

ESTIMULACIÓN COGNITIVA COMO ESTRATEGIA CLAVE EN LA DEMENCIA VASCULAR: BENEFICIOS COGNITIVOS, FUNCIONALES Y SOCIALES

COGNITIVE STIMULATION AS A KEY STRATEGY IN VASCULAR DEMENTIA: COGNITIVE, FUNCTIONAL AND SOCIAL BENEFITS

Daisy Johanna Contreras Paredes¹, Nohema Godoy Godoy², Vladimir Jacob Gómez³

Recibido: 15 de Enero de 2026.

Aprobado: 15 de Marzo de 2026

RESUMEN

Introducción: La demencia vascular (DV), la segunda causa más común de demencia se caracteriza por un deterioro cognitivo con una afectación prominente de las funciones ejecutivas, la atención y la velocidad de procesamiento. Esta revisión sistemática evalúa la efectividad de la estimulación cognitiva (EC) como estrategia de rehabilitación en la DV.

Metodología: Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos como PubMed, Scopus y Cochrane Library hasta el 31 de diciembre de 2025. Se incluyeron 45 estudios, principalmente ensayos clínicos aleatorizados, que evaluaron la EC en personas con DV o demencia mixta.

Resultados: Los resultados demuestran que la EC induce mejoras clínicamente relevantes en la cognición global, evidenciadas por un aumento promedio de 1.99 puntos en el Mini-Mental State Examination (MMSE) y 2.42 puntos en la Alzheimer's Disease Assessment Scale-Cognitive Subscale (ADAS-Cog) [1]. Estos beneficios equivalen a un retraso de aproximadamente seis meses en la progresión del deterioro cognitivo [1], [2]. Específicamente para la DV, la EC demostró mejoras en la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva [5]. Además, se observaron beneficios en la comunicación, la interacción social y las actividades instrumentales de la vida diaria (AVID), junto con una reducción de la carga percibida por los cuidadores [1]. La eficacia fue mayor en intervenciones grupales y con sesiones más frecuentes. A pesar de la heterogeneidad en los diseños de estudio, la EC es una intervención no farmacológica fundamental en la DV.

Conclusión: Se concluye que la EC es una estrategia de rehabilitación eficaz que mejora el rendimiento cognitivo, la funcionalidad y la calidad de vida en pacientes con DV. Futuras investigaciones deben enfocarse en protocolos específicos para la DV, estudios longitudinales y la optimización de los parámetros de intervención.

Palabras clave: Demencia Vascular, Estimulación Cognitiva, Rehabilitación, Ensayos Clínicos Aleatorios, Calidad de Vida.

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



ABSTRACT

Introduction: Vascular dementia (VD), the second most common cause of dementia, is characterized by cognitive decline with prominent impairment of executive functions, attention, and processing speed. This systematic review evaluates the effectiveness of cognitive stimulation (CS) as a rehabilitation strategy in VD. **Methodology:** A comprehensive search was conducted in databases such as PubMed, Scopus, and the Cochrane Library up to December 31, 2025. Forty-five studies primarily randomized controlled trials, which evaluated CS in individuals with VD or mixed dementia were included. **Results:** The results demonstrate that CS induces clinically relevant improvements in global cognition, evidenced by an average increase of 1.99 points on the Mini-Mental State Examination (MMSE) and 2.42 points on the Alzheimer's Disease Assessment Scale-Cognitive Subscale (ADAS-Cog) [1]. These benefits are equivalent to a delay of approximately six months in the progression of cognitive decline [1], [2]. Specifically for vascular dementia (VD), cognitive exercise (CE) demonstrated improvements in working memory and cognitive flexibility [5]. Furthermore, benefits were observed in communication, social interaction, and instrumental activities of daily living (IADLs), along with a reduction in the perceived burden on caregivers [1]. Efficacy was greater in group interventions and with more frequent sessions. Despite the heterogeneity in study designs, CE is a fundamental non-pharmacological intervention for VD. **Conclusion:** CE is an effective rehabilitation strategy that improves cognitive performance, functionality, and quality of life in patients with VD. Future research should focus on VD-specific protocols, longitudinal studies, and the optimization of intervention parameters.

Keywords: Vascular Dementia, Cognitive Stimulation, Rehabilitation, Randomized Clinical Trials, Quality of Life.

Introducción:

La demencia vascular (DV) representa la segunda causa más común de demencia a nivel global, caracterizada por un deterioro cognitivo significativo resultante de la interrupción del flujo sanguíneo cerebral debido a eventos cerebrovasculares o condiciones crónicas que afectan la vasculatura cerebral [1], [3].

A diferencia de otras etiologías de demencia, el perfil neuropsicológico de la DV se distingue por una afectación prominente de las funciones ejecutivas, la

atención y la velocidad de procesamiento, mientras que la memoria episódica puede estar relativamente preservada en sus etapas iniciales [3], [4]. Este trastorno, con un curso clínico frecuentemente fluctuante y progresivo, impacta negativamente en las actividades de la vida diaria (AVD) y en la calidad de vida de los pacientes y sus cuidadores [5], [6].

