.g. subir una foto, publicar un comentario, jugar un juego).
2. Solo puede ocupar las redes sociales con ayuda.
3. Ya no sabe cómo usar las redes sociales.
9. Nunca ha utilizado redes sociales/no sé.

Deterioro = Suma de todas las puntuaciones x 100

Funcional3 x número total de ítems respondidos

## **T-ADLQ**

### CUESTIONARIO DE ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA/PARTICIPANTE:

Marque con una X la alternativa que mejor describa su situación actual, con respecto a las actividades que se mencionan a continuación:

#### 1) ACTIVIDADES DE AUTOCUIDADO

##### A. Comer

- 0. No tengo problemas.
- 1. Soy independiente, puedo comer solo pero despacio o derramo un poco.
- 2. Necesito ayuda para cortar o servir líquidos.
- 3. Necesito ayuda para comer la mayoría de los alimentos.
- 9. No sé

##### B. Vestirme

- 0. No tengo problemas.
- 1. Me visto solo, pero lento o con pequeñas dificultades.
- 2. Me equivoco en el orden, o me olvido de algunas prendas.
- 3. Necesito ayuda para vestirme.
- 9. No sé

##### C. Bañarme o Ducharme

- 0. No tengo problemas.
- 1. Me baño solo, pero necesito que me lo recuerden.
- 2. Necesito ayuda para bañarme.
- 3. Me tienen que bañar.
- 9. No sé.

##### D. Ir al baño (defecar u orinar)

- 0. Voy al baño solo.
- 1. Voy al baño cuando me lo recuerdan. He tenido algún accidente o ensucio.

2. Necesito ayuda para ir al baño.
3. No tengo control sobre orinar o defecar.
9. No sé

#### E. Ingesta de medicamentos

0. Me acuerdo sin ayuda.
1. Me acuerdo si los medicamentos están en un lugar especial.
2. Necesito que me lo recuerden.
3. Me tienen que dar los medicamentos. Se me olvida frecuentemente.
9. No suelo tomar medicamentos o no sé.

#### F. Interés en mi apariencia personal

0. Igual que siempre.
1. Me intereso solo cuando voy a salir, pero no cuando estoy en la casa.
2. Dejo que me arreglen, o sólo lo hago cuando me lo piden.
3. No dejo que me arreglen o limpien.
9. No sé

### 2) CUIDADOS DEL HOGAR

#### A. Preparar alimentos, cocinar

0. Puedo planificar y preparar una comida sin dificultad.
1. Puedo preparar algunas comidas, pero menos que lo habitual o sin tanta variedad.
2. Solo me sirvo comida si ésta ya está preparada (lista.)
3. No hago nada para preparar la comida.
9. Nunca he cocinado o no sé.

#### B. Poner la mesa

0. Puedo poner la mesa sin dificultades.
1. Puedo poner la mesa, pero lo hago lento.

2. Olvido algunos elementos o los pongo en el orden equivocado.

3. Ya no puedo poner la mesa.

9. Nunca he puesto la mesa.

#### C. Aseo del hogar

0. Hago el aseo sin dificultades

1. Hago la mitad de las cosas que solía hacer antes.

2. Ocasionalmente sacudo o ayudo en cosas pequeñas.

3. Ya no hago el aseo del hogar.

9. Nunca he hecho el aseo o no sé.

#### D. Mantenición de la casa

0. Realizo todas las tareas habituales.

1. Realizo al menos, la mitad de las tareas que solía hacer antes.

2. Ocasionalmente barro o hago tareas simples.

3. Ya no realizo labores domésticas.

9. Nunca he hecho esta actividad o no sé.

#### E. Reparaciones del hogar

0. Realizo todas las reparaciones usuales de la casa.

1. Realizo por lo menos la mitad de las reparaciones que solía hacer.

2. Ocasionalmente realizo operaciones menores.

3. Ya no realizo ninguna reparación.

9. Nunca he hecho esta actividad o no sé.

#### F. Lavado de ropa

0. Realizo el lavado de la ropa como siempre (mismo horario, misma rutina).

1. Realizo el lavado de la ropa con menor frecuencia.

2. Realizo el lavado de la ropa sólo si me lo recuerdan; dejo fuera el detergente, olvido pasos.

3. Ya no realizo el lavado.
9. Nunca he hecho esta actividad o no sé

## TRABAJO Y RECREACIÓN

### A. Trabajo

0. Continúo trabajando de manera normal.
1. Tengo leves dificultades con las responsabilidades habituales.
2. Trabajo en un lugar menos exigente o en jornada parcial; estoy en riesgo de perder mi trabajo.
3. Ya no trabajo.
9. Nunca he trabajado o me retire antes de la enfermedad o no sé.

### B. Recreación

0. Igual que siempre.
1. Participo con menor frecuencia en actividades recreativas.
2. He perdido algunas habilidades necesarias para las actividades recreativas (por ejemplo: fútbol, jugar a las cartas); se me debe convencer para participar.
3. Ya no realizo actividades recreativas.
9. Nunca he realizado una actividad recreativa o no sé.

### C. Organizaciones

0. Asisto a reuniones y tomo responsabilidades como siempre.
1. Asisto con menor frecuencia a reuniones.
2. Asisto ocasionalmente; no tengo mayores responsabilidades.
3. Ya no asisto.
9. Nunca he participado en organizaciones o no sé.

### D. Desplazamiento

0. Igual que siempre.
1. Salgo si otro maneja.



2. Salgo en silla de ruedas.
3. Estoy confinado a mi casa o al hospital.
9. No sé.

## COMPRAS Y DINERO

### A. Compra de alimentos

0. Sin problemas.
1. Olvido productos o compro productos innecesarios.
2. Necesito estar acompañado(a) o supervisado(a) mientras compro.
3. Ya no realizo las compras.
9. Nunca he tenido esta responsabilidad o no sé.

### B. Manejar dinero en efectivo

0. No tengo problemas.
1. Tengo dificultades para pagar el monto apropiado, o para contar.
2. Pierdo el dinero u olvido donde lo dejé.
3. Ya no manejo dinero.
9. Nunca he tenido esta responsabilidad o no sé.

### C. Manejo de las finanzas

0. No tengo problemas para pagar cuentas e ir al banco.
1. Pago tarde las cuentas; tengo algunos problemas para hacer cheques.
2. Olvido pagar las cuentas; tengo problemas para manejar mis finanzas; necesito ayuda de otros.
3. Ya no manejo las finanzas.
9. Nunca he tenido esta responsabilidad o no sé.

## VIAJES

### A. Transporte público

0. Utilizo el transporte público sin problemas.
1. Utilizo el transporte público con menor frecuencia.
2. Me he perdido usando el transporte público.
3. Ya no uso el transporte público.
9. Nunca he usado el transporte público con regularidad o no sé.

### B. Manejo de Vehículo

0. Manejo como siempre.
1. Manejo de manera más cautelosa.
2. Manejo de forma descuidada; me he perdido manejando.
3. Ya no manejo.
9. Nunca he manejado o no sé.

### C. Movilidad en su barrio

0. Igual que siempre.
1. Ocasionalmente me desoriento en entornos no familiares.
2. Me desoriento con facilidad, pero me las arreglo si estoy acompañado.
3. Ya no puedo viajar.
9. Nunca realicé esta actividad o no sé.

## COMUNICACIÓN

### A. Uso del teléfono

0. Igual que siempre.
1. Llamo a unos pocos números conocidos.
2. Solo contesto el teléfono (no realizo llamadas.)
3. No uso el teléfono para nada.
9. Nunca he usado el teléfono o no sé.

### B. Conversación

- 0. Igual que siempre.
- 1. Menos conversador; tengo dificultades para recordar palabras o nombres.
- 2. Cometo ocasionalmente errores al hablar.
- 3. Mi lenguaje casi no se entiende.
- 9. No sé.

### C. Comprensión

- 0. Comprendo todo lo que me dicen usualmente.
- 1. Pido que me repitan lo que se me dijo.
- 2. Ocasionalmente tengo problemas en comprender conversaciones o algunas palabras.
- 3. La mayoría de las veces no entiendo lo que la gente dice.
- 9. No sé.

### D. Lectura

- 0. Leo igual que siempre.
- 1. Leo con menor frecuencia.
- 2. Tengo dificultad para comprender o recordar lo leído.
- 3. Ya no leo.
- 9. Nunca he leído mucho o no sé.

### E. Escritura

- 0. Igual que siempre.
- 1. Escribo con menor frecuencia, cometo ocasionalmente errores de ortografía.
- 2. Soy capaz de escribir mi nombre, pero nada más.
- 3. Nunca escribo.
- 9. Nunca escribí mucho o no sé

## TECNOLOGIA

### A. Uso del computador

0. Utilizo el computador regularmente. Realizo tareas en diferentes programas.
1. Puedo prender el computador y realizar tareas básicas.
2. Sólo recuerdo como prender y/o apagar el computador.
3. Ya no ocupo el computador. 9. Nunca lo he ocupado antes o no sé.

### B. Uso del teléfono celular

0. Utilizo el teléfono celular de manera regular, manejo sin dificultades mis diferentes funciones.
1. Sé cómo contestar o realizar llamadas con el teléfono celular.
2. Tengo dificultades para recordar cómo contestar una llamada.
3. Ya no sé cómo ocuparlo. 9. Nunca he usado celular / no sé.

### C. Uso del cajero automático

0. Utilizo el cajero automático, saco dinero y/o realizo diversas transacciones.
1. Tengo algunos problemas para recordar cómo sacar dinero.
2. No recuerdo la clave para ingresar a mi cuenta.
3. Ya no ocupo el cajero automático.
9. Nunca he ocupado cajero automático/no sé

### D. Acceso a internet

0. Busco fluidamente información en Internet, utilizo sitios de mi interés.
1. Navego en Internet con alguna ayuda.
2. Olvido contraseñas y sitios web para revisar mi información.
3. Ya no ocupo Internet.
9. Nunca he ocupado Internet o no sé.

#### E. Uso del correo electrónico

0. Ocupa regularmente el email para comunicarme con mis contactos, recibo y envío archivos adjuntos.

1. Sólo reviso y respondo correos. No sé adjuntar datos.

2. No recuerdo mi contraseña o el sitio web donde tengo mi correo electrónico.

3. Ya no uso su correo para comunicarme.

9. Nunca he usado el correo electrónico o no sé.

#### F. Uso de redes sociales

0. Ocupo regularmente las redes sociales, tales como Facebook, Twitter, Whatsapp, entre otros.

1. Puedo ocupar las funciones básicas de las redes sociales, pero tengo dificultades para usar opciones avanzadas sin ayuda (e.g. subir una foto, publicar un comentario, jugar un juego).

2. Solo puedo ocupar las redes sociales con ayuda.

3. Ya no sé cómo usar las redes sociales.

9. Nunca he utilizado redes sociales/no sé.

### Escala Afrontamiento (validadas)

Las siguientes expresiones describen distintas experiencias que usted enfrenta en su vida. Por favor escoja la opción que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de éstas.

N°	Ítem:	Opciones de Respuesta:				
		Muy en desacuer do	En desacuerd o	Ni de acuerdo ni en desacuerd o	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	Incluso cuando una situación parece no tener solución, continúo intentando resolverla.					
2	Puedo ser muy perseverante para conseguir mis metas u objetivos.					
3	Me resulta fácil ver algo positivo incluso en situaciones muy difíciles.					
4	Cuando me enfrento con algún obstáculo, generalmente aumento mis esfuerzos.					
5	Incluso cuando las cosas se ven sin esperanza, yo continúo luchando para alcanzar mis objetivos.					
6	Si después de haberme esforzado mucho no logro resolver un problema fácil, lo dejo sin resolver.					
7	Cuando he tenido que renunciar a algo que quería, igual puedo verle el lado positivo a la situación.					
8	Si no consigo algo que quiero, lo veo también como una posibilidad de aprender a tener paciencia.					
9	Frente una decepción, pienso que hay otras cosas en la vida que son igualmente importantes.					
10	Me parece que incluso los problemas en la vida tienen su lado positivo.					
11	Me apego a mis metas y proyectos incluso ante grandes dificultades.					
12	Cuando me meto en problemas serios, analizo cómo sacarle el mejor partido a la situación.					

Evaluación Acierto EC

	Memoria retrospectiva	Memoria prospectiva
1	No se han puesto en marcha estrategias compensatorias para apoyar la memoria retrospectiva	No se han puesto en marcha estrategias compensatorias para apoyar la memoria prospectiva
2	La estrategia incluye información incorrecta sobre los componentes de la memoria retrospectiva	La estrategia incluye información incorrecta sobre los componentes de memoria prospectiva
3	La estrategia incluye información insuficiente sobre los componentes de memoria retrospectiva	La estrategia incluye información insuficiente sobre los componentes de la memoria prospectiva
4	La estrategia incluye información suficiente para los componentes de memoria retrospectiva	La estrategia incluye suficiente información para los componentes de la memoria prospectiva
5	Múltiples estrategias para apoyar los componentes de la memoria retrospectiva que cumplen con los criterios de nivel 4	Múltiples estrategias para apoyar los componentes de la memoria prospectiva que cumplen con los criterios de nivel 4
	Puntuación RMCSQ: ____ / 5	Puntuación PMCSQ: ____ / 5
	Puntuación total de CSQ: ____ / 10	

**Puntuación de calidad de estrategia compensatoria**

**Puntuaciones de precisión de la tarea PM**

Puntuación de precisión de la tarea PM: Visión general

Puntuación	Parte 1	Parte 2
1	No se completó	No se completó
2	Parcialmente completado o completado con errores	Parcialmente completado o completado con errores
3	Completo y con precisión	Completo y con precisión

Puntuación de precisión de la tarea PM (total): \_\_\_\_\_

**Puntuación de precisión de la tarea PM: Llamada de laboratorio**

Puntuación	Cuestionarios completos	Laboratorio de llamadas
1	No inició cuestionarios	No llamó al laboratorio
2	Cuestionarios parcialmente completados O Cuestionarios completados, pero no colocaron en el sobre de devolución	Llamado laboratorio temprano O Llamado laboratorio tarde O Mensaje no contenía información sobre cuestionarios
3	Completó todos los cuestionarios y se colocó en el sobre de devolución	Llamado laboratorio en el día especificado + hora y verificado que los cuestionarios completados se han colocado en el sobre de devolución

Puntuación de precisión de la tarea de llamada de laboratorio PM (total): \_\_\_\_\_



**Puntuación de precisión de la tarea PM: Resumen de actividad física**

Puntuación	Resumen de actividad física de registro	Mostrar resumen de actividad física durante la tarea de caminar
1	No documentó la actividad física	No presentó resumen de actividad física
2	Actividad física documentada por un solo día O Actividad física documentada en días equivocados O Olvidó registrar la actividad física en fechas especificadas, pero regresó y documentó más tarde	Presenta resumen antes O Presenta resumen tarde O Indicación vaga de que hay que hacer algo durante la tarea de caminar
3	Actividad física documentada en fechas especificadas	Resumen presentado a tiempo

Puntuación de precisión de la tarea de resumen de actividad física PM (total): \_\_\_\_\_

Puntuación total de precisión de las tareas PM: \_\_\_\_\_ / 18

## Anexo 2: Afiche



**CENTRO DE GEROCIENCIA, SALUD MENTAL Y METABOLISMO, FACULTAD DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD DE CHILE.**

**¿QUIERES AYUDARNOS A AMPLIAR EL CONOCIMIENTO SOBRE EL ENVEJECIMIENTO CEREBRAL DE LAS PERSONAS COGNITIVAMENTE SANAS?**

**¿Cuáles son los requisitos?**

- Hombres y mujeres entre 65 y 80 años
- Al menos 6 años de escolaridad.
- Manejo del uso de computador, que permita la evaluación a distancia.
- Contar con un informante confiable (cónyuge, hijo/a, amigo/a).
- No pueden participar personas con dificultades sensoriales graves, que no le permitan colaborar en este estudio y/o trastornos neurológicos, psiquiátricos y/o médicos, previamente diagnosticados.

**SI LE INTERESA CONTACTANOS:  
PS. MARIA FERNANDA PAREDES ROJAS  
MFPAREDES@GMAIL.COM (+56) 990731127**

## Anexo 3: Consentimiento informado



UNIVERSIDAD DE CHILE - FACULTAD DE MEDICINA  
**COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS**

### ACTA DE APROBACIÓN DE PROYECTO

(Documento en versión 2.1 corregida 17.11.2020)

Con fecha 14 de marzo de 2022, el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Facultad de Medicina, Universidad de Chile, integrado por los siguientes miembros:

Dr. Manuel Dyarzún G., Médico Neumólogo, Profesor Titular, Presidente  
Dra. Lucia Cifuentes O., Médico Genetista, Profesor Titular, Vicepresidente  
Sra. Claudia Marshall F., Educadora, Representante de la comunidad  
Dra. Grisel Orellana V., Médico Neuropsiquiatra, Profesor Asociado  
Prof. Julieta González B., Bióloga Celular, Profesor Asociado  
Dra. María Angela Delucchi B., Médico Pediatra Nefrólogo, Profesor Titular  
Dr. Miguel O’Ryan G., Médico Infectólogo, Profesor Titular  
Dra. María Luz Bascuñán R., Psicóloga PhD, Profesor Asociado  
Sra. Karima Yarmuch G., Abogada, Dirección Jurídica, Facultad de Medicina  
Sra. Javiera Cobo R., Nutricionista, Secretaria Ejecutiva  
Prof. Verónica Allaga C., Kinesióloga, Magister en Bioética, Profesor Asociado  
Dr. Dante Cáceres L., Médico Veterinario, Doctor en Salud Pública, Profesor Asociado

Ha revisado el Proyecto de Investigación titulado: **"ESTRATEGIAS COMPENSATORIAS EN LA FUNCIONALIDAD DE LAS PERSONAS MAYORES PERTENECIENTES A LA POBLACIÓN CHILENA Y SU RELACIÓN CON LA RESERVA COGNITIVA Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO"**. Cuyo investigador Responsable es la Dra. María Fernanda Paredes, quien desarrolla labores en el Departamento de Neurociencias, Universidad de Chile.

El Comité revisó los siguientes documentos del estudio:

- Proyecto tesis de Magíster
- Curriculum Vitae de los investigadores
- Consentimiento informado
- Carta Compromiso del investigador

El proyecto y los documentos señalados en el párrafo precedente han sido analizados a la luz de los postulados de la Declaración de Helsinki, de las Pautas Éticas Internacionales para la Investigación Biomédica en Seres Humanos CIOMS 2016, y de las Guías de Buena Práctica Clínica de ICH 1996.

14/MAR/2022



Teléfono: 29789536 - Email: [ceih.med@uchile.cl](mailto:ceih.med@uchile.cl)



**UNIVERSIDAD DE CHILE - FACULTAD DE MEDICINA**  
**COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS**

Sobre la base de esta información el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile se ha pronunciado de la siguiente manera sobre los aspectos del proyecto que a continuación se señalan:

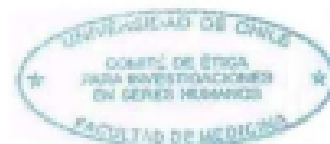
- a) Carácter de la población a estudiar: Población no cautiva.
- b) Utilidad del proyecto: El proyecto tiene un gran potencial ya que contribuiría a mejorar la calidad de la cognición en sujetos de tercera edad.
- c) Riesgos y beneficios: Riesgos no superiores al mínimo y podría existir el beneficio de afectar positivamente en las habilidades cognitivas de los participantes.
- d) Protección de los participantes (asegurada por el consentimiento informado): Adecuado.
- e) Notificación oportuna de reacciones adversas: No aplica.
- f) Compromiso del investigador responsable en la notificación de los resultados del estudio al finalizar el proyecto: Si.
- g) Requiere seguimiento o visita en terreno: Si  No   
N.º de vistas: \_\_\_\_\_

Por lo tanto, el comité estima que el estudio propuesto está bien justificado y que no significa para los sujetos involucrados riesgos físicos, psíquicos o sociales mayores que mínimos.

