

## **Memokit: diseño, elaboración y validación de un kit para la estimulación de la memoria de trabajo y la atención en niños de 7 a 11 años de edad**

*Laura Daniela Espitia Maldonado*

*Psicóloga egresada de la Universidad Nacional de Colombia*

Atención y memoria de trabajo, dos procesos psicológicos que trabajan conjuntamente para responder de manera rápida y eficaz a las demandas de nuestro ambiente; el primero se encarga de seleccionar y priorizar la información más relevante sobre lo que nos rodea, mientras que el segundo se encarga de retenerla y manipularla. Buscar la manera de entrenar y fortalecer estos procesos, especialmente en los niños, se ha convertido en un tema de particular interés teniendo en cuenta, por ejemplo, las evidencias que apoyan su relación con el rendimiento académico general.

El presente trabajo tuvo como objetivo diseñar e implementar el kit de estimulación cognitiva “Memokit” dirigido a niños y niñas colombianos entre 7 y 11 años. El diseño se realizó en 3 fases principales: 1) revisión bibliográfica y elaboración de las primeras 12 actividades, 2) evaluación de las actividades por parte de 11 expertos de diferentes áreas, 3) aplicación de las actividades finales a un grupo de 6 niños y niñas entre 7 y 11 años en el marco de un taller ofrecido por el SAP (Servicio de Atención Psicológica) de la Universidad Nacional de Colombia, bajo modalidad remota.

En cuanto a la efectividad del taller, es de resaltar que, aunque no se presenta una diferencia significativa, las actividades sí lograron mejorar la atención y memoria de los participantes por lo que es oportuno seguir investigando en la implementación del kit en grupos de niños y niñas que deseen mejorar estos procesos.

**Palabras clave:** Memoria de Trabajo, Atención, Kit de estimulación cognitiva, niños.