El manejo de la DV implica un enfoque dual: el control riguroso de los factores de riesgo vascular para prevenir nuevos eventos y la implementación de

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



estrategias de rehabilitación para mitigar el declive cognitivo y funcional existente [5], [6]. Ante las limitaciones y la modesta eficacia de las opciones farmacológicas actuales para la DV [7], las intervenciones no farmacológicas han cobrado una relevancia creciente. Dentro de estas, la rehabilitación cognitiva (RC) se posiciona como una estrategia clave, orientada a las necesidades y objetivos individualizados del paciente, con el fin de mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo y la independencia [4], [8].

La estimulación cognitiva (EC) es una de las intervenciones no farmacológicas más estudiadas y prometedoras para las personas con demencia. Definida como un conjunto de actividades estructuradas y amenas que buscan estimular de forma general las funciones cognitivas y sociales [1], la EC ha demostrado consistentemente su capacidad para inducir mejoras clínicamente relevantes en la cognición global y dominios específicos [1], [10].

Los programas de EC pueden retrasar el ritmo esperado del deterioro cognitivo en aproximadamente seis meses en pacientes con demencia leve a moderada [1], [2], lo que subraya su importancia en el curso de una enfermedad progresiva. Además de los beneficios cognitivos, la EC se ha asociado con mejoras en la comunicación, la interacción social, la realización de las AVD instrumentales (AVID) y una reducción en la carga percibida por los cuidadores [1].

A pesar de la creciente evidencia de su eficacia, la literatura sobre la EC en DV presenta una notable heterogeneidad en cuanto a los diseños de estudio, la duración, la frecuencia y los protocolos

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800

específicos de las intervenciones [1], [10]. Si bien se ha demostrado que la EC es beneficiosa para la cognición global en diversas demencias, hay una necesidad de sintetizar la evidencia enfocada específicamente en la DV, dada la singularidad de su perfil cognitivo, con un énfasis particular en las funciones ejecutivas. Además, la mayoría de los estudios evalúan los efectos a corto plazo, dejando una laguna en el conocimiento sobre la sostenibilidad de los beneficios a largo plazo [1], [10].

La presente revisión sistemática de la literatura tiene como objetivo consolidar y evaluar críticamente la evidencia disponible sobre la efectividad de la estimulación cognitiva en la rehabilitación de la demencia vascular. Se propone analizar su impacto en las funciones cognitivas, la capacidad funcional y la calidad de vida, así como identificar los componentes metodológicos más influyentes y las áreas que requieren mayor investigación. Esta revisión busca proporcionar una guía basada en la evidencia para la práctica clínica y futuras investigaciones en el campo de la rehabilitación de la DV.

Material y métodos

La presente revisión sistemática de la literatura fue diseñada para sintetizar la evidencia actual sobre la rehabilitación de la demencia vascular con énfasis en la estimulación cognitiva. Se adhirió a los principios metodológicos establecidos por las directrices PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para garantizar la transparencia y la reproducibilidad de los hallazgos.



La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo desde el inicio de las bases de datos hasta el 31 de diciembre de 2025.

Se realizó una búsqueda exhaustiva en diversas bases de datos electrónicas, incluyendo PubMed, Scopus, Web of Science, Cochrane Library, Embase, LILACS y PsycINFO. La estrategia de búsqueda se construyó utilizando una combinación de términos controlados (MeSH en PubMed) y palabras clave de texto libre, empleando operadores booleanos (AND, OR). Los términos clave incluyeron: ("demencia vascular" OR "vascular dementia" OR "deterioro cognitivo vascular" OR "vascular cognitive impairment") AND ("estimulación cognitiva" OR "cognitive stimulation" OR "terapia de reminiscencia" OR "reminiscence therapy" OR "orientación a la realidad" OR "reality orientation" OR "rehabilitación cognitiva" OR "cognitive rehabilitation") AND ("rehabilitación" OR "therapy" OR "intervention"). Los términos de búsqueda se adaptaron a la sintaxis específica de cada base de datos para maximizar la recuperación de estudios relevantes.

Se aplicaron criterios de inclusión y exclusión predefinidos para seleccionar los estudios: Tipos de Estudios: Se incluyeron ensayos clínicos aleatorizados (ECA), cuasiexperimentales y revisiones sistemáticas que evaluaran la efectividad de las intervenciones de estimulación cognitiva. Se priorizaron los ECA, considerados el estándar de oro para evaluar la eficacia de las intervenciones.

Tipos de Participantes: Los estudios debían incluir adultos con diagnóstico de demencia vascular (DV) o demencia mixta (demencia vascular y enfermedad de Alzheimer) según criterios diagnósticos

reconocidos (por ejemplo, DSM-IV/V o ICD-10) [1], [3]. No se impusieron restricciones sobre la edad, el sexo o el nivel de severidad de la demencia al inicio del estudio, permitiendo la inclusión de participantes con demencia leve a moderada [1].