Este comité también analizó y aprobó los correspondientes documentos de Consentimiento Informado en su versión modificada el 14 de marzo de 2022, que se adjunta firmado, fechado y timbrado por este CEISH.

Sin perjuicio de lo anterior, según lo establecido en el artículo 10 bis del D.S Nº 114 de 2011, del Ministerio de Salud que aprueba el reglamento de la ley Nº 20.120; es preciso recordar que toda investigación científica en seres humanos deberá contar con la autorización expresa del o de los directores de los establecimientos dentro de los cuales se efectúe, la que deberá ser evacuada dentro del plazo de 20 días hábiles contados desde la evaluación conforme del CEISH,

14/MAR/2022



Teléfono: 29789536 - Email: [ceish.med@uchile.cl](mailto:ceish.med@uchile.cl)



**UNIVERSIDAD DE CHILE - FACULTAD DE MEDICINA**  
**COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS**

siendo de responsabilidad del investigador enviar a este Comité una copia de la misma dentro del plazo señalado.

En virtud de las consideraciones anteriores el Comité otorga la aprobación ética para la realización del estudio propuesto, dentro de las especificaciones del protocolo.

Se extiende este documento por el periodo de **02 años** a contar desde la fecha de aprobación prorrogable según informe de avance y seguimiento bioético.

**Lugar de realización del estudio:**

- Evaluaciones en línea mediante plataforma zoom o meet.

**JAVIERA DE LOS  
ANDES COBO  
RIVEROS**  
Nta. Javiera Cobo Riveros  
Secretaria Ejecutiva CEISH

Santiago, 14 de marzo 2022

Proyecto: N° 124-2021  
Archivo acta: N° 187

14/MAR/2022



## Consentimiento informado

Formulario de consentimiento informado para hombres y mujeres, invitados a participar en un estudio sobre estrategias compensatorias.

**Nombre del Investigador principal:** María Fernanda Paredes Rojas

**R.U.T. :** 17.325.494-6

**Patrocinante:** Dra. Andrea Slachevsky

**Institución:** Unidad de Memoria, Universidad de Chile.

**Teléfono:** +56990731127

Este Documento de Consentimiento Informado tiene dos partes:

- Información (proporciona información sobre el estudio)
- Formulario de Consentimiento (para firmar si está de acuerdo en participar) Se le dará una copia del Documento completo de Consentimiento Informado.

Soy María Fernanda Paredes Rojas y trabajo en el Centro de Gerociencia, Salud Mental y Metabolismo (GERO), en este contexto estamos investigando con la finalidad de conocer y describir cómo se relacionan algunas características cognitivas de las personas mayores con las estrategias que utilizan en las actividades de la vida diaria para afrontar y compensar los cambios asociados al envejecimiento.

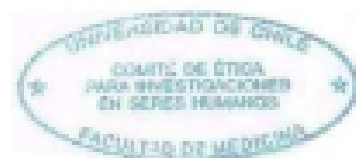
El estudio incluirá a un número total de 30 participantes entre 65 y 85 años, de la región del Bio-Bio y Metropolitana.

El procedimiento consistirá en dos o tres sesiones, a través de plataformas digitales, esto dependerá del tiempo que tome aplicar todo el contenido de la investigación. Estas sesiones, serán de mutuo acuerdo y coordinadas con el encargado del estudio. Cuyo objetivo es contestar unos cuestionarios y hacer actividades, como tareas o pequeños desafíos en el momento. Cada reunión será de 40 minutos como máximo.

Las entrevistas serán grabadas, con la finalidad de luego poder revisar en detalle el contenido de las estrategias compensatorias de las personas mayores, estas solo serán observadas por los investigadores a cargo de este estudio.

Se garantiza la confidencialidad. Es importante mencionar sobre el manejo de los datos, luego de las entrevistas, será completamente anónimos, otorgándole a los datos un código,

14/MAR/2022



para que no circulen datos personales de los participantes. Cualquier publicación o comunicación científica de los resultados de la investigación será completamente anónima.

Usted no tiene por qué participar en esta investigación si no desea hacerlo y el negarse a participar no le afectará en ninguna forma. Puede dejar de participar en la investigación en cualquier momento. Es su elección y todos sus derechos serán respetados.

**Riesgos:** Es importante mencionar que las evaluaciones neuropsicológicas vía zoom u otras plataformas virtuales pueden presentar riesgos de confiabilidad de los datos recogidos, durante la aplicación de las pruebas y/o cuestionarios.

**Costos:** no existirán costos para el participante.

En caso de duda sobre sus derechos debe comunicarse con el Presidente del "Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos", Dr. Manuel Oyarzún G., Teléfono: 2 - 978 95 36, Email: [ceish.med@uchile.cl](mailto:ceish.med@uchile.cl), cuya oficina se encuentra ubicada a un costado de la Biblioteca Central de la Facultad de Medicina, Universidad de Chile en Av. Independencia 1027, Comuna de Independencia.

Por favor indique o marque si usted, tiene el interés de conocer los resultados generales del estudio: \_\_\_\_\_

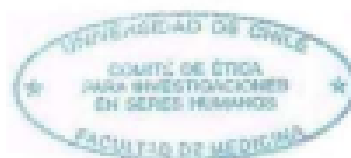
A quien contactar en caso de preguntas:

Ps. María Fernanda Paredes Rojas: [mfparedesr@gmail.com](mailto:mfparedesr@gmail.com). (+56) 990731127

Si desea participar en el estudio favor llenar el talonario adjunto y devolver la forma.

Después de haber recibido y comprendido la información de este documento y de haber podido aclarar todas mis dudas, otorgo mi consentimiento para participar en el proyecto "Estrategias compensatorias en la funcionalidad de las personas mayores pertenecientes a la población chilena y su relación con la reserva cognitiva y las estrategias de afrontamiento".

14/MAR/2022



**Autorización**

He leído el procedimiento descrito arriba. El investigador me ha explicado el estudio y ha contestado mis preguntas. Voluntariamente, yo \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, RUT \_\_\_\_\_  
doy mi consentimiento para participar en el estudio de Ps. Maria Fernanda Paredes Rojas sobre las estrategias compensatorias en las actividades de la vida diaria. He recibido copia del procedimiento.

\_\_\_\_\_  
Nombre: \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_  
Rut: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Andrea Slachevsky \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_  
7.928.113-1

\_\_\_\_\_  
Ma. Fernanda Paredes Rojas \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_  
17.435.494-6

Fecha: / / 2022

14/MAR/2022





## Anexo 4: Traducción tareas de memoria prospectiva.

### Tarea 1: Tarea de llamada al encargado del estudio.

#### Materiales e Información:

- PS – Sobre n.3, cuestionarios.

#### Tester: –

- Prepárese para compartir las instrucciones de la tarea de llamada al laboratorio.
- Prepárese para compartir en la pantalla de la escala de calificación del éxito.
- Día + hora de la llamada (una semana después de esta cita [Día 7], misma hora de inicio)
- Nota: los participantes pueden tomar notas a medida que se dan instrucciones, pero no les piden que lo hagan.

**Por favor, tome su carpeta de prueba y extraiga los materiales del sobre plástico etiquetado con el número 3 y colóquelos en la mesa frente a usted (pausa hasta que se recuperen los materiales). Me gustaría que completara estos cuestionarios antes de su próxima sesión de videollamada para este estudio. No quiero que complete estos cuestionarios ahora. Usted completará estos cuestionarios por su cuenta en algún momento después de esta sesión. Cuando complete los cuestionarios, asegúrese de revisarlos cuidadosamente para constatar que no omitió accidentalmente ninguna pregunta. Compruebe dos veces su trabajo, y por favor revise la parte posterior de las páginas para ver si hay elementos adicionales, ya que muchos de los cuestionarios se imprimen a doble cara. ¿Tiene alguna pregunta sobre los cuestionarios? (pausa) Discutiremos estos cuestionarios en el contexto de esta próxima tarea (pausa hasta que se centren en usted y no en el paquete del cuestionario)**

**Instrucciones de la tarea: Ahora le proporcionare las instrucciones específicas para esta tarea. (Presente en la pantalla las instrucciones de tarea de llamada de laboratorio) Aquí están las instrucciones que puede seguir mientras discutimos esta tarea. Dentro de la próxima semana, me gustaría que completara los cuestionarios que acabamos de discutir. Entonces, me gustaría que llamara a nuestro encargado el [DIA DE SEMANA, FECHA] a las [HORA]. Esa fecha es una semana a partir de hoy y la hora es la misma hora en que esta cita se programó para comenzar. Tendrá dejar un mensaje de voz. El propósito de la llamada es informar al laboratorio si completó sus cuestionarios y que los colocó en el sobre de devolución. ¿Tiene alguna pregunta sobre esta tarea?**

- NOTA: Los participantes *pueden tomar notas* mientras usted proporciona las instrucciones. Si toman notas durante las instrucciones, marque esto en la hoja de registro.
- NOTA: Si el participante indica que no puede completar la llamada en la fecha y hora especificadas, documente que hubo un conflicto y re programe. Intente pasar a un tiempo diferente durante el mismo día. Si el participante indica que no podrá hacer una llamada en cualquier momento del Día 7, programe dentro del Día 8 al Día 10. Documentar la fecha y hora programadas.

Comprobación de instrucciones de tarea / memoria retrospectiva: Haga estas preguntas al participante. Encierre en un círculo su respuesta o escriba su respuesta incorrecta. Si proporcionan una respuesta incorrecta, corrijalas y pase a la siguiente pregunta. Continúe compartiendo en la pantalla la *tarea de llamada al laboratorio*.

- **Para revisar, ¿qué necesita completar antes de la llamada?** Respuesta: cuestionarios
- **¿Cuándo debería llamar al laboratorio?** Respuesta: una semana a partir de hoy, a la misma hora que la hora de inicio que esta cita; participante necesita indicar la fecha y hora reales
- **¿Qué información debe contener su mensaje?** Respuesta: si el participante ha completado cuestionarios, si los cuestionarios se han colocado en el sobre de devolución.

Enseñar de nuevo: **Ahora, en sus propias palabras, ¿podría explicarme todo lo que debe hacer para esta tarea?** Continúe compartiendo en la pantalla la *tarea de llamada al laboratorio*.

Proporcione la primera oportunidad de enseñar. El participante debe mencionar la información de cada pregunta de RM Check. Si el participante omite un aspecto, puede proporcionar indicaciones similares a las preguntas de RM Check (por ejemplo, si se omite el contenido del mensaje, "¿Y qué información debe contener su mensaje?"). Tome nota y corrija los errores. Si se necesitara una corrección en la primera oportunidad de enseñanza, proporcione una segunda oportunidad de enseñar de nuevo diciendo: **De acuerdo, ¿podría explicarme las instrucciones una vez más?** Si el participante sigue omitiendo información clave en la segunda oportunidad de respuesta, corrija y tome nota de los errores. Continúe con la fase de planificación.

Instrucciones de planificación/CS: **Planifique ahora. Puede utilizar cualquier estrategia que pueda utilizar en su vida diaria para ayudarle a recordar llamar con éxito al laboratorio y dejar un correo de voz o mensaje con respecto a su finalización de los cuestionarios en el día y la hora correctos. Está bien si necesita salir de la vista de la cámara para poner esta estrategia en su lugar.** Continúe compartiendo en la pantalla la *tarea de llamada al laboratorio*. Un participante también puede elegir no hacer nada. Si no inician ninguna planificación/CS, digamos: **¿Estás listo para seguir adelante?**

Planificación: Indique si planifica y, si es así, registre una descripción con el mayor detalle posible. Documente si el participante comenzó a tomar notas durante las instrucciones o después de que se le pida que planifique.

Estrategias compensatorias: Tendrá que utilizar la información de codificación de estrategia compensatoria que se encuentra al final del protocolo. Indique el número de veces que se produjo cada uno con un recuento. Esto no necesita ser perfecto, ya que es sólo una guía para los futuros codificadores. Es más importante que proporcione una descripción de las estrategias observadas. Marque "Ninguno" si no observó al participante participando en ninguna CS durante la planificación. Si el participante sale de la cámara para poner una estrategia en su lugar, tendrá que sondear para obtener información adicional:

- **Debido a que saliste de la vista de la cámara, ¿puedes describirme lo que hiciste para ayudarte con esta tarea?**
- Si dicen que escribió algo, pregunte, **¿Puedes mostrarme (decirme) lo que escribiste??** Documento, trate de ver lo que escribieron si es posible.
- Si la estrategia implica algo tangible que se puede mover y/ o llevar fácilmente a la cámara (por ejemplo, una nota adhesiva, una nota escrita en un planificador, etc.), pregunte: **¿Me mostraría?** Asegúrese de proporcionar también al participante la oportunidad de poner la nota adhesiva, etc. de vuelta donde estaba

Calificación de calidad: No hay puntuación de calificación todavía, sólo trate de anotar tantos detalles sobre su plan como sea posible.

Predicciones futuras (Post-Planificación): *(Escala de calificación de éxito actual a través de pantalla compartida)* **Usando esta escala, califique el éxito que cree que obtendrá al llamar al laboratorio para dejar un mensaje sobre los cuestionarios en el día y la hora especificados.**

- Si el participante solicita información aclarante (es decir, a qué fecha/hora se supone que debe llamar, contenido específico del mensaje, etc.), **diga, no puedo proporcionarle información adicional en este momento**
- **Asegúrese de que su espacio de trabajo esté despejado y pasaremos a la siguiente tarea. Al limpiar su espacio de trabajo, asegúrese de no colocar sus cuestionarios con materiales que iran en el sobre de devolución durante esta sesión.**

## Tarea 11: Tarea de resumen de actividad física de PM

### Materiales e Información:

- Ps – ninguno
- Probador
  - Predicciones de PM en el mundo real
  - Prepárese para compartir en la pantalla las instrucciones de la tarea de resumen de actividad física de PM
  - Prepárese para compartir la pantalla la escala de clasificación del éxito.
  - Nota: los participantes pueden tomar notas a medida que se dan instrucciones, pero no les pidan que lo hagan

### **No necesitará ningún material para esta próxima tarea.**

Instrucciones de la tarea: **Ahora le proporcionare las instrucciones específicas para esta tarea** (Presentar instrucciones *de tarea de resumen de actividad física* a través de pantalla compartida) Aquí **hay instrucciones que puede seguir mientras revisamos esta tarea. Durante los próximos dos días, es decir, mañana y al día siguiente, quiero que escribas el ejercicio o actividad física que hayas realizado. Por favor, anote la fecha en cada tarea de actividad física. Por ejemplo, mañana podría escribir, "jardinería", y fecharlo. Luego, al día siguiente, "fui a dar un paseo" y su fecha. Durante su próxima cita de videollamada cuando le pida que complete una tarea de caminata, quiero que me muestre esas actividades físicas que escribió. La tarea de caminar servirá como su señal para mostrarme las actividades físicas que escribió. ¿Tiene alguna pregunta sobre esta tarea?**

- NOTA: Los participantes *pueden tomar notas* mientras usted proporciona las instrucciones. Si toman notas durante las instrucciones, marque esto en la hoja de registro.

Comprobación de instrucciones de tarea / memoria retrospectiva: Haga estas preguntas al participante. Marque con un círculo de su respuesta o escribir su respuesta incorrecta. Si proporcionan una respuesta incorrecta, corríjala y pase a la siguiente pregunta. Continúe compartiendo en la pantalla las instrucciones *de la tarea Resumen de actividad física*.

- **Para revisar, ¿qué información debe preparar para mostrarme durante su segunda sesión?** Respuesta: actividades físicas durante los próximos dos días; deben ser escritas;
- **¿Cuándo debe preparar esta información?** Respuesta: mañana, pasado mañana
- **¿Cuándo debe proporcionar el resumen escrito de su actividad física?** Respuesta: próxima de videollamada durante la tarea de caminata.

Enseñar de nuevo: **Ahora, en sus propias palabras, ¿podría explicarme todo lo que debe hacer para esta tarea?** Continúe en pantalla compartida las *instrucciones de la tarea Resumen de actividad física*. Proporcione la primera oportunidad de enseñar. El participante debe mencionar la información de cada pregunta de RM Check. Si el participante omite un aspecto, puede proporcionar indicaciones similares a las preguntas de RM Check (por ejemplo, el participante ha omitido los días, "¿Y cuándo debe preparar esta información?"). Tome nota y corrija los errores. Si se necesitara una corrección en la primera oportunidad de enseñanza, proporcione una segunda oportunidad de enseñar de nuevo diciendo: **¿De acuerdo, ¿podría explicarme las instrucciones una vez más?** Si el participante sigue omitiendo información clave sobre la segunda oportunidad de respuesta, corrija y tome nota de los errores. Continúe con la fase de planificación.

Instrucciones de planificación/CS: **por favor planifique ahora. Puedes usar cualquier estrategia de tu vida diaria para ayudarte a recordar proporcionar con éxito el resumen escrito de la actividad física,** al completar la tarea de caminar durante la próxima sesión de videollamada. **Está bien si necesita salir de la cámara para poner en práctica de esta estrategia.** Continúe compartiendo en la pantalla las *instrucciones de la tarea Resumen de actividad física*.

- Un participante también puede elegir no hacer nada. Si no inician ninguna planificación/CS, digamos: **¿Estás listo para seguir adelante?**

Planificación: Indique si lo planeó y, si es así, escriba una descripción con el mayor detalle posible. Documente si el participante comenzó a tomar notas durante las instrucciones o después de que se le pida que planifique.

Estrategias compensatorias: Deberá utilizar la información de codificación de la estrategia compensatoria que se encuentra al final del protocolo. Indique el número de veces que ocurrió cada uno con un recuento. Esto no tiene por qué ser perfecto, ya que es solo una guía para futuros codificadores. Es más importante que proporcione una descripción de las estrategias observadas. Marque "Ninguno" si no observó al participante participar en ninguna estrategia compensatoria durante la planificación. Si el participante se sale de la cámara para poner en práctica una estrategia, deberá buscar información adicional:

- **Debido a que salió de la vista de la cámara, ¿puede describirme lo que hizo para ayudarlo con esta tarea??**
- Si dicen que escribió algo, pregunte, **¿Puedes mostrar (dime) lo que escribiste??** Documento, trate de ver lo que escribieron si es posible.
- Si la estrategia implica algo tangible que se puede mover y/ o llevar fácilmente a la cámara (por ejemplo, una nota adhesiva, una nota escrita en un planificador, etc.), pregunte: **¿Me mostraría?** Asegúrese de proporcionar también al participante la oportunidad de poner la nota adhesiva, etc. de vuelta donde estaba.

Calificación de calidad: No hay puntuación de calificación todavía, sólo trate de anotar tantos detalles sobre su plan como sea posible.

Predicciones futuras (Post-Planificación): (Escala de *calificación de éxito* actual a través de la pantalla compartida) **Usando esta escala, califique el éxito que cree que obtendrá al proporcionar el resumen de actividad física escrito cuando se le pida que complete una tarea de caminata durante la próxima sesión.**

- Si el participante pide información aclarante (es decir, lo que se supone que deben escribir para el resumen de la actividad física, durante la cual se supone que debe proporcionar el informe, etc.), por ejemplo, **no puedo proporcionarle información adicional en este momento.**

### Tarea 15: Seguimiento de la tarea de informes de actividad física pm

Si el participante *había proporcionado previamente* el informe de actividad física:

- **¿Está su resumen de actividad física escrito todavía al alcance de la mano?** (pausa para la respuesta) **Por favor, recupere y colóquelo en la mesa frente a usted.**
- Continúe con la Parte 1 – Escribir las preguntas del Informe de Actividad Física.

Si el participante *no proporciona* el resumen de actividad física escrito en el momento en que haya terminado con la caminata:

- **¿Había algo que se suponía que me mostraras durante esta videollamada?**
- El participante recuerda proporcionar un informe escrito de actividad física
  - Permita que el participante recupere el resumen y colóquelo en la mesa delante de ellos.
  - Continúe con la Parte 1 – Escribir las preguntas del Informe de Actividad Física.
- El participante no recuerda la tarea del informe de actividad física:
  - **En la última sesión, le pedí que escribiera un breve resumen de su actividad física. ¿Pudiste escribir ese resumen?**
  - En caso afirmativo, permita que el participante recupere el resumen y proceda a la Parte 1 – Escribir las preguntas del Informe de Actividad Física.
  - Si no, proceda con las preguntas aplicables de la Parte 1 – Redacción del Informe de Actividad Física.