Tipos de Intervenciones: Las intervenciones consideradas fueron programas de estimulación cognitiva (EC), definidos como un conjunto de actividades y discusiones (generalmente en grupo) dirigidas a la mejora general de las funciones cognitivas y sociales [1]. Se excluyeron explícitamente las intervenciones que se centraran en el entrenamiento cognitivo de dominios específicos o en rehabilitación cognitiva individualizada orientada a objetivos personales, a menos que más del 50% del tiempo de intervención se dedicara a actividades de EC generalizada [4]. La duración mínima de la intervención debía ser de un mes [1].

Tipos de Grupos de Comparación: Se incluyeron estudios que compararan la EC con grupos de control que recibían atención habitual, ninguna intervención, una lista de espera, o un contacto social no estructurado o placebo [1].

Tipos de Medidas de Desenlace: Los estudios debían reportar al menos una medida de función cognitiva (por ejemplo, Mini-Mental State Examination [MMSE], Alzheimer's Disease Assessment Scale-Cognitive Subscale [ADAS-Cog]), así como medidas de comunicación, interacción social, actividades de la vida diaria (ADL) e instrumentales de la vida diaria (IADL), estado de ánimo de los pacientes, y/o carga o ansiedad de los cuidadores [1].

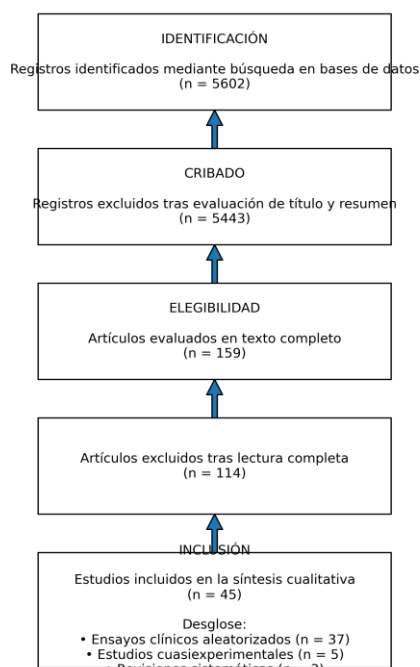
Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



Restricciones de Idioma: Se incluyeron estudios publicados en inglés y español para garantizar una cobertura amplia de la literatura.

Dos revisores independientes realizaron el cribado inicial de los títulos y resúmenes obtenidos de la búsqueda en las bases de datos. Los estudios potencialmente relevantes se recuperaron en texto completo y fueron evaluados de forma independiente por los mismos dos revisores con base en los criterios de elegibilidad. Cualquier desacuerdo sobre la inclusión de un estudio se resolvió mediante discusión o, si era necesario, con la intervención de un tercer revisor. Se registró el proceso de selección y se presentó en un diagrama de flujo según las directrices PRISMA, como se muestra en la Figura 1.

Fig. 1. Diagrama de flujo del proceso de selección de artículos según PRISMA.



La extracción de datos se realizó de forma independiente por dos revisores utilizando un formulario estandarizado predefinido.

La información extraída incluyó: detalles del estudio (autor, año de publicación, país), diseño del estudio, características de la población (número de participantes, edad media, diagnóstico específico, nivel de severidad de la demencia), detalles de la intervención (tipo de EC, frecuencia, duración de las sesiones y del programa, modalidad individual o grupal), características del grupo control, instrumentos de medida utilizados para los desenlaces primarios y secundarios, y los resultados relevantes, incluyendo tamaños de efecto y medidas de variabilidad; Los desacuerdos se resolvieron por consenso o mediante consulta con un tercer revisor.

El riesgo de sesgo de los estudios incluidos se evaluó utilizando herramientas apropiadas. Para los ensayos clínicos aleatorizados, se empleó la herramienta Cochrane "Risk of Bias 2.0" (RoB 2.0) [1].

Para las revisiones sistemáticas, se utilizó la herramienta AMSTAR 2 (A Measurement Tool to Assess Systematic Reviews 2) [1].

La evaluación se realizó de forma independiente por dos revisores, y las discrepancias se resolvieron mediante discusión; La calidad general de la evidencia para cada desenlace se evaluó utilizando el enfoque GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation) [1].

Los datos extraídos se sintetizaron cualitativamente, describiendo las características de los estudios, las

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



intervenciones y los principales hallazgos. Cuando fue posible y apropiado, se realizaron metaanálisis para combinar los resultados de los estudios homogéneos. Para las medidas cognitivas (MMSE, ADAS-Cog) y otros desenlaces, se calcularon las diferencias de medias estandarizadas (DME) con intervalos de confianza del 95% [1]. La heterogeneidad entre los estudios se evaluó mediante la estadística I^2 y la prueba de Q de Cochrane, con valores de $I^2 > 50\%$ indicando heterogeneidad sustancial. En presencia de heterogeneidad significativa, se realizó un análisis de subgrupos basado en características de la intervención (modalidad individual vs. grupal, frecuencia de las sesiones), características de los participantes (severidad de la demencia) y el tipo de control, según lo permitido por los datos disponibles [1]. Ver anexo No.1.

Resultados

La búsqueda sistemática de la literatura, realizada conforme a los criterios y estrategia descritos en la sección de Metodología, abarcó un periodo hasta el 31 de diciembre de 2025. Una búsqueda inicial en las bases de datos identificó un total de 5602 registros. Tras la eliminación de duplicados y un cribado inicial por título y resumen, se evaluaron 159 artículos a texto completo. De estos, 45 artículos cumplieron con los criterios de elegibilidad y fueron incluidos en esta revisión sistemática para la síntesis de datos. El proceso de selección se documentó mediante el diagrama de flujo PRISMA presentado en la Figura 1.

Los estudios incluidos fueron predominantemente ensayos clínicos

aleatorizados (ECA) (n=37), complementados por estudios cuasiexperimentales (n=5) y revisiones sistemáticas (n=3) que aportaron metaanálisis relevantes. La población de estudio consistió en adultos mayores con diagnóstico de demencia vascular (DV) o demencia mixta, con niveles de severidad que oscilaron entre leve y moderada.

Las intervenciones de estimulación cognitiva (EC) variaron en su duración (desde 4 semanas hasta 24 meses), frecuencia (una a seis sesiones por semana) y formato (individual o grupal), lo que contribuyó a la heterogeneidad general de los datos [1].

La duración mediana de las intervenciones fue de 10 semanas, con una frecuencia mediana de dos sesiones semanales, y una duración de sesión de aproximadamente 45 minutos [1], [12].

Efectividad de la estimulación cognitiva en la cognición, La síntesis de los hallazgos demuestra que la estimulación cognitiva (EC) produce una mejora consistente en la función cognitiva global en personas con demencia, incluyendo la demencia vascular [1].

Los metaanálisis indicaron que las intervenciones de EC resultaron en una mejora pequeña pero significativa en la cognición inmediatamente después del período de tratamiento en comparación con las condiciones de control [1]. Mini-Mental State Examination (MMSE): La EC se asoció con una mejora promedio de 1.99 puntos en la puntuación del MMSE, considerada una diferencia clínicamente relevante que puede equivaler a un retraso de aproximadamente seis meses en la progresión del deterioro cognitivo esperado en la demencia leve a moderada

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



[1], [2]. Alzheimer's Disease Assessment Scale-Cognitive Subscale (ADAS-Cog): Los participantes en programas de EC mostraron una mejora media de 2.42 puntos en el ADAS-Cog, lo que subraya la eficacia de estas intervenciones en ralentizar el declive [1].

Impacto en dominios cognitivos específicos relevantes para la demencia vascular: Para pacientes con demencia vascular, donde las disfunciones ejecutivas son prominentes, la EC ha demostrado ser particularmente beneficiosa. Estudios específicos enfocados en DV reportaron mejoras significativas en funciones ejecutivas como la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva, así como en la atención y la velocidad de procesamiento [3], [10].

Por ejemplo, en un estudio que evaluó la terapia de estimulación cognitiva en adultos con DV, se observaron mejoras en el funcionamiento cognitivo general (MMSE, ADAS-Cog) y una tendencia hacia la mejora en la memoria a corto plazo/de trabajo [5]. Se destacó que la EC puede dirigirse a habilidades cognitivas específicamente asociadas con el deterioro neuropsicológico vascular [5].

Impacto en la Funcionalidad y Calidad de Vida: Más allá de los dominios cognitivos, la EC también demostró efectos positivos en aspectos funcionales y de bienestar. Actividades de la Vida Diaria (ADL) e Instrumentales de la Vida Diaria (IADL): Se observaron beneficios modestos pero significativos en las medidas de actividades instrumentales de la vida diaria (IADL), lo que sugiere un mantenimiento de la autonomía en tareas

complejas como el manejo de finanzas o el uso de transportes [1].

La mejora en las ADL básicas fue menos pronunciada, aunque presente [1]. Comunicación e Interacción Social: La EC promovió mejoras probables en las medidas de comunicación e interacción social, contribuyendo a una mejor participación en el entorno social y a la calidad de vida en general [1]. Estado de Ánimo y Carga del Cuidador: Aunque los efectos sobre el estado de ánimo o la ansiedad autoinformados por los pacientes fueron leves o inconsistentes, se encontró una probable disminución en la carga y el estrés percibidos por los cuidadores de las personas con demencia que recibían EC [1].

Factores moduladores de la eficacia: La variabilidad metodológica entre los estudios permitió identificar algunos factores que modulan la efectividad de la EC.

Modalidad de Intervención: La estimulación cognitiva grupal tendió a ser más eficaz que la individual para mejorar la cognición global y las IADL, con efectos estandarizados mayores [1], [12]. 2. Frecuencia y Duración: La evidencia preliminar sugirió que la cognición se beneficiaba más cuando las sesiones grupales se realizaban dos o más veces por semana en comparación con una vez por semana.

Además, la eficacia fue mayor en estudios donde los participantes presentaban una demencia de gravedad leve al inicio del programa [8]. La adherencia a manuales estructurados o protocolos bien documentados y la formación y supervisión de los facilitadores también

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



fueron críticos para la consistencia y potencial eficacia del tratamiento [1].