*NOTA: Si se está quedando corto de tiempo, puede optar por recopilar solo las estrategias compensatorias y la clasificación de éxito para cada parte. Las preguntas restantes se pueden recoger a través de una llamada de seguimiento.*

#### **Parte 1 – Redacción del Informe de Actividad Física**

**Estrategias compensatorias: Ahora le haré algunas preguntas sobre las estrategias que utilizó para recordarse de completar la tarea de informe de actividad física. Había dos partes que debía recordar para esta tarea. Primero recordar registrar su resumen de actividad física, y el segundo recordar mostrarme el resumen cuando terminó la tarea de caminar. Ahora le haré preguntas sobre las estrategias que utilizó para recordarse el registrar el resumen de la actividad física.**

Mostrar la tarjeta de estrategias compensatorias al participante a través de la pantalla compartida. Diga: **Aquí hay una lista de estrategias que alguien podría usar para ayudarles a recordar hacer algo. ¿Utilizó alguna de las estrategias enumeradas, o cualquier otra estrategia que no esté en la tarjeta, para ayudarle a recordar que debe registrar el resumen de actividad física?** *Nota: El participante no tiene que respaldar*

ninguna de las opciones de la tarjeta; simplemente sirve para ayudar a explicar lo que es una "estrategia".

Anote las estrategias utilizadas y clasifíquelas en la siguiente tabla.

CS escrito – Si dicen que escribieron algo, pregunte, **¿Puede mostrar**(o, si se rechaza, **decirme) lo que escribió?** Documente, trate de ver lo que escribieron si es posible.

Alguien ayudó – Si el participante indicó recibir ayuda de otra persona, pregunte: **¿Quién le ayudó con esta tarea?** Respuesta del documento.

No se utiliza CS : marque si informaron que no usaron CS y usted no observó ninguna CS

Nivel de calidad CS: el evaluador puede ignorar

Puntuación de calidad CS: \_\_\_\_\_ No USA EC: \_\_\_\_\_

Tecnología de asistencia	Parte de la rutina	Simplificar
Señal ambiental	Aumentar el esfuerzo/tiempo	Plan
Estrategia externa/Recordatorio	Reducir la distracción	Ayuda
Estrategia interna/Recordatorio	Organizar	

Sin estrategia: Si el participante indica que no hay estrategias, **deténgase** aquí y **proceda a** Las preguntas de mejora de **la estrategia**.

Pregunta de calificaciones CS: Si el participante indicó el uso de *cualquier* estrategia (incluso si no pudo completar esta tarea), haga las siguientes preguntas:

- Clasificación de éxito
  - Presente la **Escala de Calificación de Éxito** al participante.
  - **Usando esta escala de calificación, ¿qué tan exitosa fue su estrategia para recordar escribir el resumen de la actividad física, con 0% sin éxito y 100% siendo completamente exitoso?**
  - Obtenga una única clasificación de éxito, incluso si el participante utilizó más de una estrategia.
  - Si el participante utilizó varias estrategias pida aclaración sobre qué estrategia califica, por **ejemplo, proporcione una calificación para el conjunto de estrategias que utilizó para recordar escribir el resumen de actividad física.**
- Clasificación de frecuencia
  - *NOTA: No es necesario obtener una clasificación de frecuencia para una estrategia notificada anteriormente durante preguntas de tareas de PM anteriores. Tasa únicamente las estrategias recientemente notificadas*



- Escala **de frecuencia actual** al participante.
- **Usando esta escala de clasificación, por favor indique con qué frecuencia utiliza la estrategia de (nombre de la estrategia), que utilizó para esta tarea, en su vida diaria.**
- Obtenga una clasificación de frecuencia para cada estrategia reportada.

#### Preguntas sobre la mejora de la estrategia

- **Si tuvieras que completar esta tarea de nuevo, ¿qué harías de manera diferente para ayudarte a recordar completar esta tarea?** Documente la respuesta.
- Presente **la escala de clasificación de éxito** al participante. **Si tuviera que completar esta tarea de nuevo, califique el éxito que cree que obtendría al proporcionar el informe de actividad física escrito durante la tarea especificada.**
  - *NOTA: Puede omitir la clasificación de éxito si el participante no realiza ningún cambio.* PM Puntuación de precisión de la tarea: el evaluador puede ignorar por ahora; se codificará en el vídeo + revisión de archivos

#### **Parte 2 – Proporcionar el Informe de Actividad Física**

Estrategias compensatorias: **Ahora le haré algunas preguntas sobre las estrategias que utilizó para recordarse proporcionar el resumen de actividad física durante la tarea especificada.**

Mostrar **CS Ejemplos Tarjeta** al participante a través de la pantalla compartida. Diga: **Aquí hay una lista de estrategias que una persona podría usar para ayudarlo a recordar hacer algo. ¿Usó alguna de las estrategias enumeradas, o cualquier otra estrategia que no esté en la tarjeta, para ayudarlo a recordarme que me muestre el resumen de actividad física??** *Nota: El participante no tiene que respaldar ninguna de las opciones de la tarjeta; simplemente sirve para ayudar a explicar lo que es una "estrategia".*

Anote las estrategias utilizadas y clasifíquelas en la siguiente tabla.

CS escrito – Si dicen que escribieron algo, pregunte, **¿Puede mostrar**(o, si se rechaza, **decirme) lo que escribió?** Documente, trate de ver lo que escribieron si es posible.

Alguien ayudó – Si el participante indicó recibir ayuda de otra persona, pregunte: **¿Quién le ayudó con esta tarea?** Documente la respuesta.

No se utiliza CS : marque si informaron que no usaron CS y usted no observó ninguna CS

Nivel de calidad CS: el evaluador puede ignorarlo

Nivel de calidad CS: \_\_\_\_\_

No CS Usado: \_\_\_\_\_

Señales Ambientales	Increase Effort/Time	Plan
Tecnología de asistencia	Parte de la rutina	Simplificar
Señales ambientales	Aumentar el esfuerzo/tiempo	Plan
Estrategia externa/Recordatorio	Reducir la distracción	Ayuda
Estrategia interna/Recordatorio	Organizar	

Sin estrategia: Si el participante indica que no hay estrategias, **deténgase** aquí y **proceda a** Las preguntas de mejora de **la estrategia**.

Pregunta de calificaciones CSs: Si el participante indicó el uso de cualquier estrategia (incluso si no pudo completar esta tarea), haga las siguientes preguntas:

- Clasificación de éxito
  - Presente la **Escala de Calificación de Éxito** al participante.
  - **Usando esta escala de calificación, ¿qué tan exitosa fue su estrategia recordar proporcionar el resumen del informe de actividad física durante la tarea especificada, con 0% sin éxito y 100% completamente exitoso?**
  - Obtenga una única clasificación de éxito, incluso si el participante utilizó más de una estrategia.
  - Si el participante utilizó varias estrategias pide aclaraciones de clasificación sobre cada estrategia, por **ejemplo, proporcione una calificación para el conjunto de estrategias que utilizó para recordar para proporcionar el resumen de actividad física.**
- Recordatorio Llamada
  - Pregunte al participante: **¿Puso sus estrategias en su lugar antes o después de la llamada recordatorio para esta cita?**
- Clasificación de frecuencia
  - *NOTA: No es necesario obtener una clasificación de frecuencia para una estrategia notificada anteriormente durante preguntas de tareas de PM anteriores. Tasa únicamente las estrategias recientemente notificadas*
  - Escala **de frecuencia actual** al participante.

- **Usando esta escala de clasificación, por favor indique con qué frecuencia utiliza el estrato y de (nombre de la estrategia), que utilizó para esta tarea,, en su vida diaria.**
- Obtenga una clasificación de frecuencia para cada estrategia reportada.

Preguntas sobre la mejora de la estrategia

- **Si tuvieras que completar esta tarea de nuevo, ¿qué harías de manera diferente para ayudarte a recordar completar esta tarea? Documente la respuesta.**
- Presente **la escala de clasificación de éxito** al participante. **Si tuviera que completar esta tarea de nuevo, califique el éxito que tendría al proporcionar el informe de actividad física escrito durante la tarea especificada.**
  - *NOTA: Puede omitir la clasificación de éxito si el participante no realizaría ningún cambio.*

PM Puntuación de precisión de la tarea: el evaluador puede ignorar por ahora; se codificará en el vídeo + revisión de archivos

PM Informe de actividad física Preguntas de seguimiento:

**Ahora tengo algunas preguntas adicionales que me gustaría hacerle acerca de completar esta tarea y tareas similares en su vida diaria** (las preguntas se enumeran en el documento fuente).

## Tarea 17: Seguimiento de llamadas de PM Lab

Consulte La Lista de verificación de preparación de sesiones de prueba para confirmar si el participante llamó al laboratorio y dejó un correo de voz que describe el estado de sus cuestionarios. Si es así, se señalará la fecha y hora en que se dejó el mensaje de voz.

**Cerca del final de nuestra última sesión de prueba, le pedí que llamara al laboratorio y dejara un mensaje de voz o un mensaje con el personal del laboratorio en una fecha y hora en particular. Además, le pedí que indicara en el correo de voz o mensaje si había completado sus cuestionarios y colocado los cuestionarios en el sobre de devolución. ¿Usted hizo estas cosas?**

### Parte 1 – Completar los cuestionarios

*NOTA: Si se está quedando corto de tiempo, puede optar por recopilar solo las estrategias compensatorias y la clasificación de éxito para cada parte. Las preguntas restantes se pueden recoger a través de una llamada de seguimiento.*

Estrategias compensatorias: Había dos partes que se requerían recordar en esta tarea. El primero fue recordar completar los cuestionarios antes de llamar al laboratorio, y el segundo era recordar llamar al laboratorio y dejando un mensaje sobre los cuestionarios en una fecha y hora especificadas. Ahora les haré algunas preguntas sobre las estrategias que utilizó para recordarse el completar los cuestionarios.

Mostrar **carta de ejemplos de estrategias compensatorias** al participante a través de pantalla compartida. Esta es una lista de estrategias que una persona podría usar para ayudarles a recordar hacer algo. ¿Utilizó alguna de estas estrategias enumeradas, o cualquier otra estrategia que no esté en la tarjeta, para ayudarle a recordar que debe completar los cuestionarios antes de llamar al laboratorio? *Nota: El participante no tiene que respaldar ninguna de las opciones de la tarjeta; simplemente sirve para ayudar a explicar lo que es una "estrategia".*

Anote las estrategias utilizadas y clasifíquelas en la siguiente tabla.

CS escrito – Si dicen que escribieron algo, pregunte, **¿Puede mostrar**(o, si se rechaza, **decirme) lo que escribió?** Documente, trate de ver lo que escribieron si es posible.

Alguien ayudó – Si el participante indicó recibir ayuda de otra persona, pregunte: **¿Quién le ayudó con esta tarea?** Documente la respuesta.

No se utiliza CS : marque si informaron que no usaron CS y usted no observó ninguna CS

Nivel de calidad CS: el evaluador puede ignorarlo

Tecnología de asistencia	Parte de la rutina	Simplificar
Señal ambiental	Aumentar el esfuerzo/tiempo	Plan
Estrategia externa/Recordatorio	Reducir la distracción	Ayuda
Estrategia interna/Recordatorio	Organizar	

Sin estrategia: Si el participante indica que no hay estrategias, **deténgase** aquí y **proceda a** Las preguntas de mejora de **la estrategia**.

Pregunta de calificaciones CSs: Si el participante indicó el uso de *cualquier* estrategia (incluso si no pudo completar esta tarea), haga las siguientes preguntas:

- Clasificación de éxito
  - Presente la **Escala de Calificación de Éxito** al participante.
  - **Usando esta escala de calificación, ¿cuán exitosa fue su estrategia para recordar completar los cuestionarios antes de llamar al laboratorio, con 0% sin éxito y 100% siendo completamente exitoso?**
  - Obtenga una única clasificación de éxito, incluso si el participante utilizó más de una estrategia.
  - Si el participante utilizó varias estrategias pide aclaraciones de clasificación sobre cada estrategia, por **ejemplo, proporcione una calificación para el conjunto de estrategias que utilizó para recordar llamar al laboratorio**
  
- Clasificación de frecuencia
  - *NOTA: No es necesario obtener una clasificación de frecuencia para una estrategia notificada anteriormente durante preguntas de tareas de PM anteriores. Tasa únicamente las estrategias recientemente notificadas*
  - Presentar la Escala **de frecuencia actual** al participante.
  - **Usando esta escala de clasificación, por favor indique con qué frecuencia utiliza el (nombre de la estrategia), que utilizó para esta tarea, en su vida diaria.**
  - Obtenga una clasificación de frecuencia para cada estrategia reportada.

Preguntas sobre la mejora de la estrategia

- **Si tuvieras que completar esta tarea de completar los cuestionarios antes de llamar al laboratorio de nuevo, ¿qué harías de manera diferente para ayudarte a recordar completar esta tarea?** Documente la respuesta.

- Presente **la escala de clasificación de éxito** al participante. **Si tuviera que completar esta tarea de nuevo, por favor califique el éxito que cree tendría al completar los cuestionarios antes de llamar al laboratorio.**
  - *NOTA: Puede omitir la clasificación de éxito si el participante no realizaría ningún cambio.*

PM Puntuación de precisión de la tarea: el evaluador puede ignorarlo por ahora; se codificará en el vídeo + revisión de archivos

## **Parte 2 – Llamada al encargado laboratorio**

*NOTA: Si se está quedando corto de tiempo, puede optar por recopilar solo las estrategias compensatorias y la clasificación de éxito para cada parte. Las preguntas restantes se pueden recoger a través de una llamada de seguimiento.*

Estrategias compensatorias: **Ahora le haré algunas preguntas sobre estrategias que utilizo para recordar el llamar y dejar un mensaje con el encargado del laboratorio.**

Mostrar **la carta de ejemplos de estrategias compensatorias** al participante a través de la pantalla compartida. **Esta es una lista de estrategias que una persona podría usar para ayudarles a recordar hacer algo. ¿Utilizó alguna de las estrategias enumeradas, o cualquier otra estrategia que no esté en la tarjeta, para ayudarle llamar y dejar un mensaje sobre los cuestionarios en la fecha y hora especificadas?** *Nota: El participante no tiene que respaldar ninguna de las opciones de la tarjeta; simplemente sirve para ayudar a explicar lo que es una "estrategia".*

Anote las estrategias utilizadas y clasifíquelas en la siguiente tabla.

CS escrito – Si dicen que escribieron algo, pregunte, **¿Puede mostrar**(o, si se rechaza, **decirme) lo que escribió?** Documente, trate de ver lo que escribieron si es posible.

Alguien ayudó – Si el participante indicó recibir ayuda de otra persona, pregunte: **¿Quién le ayudó con esta tarea?** Documente su respuesta.

No se utiliza CS : marque si informaron que no usaron CS y usted no observó ninguna CS

Nivel de calidad CS: el evaluador puede ignorarlo

Tecnología de asistencia	Parte de la rutina	Simplificar
--------------------------	--------------------	-------------

Señales ambientales	Aumentar el esfuerzo/tiempo	Plan
Estrategia externa/Recordatorio	Reducir la distracción	Ayuda
Estrategia interna/Recordatorio	Organizar	

Sin estrategia: Si el participante indica que no hay estrategias, **deténgase** aquí y **proceda a** las preguntas de mejora de **la estrategia**.

Pregunta de calificaciones CSs: Si el participante indicó el uso de cualquier estrategia (incluso si no pudo completar esta tarea), haga las siguientes preguntas:

- Clasificación de éxito
  - Presente la **Escala de Calificación de Éxito** al participante.
  - **Usando esta escala de calificación, ¿cuán exitosa fue su estrategia para recordar llamar al laboratorio y dejar un mensaje sobre los cuestionarios en la fecha y hora especificadas, con 0% sin éxito y 100% siendo completamente exitoso?**
  - Obtenga una única clasificación de éxito, incluso si el participante utilizó más de una estrategia.
  - Si el participante utilizó varias estrategias pida aclaración sobre qué estrategia calificar, por **ejemplo, proporcione una calificación para el conjunto de estrategias que utilizó para recordar completar los cuestionarios.**
  
- Clasificación de frecuencia
  - *NOTA: No es necesario obtener una clasificación de frecuencia para una estrategia notificada anteriormente durante preguntas de tareas de PM anteriores. Solo califique las estrategias recientemente notificadas.*
  - Escala **de frecuencia actual** al participante.
  - **Usando esta escala de clasificación, por favor indique con qué frecuencia utiliza (nombre de la estrategia), que utilizó para esta tarea, en su vida diaria.**
  - Obtenga una clasificación de frecuencia para cada estrategia reportada.

Preguntas sobre la mejora de la estrategia

- **Si tuvieras que completar de nuevo esta tarea en la que completaste los cuestionarios antes de llamar al laboratorio, ¿qué harías de manera diferente para ayudarte a recordar completar esta tarea?** Documente la respuesta

- Presente **la escala de clasificación de éxito** al participante. **Si tuviera que completar esta tarea de nuevo, por favor califique el éxito que cree tendría al completar los cuestionarios antes de llamar al laboratorio.**
  - *NOTA: Puede omitir la clasificación de éxito si el participante no realizaría*

PM Puntuación de precisión de la tarea: el evaluador puede ignorar esto por ahora; se codificará en el vídeo + revisión de archivos

**Ahora tengo algunas preguntas adicionales que me gustaría hacerle acerca de completar esta tarea** y tareas de **comunicación similares en su vida diaria** (las preguntas se enumeran en el documento fuente).

**NOTA:** Asegúrese de que los cuestionarios se han completado y en la ubicación correcta (en el sobre de devolución). Si se completa, pero no en la ubicación correcta, por favor haga que el participante coloque los cuestionarios en el sobre de devolución. Si no se completa, por favor, haga un plan para completar los cuestionarios. Esto podría incluir una llamada en una fecha posterior para comprobar la finalización del cuestionario. El participante también podría completar los cuestionarios persona del laboratorio o estudiante por teléfono. Tenemos que realizar un seguimiento de estos cuestionarios para asegurarnos de que se completan y se devuelven adecuadamente.



## Anexo 5: traducción simple

Nombre del sujeto: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### Cuestionario de Estrategia de Compensación – INFORME DE SELF

**DIRECCIONES:** Califique la frecuencia con la que utiliza varias estrategias para ayudar a completar las tareas diarias, como administrar citas, comprar, cocinar, administrar las finanzas, transportar y administrar medicamentos. Para cada elemento de este círculo de cuestionario, el **número** correspondiente a la frecuencia con which se utiliza cada estrategia de acuerdo con la siguiente escala decalificación: 0 , **nunca** utilice esa estrategia en particular, 1 o rara **vez** utilice esa estrategia, 2 o a **veces** utilice esa estrategia (por ejemplo,, 50% de las veces), 3 - utilice con **frecuencia** esa estrategia, 4 - utilice **siempre** esa estrategia. Por favor, circule '9' si no puede responder a la pregunta o no se aplica (NA) a usted.