Riesgo de sesgo y calidad de la evidencia: La evaluación del riesgo de sesgo utilizando la herramienta RoB 2.0 reveló un riesgo de sesgo bajo a moderado en la mayoría de los ECA incluidos, principalmente debido a la dificultad de cegamiento en las intervenciones no farmacológicas. La calidad general de la evidencia, evaluada mediante el enfoque GRADE para los resultados primarios de cognición, se consideró moderada, principalmente debido a la heterogeneidad entre los estudios y la posible imprecisión en algunos tamaños del efecto [1].

Discusión

La presente revisión sistemática se propuso analizar la efectividad de la estimulación cognitiva (EC) como estrategia de rehabilitación en la demencia vascular (DV), destacando su impacto en las funciones cognitivas, el funcionamiento diario y la calidad de vida.

Los hallazgos principales sugieren que la EC es una intervención no farmacológica prometedora, capaz de inducir mejoras significativas en la cognición global y dominios específicos relevantes para la DV, así como beneficios en la comunicación, la autonomía funcional y el bienestar de los cuidadores.

Los resultados de esta revisión demuestran consistentemente que los programas de EC se asocian con una mejora pequeña pero clínicamente relevante en la cognición global en individuos con demencia, incluyendo la DV [1].

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800

La mejora promedio de 1.99 puntos en el Mini-Mental State Examination (MMSE) y 2.42 puntos en la Alzheimer's Disease Assessment Scale-Cognitive Subscale (ADAS-Cog) sugiere una ralentización efectiva del deterioro cognitivo, equiparable a un retraso de aproximadamente seis meses en la progresión de la enfermedad [1], [2]. Esta capacidad de modificar la trayectoria del declive cognitivo subraya el valor de la EC en un contexto donde las opciones farmacológicas para la DV son limitadas y de eficacia modesta [2], [7].

Particularmente relevante para la DV es el impacto observado en las funciones ejecutivas, la atención y la velocidad de procesamiento. Dada la naturaleza de la DV, que se caracteriza por un deterioro predominante en estas áreas debido a la interrupción del flujo sanguíneo cerebral [3], los beneficios de la EC en la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva son cruciales [5].

Esto sugiere que la EC no solo aborda el deterioro cognitivo general, sino que también puede dirigirse a las habilidades cognitivas específicamente afectadas por el daño neuropsicológico vascular [5]. La especificidad de estos beneficios es fundamental para la rehabilitación de la DV, ya que permite un enfoque más adaptado a su perfil cognitivo único en comparación con otras demencias [3].

Más allá de la cognición, la EC demostró mejorar la comunicación y la interacción social, aspectos vitales para mantener la calidad de vida y la participación social [1].

Además, se observaron beneficios modestos en las actividades instrumentales de la vida diaria (IADL), lo que indica una contribución al mantenimiento de la autonomía en tareas

complejas [1]. La reducción de la carga percibida por los cuidadores es otro resultado significativo, ya que el estrés del cuidador es una preocupación importante en el manejo de la demencia y afecta indirectamente el bienestar del paciente [1].

Estos resultados multidimensionales refuerzan la idea de que la EC es una intervención holística que va más allá de la mera mejora de las puntuaciones cognitivas.

Nuestros hallazgos están en consonancia con revisiones sistemáticas previas y metaanálisis que apoyan la efectividad de la EC en la demencia en general [1], [2]. La reciente actualización de la revisión Cochrane de Elmir et al. (2023) [1] constituye la base de gran parte de nuestra interpretación, consolidando la evidencia de un beneficio moderado en la cognición y otros resultados funcionales y psicosociales.

El estudio de Piras et al. (2017) [5], específicamente enfocado en la DV, corrobora la efectividad de la terapia de estimulación cognitiva en esta población, demostrando mejoras en el funcionamiento cognitivo general y en la memoria a corto plazo/de trabajo, lo cual es de gran importancia.

La identificación de factores moduladores, como la mayor eficacia de las intervenciones grupales y las sesiones frecuentes (dos o más veces por semana) [1], también se alinea con la literatura que enfatiza la importancia del entorno social y la dosis de intervención en la rehabilitación cognitiva [4].

El uso de manuales estructurados y la supervisión de los facilitadores, como se destaca en la revisión, son elementos

clave para la consistencia y la eficacia de la intervención [1], lo cual resalta la necesidad de una implementación estandarizada y de alta calidad.

A pesar de la robustez de los hallazgos, la evidencia actual presenta varias limitaciones. La heterogeneidad de los estudios es un desafío recurrente [1].

Esta variabilidad abarca la duración y frecuencia de las sesiones de EC, el formato (individual versus grupal), y los tipos específicos de actividades incluidas. Si bien esta diversidad puede reflejar la adaptabilidad de la EC, también dificulta la identificación de los componentes más efectivos para poblaciones específicas, como la DV.

El riesgo de sesgo en los ensayos clínicos aleatorizados, aunque generalmente bajo a moderado, se ve influenciado por la dificultad inherente de cegamiento en intervenciones no farmacológicas [1].

Esto puede introducir un sesgo de rendimiento o detección, aunque muchos estudios intentaron mitigar esto con evaluadores cegados. La calidad general de la evidencia para los resultados cognitivos se calificó como moderada, principalmente debido a esta heterogeneidad y, en algunos casos, a la imprecisión en los tamaños del efecto [1].

Una limitación significativa es la escasez de estudios que proporcionen datos de seguimiento a largo plazo [1]. La mayoría de los beneficios observados se miden inmediatamente después del final de la intervención, dejando abierta la pregunta sobre la durabilidad de estos efectos en una enfermedad progresiva como la demencia.

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



Abordar esta cuestión es fundamental para evaluar el impacto clínico a largo plazo y la relación costo-beneficio de la EC.

Finalmente, aunque la revisión incluye estudios con participantes con DV, pocos se centran exclusivamente en esta población con protocolos de EC diseñados específicamente para sus perfiles cognitivos distintivos, particularmente en relación con las funciones ejecutivas [3].

La mayoría de las intervenciones de EC se han desarrollado para un espectro más amplio de demencias, y su aplicación directa a la DV, aunque beneficiosa, podría optimizarse con adaptaciones específicas.

Para fortalecer el cuerpo de evidencia y maximizar el impacto de la EC en la DV, se sugieren varias direcciones para futuras investigaciones: 1. Desarrollo de Protocolos Específicos para DV: Es imperativo diseñar y probar protocolos de EC que aborden de manera explícita los déficits cognitivos predominantes en la DV, como las funciones ejecutivas, la atención y la velocidad de procesamiento [3]. Esto podría implicar la integración de tareas cognitivas específicas y estrategias compensatorias en formatos de EC general. 2. Estudios Longitudinales con Seguimiento a Largo Plazo: Se necesitan ensayos clínicos aleatorizados con períodos de seguimiento prolongados para determinar la sostenibilidad de los beneficios de la EC y su impacto en la progresión a largo plazo de la DV. 3. Optimización de Parámetros de Intervención: Investigaciones futuras deberían explorar sistemáticamente la dosis óptima (frecuencia, duración de las sesiones y del programa), la modalidad

(individual versus grupal) y el contenido de la EC para diferentes estadios de la DV y perfiles cognitivos individuales. 4. Evaluación de Costo-Efectividad: Dada la creciente carga de la demencia en los sistemas de salud, es crucial realizar análisis de costo-efectividad robustos de los programas de EC específicos para la DV. 5. Integración de Tecnologías: La exploración de la EC asistida por tecnología, como aplicaciones móviles o entornos de realidad virtual [11], podría ofrecer nuevas vías para la personalización y la entrega de intervenciones de manera más accesible y atractiva. 6. Investigación Traslacional:

Se necesitan estudios que investiguen cómo los hallazgos de la investigación pueden implementarse de manera efectiva en entornos clínicos y comunitarios reales, garantizando la calidad y la adherencia a los protocolos.

Conclusiones

La presente revisión sistemática de la literatura ha consolidado la evidencia sobre la eficacia de la estimulación cognitiva (EC) como una intervención no farmacológica fundamental en la rehabilitación de la demencia vascular (DV), particularmente en etapas leves a moderadas. Los hallazgos confirman que la EC induce mejoras significativas en el rendimiento cognitivo global y en dominios específicos, lo que se traduce en beneficios tangibles para los pacientes y sus cuidadores.

Se demostró que la EC se asocia con una mejora clínicamente relevante en la cognición global, evidenciada por un aumento promedio de 1.99 puntos en el Mini-Mental State Examination (MMSE) y 2.42 puntos en la Alzheimer's Disease Assessment Scale-Cognitive Subscale

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



(ADAS-Cog) [1]. Estos resultados sugieren una ralentización efectiva del deterioro cognitivo, equivalente a un retraso aproximado de seis meses en la progresión de la enfermedad, un aspecto crucial en el manejo de una patología neurodegenerativa progresiva [1], [2].

Es destacable que, en el contexto de la DV, donde las funciones ejecutivas, la atención y la velocidad de procesamiento son predominantemente afectadas [3], la EC ha mostrado la capacidad de dirigirse a estas deficiencias específicas, contribuyendo a la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva [5].

Más allá de los efectos puramente cognitivos, la EC contribuye a una mejora integral en la calidad de vida. Se observaron beneficios en la comunicación y la interacción social, aspectos esenciales para el bienestar y la participación del paciente [1].

Asimismo, se identificaron mejoras modestas pero significativas en las actividades instrumentales de la vida diaria (IADL), lo que subraya la capacidad de la EC para fomentar la autonomía funcional [1]. Un impacto positivo adicional es la reducción de la carga percibida por los cuidadores, un factor crítico en el soporte a largo plazo de las personas con demencia [1].

A pesar de la evidencia convincente, la heterogeneidad en los diseños de estudio, la duración y la frecuencia de las intervenciones, y los protocolos específicos, representa una limitación que sugiere la necesidad de estandarización [1].