<i>Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con la gestión de las citas</i>	<i>Nunca</i>	<i>Raramente</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Frecuentemente</i>	<i>Siempre</i>	<i>No se puede decir/NA</i>
1. Escriba la cita en un calendario (papel o electrónico).	0	1	2	3	4	9
2. Establezca la alarma o solicite un recordatorio sobre las citas.	0	1	2	3	4	9
3. Check calendario o planificador de día (papel o electrónico) sobre una base rutinaria / regular (por ejemplo, diario) para realizar un seguimiento de su horario.	0	1	2	3	4	9
4. Mantenga un calendario (papel o electrónico) en una ubicación central o en la persona en la mayoría de los casos.	0	1	2	3	4	9
5. Mantenga un horario muy rutinario o regular como una manera de recordar las citas (por ejemplo, todos los martes ir a yoga).	0	1	2	3	4	9
6. Prepare adelante mediante la recopilación de artículos que necesitan ser llevados a una cita.	0	1	2	3	4	9

7. Ponga las cosas necesarias para una cita en un lugar visible para recordar traerlas.	0	1	2	3	4	9
8. Tome notas o unregistroudio durante las citas para recordar la información.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con SHOPPING</i>	<i>Nunca</i>	<i>Raramente</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Frecuentemente</i>	<i>Siempre</i>	<i>No se puede decir/NA</i>
1. Utilice una lista de compras (papel o electrónica).	0	1	2	3	4	9
2. Mantenga la lista de compras en un lugar específico.	0	1	2	3	4	9
3. Mantenga una lista de compras en ejecución para realizar un seguimiento de los artículos que se deben comprard.	0	1	2	3	4	9
4. Planifique paradas de viaje de compras antes de salir de la casa.	0	1	2	3	4	9
5. Compruebe los artículos en una lista de compras, ya que se encuentran en la tienda.	0	1	2	3	4	9
6. Tómese más tiempo o revisela lista de compras antes de hacerel check-out para asegurarse de que se han obtenido todos los artículos.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con la COCINA</i>	<i>Nunca</i>	<i>Raramente</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Frecuentemente</i>	<i>Siempre</i>	<i>No se puede decir/NA</i>
1. Ajuste un temporizador cuando los artículos se estén cocinando para no olvidarse de ellos.	0	1	2	3	4	9
2. Consulte las recetas escritas más a menudo para que los artículos o pasos no se olviden.	0	1	2	3	4	9
3. Quédate en la cocina para no olvidarte de algo en la estufa.	0	1	2	3	4	9
4. Establecer los ingredientes / suministros con antelación al cocinar.	0	1	2	3	4	9
5. Hacer sólo comidas simples y familiares.	0	1	2	3	4	9
6. Limite la cocción al microondas.	0	1	2	3	4	9
7. Keep la cocina muy organizar para que los artículos se pueden encontrar fácilmente.	0	1	2	3	4	9

<i><u>Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con LA GESTIÓN DE LAS FINANCES</u></i>	<i><u>Nunca</u></i>	<i><u>Raramente</u></i>	<i><u>Algunas veces</u></i>	<i><u>Frecuentemente</u></i>	<i><u>Siempre</u></i>	<i><u>No se puede decir/NA</u></i>
1. Tener una rutina para pagar facturas en un determinado día de la semana o mes..	0	1	2	3	4	9
2. Coloque las facturas en un lugar específico hasta que se les pague.	0	1	2	3	4	9
3. Use recordatorios escritos o electrónicos para ayudar a recordar pagar facturas.	0	1	2	3	4	9
4. Pague las facturas inmediatamente cuando lleguen para que las facturas no se olviden.	0	1	2	3	4	9
5. Permita más tiempo o doble trabajo de verificación para evitar errores al controlar las finanzas.	0	1	2	3	4	9
6. Limite las distracciones cuando trabaje en finanzas (por ejemplo, espacio de trabajo despejado, vaya a una habitación tranquila).	0	1	2	3	4	9
7. Utilice los métodos de pago en línea y/o automáticos como una forma de recordar pagar facturas.	0	1	2	3	4	9

<i><u>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con el TRANSPORTE</u></i>	<i><u>Nunca</u></i>	<i><u>Raramente</u></i>	<i><u>Algunas veces</u></i>	<i><u>Frecuentemente</u></i>	<i><u>Siempre</u></i>	<i><u>No se puede decir/NA</u></i>
1. Utilice un dispositivo GPS en el coche o por teléfono para ayudar a planificar o recordar una route.	0	1	2	3	4	9
2. Conduzca principalmente por carreteras familiares y/o a destinos familiares.	0	1	2	3	4	9

3. Remachado Sobre todo durante las horas no pico para evitar el tráfico.	0	1	2	3	4	9
4. Conduzca más lentamente.	0	1	2	3	4	9
5. Aparcar en la misma ubicación general en un aparcamiento para recordar dónde está aparcado el coche.	0	1	2	3	4	9
6. Salga antes para permitir más tiempo.	0	1	2	3	4	9
7. Limite las distracciones mientras conduce (por ejemplo, radio y/o hablando, etc.).	0	1	2	3	4	9
8. Mantenga las llaves del coche en un lugar específico para no perderlas.	0	1	2	3	4	9

<u>Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades de gestión de medicamentos (incluyendo vitaminas)</u>	<u>Nunca</u>	<u>Raramente</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuentemente</u>	<u>Siempre</u>	<u>No se puede decir/NA</u>
1. Preparar regularmente la caja de píldoras en el beginning de cada semana para organizar y monitorear los medicamentos.	0	1	2	3	4	9
2. Use notas escritas, una alarma en el teléfono inteligente u otros recordatorios para tomar medicamentos.	0	1	2	3	4	9
3. Mantenga los medicamentos en un lugar visible (por ejemplo, en el mostrador de la cocina) para recordar tomarlos..	0	1	2	3	4	9
4. Utilice una estrategia para ayudar a saber qué píldoras se han tomado (por ejemplo, gire la botella al revés, la caja de píldoras está vacía).	0	1	2	3	4	9
5. Limite las distracciones al organizar o tomar medicamentos (por ejemplo, apague la música/TV, despeje un lugar para trabajar).	0	1	2	3	4	9

Por favor, responda las siguientes preguntas.

<i>¿Cómo se completan normalmente las siguientes categorías de actividades</i>	<i>Por sí mismo</i>	<i>Con alguna ayuda de otros</i>	<i>Con mucha ayuda de otros</i>	<i>Ya no se puede hacer la tarea</i>	<i>Actividad nunca completada</i>
1. Gestión de citas	0	1	2	3	9
2. Compras	0	1	2	3	9
3. Cocinar	0	1	2	3	9
4. Gestión de las finanzas	0	1	2	3	9
5. Transporte	0	1	2	3	9
6. Manejo de medicamentos (incluyendo vitaminas)	0	1	2	3	9

Nombre del sujeto: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### **Cuestionario de Estrategia de Compensación – INFORME DEL INFORMANTE**

---

Instrucciones: por favor califique la frecuencia con la que su ser querido/ participante del estudio utiliza diversas estrategias para ayudarle a completar tareas diarias, como administrar citas/reuniones, comprar, cocinar, administrar las finanzas, uso del transporte y la administración de medicamentos. Para cada elemento de este cuestionario encierre en un círculo el número correspondiente a la frecuencia con la que el/ella utiliza cada estrategia de acuerdo con la siguiente escala de calificación:

- 0 - **Nunca** he utilizado esa estrategia en particular
- 1 - **Rara vez** he utilizado esa estrategia
- 2 - **Algunas veces** utilizo esa estrategia (por ejemplo, 50% de las veces)
- 3 - **Frecuentemente** uso esa estrategia
- 4 - **Siempre** utilizo esa estrategia.
- 9 - si no puede responder a la pregunta o no se aplica (NA) a él o ella.

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudar a completar actividades relacionadas con el manejo de las REUNIONES/ CITAS?</i>	<i><u>Nunca</u></i>	<i><u>Raramente</u></i>	<i><u>Algunas veces</u></i>	<i><u>Frecuentemente</u></i>	<i><u>Siempre</u></i>	<i><u>No se puede decir/NA</u></i>
1. Escribe las citas en un calendario (papel o digital).	0	1	2	3	4	9
2. Establece una alarma o solicita un recordatorio sobre las citas/reuniones.	0	1	2	3	4	9
3. Consulta en el calendario o la agenda (en papel o digital) de forma rutinaria o regular (por ejemplo, todos los días) para realizar un seguimiento de su horario.	0	1	2	3	4	9
4. Mantiene un calendario (papel o digital) en una ubicación central o cerca de la persona, la mayor parte del tiempo.	0	1	2	3	4	9
5. Mantiene una rutina horaria regular, como una manera de recordar las reuniones/ citas (por ejemplo, todos los martes ir al mercado).	0	1	2	3	4	9
6. Se prepara con anticipación, reuniendo los artículos que necesita llevar a una reunión /cita.	0	1	2	3	4	9
7. Pone las cosas necesarias para una cita/reunión en un lugar visible para recordar llevarlas.	0	1	2	3	4	9
8. Durante una cita, el/ella toma notas o graba en un audio información para recordarla luego.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudar a completar actividades relacionadas con las COMPRAS?</i>	<i><u>Nunca</u></i>	<i><u>Raramente</u></i>	<i><u>Algunas veces</u></i>	<i><u>Frecuentemente</u></i>	<i><u>Siempre</u></i>	<i><u>No se puede decir/N/A</u></i>
1. Utiliza una lista de compras (papel o digital).	0	1	2	3	4	9
2. Mantiene la lista de compras en una ubicación específica.	0	1	2	3	4	9
3. Mantiene una lista de compras actualizada para realizar un seguimiento de los artículos que deben comprar.	0	1	2	3	4	9
4. Planifica las paradas para hacer las compras antes de salir de la casa.	0	1	2	3	4	9
5. Selecciona los artículos según el orden de la lista de compras	0	1	2	3	4	9
6. Se toma más tiempo para revisar la lista de compras antes de pagar, para asegurarse de que se han obtenido todos los artículos.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarlo a completar actividades relacionadas con COCINAR</i>	<i><u>Nunca</u></i>	<i><u>Raramente</u></i>	<i><u>Algunas veces</u></i>	<i><u>Frecuentemente</u></i>	<i><u>Siempre</u></i>	<i><u>No se puede decir/N/A</u></i>
1. Establece un temporizador cuando está cocinando para no olvidarse de ello.	0	1	2	3	4	9
2. Consulta con frecuencia las recetas escritas con frecuencia para no olvidar elementos y pasos a seguir.	0	1	2	3	4	9
3. Se queda en la cocina para no olvidar lo que está en el fuego.	0	1	2	3	4	9
4. Establece o reúne los ingredientes con anticipación para cocinar.	0	1	2	3	4	9



5. Prepara sólo comidas sencillas y conocidas	0	1	2	3	4	9
6. Se limita a cocina, utilizando solo el microondas	0	1	2	3	4	9
7. Mantiene la cocina muy organizada para encontrar los artículos con facilidad.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con LA <u>GESTIÓN/ ADMINISTRACIÓN DE FINANZAS</u></i>	<u>Nunca</u>	<u>Raramente</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuentemente</u>	<u>Siempre</u>	<u>No se puede decir/N/A</u>
1. Posee una rutina para pagar las cuentas en un determinado día de la semana o mes.	0	1	2	3	4	9
2. Coloca las cuentas en un lugar específico hasta que se paguen	0	1	2	3	4	9
3. Utiliza recordatorios escritos o digitales para ayudarle a recordar el pago de las cuentas.	0	1	2	3	4	9
4. Paga las cuentas inmediatamente cuando llegan para que no se olviden.	0	1	2	3	4	9
5. Invierte más tiempo en la revisión de sus pagos o chequea dos veces para evitar errores al administrar sus finanzas	0	1	2	3	4	9
6. Limita las distracciones cuando trabaja en sus finanzas (por ejemplo,	0	1	2	3	4	9

espacio de trabajo despejado, ir a una habitación tranquila).						
7. Utiliza métodos de pago en línea y/o automáticos como una forma de recordar pagar las cuentas.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con el uso TRANSPORTE?</i>	<i><u>Nunc</u> <u>a</u></i>	<i><u>Raram</u> <u>ente</u></i>	<i><u>Algun</u> <u>as</u> <u>veces</u></i>	<i><u>Frecue</u> <u>ntemen</u> <u>te</u></i>	<i><u>Siem</u> <u>pre</u></i>	<i><u>No se</u> <u>puede</u> <u>decir/N</u> <u>A</u></i>
1. Utiliza un dispositivo GPS en el automóvil o el teléfono para ayudarle a planificar o recordar una ruta.	0	1	2	3	4	9
2. Conduce principalmente por carreteras conocidas y/o a destinos familiares o conocidos	0	1	2	3	4	9
3. Conduce principalmente durante las horas sin aglomeraciones para evitar el tráfico.	0	1	2	3	4	9
4. Conduce más despacio.	0	1	2	3	4	9
5. Estaciona su automóvil en el mismo sector de un estacionamiento para recordar dónde está estacionado.	0	1	2	3	4	9
6. Sale antes para disponer de más tiempo.	0	1	2	3	4	9
7. Limita las distracciones mientras conduce (por ejemplo, apagar la radio y/o no hablar, etc.)	0	1	2	3	4	9
8. Mantiene las llaves del automóvil en un lugar específico para no perderlas.	0	1	2	3	4	9
Otras estrategias no enumeradas:						

<i>Cuan a menudo él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarle a completar actividades en la ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS (INCLUYENDO VITAMINAS))</i>	<i>Nunca</i>	<i>Raramente</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Frecuentemente</i>	<i>Siempre</i>	<i>No se puede decir/N/A</i>
1. Prepara regularmente el pastillero al comienzo de cada semana para organizar y controlar los medicamentos.	0	1	2	3	4	9
2.. Usa notas escritas, una alarma en el teléfono inteligente u otros recordatorios para tomar medicamentos.	0	1	2	3	4	9
3. Mantiene los medicamentos en un lugar visible (por ejemplo, en el mueble de la cocina) para recordar tomarlos.	0	1	2	3	4	9
4. Utiliza estrategias para comprobar si se ha tomado las pastillas (Por ejemplo, voltear el pastillero o recipiente para verificar que esté vacío).	0	1	2	3	4	9
5. Limita las distracciones al organizar o tomar medicamentos (por ejemplo, apaga la música/TV, despeja un lugar para trabajar).	0	1	2	3	4	9

**Por favor, responda las siguientes preguntas.**

<i>Cómo does su amor uno / participante de estudio por lo general completan las siguientes categorías de actividades</i>	<i>Por sí mismo</i>	<i>Con alguna ayuda de otros</i>	<i>Con mucha ayuda de otros</i>	<i>Ya no se puede hacer la tarea</i>	<i>Actividad nunca completa da</i>
1. Gestión de reuniones /citas	0	1	2	3	9
2. Comprar	0	1	2	3	9

3. Cocinar	0	1	2	3	9
4. Gestión de las finanzas	0	1	2	3	9
5. Transporte	0	1	2	3	9
6. Manejo de medicamentos (incluyendo vitaminas)	0	1	2	3	9

## IADL-C: cuestionario del informante

### Instrucciones

Las siguientes preguntas se refieren a las actividades diarias en las que muchas personas se involucran a medida que realizan sus experiencias cotidianas. Nos gustaría que nos dijera como su familiar completa cada una de estas actividades. Indíquelo proporcionándole un numero correspondiente a cada afirmación.

**Respuestas 1 y 2** Su familiar puede realizar actividades de forma *independiente, es decir, por sí solo/a y tan bien como el/ella siempre lo ha hecho.*

Elija la respuesta 1 si su familiar no usa ayuda para completar la actividad

Elija la respuesta 2 si su familiar usa ayuda, como una lista de cosas por hacer, GPS, lista de compras o PDA para ayudar en la actividad.

**Respuestas 3 y 4:** Su familiar realiza la actividad de forma *independiente pero no tan bien como siempre*, por ejemplo, tarda más en completar la actividad o comete más errores.

Elija 3 si su familiar no está realizando la actividad tan bien, pero ahora usa asistencia para ayudarlo a completar la actividad.

Elija 4 si su familiar no está realizando la actividad tan bien y no usa ayuda para completar la actividad.

Si elige la respuesta 3 o 4, lo que indica que su familiar no está realizando la actividad tan bien como siempre. Es por esto que haremos un seguimiento con algunas preguntas adicionales para tener una mejor idea de las dificultades que puede estar experimentando. Específicamente, le pediré que me diga si a una o más de las declaraciones etiquetadas desde la letra (a) hasta la (d) en su hoja ahora son verdaderas sobre el desempeño de la actividad de su informante. Más específicamente, le preguntaré si él o ella:

- (a) ahora comete más errores al completar la actividad;
- (b) no participa en la actividad con tanta frecuencia;
- (c) necesita más tiempo para completar la actividad, y / o
- (d) se le debe indicar que complete la actividad, es decir, tiene dificultad para iniciar la actividad por su cuenta

**Respuestas 5-7:** Su familiar requiere algún grado de ayuda o supervisión para completar la actividad; elija entre las respuestas 5 a 7, es decir, *a veces, generalmente o siempre necesita ayuda*.

**Respuestas 8-10:** Una respuesta de 8 indicaría que su familiar ya no puede completar la actividad, una respuesta de 9 indicaría que él / ella nunca completó la actividad o no necesita completar la actividad porque es siempre completado por otra persona (por ejemplo, alguien más prepara las comidas). Si no tiene una base para juzgar la capacidad de su cuidador para completar la actividad, entonces debe elegir 10.

## **Clave de respuesta**

1. Independiente; sin ayuda
2. Independiente; utilizo ayuda
3. Independiente pero no tan bien como siempre; ahora uso ayuda
4. Independiente pero no tan bien como siempre; sin ayuda
  
5. A veces necesita ayuda
6. Por lo general, necesita ayuda
7. Siempre necesita ayuda
8. Ya no puedo completar la actividad
  
9. No es necesario completar la actividad.

1. Mantiene organizados los registros financieros.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Puede administrar un presupuesto y asuntos comerciales.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Mantiene al día los gastos del talonario de cheques o de la tarjeta de crédito.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Puede recordar si se han pagado las cuentas	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Puede retomar eficazmente las tareas del hogar después de ser interrumpido.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Es capaz de priorizar y completar tareas por orden de importancia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Puede planificar una secuencia eficiente de paradas en un viaje de compras.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Puede planificar y preparar una comida para seis, incluyendo las porciones adecuadas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Puede organizar actividades complejas como viajes, hacer mandados o participar en actividades grupales.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Recuerda apropiadamente dónde se colocaron y dónde encuentran los artículos cuando sea necesario.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Puede completar formularios de seguros y registros médicos, incluido el suministro de antecedentes médicos y dosis de medicamentos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Puede encontrar el camino de regreso a un punto de encuentro en el centro comercial u otro lugar.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Puede identificar los nombres y comprender el propósito de todos los medicamentos que se toman.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Prepara sus propias comidas, incluida la medición de la cantidad correcta de ingredientes para cocinar y el manejo de los quemadores de la cocina.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Utiliza el teléfono para realizar llamadas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Realiza las tareas del hogar con regularidad (por ejemplo, barrer, quitar el polvo, regar las plantas).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Planifica y cocina de manera eficiente (por ejemplo, pone a hervir agua antes de cortar las zanahorias, cocina varios elementos para que terminen al mismo tiempo).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Selecciona la ropa adecuada para las salidas sociales teniendo en cuenta el clima y los eventos del día.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19. Puede revisar el contestador automático o los mensajes de correo de voz y devolver llamadas o responder mensajes de manera apropiada.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20. Utiliza una guía telefónica, una libreta de direcciones u otra herramienta para buscar números desconocidos	1	2	3	4	5	6	7	8	9

21. Lee y sigue un mapa cuando viaja.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. Viaja a lugares conocidos y familiares con frecuencia sin perderse.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. Recuerda los eventos sociales programados, como la iglesia los domingos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. Conoce y recuerda los números para llamar en caso de un problema o una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. Participa de manera significativa en conversaciones con otros (por ejemplo, que se integre a una conversación o inicia una nueva conversación)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26. Participa en actividades sociales de manera apropiada (por ejemplo, evitar comentarios ofensivos, contar chistes apropiados).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27. Participa en eventos grupales y actividades comunitarias, como servicios religiosos o actividades de voluntariado.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

## IADL-C: cuestionario del participante

Los siguientes elementos son actividades cotidianas en las que muchas personas participan. Nos gustaría que nos dijera como usted completa cada actividad. El cual indicará al proporcionarle un numero correspondiente a cada pregunta. **TENGA EN CUENTA** que las respuestas 1y 2 indican que usted realiza la actividad de forma *independiente (por su cuenta) y tan bien como siempre*. Elija la respuesta numero 1 si no usa ayuda para completar la actividad y la respuesta 2 si usa ayuda, como una lista de tareas pendientes, GPS, lista de compras o PDA para ayudarlos con la actividad. Las respuestas 3 y 4 indica que realiza la actividad de forma independiente pero no tan bien como siempre, por ejemplo, tarda más en completar la actividad o comete mas errores. Elija 3 si no esta realizando la actividad tan bien como antes, ahora usa ayuda para completar la actividad. Elija 4 si no esta realizando la actividad tan bien y no utiliza ninguna ayuda para completar la actividad.