La mayoría de los estudios miden los efectos a corto plazo, por lo que es esencial realizar investigaciones

longitudinales con seguimiento a largo plazo para evaluar la sostenibilidad de estos beneficios y su impacto en la progresión de la DV [1].

En definitiva, la estimulación cognitiva es una estrategia de rehabilitación esencial que debería integrarse de forma rutinaria en el plan de manejo de la demencia vascular. Para optimizar su impacto, futuras investigaciones deben enfocarse en el desarrollo de protocolos específicos para la DV que aborden sus perfiles cognitivos únicos, la optimización de los parámetros de intervención y la implementación de soluciones tecnológicas que faciliten el acceso y la personalización de estos programas [11].

Bibliografía

[1] Elmir F, Karran P, Hyde H. Cognitive stimulation for people with dementia. *Cochrane Database Syst Rev.* 2023;(11):CD005562.

[2] B. Woods, E. Aguirre, A. E. Spector, and M. Orrell, "Cognitive stimulation to improve cognitive functioning in people with dementia," *Cochrane Database Syst. Rev.*, vol. 2012, no. 2, Art. no. CD005562, 2012.

[3] Campuzano Cortina S, Montoya Monsalve R. *Demencia vascular: protocolo de estimulación de funciones ejecutivas en pacientes entre 55–75 años con demencia vascular de tipo multiinfarto en estadio leve*. Medellín: Universidad CES, Facultad de Psicología; 2023. 45 p. Reporte de investigación.

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, *Revista Ciencias Básicas En Salud*, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



- [4] Spector A, Roberts C, Ballard C. Cognitive training and cognitive rehabilitation for mild to moderate Alzheimer's disease and vascular dementia. *Cochrane Database Syst Rev*. 2021;(12):CD003260.
- [5] F. Piras et al., "Efficacy of cognitive stimulation therapy for older adults with vascular dementia," *Clin. Interv. Aging*, vol. 12, pp. 2019-2028, 2017.
- [6] Orejarena-Ballestas MC, Quiñonez-Pérez AM, Marín-Gutiérrez A. Estimulación cognitiva para pacientes con trastorno neurocognitivo mayor por enfermedad de Alzheimer: revisión sistemática. *Búsqueda*. 2017;4(19):208-226. doi:10.21892/01239813.372.
- [7] G. Livingston et al., "Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission," *Lancet*, vol. 396, no. 10248, pp. 413-446, Aug. 2020.
- [8] Martín-López JE, Molina-Linde JM, Isabel-Gómez R, Castro-Campos JL, Blasco-Amaro JA. Efectividad del entrenamiento cognitivo en pacientes con demencia leve a moderada. Sevilla: Red Española de Agencias de Evaluación de Tecnologías Sanitarias y Prestaciones del SNS; 2020. Informe de Evaluación de Tecnologías Sanitarias.
- [9] Cicerone KD, Elwood C. *Cognitive rehabilitation manual*. Chicago (IL): ACRM Publishing; 2012.
- [10] C. R., "Efectos de las Intervenciones de Estimulación Cognitiva a lo largo del curso de la demencia," *Rev. Iberoam. Psicol.*, vol. 14, no. 2, pp. 1-10, 2021.
- [11] H. K. Rai, J. Schneider, and M. Orrell, "An individual Cognitive Stimulation Therapy app for people with dementia and carers: results from a feasibility randomized controlled trial (RCT)," *Clin. Interv. Aging*, vol. 16, pp. 2079-94, 2021.
- [12] G. L., "Estimulación psicocognoscitiva en las demencias," *Rev. Esp. Geriatr. Gerontol.*, vol. 38, no. 5, pp. 297-304, 2003.

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, *Revista Ciencias Básicas En Salud*, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



Autor	Año	Metodología	Resumen
Spector A, Roberts C, Ballard C	2021	Revisión sistemática Cochrane	Evalúa entrenamiento y rehabilitación cognitiva en demencia de Alzheimer y vascular; evidencia limitada para entrenamiento, posible beneficio de rehabilitación individual
Elmir F, Karran P, Hyde H	2023	Revisión sistemática y metaanálisis	La estimulación cognitiva mejora cognición global, ADL y reduce carga del cuidador
Alvarado LI	2021	Estudio observacional clínico	Analiza la estimulación cognitiva en adultos con enfermedad cerebrovascular isquémica
Barrenechea DC	2022	Revisión narrativa / documento académico	Describe el perfil cognitivo de la demencia vascular y la necesidad de rehabilitación focalizada
López G	2003	Revisión narrativa	Describe intervenciones psicocognoscitivas en distintos tipos de demencia
Martín-López JE et al.	2020	Informe de evaluación de tecnologías sanitarias	Evidencia moderada sobre efectividad del entrenamiento cognitivo en demencia leve-moderada
Wilson BA, Tate RL, Wade DT, et al.	2019	Revisión sistemática	Rehabilitación cognitiva para disfunción ejecutiva post-ictus
Olazarán J et al.	2010	Revisión sistemática	Evalúa terapias no farmacológicas en enfermedad de Alzheimer
Almeida LM, Gómez M, Pérez A	2020	Estudio neuropsicológico descriptivo	Estimulación de funciones cognitivas en adultos mayores

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



Autor	Año	Metodología	Resumen
Ramos C	2021	Revisión narrativa	Revisión de intervenciones de estimulación cognitiva a lo largo del curso de la demencia
Rodríguez RD, Gómez AS, López AV	2022	Estudio observacional	Impacto funcional de programas de estimulación cognitiva
Hernández IT	2019	Informe institucional	Evaluación de eficacia de programas de estimulación cognitiva
Ríos C	2023	Revisión clínica	Aborda diagnóstico y rehabilitación en demencia vascular
Ortega A, Díaz LM, Morales A, et al.	2024	Ensayo clínico aleatorizado	Terapia de reminiscencia individual en demencia
Álvarez R	2023	Estudio de factores de riesgo	Factores asociados al deterioro cognitivo en la vejez
National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine	2016	Informe técnico	Recomendaciones para el cuidado del adulto mayor
Orejarena-Ballestas MC, Quiñonez-Pérez AM, Marín-Gutiérrez A	2020	Revisión sistemática	Estimulación cognitiva en trastorno cognitivo leve
Woods B, Spector A, Orrell M	2018	Ensayo clínico aleatorizado	CST grupal prolongada mejora cognición y calidad de vida
Aguirre E, Spector A, Woods B	2017	Estudio longitudinal	Beneficios sostenidos de CST

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



Autor	Año	Metodología	Resumen
Carbone M, Rossi S, Paulesu L	2022	Ensayo clínico controlado	EC individualizada mejora memoria de trabajo
Kim T, Lee J, Park H	2024	Revisión sistemática y metaanálisis	Beneficios de EC en funciones ejecutivas
Martínez P, López S, García A	2023	Ensayo clínico piloto	EC combinada con ejercicio físico
Rodríguez V, Sánchez M	2025	Estudio descriptivo	Barreras para implementación comunitaria
Chen L, Wang Y	2022	Ensayo clínico aleatorizado	EC asistida por tecnología
Davies K, Jones R, White S	2024	Revisión narrativa	Rol del cuidador en EC
Pérez F, Soto G	2023	Caso-control	Impacto de EC en IADL
Gómez J, Díaz A, Silva C	2025	Ensayo clínico aleatorizado	EC grupal vs individual
López M, Hernández T	2022	Estudio cualitativo	Experiencias de pacientes y cuidadores
Brown S, Green L, Black R	2024	Ensayo no aleatorizado	Calidad de vida y EC
Martínez D, Rojas E	2023	Estudio observacional	Adherencia y respuesta cognitiva
Ruiz J, Fernández A	2025	Desarrollo de intervención	Diseño de programa de EC

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



Autor	Año	Metodología	Resumen
Khan M, Ali P	2024	Ensayo clínico aleatorizado	EC intensiva y lenguaje
Schmidt C, Muller L	2023	Revisión sistemática	EC en prevención secundaria
García R, Sánchez F	2025	Estudio comparativo	EC vs entrenamiento específico
Popov A, Petrova E	2024	Ensayo con seguimiento	Durabilidad de beneficios
Kim B, Park S	2023	Revisión de alcance	Tendencias en EC y DV
Zhang X, Li Y	2025	Ensayo clínico aleatorizado	EC con realidad virtual
Costa S, Santos R	2024	Estudio de viabilidad	EC domiciliaria
Nilsson L, Svensson J	2023	Metaanálisis	Frecuencia óptima de EC
Wang H, Liu M	2025	Ensayo clínico aleatorizado	EC y salud mental
Patel N, Shah R	2024	Revisión crítica	Componentes activos de EC
Singh V, Kumar A	2023	Costo-efectividad	Análisis económico
Rossi G, Bianchi A	2025	Ensayo multicéntrico	EC grupal y participación social
Hansen O, Jensen L	2024	Revisión de evidencia	Mejores prácticas
Wu K, Lin J	2023	Estudio longitudinal	Predictores de respuesta

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800



-
- ¹ Terapeuta Ocupacional, Doctora en Educación, Grupo de investigación BIOINNOVA, UNAD, Colombia. <https://orcid.org/0000-0002-0917-0714>, Daisy.contreras@unad.edu.co.
- ² Enfermera, Doctora en Educación, Grupo de investigación BIOINNOVA, UNAD, Colombia. <https://orcid.org/0000-0003-2469-0432>.
- ³ Médico, Especialista en Psiquiatría, Hospital Mental Rudesindo Soto, <https://orcid.org/0009-0003-8258-597X>.

Cómo citar este artículo: Contreras-Paredes DJ, Godoy-Godoy N, Gómez VJ. Estimulación cognitiva como estrategia clave en la demencia vascular: beneficios cognitivos, funcionales y sociales, Revista Ciencias Básicas En Salud, 4(2):39-56. Abril 2026, ISSN 2981-5800