Si necesita algún grado de ayuda o supervisión para completar la actividad, elija entre las respuestas 5 a 7. Una respuesta 8 indicaría que ya no puede completar la actividad, mientras que una respuesta 9 indicaría que nunca ha completado la actividad o no es necesario completarla porque siempre la realiza otra persona (por ejemplo, alguien más prepara las comidas).

28. Mantiene organizados los registros financieros.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
29. Puede administrar un presupuesto y asuntos comerciales.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

30. Balance a checkbook or credit card statement.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
31. Puede recordar si se han pagado las boletas	1	2	3	4	5	6	7	8	9
32. Puede retomar las tareas del hogar después de ser interrumpido.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33. Es capaz de priorizar y completar tareas por orden de importancia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
34. Puede planificar una secuencia eficiente de paradas en un viaje de compras.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

### IADL-C: cuestionario del participante

1. Independiente; sin ayuda
2. Independiente; utilizo ayuda
3. Independiente pero no tan bien como siempre; ahora uso ayuda
4. Independiente pero no tan bien como siempre; sin ayuda
  
5. A veces necesito ayuda
6. Por lo general, necesito ayuda
7. Siempre necesito ayuda
8. Ya no puedo completar la actividad
  
9. No es necesario completar la actividad.

35. Puede planificar y preparar una comida para seis, incluidas las porciones adecuadas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
36. Puede organizar actividades complejas como viajes, hacer mandados o participar en actividades grupales.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
37. Recuerda apropiadamente dónde se colocaron los artículos y dónde encontrar los papeles cuando sea necesario.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
38. Puede completar formularios de seguros y registros médicos, incluido el suministro de antecedentes médicos y dosis de medicamentos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
39. Puede encontrar el camino de regreso a un punto de encuentro en el centro comercial u otro lugar.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
40. Puede identificar los nombres y comprender el propósito de todos los medicamentos que se toman.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
41. Prepara sus propias comidas, incluida la medición de la cantidad correcta de ingredientes para cocinar y el manejo de los quemadores de la cocina.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
42. Utiliza el teléfono para hacer llamadas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
43. Realiza las tareas del hogar con regularidad (por ejemplo, barrer, quitar el polvo, regar las plantas).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
44. Planifica y cocina de manera eficiente (por ejemplo, ponga a hervir agua antes de cortar las zanahorias, cocine varios	1	2	3	4	5	6	7	8	9



elementos para que terminen al mismo tiempo).

45. Seleccione la ropa adecuada para las salidas sociales teniendo en cuenta el clima y los eventos del día.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
46. Puede revisar el contestador automático o los mensajes de correo de voz y devolver llamadas o responder mensajes de manera apropiada.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
47. Utiliza una guía telefónica, una libreta de direcciones u otra herramienta para buscar números desconocidos	1	2	3	4	5	6	7	8	9
48. Lea y sigue un mapa cuando viaja.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
49. Viaja a lugares conocidos y familiares con frecuencia sin perderte.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
50. Recuerda los eventos sociales programados, como la iglesia los domingos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
51. Conoce y recuerda los números para llamar en caso de un problema o una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
52. Participa de manera significativa en conversaciones con otros (por ejemplo, añadir a la conversación, iniciar una nueva conversación)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
53. Participa en actividades sociales de manera apropiada (por ejemplo, evitar comentarios ofensivos, contar chistes apropiados).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
54. Participa en eventos grupales y actividades comunitarias, como servicios religiosos o actividades de voluntariado.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

## **Anexo 6: Comentarios comité de expertos.**

### **ECOMP Autoinforme:**

#### **Instrucciones:**

Agregar la palabra usa

Cambiar completar por realizar

Eliminar amnistiar citas/reuniones

Agregar usar transporte

Eliminar administrar las finanzas / 'por administración de sus finanzas

Cambiar elemento por ítem

o. cambiar he utilizado por uso esta estrategia en particular

1 cambiar he utilizado por uso

2 cambiar utilizo por uso

4 cambiar utilizo de uso

#### **Tabla 1**

Cambiar ayudar por ayuda

Cambiar completa por realizar

Cambiar no se puede decir por no podría decir

A1. Cambiar otro por otro/a

A2. Cambiar escribe por escribir

A3. Cambiar las por sus

A5. Cambiar mantiene por mantener

A6. Cambiar mantiene por mantener

A7. Cambiar confía por confiar, cambiar recordarle por que le recuerde sus citas, cambiar otro por otro/a

A8 cambiar confía por confiar

A9 cambiar prepara por reunir, eliminar reuniendo, cambiar recordar por acordarse de

A11. Cambiar luego por después

Cambiar ayudarle a completar por ayudarse a realizar

Cambiar no se puede decir por no se podría decir

S1. Cambiar utiliza por utilizar, cambiar otro por otro/a

S2. Cambiar mantiene por mantener

S4. Agregar o pasos

S5. Cambiar selecciona los artículos según el orden de la lista de compras por marcar o tachar los productos anotados en su lista de compras a medida que los va encontrando

S6. Cambiar se toma por tomarse, cambiar revisa por revisar, cambiar se ha obtenido por lleva, cambiar artículos por productos anotados

Cambiar ayudarle por ayudarse a realiza

Cambiar no se puede decir por no podría decir

C1. Cambiar circulo por circulo quien

C2 Agregar o alarma, cambiar cocinando por cociendo algo

C3. cambiar consulta por consultar, cambiar elementos por ingredientes

C4. Cambiar se queda por quedarse

C5. Cambiar reúne por reunir

C6. Eliminar por sí mismo, agregar que le resultan

C7. Cambiar limita la cocción por cocinar los alimentos solamente

C8. Cambiar mantiene por mantener

C9. Eliminar se

Cambiar realiza por ayudarse

Cambiar no se puede decir por no podría decir

F1. Cambiar otro por otro/a

F2. Cambiar posee por tener

F3. Cambiar siempre ¿, por siempre?

F4. Cambiar utiliza por utiliza, agregar s

F5. Cambiar usted paga por pagar

F6. Cambiar invierte por invertir

F8. Agregar r

Cambiar ayudarle por ayudarse a realizar

Cambiar no se puede decir por no podría decir

T1. Agregar r, cambiar en el por del, cambiar o el por o del, cambiar ayudarle oír ayúdame

T2. Agregar que me resultan

T3. Cambiar conducir por conducir

T5. Agregar r, agregar siempre, cambiar la misma ubicación por el mismo sector o lugar, cambiar esta estacionado por donde lo dejo

T6. Cambiar antes por más temprano

T7. Cambiar Limita por evitar, cambiar hablar por conversar

T8. Cambiar mantener por mantiene, Cambiar con frecuencia por frecuentemente, cambiar cuenta corriente/ banca en línea por pago en línea /pago automático

Cambiar ayudarle por ayudarse a realizar

Cambiar no se puede decir por no podría decir

M1. Agregar tiene a, cambiar más por que le, cambiar otro por otro/a

M2 agregar r, agregar la toma de, cambiar los por sus

M3. Agregar r, cambiar en el por del, eliminar inteligente

M4. Cambiar confía por confiar

M5. Agregar sus

M6. Cambiar mantiene por mantener

M7. Agregar r, agregar por

M8. Cambiar limita por evitar

## **Tabla 2**

Cambiar completa por realiza

1. Cambiar gestión por gestionar
2. Cambiar compras por comprar
- 3.
4. Cambiar gestión por gestionar, cambiar de las por su
5. Cambiar transporte por transportarse
6. Cambiar manejo por manejar sus

### **Tabla3**

H3. Cambiar usted dispone por dispone usted

Cambiar vive con la familia por se cambió a vivir con su familia, agregar (residencia para personas mayores)

**Tabla 4** (o “burrito”) cambiar pastillero por contador de pastillas (medicamentos)

Agrega en caso que usted, cambiar si existen por con regularidad, eliminar que usted utilice con regularidad, cambiar enumérelas por indíquelas.

## **Ecomp Informante:**

### **Instrucciones**

Elimina “administrar las finanzas, no usar”, eliminar “la administración”, Agregar “usar transporte”, agregar administrar sus finanzas, cambiar usted por él o ella

o. cambiar “he utilizado” por usa

1. cambiar “he utilizado” por usa

2. cambiar “utilizó” por usa

3. cambiar “uso” por usa

4. cambiar “utilizo” por usa

### **Tabla 1**

Cambiar “ayudar a completar” por “ayudarse a realizar”, cambiar “la” por “el”, cambiar “de las” por “de sus”

2. cambiar “sobre las” por “de sus”
3. Cambiar “consulta en” por chequea en, cambiar “del planificador” por “o su”, cambiar “su horario” por “sus actividades”
4. cambiar “cerca de la persona” por “cercana”
5. Cambiar “las “por “sus”
6. cambiar “prepara” por “reúne”
7. cambiar “necesarias” por “que necesita”
8. agregar “la”, cambiar “luego” por “después”

### **Tabla 2**

4. Agregar “o pasos”
5. cambiar “selecciona los artículos según el orden de la lista de compras” por “va marcando o tachando los productos de su listade compras en la medida que los va encontrando en la tienda”
6. agregar “un par de veces su”, eliminar “la”, agregar “o salir de la tienda”, cambiar “se ha obtenido todos los artículos” por “lleva todos los productos”.

### **Tabla 3**

Cambiar a “ayudarle a completar” por “ayudarse a realizar”

1. Agregar “o alarma”
2. Eliminar “escritas con frecuencia”, cambiar: ” elementos” por “ingredientes”
3. Agregar “se dé”
4. Cambiar “establece” por “reúne”
5. Agregar “que le resultan familiares”
6. Cambiar “limita la cocción de alimentos” por “cocina los alimentos solamente en el”

### **Tabla 4**

Cambiar “a completar” por “a realizar”

3. cambiar “ayudarle” por “ayudarse”

### **Tabla 5**

Cambiar a “ayudarle a completar” por “ayudarse a realizar”

- 1 Cambiar “en el” por “del”, cambiar “o el” por “del”, cambiar “ayudarle” por “ayudarse”
- 2
- 3
- 4
- 5 Cambiar “en la misma ubicación o sector de un estacionamiento para recordar donde esta” por “siempre en el mismo sector o lugar de un estacionamiento para recordar donde lo dejo”
- 6 Cambiar “antes” por “más temprano”
- 7 Cambiar “hablar” por “conversar”
- 8

Cambiar “enumeradas” por “señaladas”

### **Tabla 5**

Cambiar a “ayudarle a completar” por “ayudarse a realizar”

1. Cambiar “su” por “el”
2. Cambiar “en el” por “del”, eliminar “inteligente”, agregar “sus”

### **Tabla 6**

Cambiar “completa la” por “realiza la”

1. Cambiar “gestión” por “gestiona”
2. Eliminar “r”
3. Eliminar “r”
4. Cambiar “gestión” por “gestiona”
5. Cambiar “transporte” por “se transporta”
6. Cambiar “manejo de” por “maneja sus”

## **IADL-C Autoinforme:**

### **Instrucciones**

Cambiar “los elementos son” por “ítems describen”, cambiar “en las que muchas personas participan” por “comunes para muchas personas”, cambiar “completa” por “realiza”, cambiar “proporcionándole” por “asignándoles”, eliminar “correspondiente”.

Cambiar “completar” por “realizar”, cambiar “ayudarlos” por “ayudarle”, agregar “la”, eliminar “la actividad”, cambiar “antes” por “siempre”, agregar “si”, eliminar “para completar la actividad”.

Cambiar “completar” por “realizar”, eliminar “ria”, cambiar “completar” por “realizar”, eliminar “ría”, cambiar “ha completado la actividad” por “la ha realizado”, eliminar “completarla”, cambiar “la realiza” por “la hace”, agregar “le”.

8. cambiar “completar” por “realizar”

9. cambiar “completar” por “realizar”

1.- Cambiar “los” por “sus”

2.-

3.- Cambiar “al día los gastos” por “un balance”, agregar “su”, eliminar “de la”

4.-

5.- Cambiar “ser” por “una”, cambiar “interrumpido” por “interrupción”

6.-

7.- cambiar “para un viaje” por “ir”

8.- Cambiar “incluida las” por “considerando las”

9.-

10.- Eliminar “los”, cambiar “artículos o papeles cuando sea” por “los cuándo es” / [cambiar “papeles” por “documentos”](#)

11.- Agregar “sus”, cambiar “médicos” por “de la salud”

12.-

13.- Cambiar “que se toman” por “usted toma” / [cambiar “los medicamentos que se toma” por “todos los medicamentos que toma”](#)

14.-

15.-

16.-

17.- Cambiar “elementos” por “ingredientes”, cambiar “terminen” por “estén listos”

18.- [Cambiar “selecciona” por “seleccione”](#)

19.- Agregar “del teléfono”

20.-



21.-

22.- Cambiar “viaja” por “va”

23.- Cambiar “iglesia” por “misa”

24.-

25.- Cambiar “de manera significativa” por “activamente”

26.- Cambiar “contar” por “cuenta”

27.-

## **IADL-C Informante:**

### **Instrucciones**

Cambiar “las preguntas” por “afirmaciones”, cambiar “se refieren a las” por “describen”, eliminar “en las”, cambiar “se involucran a medida que realizan sus experiencias cotidianas” por “realizan cotidianamente”, cambiar “proporcionándole” por “asignándole”, eliminar “correspondiente”.

Cambiar “completar” por “realizar” / subrayar “no usa”, para marcar la diferencia esencial entre las dos respuestas

Agregar “si”, agregar “le”

Agregar “como siempre y, además,”, eliminar “pero”, agregar “si”, cambiar “asistencia” por “ayuda”, eliminar “para completar la actividad”.

Cambiar “lo que indica” por “indicando”, cambiar “es por esto que le haremos un seguimiento con” por “le haremos”, cambiar “declaraciones” por “afirmaciones”, eliminar “a”, cambiar “sobre su hoja son verdaderas sobre el” por “reflejan el”, cambiar } “informante” por “familiar”.

(a) Cambiar “completar” por “realizar”

(b) Cambiar “participa en” por “realiza”

(c) Cambiar “completar” por “realizar”

(d) Cambiar “complete” por “realice”, agregar “es”, agregar “la”, eliminar “actividad”, agregar “propia”

Cambiar “completar” por “realizar”

Cambiar “completar” por “realizar”

Cambiar “nunca completo la actividad” por “nunca la ha realizado”, cambiar “completar la actividad” por “hacerla”, cambiar “completado” por hecha”, cambiar “una base” por “suficiente información”, cambiar “para juzgar” por “para evaluar”, cambiar “de su cuidador” por “su familiar”/ “[ser querido](#)”

- 1.-
- 2.- Cambiar “utilizó” por “utiliza”
- 3.- Cambiar “uso” por “usa”
- 4.-
- 5.-
- 6.-
- 7.-
- 8.- Cambiar “completar” por “realizar”
- 9.- Cambiar “es necesario completar la actividad” por “no necesita realizar”
- 10.- Agregar “sin suficiente información para responder”

#### Tabla

1. Cambiar “les” por “sus”
- 2.
3. Cambiar “al día los gastos” por “el balance de su talonario”
- 4.
5. Cambiar “ser interrumpido” por “una interrupción”
- 6.
- 7.
8. Cambiar “incluyendo” por “considerando”
- 9.
10. Cambiar “y donde encuentran los artículos cuando sea necesario” por “artículos y como encontrarlos cuando es necesario”
11. Agregar “sus”, cambiar “médicos” por “de salud”
12. [Cambiar “encuentro” por “reunión”](#)
13. Eliminar “se” y “y”<sup>3</sup>
- 14.
- 15.
- 16.
17. Cambiar “elementos” por “ingredientes”, cambiar “terminen” por “estén listos”
18. Eliminar “las”
19. Agregar “del teléfono”
- 20.
- 21.

22. Cambiar “viaja” por “va”, agregar “y”
23. Cambiar “iglesia” por “misa”
24. Eliminar “los”, agregar “del teléfono”
25. Cambiar “significativa” por a” activa”
26. Cambiar “contar” por “cuenta”
- 27.

## Anexo 7: Cuestionarios Finales comité de expertos

Nombre del sujeto: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### **Cuestionario de Estrategias de Compensación – AUTOINFORME**

Instrucciones: por favor, califique la frecuencia con la que usa diversas estrategias para ayudarle a realizar tareas diarias, como comprar, cocinar, administrar las finanzas, uso del transporte y la administración de citas/reuniones y de medicamentos. Para cada elemento de este cuestionario encierre **en un círculo el número** correspondiente a la frecuencia con la que usted utiliza cada estrategia de acuerdo con la siguiente escala de calificación:

- 0 - **Nunca** uso esa estrategia en particular
- 1 - **Rara vez** uso esa estrategia
- 2 - **Algunas veces** uso esa estrategia (por ejemplo, 50% de las veces)
- 3 - **Frecuentemente** uso esa estrategia
- 4 - **Siempre** uso esa estrategia.
- 9 - Si no puede responder a la pregunta o no se aplica (NA).

<u>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con la gestión de citas/reuniones?</u>	<u>Nunca</u>	<u>Rara vez</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuentemente</u>	<u>Siempre</u>	<u>No podría decir/NA</u>
A1. ¿Otras personas le ayudan a programar tus citas?	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a A1 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque con un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO/A    CUIDADOR/A    OTRO/A</p>						
*A2. Escribir sus citas/ reuniones en un calendario (papel o digital).	0	1	2	3	4	9
*A3. Establecer la alarma o un recordatorio sobre sus citas/reuniones.	0	1	2	3	4	9
*A4. Consultar en el calendario o el planificador de días (en papel o digital) de forma rutinaria o regular (por ejemplo, todos los días) para realizar un seguimiento de su horario.	0	1	2	3	4	9

*A5. Mantener un calendario (papel o digital) en una ubicación central o cerca de usted, durante la mayor parte del tiempo.	0	1	2	3	4	9
*A6. Mantener una rutina horaria, regular como una manera de recordar las citas/ reuniones (por ejemplo, todos los martes ir al mercado).	0	1	2	3	4	9
A7. Confiar en otra persona para que le recuerde sus citas/ reuniones	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a A7 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque en un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO /A    CUIDADOR/A    OTRO/A</p>						
A8. Confiar en que el centro médico le recordará las citas agendadas.	0	1	2	3	4	9
*A9. Reunir, con anticipación, los artículos que debe llevar a una cita.	0	1	2	3	4	9
*A10. Poner las cosas necesarias para una cita en un lugar visible para recordarse de llevarlas.	0	1	2	3	4	9
*A11. Durante una cita, tomar notas o grabar en un audio información para recordarla después.	0	1	2	3	4	9
<i>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con las <b>compras</b>?</i>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>	<b>No podría decir/ NA</b>
S1. Alguien le ayuda con las compras.	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a C1 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque en un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO/A    CUIDADOR/A    OTRO /A</p>						
*S2. Mantiene la lista de compras en una ubicación específica.	0	1	2	3	4	9

Si respondió a S2 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, ¿la lista está visible?

SÍ NO

*S3. Mantener una lista de compras actualizada para realizar un seguimiento de los artículos que se deben comprar.	0	1	2	3	4	9
*S4. Planifica las paradas o pasos que debe hacer para realizar las compras antes de salir de la casa.	0	1	2	3	4	9
*S5. Marcar o tachar los productos anotados en su lista de compras en la medida que los va encontrando en la tienda.	0	1	2	3	4	9
*S6. Tomarse más tiempo o revisar la lista de compras antes de salir de la tienda, para asegurarse de que lleva todos los productos anotados.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con <u>cocinar</u>?</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Frecuente mente	Siempre	No podría decir/ NA
C1. Alguien le ayuda a cocinar	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a C1 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque en un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO/A    CUIDADOR/A    OTRO /A</p>						
*C2. Establecer un temporizador o alarma cuando está cocinando algo para no olvidarse de ello.	0	1	2	3	4	9
*C3. Consultar con frecuencia las recetas escritas para no olvidar ingredientes y pasos a seguir.	0	1	2	3	4	9
*C4. Quedarse en la cocina para no olvidar lo que está en el fuego.	0	1	2	3	4	9
*C5. Establecer o reunir los ingredientes con anticipación para cocinar.	0	1	2	3	4	9
*C6. Preparar solo comidas sencillas y que le resulten familiares.	0	1	2	3	4	9
*C7. Cocinar los alimentos solamente en el microondas.	0	1	2	3	4	9
*C8. Mantener la cocina muy organizada para encontrar los artículos con facilidad.	0	1	2	3	4	9
C9. ¿Con qué frecuencia usa los quemadores de la cocina para preparar alimentos?	0	1	2	3	4	9
C10. ¿Con qué frecuencia usa el horno para cocinar?	0	1	2	3	4	9
C11. ¿Con qué frecuencia usa el microondas para cocinar?	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con la <b>gestión / administración de finanzas</b>?</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	frecuente mente	Siempre	No podría decir/ NA

F1. ¿Alguien más le ayuda a administrar sus finanzas?	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a F1 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque en un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO/A    CUIDADOR/A    OTRO/A</p>						
*F2. Tener una rutina para pagar las cuentas en un determinado día de la semana o mes.	0	1	2	3	4	9
*F3. Colocar las cuentas en un lugar específico hasta que las pague.	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a F3 con Raras vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>¿las cuentas están visibles?</u></b></p> <p>SÍ      NO</p>						
*F4. Utilizar recordatorios escritos o digitales para ayudarle a recordar el pago de las cuentas.	0	1	2	3	4	9
*F5. Pagar las cuentas inmediatamente cuando llegan para que no se olviden.	0	1	2	3	4	9
*F6. Invertir más tiempo en la revisión de sus pagos para evitar errores al administrar sus finanzas.	0	1	2	3	4	9
*F7. Evitar las distracciones cuando trabaja en sus finanzas (por ejemplo, espacio de trabajo despejado, ir a una habitación tranquila).	0	1	2	3	4	9
*F8. Utilizar métodos de pago en línea y/o automáticos como una forma de recordar pagar las cuentas.	0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con el uso del <b>transporte</b>?</i>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>	<b>No podría decir / NA</b>
*T1. Utilizar un dispositivo GPS del automóvil o del teléfono para ayudarme a planificar o recordar una ruta.	0	1	2	3	4	9



*T2. Conduce principalmente por carreteras conocidas y/o a destinos que le resulten familiares	0	1	2	3	4	9
*T3. Conducir principalmente durante las horas sin aglomeraciones para evitar el tráfico.	0	1	2	3	4	9
*T4. Conducir más despacio.	0	1	2	3	4	9
*T5. Estacionar su automóvil siempre en el mismo sector o lugar de un estacionamiento para recordar dónde lo dejó.	0	1	2	3	4	9
*T6. Salir más temprano para disponer de más tiempo.	0	1	2	3	4	9
*T7. Evitar las distracciones mientras conduce (por ejemplo, apagar la radio y/o no conversar, etc.)	0	1	2	3	4	9
*T8. Mantener las llaves del automóvil en un lugar específico para no perderlas.	0	1	2	3	4	9

**Si respondió a T8 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, ¿las llaves están visibles?**

SÍ NO

<i>¿Cuán a menudo utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades en la <b>administración de sus medicamentos (incluyendo vitaminas)?</b></i>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>	<b>No podrá decir/NA</b>
M1. ¿Tiene a alguien más que le organiza sus medicamentos?	0	1	2	3	4	9

**Si se respondió a M1 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o Siempre, marque en un círculo quién le ayuda:**

	ESPOSO/A	FAMILIAR	AMIGO/A	CUIDADOR /A	OTRO/A	
*M2. Preparar regularmente el pastillero al comienzo de cada semana para organizar y controlar la toma de sus medicamentos.	0	1	2	3	4	9
*M3. Usar notas escritas, una alarma del teléfono u otros recordatorios para tomar medicamentos.	0	1	2	3	4	9
M4. Confiar en otros para que le recuerden tomar sus medicamentos.	0	1	2	3	4	9
M5. Tomar sus medicamentos como parte de una rutina (por ejemplo, en el desayuno)	0	1	2	3	4	9
*M6. Mantener los medicamentos en un lugar visible (por ejemplo, en el mueble de la cocina) para recordar tomarlos.	0	1	2	3	4	9
*M7. Utilizar estrategias para comprobar si se ha tomado las pastillas (por ejemplo, voltear el pastillero o recipiente para verificar que esté vacío).	0	1	2	3	4	9
*M8. Evitar las distracciones al organizar o tomar medicamentos (por ejemplo, apaga la música/TV, despeja un lugar para trabajar).	0	1	2	3	4	9

**Por favor, a continuación, marque en un círculo el/ los medio (s) de transporte que utilice frecuentemente o siempre:**

Conducir      ser pasajero en un auto      taxi      autobús/ transporte público  
 bicicleta      caminar

**Por favor, marque en un círculo el método de pago que utilice con más frecuencia para comprar artículos:**

Efectivo      cheques      Tarjeta de crédito /débito

**Por favor, marque en un círculo el método de pago que utilice con más frecuencia al pagar sus cuentas:**

Cheque      pago en línea      pago automático

Por favor, responda las siguientes preguntas.

¿Cómo realiza normalmente las siguientes categorías de actividades?	Por sí mismo	Con alguna ayuda de otros	Con mucha ayuda de otros	Ya no puede hacer la tarea	Actividad nunca completada
1. Gestionar citas o reuniones	0	1	2	3	9
2. Comprar	0	1	2	3	9
3. Cocinar	0	1	2	3	9
4. Gestionar sus finanzas	0	1	2	3	9
5. Transportarse	0	1	2	3	9
6. Manejar sus medicamentos (incluyendo vitaminas)	0	1	2	3	9

<b>Las siguientes preguntas implican MANTENIMIENTO Y SEGURIDAD DEL HOGAR.</b> <b>Con qué frecuencia usted...</b>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre	No podría decir/NA
H1. ¿Hace reparaciones domésticas menores (por ejemplo, cambiar la ampolleta)?	0	1	2	3	4	9
H2. ¿Alguien le ayuda con las reparaciones del hogar?	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a H2 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o Siempre, <u>marque en un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO/A    CUIDADOR/A    OTRO/A</p>						
H3. ¿Dispone usted de la ayuda de un/a asesor/a del hogar?	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a H3 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque en un círculo la frecuencia.</u></b></p> <p>semanal    quincenal    mensual    otros</p>						

**Marque en un círculo la mejor descripción respecto al tipo de vivienda en la que vive actualmente:**

Casa con familiares      Departamento      Conjunto de viviendas comunitarias      Se cambió a vivir centro de larga estadía

**¿Utiliza las siguientes tecnologías para asistirse? Por favor, marque con un círculo en SÍ o NO para cada una.**

Teléfono fijo con pantalla y subtítulos	Sí	No	Baranda para la cama	Sí	No
Indicador visual (luz de color) para llamadas	Sí	No	Botón de asistencia para ayuda	Sí	No
Grabadora de voz	Sí	No	Manillas	Sí	No
Bastón/muleta/ andador (burrito)	Sí	No	Abridores de frascos	Sí	No
Lupa	Sí	No	Cortador de pastillas	Sí	No

**Por favor, en caso de que usted use con regularidad otras tecnologías de asistencia y que no se señalaron anteriormente, indíquelas a continuación:**

---



---

Nombre del sujeto: \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ Fecha:

**Cuestionario de Estrategias de Compensación – INFORME DE INFORMANTE**

Instrucciones: por favor indique la frecuencia con la que su ser querido/ participante en el estudio utiliza diversas estrategias para ayudarlo a completar tareas diarias, como administrar citas/reuniones, comprar, cocinar, usar del transporte y administrar sus finanzas y sus medicamentos. Para cada elemento de este cuestionario encierre en un círculo el número correspondiente a la frecuencia con la que él o ella utiliza cada estrategia de acuerdo con la siguiente escala de calificación:

- 0 - **Nunca** usa esa estrategia en particular
- 1 - **Rara vez** usa esa estrategia
- 2 - **Algunas veces** usa esa estrategia (por ejemplo, 50% de las veces)
- 3 - **Frecuentemente** usa esa estrategia
- 4 - **Siempre** usa esa estrategia.
- 9 - Si no puede responder a la pregunta o no se aplica (NA) a él o ella.

<u>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con el manejo de las citas/ reuniones</u>	<u>Nunca</u>	<u>Rarame nte</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuent emente</u>	<u>Siempr e</u>	<u>No podría decir/ NA</u>
<u>RI: ¿Hace que otras personas que le ayuden manejar sus citas/reuniones?</u> <b>En caso de que si, marque con un círculo quien le ayuda:</b> Esposo/a      Familiar      Amigo/a      Cuidador/a Otro	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>9</u>
1. Escribe las citas en un calendario (papel o digital).	0	1	2	3	4	9
2. Establece una alarma o solicita un recordatorio de sus citas/reuniones.	0	1	2	3	4	9

3. Chequea en el calendario o su agenda (en papel o digital) de forma rutinaria o regular (por ejemplo, todos los días) para realizar un seguimiento de sus actividades.	0	1	2	3	4	9
4. Mantiene un calendario (papel o digital) en una ubicación central o cercana, la mayor parte del tiempo.	0	1	2	3	4	9
5. Mantiene una rutina horaria, regular como una manera de recordar sus citas/ reuniones (por ejemplo, todos los martes ir al mercado).	0	1	2	3	4	9
R2: Confía en que otra persona le recordará sobre sus citas/reuniones  <b>En caso de que si, marque con un círculo quien le ayuda:</b>  Esposo/a      Familiar      Amigo/a      Cuidador/a Otro	0	1	2	3	4	9
R3: Confía en que el centro médico le recordará la cita agendada	0	1	2	3	4	
6. Reúne con anticipación, los artículos que necesita llevar a una cita/ reunión.	0	1	2	3	4	9
7. Pone las cosas que necesita para una cita/reunión en un lugar visible para recordar llevarlas.	0	1	2	3	4	9
8. Durante una cita/ reunión toma notas o graba en un audio la información para recordarla después.	0	1	2	3	4	9

---

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con las COMPRAS</i>	<i>Nunca</i>	<i>Raramente</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Frecuentemente</i>	<i>Siempre</i>	<i>No podría decir/NA</i>
R1: Hace que alguien le ayude a comprar.  <b>En caso de que si, marque con un círculo quien le ayuda:</b>	0	1	2	3	4	9

Esposo/a Otro	Familiar	Amigo/a	Cuidador/a						
1. Utiliza una lista de compras (papel o digital). <b>En caso de que si, marque con un círculo</b> Papel    Teléfono    Planificador    Calendario Pizarra				0	1	2	3	4	9
2. Mantiene la lista de compras en una ubicación específica. <b>En caso de que si, ¿la lista esta visible?</b> <b>SI / NO</b>				0	1	2	3	4	9
3. Mantiene una lista de compras actualizada para realizar un seguimiento de los artículos que debe comprar.				0	1	2	3	4	9
4. Planifica las paradas o pasos para hacer las compras antes de salir de casa.				0	1	2	3	4	9
5. Va marcando o tachando los productos de su lista de compras en la medida que los va encontrando en la tienda.				0	1	2	3	4	9
6. Se toma más tiempo o revisa un par de veces su lista de compras antes de pagar o salir de la tienda, para asegurarse de que lleva todos los productos.				0	1	2	3	4	9

<i>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con COCINAR</i>	<i>Nunca</i>	<i>Raramente</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Frecuente</i>	<i>Siempre</i>	<i>No podría decir/NA</i>
R1: Hace que otras personas le ayuden a cocinar <b>En caso de que si, marque con un círculo quien le ayuda:</b> Esposo/a    Familiar    Amigo/a    Cuidador/a Otro	0	1	2	3	4	9

1. Establece un temporizador o alarma cuando está cocinando para no olvidarse de ello.	0	1	2	3	4	9
2. Consulta con frecuencia las recetas escritas para no olvidar los ingredientes y pasos a seguir.	0	1	2	3	4	9
3. Se queda en la cocina para no olvidarse de lo que está en el fuego.	0	1	2	3	4	9
4. Reúne los ingredientes con anticipación para cocinar.	0	1	2	3	4	9
5. Prepara por sí mismo solo comidas sencillas y que le resultan familiares	0	1	2	3	4	9
6. Cocina los alimentos solamente en el microondas	0	1	2	3	4	9
7. Mantiene la cocina muy organizada para encontrar los artículos con facilidad.	0	1	2	3	4	9
R2: ¿Con qué frecuencia él/ella usa quemadores de la cocina para preparar alimentos?	0	1	2	3	4	9
R3: ¿Con qué frecuencia él/ella usa el horno para cocinar?	0	1	2	3	4	9
R4: ¿Con qué frecuencia él/ella usa el microondas para cocinar?	0	1	2	3	4	9

<u>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las estrategias para ayudarle a completar actividades relacionadas con LA GESTIÓN/ ADMINISTRACIÓN DE FINANZAS</u>	<u>Nunca</u>	<u>Raramente</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuentemente</u>	<u>Siempre</u>	<u>No podría decir/NA</u>
R1: <b>¿Hace que otras personas que le ayuden con la gestión/administración de sus finanzas?</b>  <b>En caso de que si, marque con un círculo quien le ayuda:</b>	0	1	2	3	4	9



Esposo/a Cuidador/a	Familiar Otro	Amigo/a					
1. Posee una rutina para pagar las cuentas en un determinado día de la semana o mes.	0	1	2	3	4	9	
2. Coloca las cuentas en un lugar específico hasta que se pagan.  <b>En caso de que si, ¿las cuentas están visible?</b>  <b>SI / NO</b>	0	1	2	3	4	9	
3. Utiliza recordatorios escritos o digitales para ayudarse a recordar el pago de las cuentas.	0	1	2	3	4	9	
4. Paga las cuentas inmediatamente cuando llegan para que no se olviden.	0	1	2	3	4	9	
5. Invierte más tiempo en la revisión de sus pagos o chequea dos veces para evitar errores al administrar sus finanzas.	0	1	2	3	4	9	
6. Limita las distracciones cuando trabaja en sus finanzas (por ejemplo, espacio de trabajo despejado, ir a una habitación tranquila).	0	1	2	3	4	9	
7. Utiliza métodos de pago en línea y/o automáticos como una forma de recordar pagar las cuentas.	0	1	2	3	4	9	

<u>¿Con qué frecuencia él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarse a realizar actividades relacionadas con el uso TRANSPORTE?</u>	<u>Nunca</u>	<u>Raramente</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuentemente</u>	<u>Siempre</u>	<u>No podría decir/NA</u>
1. Utiliza un dispositivo GPS del automóvil o del teléfono para ayudarse a planificar o recordar una ruta.	0	1	2	3	4	9
2. Conduce principalmente por carreteras conocidas y/o a destinos familiares o conocidos	0	1	2	3	4	9
3. Conduce principalmente durante las horas sin aglomeraciones para evitar el tráfico.	0	1	2	3	4	9
4. Conduce más despacio.	0	1	2	3	4	9
5. Estaciona su automóvil siempre en el mismo sector o lugar de un estacionamiento para recordar donde lo dejó.	0	1	2	3	4	9
6. Sale más temprano para disponer de más tiempo.	0	1	2	3	4	9
7. Limita las distracciones mientras conduce (por ejemplo, apagar la radio y/o no conversar, etc.)	0	1	2	3	4	9
8. Mantiene las llaves del automóvil en un lugar específico para no perderlas.  <b>En caso de que si, ¿las llaves están visible?</b> <b>SI / NO</b>	0	1	2	3	4	9
Otras estrategias no señaladas:						

**Por favor, a continuación, marque en un círculo el/ los medio (s) de transporte que utilice frecuentemente o siempre:**

Conducir                      ser pasajero en un auto                      taxi                      autobús/ transporte público  
bicicleta                      caminar

**Por favor, marque en un círculo el método de pago que utilice con más frecuencia para comprar artículos:**

Efectivo

cheques

Tarjeta de crédito /débito

<u>¿Cuán a menudo él o ella utiliza las siguientes estrategias para ayudarlo a completar actividades en la ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS (INCLUYENDO VITAMINAS)?</u>	<u>Nunca</u>	<u>Raramente</u>	<u>Algunas veces</u>	<u>Frecuentemente</u>	<u>Siempre</u>	<u>No podría decir/N/A</u>
<b>R1: ¿Hace que alguien más le organice a él/ella sus medicamentos?</b>  <b>En caso de que si, marque con un círculo quien le ayuda:</b>  Esposo/a      Familiar      Amigo/a Cuidador/a      Otro	0	1	2	3	4	9
1. Prepara regularmente su pastillero al comienzo de cada semana para organizar y controlar sus medicamentos.	0	1	2	3	4	9
2. Usa notas escritas, una alarma del teléfono u otros recordatorios para tomar medicamentos.	0	1	2	3	4	9
R2: Confiar en otros para que le recuerden tomar sus medicamentos	0	1	2	3	4	9
R3: Tomar sus medicamentos como parte de una rutina (por ejemplo, en el desayuno)	0	1	2	3	4	9
3. Mantiene los medicamentos en un lugar visible (por ejemplo, en el mueble de la cocina) para recordar tomarlos.	0	1	2	3	4	9
4. Utiliza estrategias para comprobar si se ha tomado las pastillas (por ejemplo, voltear el pastillero o recipiente para verificar que esté vacío).	0	1	2	3	4	9

5. Limita las distracciones al organizar o tomar sus medicamentos (por ejemplo, apaga la música/TV, despeja un lugar para trabajar).	0	1	2	3	4	9
--	---	---	---	---	---	---

**Por favor, marque en un círculo el método de pago que utilice con más frecuencia al pagar sus cuentas:**

Cheque      pago en línea      pago automático

**Por favor, responda las siguientes preguntas.**

<i>¿Cómo su ser querido, en general realiza las siguientes actividades?</i>	<i>Por sí mismo/a</i>	<i>Con alguna ayuda de otros/as</i>	<i>Con mucha ayuda de otros/as</i>
1. Gestiona de citas o reuniones	0	1	2
2. Compra	0	1	2
3. Cocina	0	1	2
4. Gestiona de las finanzas	0	1	2
5. Se transporta	0	1	2
6. Maneja sus medicamentos (incluyendo vitaminas)	0	1	2

<b><i>Las siguientes preguntas implican MANTENIMIENTO Y SEGURIDAD DEL HOGAR.</i></b> <b><i>Con qué frecuencia usted...</i></b>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>	<b>No podría decir/NA</b>
H1. ¿Hace reparaciones domésticas menores (por ejemplo, cambiar la ampolleta)?	0	1	2	3	4	9
H2. ¿Alguien le ayuda con las reparaciones del hogar?	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a H2 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o Siempre, <u>marque en un círculo quién le ayuda:</u></b></p> <p>ESPOSO/A    FAMILIAR    AMIGO/A    CUIDADOR/A    OTRO/A</p>						

H3. ¿Dispone usted de la ayuda de un/a asesor/a del hogar?	0	1	2	3	4	9
<p><b>Si respondió a H3 con Rara vez, algunas veces, frecuentemente o siempre, <u>marque en un círculo la frecuencia.</u></b></p> <p>semanal      quincenal      mensual      otros</p>						

**Marque en un círculo la mejor descripción respecto al tipo de vivienda en la que él/ella vive actualmente:**

Casa con familiares      Departamento centro de larga estadía      Conjunto de viviendas comunitarias      Se cambió a vivir

**¿Utiliza las siguientes tecnologías para asistirse? Por favor, marque con un círculo en SÍ o NO para cada una.**

Teléfono fijo con pantalla y subtítulos	Sí	No	Baranda para la cama	Sí	No
Indicador visual (luz de color) para llamadas	Sí	No	Botón de asistencia para ayuda	Sí	No
Grabadora de voz	Sí	No	Manillas	Sí	No
Bastón/muleta/ andador (burrito)	Sí	No	Abridores de frascos	Sí	No
Lupa	Sí	No	Cortador de pastillas	Sí	No

**Por favor, en caso de que el/ ella use con regularidad otras tecnologías de asistencia y que no se señalaron**

**anteriormente, indíquelas a continuación:**

---



---



---

# IADL-C: cuestionario del informante

## Instrucciones

Las siguientes afirmaciones describen actividades diarias que muchas personas realizan cotidianamente. Nos gustaría que nos dijera como su familiar realiza cada una de estas actividades. Indíquelo asignándole un número correspondiente a cada afirmación.

**Respuestas 1 y 2** Su familiar puede realizar actividades de forma *independiente, es decir, por sí solo/a y tan bien como él/ella siempre lo ha hecho*.

**Elija la respuesta 1** si su familiar **no usa ayuda** para realizar la actividad

**Elija la respuesta 2** si su familiar **sí usa ayuda**, como una lista de cosas por hacer, GPS, lista de compras o asistente personal digital para ayudar en la actividad.

**Respuestas 3 y 4:** Su familiar realiza la actividad de forma *independiente pero no tan bien como siempre*, por ejemplo, tarda más en completar la actividad o comete más errores.

**Elija 3** si su familiar **no está realizando la actividad tan bien como siempre y, además, ahora si usa ayuda**.

**Elija 4** si su familiar **no está realizando la actividad tan bien y no usa ayuda** para completar la actividad.

Si elige la respuesta 3 o 4, indica que su familiar no está realizando la actividad tan bien como siempre, le haremos algunas preguntas adicionales para tener una mejor idea de las dificultades que puede estar experimentando. Específicamente, le pediré que me diga si a una o más de las afirmaciones etiquetadas desde la letra (a) hasta la letra (d) reflejan el desempeño de la actividad de su familiar. Más específicamente, le preguntaré si él o ella:

(a) ahora comete más errores al realizar la actividad.

(b) no realiza la actividad con tanta frecuencia.

(c) necesita más tiempo para realizar la actividad.

(d) se le debe indicar que realice la actividad, es decir, tiene dificultades para iniciarla por su propia cuenta.

**Respuestas 5-7:** Si su familiar requiere algún grado de ayuda o supervisión para realizar la actividad; **elija entre las respuestas 5 a 7, es decir, a veces, generalmente o siempre necesita ayuda**.

**Respuestas 8-10:** Una respuesta de **8** indicaría que su familiar **ya no puede realizar la actividad**, una respuesta de **9** indicaría que él / ella **nunca ha realizado o no necesita hacerla por es siempre hecha por otra persona** (por ejemplo, alguien más prepara las comidas). Si no tiene suficiente información para evaluar la capacidad de su familiar para completar la actividad, entonces debe elegir 10.

## Clave de respuesta

1. Independiente; sin ayuda
2. Independiente; utiliza ayuda
3. Independiente pero no tan bien como siempre; ahora uso ayuda
4. Independiente pero no tan bien como siempre; sin ayuda
  
5. A veces necesita ayuda
6. Por lo general, necesita ayuda
7. Siempre necesita ayuda
8. Ya no puedo completar la actividad
  
9. No es necesario completar la actividad.
  
10. Sin suficiente información para responder

- |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1. Mantiene organizados sus registros financieros.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 2. Puede administrar un presupuesto y asuntos comerciales.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 3. Mantiene el balance de su talonario de cheques de la tarjeta de crédito.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 4. Puede recordar si se han pagado las cuentas   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 5. Puede retomar eficazmente las tareas del hogar después de una interrupción.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 6. Es capaz de priorizar y completar tareas por orden de importancia.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 7. Puede planificar una secuencia eficiente de paradas en un viaje de compras.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 8. Puede planificar y preparar una comida para seis, considerando las porciones adecuadas.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 9. Puede organizar actividades complejas como viajes, hacer mandados o participar en actividades grupales.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 10. Recuerda apropiadamente dónde se colocaron los artículos y cómo encontrarlos cuando sea necesario.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11. Puede completar formularios de seguros y registros médicos, incluido el suministro de sus antecedentes de salud y dosis de medicamentos.           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 12. Puede encontrar el camino de regreso a un punto de encuentro en el centro comercial u otro lugar.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 13. Puede identificar los nombres y comprender el propósitos de todos los medicamentos que toma.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 14. Prepara sus propias comidas, incluida la medición de la cantidad correcta de ingredientes para cocinar y el manejo de los quemadores de la cocina. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 15. Utiliza el teléfono para realizar llamadas.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |



16. Realiza las tareas del hogar con regularidad (por ejemplo, barrer, quitar el polvo, regar las plantas). 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
17. Planifica y cocina de manera eficiente (por ejemplo, pone a hervir agua antes de cortar las zanahorias, cocina varios ingredientes para que estén listos al mismo tiempo). 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
18. Selecciona la ropa adecuada para salidas sociales teniendo en cuenta el clima y los eventos del día. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
19. Puede revisar el contestador automático o los mensajes de voz del teléfono y devolver llamadas o responder mensajes de manera apropiada. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
20. Utiliza una guía telefónica, una libreta de direcciones u otra herramienta para buscar números desconocidos. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
21. Lee y sigue un mapa cuando viaja. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
22. Va a lugares conocidos y familiares con frecuencia y sin perderse. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
23. Recuerda eventos sociales programados, como la misa de los domingos. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
24. Conoce y recuerda números de teléfono para llamar en caso de un problema o una emergencia. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
25. Participa de manera activa en conversaciones con otros (por ejemplo, se integra a una conversación o inicia una nueva conversación) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
26. Participa en actividades sociales de manera apropiada (por ejemplo, evitar comentarios ofensivos, cuenta chistes apropiados). 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
27. Participa en eventos grupales y actividades comunitarias comunitarias, como servicios religiosos o actividades de voluntariado. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

## IADL-C: Cuestionario del participante

Los siguientes ítems describen actividades cotidianas comunes para muchas personas. Nos gustaría que nos dijera cómo realiza usted cada actividad. Indíquelo asignándole un número a cada afirmación.

TENGA EN CUENTA: Las respuestas **1 y 2** indican que usted realiza la actividad de forma **independiente (por su cuenta) y tan bien como siempre**. Elija la respuesta **número 1 si no usa alguna ayuda para realizar la actividad** y la **respuesta 2 si usa alguna ayuda**, como una lista de tareas pendientes, GPS, lista de compras o un asistente personal digital, para ayudarlos con la actividad.

Las respuestas **3 y 4** indican que realiza la actividad de forma independiente pero no tan bien como siempre, por ejemplo, tarda más en completarla o comete más errores. **Elija 3 si no está realizando la actividad tan bien como siempre**, pero ahora usa alguna ayuda para completar la actividad. **Elija 4 si no está realizando la actividad tan bien como siempre y no utiliza ninguna ayuda**.

Si necesita algún grado de ayuda o supervisión para realizar la actividad, elija entre las respuestas **5 a 7**. **Una respuesta 8 indica que ya no puede realizar la actividad**, mientras que una **respuesta 9 indica que nunca la ha realizado** la actividad o no es necesario porque siempre la hace otra persona (por ejemplo, alguien más le prepara las comidas).

1. Independiente; sin ayuda
2. Independiente; utilizo ayuda
3. Independiente pero no tan bien como siempre; ahora uso ayuda
4. Independiente pero no tan bien como siempre; sin ayuda
5. A veces necesito ayuda
6. Por lo general, necesito ayuda
7. Siempre necesito ayuda
8. Ya no puedo realizar la actividad
9. No es necesario realizar la actividad.

1. Mantiene organizados sus registros financieros.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Puede administrar un presupuesto y asuntos comerciales.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Mantiene un balance los gastos de su talonario de cheques o de la tarjeta de crédito.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Puede recordar si se han pagado las cuentas	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Puede retomar las tareas del hogar después de ser interrumpido.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Es capaz de priorizar y completar tareas por orden de importancia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Puede planificar una secuencia eficiente de paradas o pasos para ir de compras .	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Puede planificar y preparar una comida para seis personas, considerando las porciones adecuadas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Puede organizar actividades complejas como viajes, hacer mandados o participar en actividades grupales.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Recuerda apropiadamente dónde se colocaron artículos y dónde encontrarlos cuando es necesario.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Puede completar formularios de seguros y registros médicos, incluido el suministro de sus antecedentes de salud y dosis de medicamentos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Puede encontrar el camino de regreso a un punto de encuentro en el centro comercial u otro lugar.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Puede identificar los nombres y comprender el propósito de todos los medicamentos que usted toma.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Prepara sus propias comidas, incluida la medición de la cantidad correcta de ingredientes para cocinar y el manejo de los quemadores de la cocina.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Utiliza el teléfono para hacer llamadas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Realiza las tareas del hogar con regularidad (por ejemplo, barrer, quitar el polvo, regar las plantas).	1	2	3	4	5	6	7	8	9

17. Planifica y cocina de manera eficiente (por ejemplo, pone a hervir agua antes de cortar las zanahorias, cocina varios ingredientes para que estén listos al mismo tiempo).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Seleccione la ropa adecuada para las salidas sociales teniendo en cuenta el clima y los eventos del día.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19. Puede revisar el contestador automático o los mensajes de correo de voz del teléfono y devolver llamadas o responder mensajes de manera apropiada.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20. Utiliza una guía telefónica, una libreta de direcciones u otra herramienta para buscar números desconocidos	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21. Lee y sigue un mapa cuando viaja.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. Va a lugares conocidos y familiares con frecuencia y sin perderse.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. Recuerda los eventos sociales programados, como la misa de los domingos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. Conoce y recuerda los números para llamar en caso de un problema o una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. Participa de manera activa en conversaciones con otros (por ejemplo, aportar a la conversación, iniciar una nueva conversación)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26. Participa en actividades sociales de manera apropiada (por ejemplo, evitar comentarios ofensivos, cuenta chistes apropiados).	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27. Participa en eventos grupales y actividades comunitarias, como servicios religiosos o actividades de voluntariado.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

## Anexo 8: Retro traducción

### Compensation Strategy Questionnaire – INFORMANT/STUDY PARTNER REPORT

**DIRECTIONS:** Please rate the frequency with which your loved one/study participant uses various strategies to assist in completing everyday task such as managing appointments, shopping, cooking, managing finances, transportation, and managing medications. For each item on this questionnaire **circle the number** corresponding to the frequency with which he/she uses each strategy according to the following rating scale: 0 = **never** use that strategy, 1 = **rarely** use that strategy, 2 = **sometimes** use that strategy (e.g., 50% of the time), 3 = **frequently** use that strategy, 4 = **always** use that strategy. Please circle '9' if you cannot answer the question or it does not apply (NA) to him/her.

<i>How often does he/she use the following strategies to help complete activities related to <b>MANAGING APPOINTMENTS</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/ NA</b>
<b>R1.</b> Have other people help them schedule appointments? <b>If yes, circle who helps:</b> Spouse    Family    Friend    Caregiver    Other	0	1	2	3	4	9
<b>1.</b> Write appointment on a calendar (paper or electronic).	0	1	2	3	4	9
<b>2.</b> Set alarm or request a reminder about appointments.	0	1	2	3	4	9
<b>3.</b> Check calendar or day-planner (paper or electronic) on a routine/regular basis (e.g., daily) to track one's schedule.	0	1	2	3	4	9
<b>4.</b> Keep a calendar (paper or electronic) in a central location or on one's person at most times.	0	1	2	3	4	9
<b>5.</b> Keep a very routine or regular schedule as a way to remember appointments (e.g., every Tuesday go to yoga).	0	1	2	3	4	9
<b>R2.</b> Rely on another person to remind them about appointments. <b>If yes, circle who helps:</b> Spouse    Family    Friend    Caregiver    Other	0	1	2	3	4	9
<b>R3.</b> Rely on the doctor's office to remind me about appointments.	0	1	2	3	4	9
<b>6.</b> Prepare ahead by gathering items that need to be brought to an appointment.	0	1	2	3	4	9
<b>7.</b> Put things needed for an appointment in a visible location to remember to bring them.	0	1	2	3	4	9
<b>8.</b> Take notes or audio record during appointments to remember the information.	0	1	2	3	4	9

<i>How often does he/she use the following strategies to help complete activities related to <b>SHOPPING</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
<b>R1.</b> Have someone help them shop? <b><u>If yes, circle who helps:</u></b> Spouse    Family    Friend    Caregiver    Other	0	1	2	3	4	9
<b>1.</b> Use a shopping list (paper or electronic). <b><u>If yes, circle type:</u></b> Paper    Phone    Planner    Calendar    Whiteboard	0	1	2	3	4	9
<b>2.</b> Keep shopping list in a specific location. <b><u>If yes, is the list visible?</u></b> YES    NO	0	1	2	3	4	9
<b>3.</b> Keep a running shopping list to track what items need to be purchased.	0	1	2	3	4	9
<b>4.</b> Plan shopping trip stops prior to leaving the house.	0	1	2	3	4	9
<b>5.</b> Check off items on a shopping list as they are found in the store.	0	1	2	3	4	9
<b>6.</b> Take more time or double check shopping list before checking out to make sure all items have been obtained.	0	1	2	3	4	9

<i>How often does he/she use the following strategies to help complete activities related to <b>COOKING</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
<b>R1.</b> Have someone help them cook? <b><u>If yes, circle who helps:</u></b> Spouse    Family    Friend    Caregiver    Other	0	1	2	3	4	9
<b>1.</b> Set a timer when items are cooking to not forget about them.	0	1	2	3	4	9
<b>2.</b> Refer to written recipes more often so items or steps are not forgotten.	0	1	2	3	4	9
<b>3.</b> Stay in the kitchen to not forget about something on the stove.	0	1	2	3	4	9

<i>How often does he/she use the following strategies to help complete activities related to <b>COOKING</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
<b>4.</b> Set out ingredients/supplies ahead of time when cooking.	0	1	2	3	4	9
<b>5.</b> Make only simple, familiar meals.	0	1	2	3	4	9
<b>6.</b> Limit cooking to the microwave.	0	1	2	3	4	9
<b>7.</b> Keep the kitchen very organized so items can be found easily.	0	1	2	3	4	9
<b>R2.</b> How often do they use the stovetop to cook?	0	1	2	3	4	9
<b>R3.</b> How often do they use the oven to cook?	0	1	2	3	4	9
<b>R4.</b> How often do they use the microwave to cook?	0	1	2	3	4	9

<i>How often does he/she use the following strategies to help complete activities related to <b>MANAGING FINANCES</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
<b>R1.</b> Have someone else help you manage your finance? <b><u>If yes, circle who helps?</u></b> Spouse    Family    Accountant    Other	0	1	2	3	4	9
<b>1.</b> Have a routine to pay bills on a certain day of the week or month.	0	1	2	3	4	9
<b>2.</b> Place bills in a specific location until they get paid. <b><u>If yes, are the bills visible?</u></b> YES    NO	0	1	2	3	4	9
<b>3.</b> Use written or electronic reminders to help remember to pay bills.	0	1	2	3	4	9
<b>4.</b> Pay bills immediately when they arrive so bills are not forgotten.	0	1	2	3	4	9
<b>5.</b> Allow more time or double check work to avoid errors when managing finances.	0	1	2	3	4	9
<b>6.</b> Limit distractions when working on finances (e.g., clear work space, go to a quiet room).	0	1	2	3	4	9
<b>7.</b> Utilize on-line and/or automatic payment methods as a way to remember to pay bills.	0	1	2	3	4	9

<i>How often does he/she use the following strategies to help complete activities related to <b>TRANSPORTATION</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
<b>1.</b> Use a GPS device in the car or on phone to help plan out or remember a route.	0	1	2	3	4	9
<b>2.</b> Drive mostly on familiar roads and/or to familiar destinations.	0	1	2	3	4	9
<b>3.</b> Drive mostly during non-peak hours to avoid traffic.	0	1	2	3	4	9
<b>4.</b> Drive more slowly.	0	1	2	3	4	9
<b>5.</b> Park in the same general location in a parking lot to remember where the car is parked.	0	1	2	3	4	9
<b>6.</b> Leave earlier to allow for more time.	0	1	2	3	4	9
<b>7.</b> Limit distractions while driving (e.g., radio and/or talking, etc.).	0	1	2	3	4	9
<b>8.</b> Keep car keys in a specific location so as not to lose them. <b><u>If yes, are keys visible?</u></b> YES    NO	0	1	2	3	4	9

**Please circle the mode(s) of transportation below that he/she uses frequently to always:**

Drive self    Passenger in car    Taxi    Bus/public transportation    Senior bus/dial-a-ride    Bike    Walk

**Please circle one method of payment that he/she uses most frequently when buying items:**

Cash    Check    Credit Card

**Please circle one method of payment that he/she uses most frequently for paying bills:**

Check    On-line    Checking/banking    Automatic bill



<i>How often does he/she use the following strategies to help you complete activities</i> <b>MANAGING MEDICATIONS (INCLUDING VITAMINS)</b>	Never	Rarely	Sometimes	Frequently	Always	Cannot Say/NA
<b>R1.</b> Have someone else organize his/her meds? <b>If yes, circle who helps?</b> Spouse    Family    Friend    Caregiver    Other	0	1	2	3	4	9
<b>1.</b> Regularly prepare pill box to organize and monitor medications.	0	1	2	3	4	9
<b>2.</b> Use written notes, an alarm on smartphone, or other reminders to take medications.	0	1	2	3	4	9
<b>R2.</b> Rely on others to remind them to take medications.	0	1	2	3	4	9
<b>R3.</b> Take medications as part of a routine (e.g., with breakfast)	0	1	2	3	4	9
<b>3.</b> Keep medications in a visible location (e.g., on the kitchen counter) in order to remember to take them.	0	1	2	3	4	9
<b>4.</b> Use a strategy to help know which pills have been taken (e.g., turn bottle upside down, pill box is	0	1	2	3	4	9
<b>5.</b> Limit distractions when organizing or taking medications (e.g., turn off music/TV, clear a place to work).	0	1	2	3	4	9

**Please answer the following questions.**

<i>How does your love one/study participant typically complete the following categories of activities</i>	By self	With some help from others	With a lot of help from others	Unable to do task anymore	Never completed activity
<b>1.</b> Managing Appointments	0	1	2	3	9
<b>2.</b> Shopping	0	1	2	3	9
<b>3.</b> Cooking	0	1	2	3	9
<b>4.</b> Managing Finances	0	1	2	3	9
<b>5.</b> Transportation	0	1	2	3	9
<b>6.</b> Managing Medications (including vitamins)	0	1	2	3	9

<i>The following questions involve <b>HOME MAINTENANCE AND SAFETY.</b> How often does he/she...</i>	Never	Rarely	Sometimes	Frequently	Always	Cannot Say/NA
<b>R1.</b> Complete minor household repairs (e.g., change light bulb)	0	1	2	3	4	9
<b>R2.</b> Have someone help them with household repairs? <b><u>If yes, circle who helps?</u></b> Spouse    Family    Friend    Caregiver    Other	0	1	2	3	4	9
<b>R3.</b> Utilize a housekeeper? <b><u>If yes, circle how often:</u></b> Weekly    Bi-weekly    Monthly    Other	0	1	2	3	4	9

**Circle below best description of type of housing he/she is currently living in:**

Own Home      Apartment      Independent Living Community      Moved in with family      Supported Living

**Does he/she use the following assistive technologies? Please circle yes or no for each.**

Amplified or captioned Phone	Yes	No	Bed Rail	Yes	No
Visual Ring Indicator	Yes	No	Call for Help Button	Yes	No
Audio Recorder	Yes	No	Grab Bar	Yes	No
Cane/Walker/Rollator	Yes	No	Jar Opener	Yes	No
Magnifying Glass	Yes	No	Pill Cutter	Yes	No

**If there are other assistive technologies that he/she uses regularly that were not listed above. Please list below.**

---



---



---

## Compensation Strategy Questionnaire – SELF REPORT

**DIRECTIONS:** Please rate the frequency with which you use various strategies to assist in completing everyday task such as managing appointments, shopping, cooking, managing finances, transportation, and managing medications. For each item on this questionnaire **circle the number** corresponding to the frequency with which you use each strategy according to the following rating scale:

- 0 = **never** use that particular strategy
- 1 = **rarely** use that strategy
- 2 = **sometimes** use that strategy (e.g., 50% of the time)
- 3 = **frequently** use that strategy
- 4 = **always** use that strategy.
- 9 = if you cannot answer the question or it does not apply (NA) to you.

<i>How often do you use the following strategies to help you complete activities related to <b>Managing Appointments?</b></i>	Never	Rarely	Sometimes	Frequently	Always	Cannot Say/ NA
A1. Have other people help schedule your appointments? <b>If you responded to A1 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle who helps?</u></b> Spouse      family      friend      caregiver      other	0	1	2	3	4	9
*A2. Write appointment on a calendar (paper or electronic).	0	1	2	3	4	9
*A3. Set alarm or request a reminder about appointments.	0	1	2	3	4	9
*A4. Check calendar or day-planner (paper or electronic) on a routine/regular basis (e.g., daily) to track one's schedule.	0	1	2	3	4	9
*A5. Keep a calendar (paper or electronic) in a central location or on one's person at most times.	0	1	2	3	4	9
*A6. Keep a very routine or regular schedule as a way to remember appointments (e.g., every Tuesday go to yoga).	0	1	2	3	4	9
A7. Rely on another person to remind me about appointments. <b>If you responded to A7 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle who helps?</u></b> Spouse      family      friend      caregiver      other	0	1	2	3	4	9
A8. Rely on the doctor's office to remind me about appointments.	0	1	2	3	4	9
*A9. Prepare ahead by gathering items that need to be brought to an appointment.	0	1	2	3	4	9
*A10. Put things needed for an appointment in a visible location to remember to bring them.	0	1	2	3	4	9
*A11. Take notes or audio record during appointments to remember the information.	0	1	2	3	4	9
<i>How often do you use the following strategies to help you complete activities related to <b>Shopping?</b></i>	Never	Rarely	Sometimes	Frequently	Always	Cannot Say/ NA
*S1. Use a shopping list (paper or electronic). <b>If you responded to S1 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle the material(s) you use:</u></b> Paper      Phone      Planner      Calendar      Whiteboard	0	1	2	3	4	9

<i>How often do you use the following strategies to help you complete activities related to <b>COOKING</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
C1. Have someone help you cook?	0	1	2	3	4	9
<b>If responded to C1 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle who helps?</u></b>						
Spouse      family      friend      caregiver      other						
*C2. Set a timer when items are cooking to not forget about them.	0	1	2	3	4	9
*C3. Refer to written recipes more often so items or steps are not forgotten.	0	1	2	3	4	9
*C4. Stay in the kitchen to not forget about something on the stove.	0	1	2	3	4	9
*C5. Set out ingredients/supplies ahead of time when cooking.	0	1	2	3	4	9
*C6. Make only simple, familiar meals.	0	1	2	3	4	9
*C7. Limit cooking to the microwave.	0	1	2	3	4	9
*C8. Keep the kitchen very organized so items can be found easily.	0	1	2	3	4	9
C9. How often do use the stovetop to cook?	0	1	2	3	4	9
C10. How often do you use the oven to cook?	0	1	2	3	4	9
C11. How often do you use the microwave to cook?	0	1	2	3	4	9
*S2. Keep shopping list in a specific location.	0	1	2	3	4	9
<b>If you responded to S2 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>is the list visible?</u></b>						
YES    NO						
*S3. Keep a running shopping list to track what items need to be purchased.	0	1	2	3	4	9
*S4. Plan shopping trip stops prior to leaving the house.	0	1	2	3	4	9
*S5. Check off items on a shopping list as they are found in the store.	0	1	2	3	4	9
*S6. Take more time or double check shopping list before checking out to make sure all items have been obtained.	0	1	2	3	4	9

<i>How often do you use the following strategies to help you complete activities related to <b>MANAGING FINANCES</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/NA</b>
F1. Have someone else help you manage your finance?	0	1	2	3	4	9
<b>If responded to F1 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle who helps?</u></b>						
Spouse      family      friend      caregiver      other						

*F2. Have a routine to pay bills on a certain day of the week or month.	0	1	2	3	4	9
*F3. Place bills in a specific location until they get paid.	0	1	2	3	4	9
<b>If you responded to F3 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always <u>are the bills visible?</u></b> YES NO						
*F4. Use written or electronic reminders to help remember to pay bills	0	1	2	3	4	9
*F5. Pay bills immediately when they arrive so bills are not forgotten.	0	1	2	3	4	9
*F6. Allow more time or double check work to avoid errors when managing finances.	0	1	2	3	4	9
*F7. Limit distractions when working on finances (e.g., clear work space, go to a quiet room).	0	1	2	3	4	9
*F8. Utilize on-line and/or automatic payment methods as a way to remember to pay bills.	0	1	2	3	4	9

<i>How often do you use the following strategies to help you complete activities related to <b>TRANSPORTATION</b></i>	Never	Rarely	Sometim es	Frequentl y	Always	Cannot Say/ NA
*T1. Use a GPS device in the car or on phone to help plan out or remember a route.	0	1	2	3	4	9
*T2. Drive mostly on familiar roads and/or to familiar destinations	0	1	2	3	4	9
*T3. Drive mostly during non-peak hours to avoid traffic.	0	1	2	3	4	9
*T4. Drive more slowly.	0	1	2	3	4	9
*T5. Park in the same general location in a parking lot to remember where the car is parked.	0	1	2	3	4	9
*T6. Leave earlier to allow for more time.	0	1	2	3	4	9
*T7. Limit distractions while driving (e.g., radio and/or talking etc.)	0	1	2	3	4	9
*T8. Keep car keys in a specific location so as not to lose them.	0	1	2	3	4	9
<b>If you responded to T8 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>are keys visible?</u></b> YES NO						

**Please circle the mode(s) of transportation below that you use frequently to always:**

Drive self    passenger in car    taxi    bus/public transportation    senior bus/dial-a-ride  
bike    walk

**Please circle the method of payment that you use most frequently when buying items:**

Cash    Check    Credit Card

**Please circle the method of payment that you use most frequently for paying bills:**

Check    on-line checking/banking    automatic bill payment

<i>How often do you use the following strategies to help you complete activities <b>MANAGING MEDICATIONS (INCLUDING VITAMINS)</b></i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/ NA</b>
M1. Have someone else organize your meds?	0	1	2	3	4	9
<b>If responded to M1 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle who helps?</u></b> Spouse      family      friend      caregiver      other						
*M2. Regularly prepare pill box at the beginning of each week to organize and monitor medications.	0	1	2	3	4	9
*M3. Use written notes, an alarm on smartphone, or other reminders to take medications.	0	1	2	3	4	9
M4. Rely on others to remind me to take medications.	0	1	2	3	4	9
M5. Take medications as part of a routine (e.g., with breakfast)	0	1	2	3	4	9
*M6. Keep medications in a visible location (e.g., on the kitchen counter) in order to remember to take them.	0	1	2	3	4	9
*M7. Use a strategy to help know which pills have been taken (e.g., turn bottle upside down, pill box is empty).	0	1	2	3	4	9
*M8. Limit distractions when organizing or taking medications (e.g., turn off music/TV, clear a place to work).	0	1	2	3	4	9

<i>The following questions involve <b>HOME MAINTENANCE AND SAFETY.</b></i> <i>How often do you...</i>	<b>Never</b>	<b>Rarely</b>	<b>Sometimes</b>	<b>Frequently</b>	<b>Always</b>	<b>Cannot Say/ NA</b>
H1. Complete minor household repairs (e.g., change light bulb)	0	1	2	3	4	9
H2. Have someone help you with household repairs?	0	1	2	3	4	9
<b>If you responded to H2 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle who helps?</u></b> Spouse      family      friend      caregiver      other						
H3. Utilize a housekeeper?	0	1	2	3	4	9
<b>If you responded to H3 with Rarely, Sometimes, Frequently or Always, <u>circle one?</u></b> weekly      bi-weekly      monthly      other						

**Please answer the following questions.**

<i>How do you typically complete the following categories of activities?</i>	<b>By self</b>	<b>With some help from others</b>	<b>With a lot of help from others</b>	<b>Unable to do task anymore</b>
1. Managing Appointments	0	1	2	3
2. Shopping	0	1	2	3
3. Cooking	0	1	2	3
4. Managing Finances	0	1	2	3
5. Transportation	0	1	2	3
6. Managing Medications (including vitamins)	0	1	2	3

**Circle below best description of type of housing you are currently living in:**

Own Home    Apartment    Independent Living Community    Moved in with family    Supported Living

**Do you use the following assistive technologies? Please circle yes or no for each.**

Amplified or captioned Phone	Yes	No	Bed Rail	Yes	No
Visual Ring Indicator	Yes	No	Call for Help Button	Yes	No
Audio Recorder	Yes	No	Grab Bar	Yes	No
Cane/Walker/Rollator	Yes	No	Jar Opener	Yes	No
Magnifying Glass	Yes	No	Pill Cutter	Yes	No

**If there are other assistive technologies that you use regularly that were not listed above. Please list below.**

---



---



---

## IADL-C: Informant Questionnaire

---

### Instructions

These questions pertain to everyday activities that many people engage in as they go about their everyday experiences. We would like you to tell us how your family member completes each activity. Please indicate this by providing me with the appropriate number to each question.

**Responses 1 and 2** Your family member is able to perform activities *independently, i.e., on his/ her own and as well as he /she ever has.*

Choose response 1 if your family member does not use an aid to help with activity completion. Choose response 2 if your family member does use an aid, such as a to-do list, GPS, grocery list, or PDA to assist in the activity.

**Responses 3 and 4:** Your family member performs the activity *independently but not as well as ever*, for example, it takes him/ her longer to complete the activity or he/ she makes more errors.

Choose 3 if your family member is not performing the activity as well but now uses an aid to assist with activity completion.

Choose 4 if your family member is not performing the activity as well and uses no aid to help with activity completion.

If you choose response 3 or 4, indicating that your family member is not performing the activity as well as ever, I will follow-up with a few additional questions to get a better sense of the difficulties that your care-receiver may be experiencing. Specifically, I will ask you to tell me whether one or more of the statements labeled (a) thru (d) on your sheet is now true of your care-receiver's activity performance. More specifically, I will ask if he/she is:

- (a) now making more errors when completing the activity;
- (b) is not engaging in the activity as often;
- (c) needs more time to complete the activity, and/or
- (d) must be told to complete the activity, that is, *he/she* has difficulty initiating the activity on own

**Responses 5 -7:** Your family member requires some degree of help or supervision to complete the activity, choose from responses 5 through 7, i.e., *sometimes, usually, or always needs help.*

**Responses 8-10:** A response of 8 would indicate that your family member is no longer able to complete the activity, a response of 9 would indicate that *he/ she*



has **never** completed the activity or does not need to complete the activity because it is **always** completed by someone else (e.g., someone else prepares meals). If you have no basis for judging your care-receiver's ability to complete the activity, then you should choose **10**.

### Response Key

1. Independent; no aid
2. Independent; use aid to assist
3. Independent but **not** as well as ever; **now** use aid to assist
4. Independent but **not** as well as ever; no aid
  
5. Sometimes need help
6. Usually need help
7. Always need help
8. Not able to complete activity anymore
  
9. Do not need to complete activity
10. No Basis for judgment

## IADL-C: Informant Questionnaire

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| 1. Keeps financial records organized.  | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 2. Can manage a budget and business affairs.   | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 3. Balances a checkbook for credit card statement.   | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 4. Remembers where bills were paid.  | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 5. Returns efficiently to household tasks after being interrupted.   | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 6. Able to prioritize and complete tasks in order of importance.   | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 7. Can plan an efficient sequence of stops on a shopping trip.   | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 8. Can plan and prepare a meal for six, including appropriate portions.  | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 9. Can organize complex activities such as travel, running errands, or participation in group activities.          | 1 2 3 4 5 6 7 8 9<br>10 |
| 10. Appropriately recalls where items were placed and where to find items or papers when needed.                   | 1 2 3 4 5 6 7 8 9<br>10 |
| 11. Can fill out insurance claims and doctor's records, including providing health history and medication dosages. | 1 2 3 4 5 6 7 8 9<br>10 |
| 12. Can find way back to a meeting spot in the shopping mall or other location.                                    | 1 2 3 4 5 6 7 8 9<br>10 |
| 13. Can identify the names and understand the purpose of all medications being taken.                              | 1 2 3 4 5 6 7 8 9<br>10 |
| 14. Can prepare own meals, including measuring correct amounts of cooking ingredients and managing the stove.      | 1 2 3 4 5 6 7 8 9<br>10 |
| 15. Uses the telephone to make calls.  | 1 2 3 4 5 6 7 8 10<br>9 |
| 16. Performs household chores regularly (e.g., sweeping, dusting, watering plants).                                | 10                      |

- 1 2 3 4 5 6 7 8  
9
17. Plans and cooks efficiently (e.g., puts water on to boil before cutting carrots, cooks multiple items so that they finish at the same time). 1 2 3 4 5 6 7 8 9  
10
18. Selects appropriate clothes for social outings taking into account the weather and the events of the day. 1 2 3 4 5 6 7 8 9  
10
19. Checks answering machine or voicemail messages and appropriately returns calls or responds to messages. 1 2 3 4 5 6 7 8 9  
10
20. Uses a telephone book, address book or other tool to look up unfamiliar numbers. 1 2 3 4 5 6 7 8  
9 10
21. Reads and follows a map when traveling. 1 2 3 4 5 6 7 8 10  
9
22. Travels to frequently visited, familiar places without getting lost. 1 2 3 4 5 6 7 8 10  
9
23. Remembers scheduled social events, such as church on Sundays. 1 2 3 4 5 6 7 8 10  
9
24. Knows and remembers numbers to call in case of a problem or an emergency. 1 2 3 4  
5 6 7 8 9 10
25. Participates meaningfully in conversations with others, (e.g., adds to the conversation initiates new conversation). 1  
2 3 4 5 6 7 8 9 10
26. Engages in social activities appropriately (e.g., avoids offensive remarks, tells appropriate jokes). 1 2 3 4 5 6  
7 8 9 10
27. Participates in group events and community activities, such as religious services or volunteer activities. 1  
2 3 4 5 6 7 8 9 10

## IADL-C: Participant Questionnaire

The following items are everyday activities that many people engage in. We would like you to tell us how you complete each activity. Please indicate this by providing me with the appropriate number to each question. PLEASE NOTE that responses 1 and 2 indicate that you perform the activity *independently (on your own) and as well as you ever have*. Choose response 1 if you do not use an aid to help with activity completion and response 2 if you use an aid, such as a to-do list, GPS, grocery list or PDA to assist you with the activity. Responses 3 and 4 indicate that you perform the activity *independently but not as well as ever*, for example, it takes you longer to complete the activity or you make more errors. Choose 3 if you are not performing the activity as well but now use an aid to assist with activity completion. Choose 4 if you are not performing the activity as well and use no aid to help with activity completion.

If you require some degree of help or supervision to complete the activity, choose from responses 5 through 7. A response of 8 would indicate that you are no longer able to complete the activity, while a response of 9 would indicate that you have never completed the activity or do not need to complete the activity because it is always completed for you by someone else (e.g., someone else prepares meals).

1. **Independent; no aid**
2. **Independent; use aid to assist**
3. **Independent but not as well as ever; now use aid to assist**
4. **Independent but not as well as ever; no aid**
5. **Sometimes need help**
6. **Usually need help**
7. **Always need help**
8. **Not able to complete activity anymore**
9. **Do not need to complete activity**

1. Keep financial records organized.	1	2	3
2. Can manage a budget and business affairs.	1	2	3
3. Balance a checkbook or credit card statement.	1	2	3
4. Can remember whether bills were paid.	1	2	3
5. Can return to household tasks after being interrupted.	1	2	3
6. Able to prioritize and complete tasks in order of importance.	1	2	3
7. Can plan an efficient sequence of stops on a shopping trip.	1	2	3
8. Can plan and prepare a meal for six, including appropriate	1	2	3
4 5 6 7 8 9 portions.			

9. Can organize complex activities such as travel, running errands, or participation in group activities.	1	2	3	4	5	6	7
10. Appropriately recall where items were placed and where to find items or papers when needed.	1	2	3	4	5	6	7
11. Can fill out insurance claims and doctor's records, including medication dosages.	1	2	3	4	5	6	7
12. Can find way back to a meeting spot in the shopping mall or other location.	1	2	3	4	5	6	7
13. Can identify the names and understand the purposes of all medications being taken.	1	2	3	4	5	6	7
14. Prepare own meals, including measuring correct amount of cooking ingredients and managing the stove.	1	2	3	4	5	6	7
15 Use the telephone to make calls.	2	3	4	5			
16. Perform household chores regularly (e.g., sweeping, dusting, watering plants).	1	2	3	4	5	6	7
17. Plan and cook efficiently (e.g., put water on to boil before cutting carrots, cook multiple items so that they finish at the same time).	1	2	3	4	5	6	7
18.3 Select appropriate clothes for social outings taking into account the weather and the events of the day.	1	2	3	4	5	6	7
19. Can check answering machine or voicemail messages and appropriately return calls or respond to messages.	1	2	3	4	5	6	7
20. Use a telephone book, address book or other tool to look up unfamiliar numbers.	1	2	3	4	5	6	7
21 22 Read and follow a map when traveling.	1	2	3	4	5		
Travel to frequently visited, familiar places without getting lost.	1	2	3	4	5		
Remember scheduled social events, such as church on Sundays.	1	2	3	4	5		
23. 9							

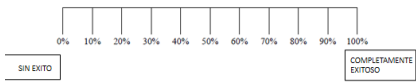
24. Know and remember numbers to call in case of a problem or an emergency.	1 2 3 4 5 6 7 8 9
25. Participate meaningfully in conversations with others (e.g., add to the conversation, initiate new conversation).	1 2 3 4 5 6 7 8 9
26. Engage in social activities appropriately (e.g., avoid offensive remarks, tell appropriate jokes).	1 2 3 4 5 6 7 8 9
27. Participate in group events and community activities, such as religious services or volunteer activities.	1 2 3 4 5 6 7 8 9

## Anexo 9: Tarea de memoria

<p>Tarea de llamada al estudio</p>	<p>Instrucción de tarea: llamada al encargado del estudio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Completar el cuestionario e ingresarlos en el sobre.</li> <li>• Llame al encargado del laboratorio y deje un mensaje sobre la fecha y hora programadas. La fecha es una semana a partir de hoy, a la misma hora que estaba programada la presente cita..</li> <li>• Llamar al encargado del estudio.</li> <li>• Indicar que usted ha terminado de completar sus cuestionarios y los ha ingresado en el sobre.</li> </ul>	<p>Escala de calificación de éxito</p> <p>¿Qué éxito cree que obtendrá al completar esta tarea, con un 0% sin éxito y un 100% completamente exitoso?</p> <p>0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%</p> <p>SIN ÉXITO COMPLEMENTAMENTE ÉXITOSO</p>
<p>Tarea de resumen de actividad física cotidiana</p>	<p>Instrucción de tarea lista de actividad física cotidiana:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los próximos dos días (mañana y pasado mañana), escriba un resumen de una o dos oraciones sobre su actividad física diaria (jardinería, caminar, barrer, etc.).</li> <li>• Escriba la fecha de cada actividad física cotidiana.</li> <li>• Durante la próxima videollamada, cuando le solicite completar una tarea que implica caminar, en ese momento deberá mostrar al encargado su lista escrita.</li> </ul>	<p>Escala de calificación de éxito</p> <p>¿Qué éxito cree que obtendrá al completar esta tarea, con un 0% sin éxito y un 100% completamente exitoso?</p> <p>0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%</p> <p>SIN ÉXITO COMPLEMENTAMENTE ÉXITOSO</p>

### Escala de calificación de éxito

¿Qué éxito cree que obtendrá al completar esta tarea, con un 0% sin éxito y un 100% completamente exitoso?



### Escala de frecuencia

