

Propuesta de taller:

“Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro”

¿Sabías que mientras juegas a tu videojuego favorito tu cerebro está tomando decisiones, filtrando distracciones y resolviendo problemas en tiempo real? Este taller invita a descubrir el lado más científico del juego digital: cómo los videojuegos pueden convertirse en herramientas para **entrenar funciones cognitivas** como la planificación, la memoria de trabajo o el control inhibitorio. A través de dinámicas prácticas y ejemplos reales, exploraremos qué son las **funciones ejecutivas**, por qué son fundamentales para el aprendizaje y cómo podemos potenciarlas de forma lúdica.

La propuesta se basa en la experiencia de nuestro equipo en el desarrollo del videojuego terapéutico de entrenamiento cognitivo *The Secret Trail of Moon*, creado tras un convenio de colaboración entre la empresa Gamera Nest y la Fundación para la Investigación Biomédica del Hospital Universitario Puerta de Hierro Majadahonda. Tras dos ensayos clínicos con niños y adolescentes con TDAH, se ha observado una **tendencia clínica positiva** en la mejora de aspectos de la sintomatología de TDAH, la regulación emocional y las funciones ejecutivas. Estos resultados refuerzan la importancia de seguir investigando el potencial de los videojuegos como aliados en contextos terapéuticos y educativos basados en la evidencia.

DURACIÓN: 1,5- 2 horas

EDAD: 8- 12 años

OBJETIVO GENERAL: Explorar cómo los videojuegos pueden ayudarnos trabajar la atención y las funciones ejecutivas

NÚMERO DE PARTICIPANTES MÁXIMO: 10 niños (pueden venir acompañados de sus padres)

BLOQUES: 3

BLOQUE 1. INTRODUCCIÓN (20-25 min)

Objetivo: Introducir de forma dinámica qué son las funciones ejecutivas a través de retos visuales

Objetivos específicos:

- Definición de la atención
- Definición de las funciones ejecutivas
- Ejercicios prácticos

Actividades:

- Buscando a Wally: atención selectiva
- Juego tipo Simon: memoria
- Go no go (cambio de reglas): flexibilidad cognitiva
-

BLOQUE 2. USO DE VIDEOJUEGOS PARA TU MENTE (30- 45 min)

Objetivo: Introducir retos grupales en diferentes espacios donde pondremos ejemplos de videojuegos y capacidades cognitivas asociadas. Todos pasarán por todos los espacios de forma rotativa.

Actividades:

- Zona acción (Tablet): Videojuego “Fruit Ninja” para trabajar la atención selectiva
- Zona relajación (Neurofeedback): Juego “Mightier” para aprender a relajarnos y respirar
- Zona concentración (Realidad virtual): Juego “The Secret Trail of Moon”

BLOQUE 3. CIERRE, DUDAS Y SUPERHÉROES (15-20 min)

Objetivo: Dibujo libre y resolución de dudas

Actividades:

- Mesa “Dibuja a tu personaje de videojuego con superpoderes cognitivos”. Tarjetas de inspiración “Atención nivel 10”, “Planificación +2”, “Inhibición de impulsos mágico”. Ejercicios del cuaderno de entrenador de mente gamer y fichas imprimibles
- La ciencia tras el juego: resolución de dudas a padres y evitar adicción a pantallas

Materiales adicionales:

- Cuaderno del “entrenador de mente gamer”
- Fichas imprimibles de habilidades cognitivas

Cuaderno del “entrenador de mente gamer”

CUADERNO

Entrenador de mente gamer

Nombre:

Edad

TALLER “Más allá de jugar: videojuegos para
entrenar tu cerebro”



GAMMERA
NEST 

f INVESTIGACIÓN
PUERTA DE HIERRO

emooti
INSTITUTO DE
SALUD MENTAL Y BIENESTAR



TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

CUADERNO

Entrenador de mente gamer

¡Bienvenido, joven gamer! Este cuaderno está diseñado para ayudarte a entrenar tu cerebro mientras juegas. Completando misiones ganarás pegatinas, desbloquearás logros y subirás de nivel. ¿Listo para convertirte en un gamer mental de élite?

¿Cuáles son tus videojuegos favoritos?



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____





TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

CUADERNO

Entrenador de mente gamer

NIVEL 1 Pinta el camino correcto para llevar a cada figura de ajedrez a su correspondiente hermano pequeño

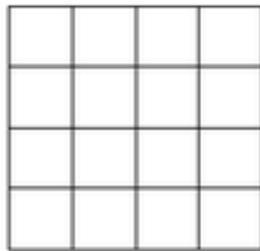
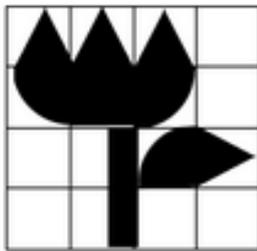


TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

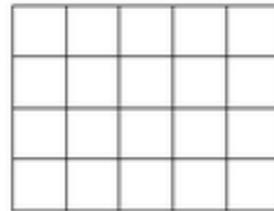
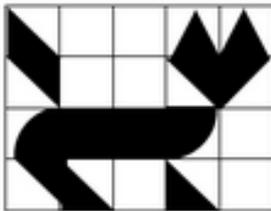
CUADERNO

Entrenador de mente gamer

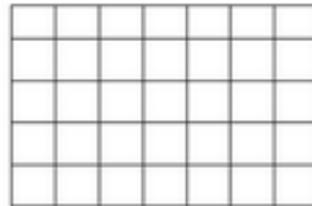
NIVEL 2 ¿Serás capaz de imitar el dibujo en la cuadrícula y adivinar qué figura del bosque es?



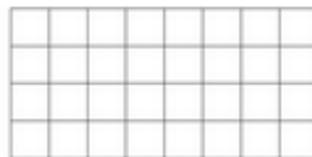
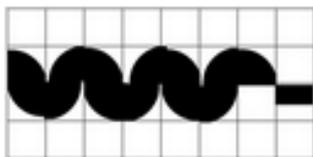
● _____



● _____



● _____



● _____

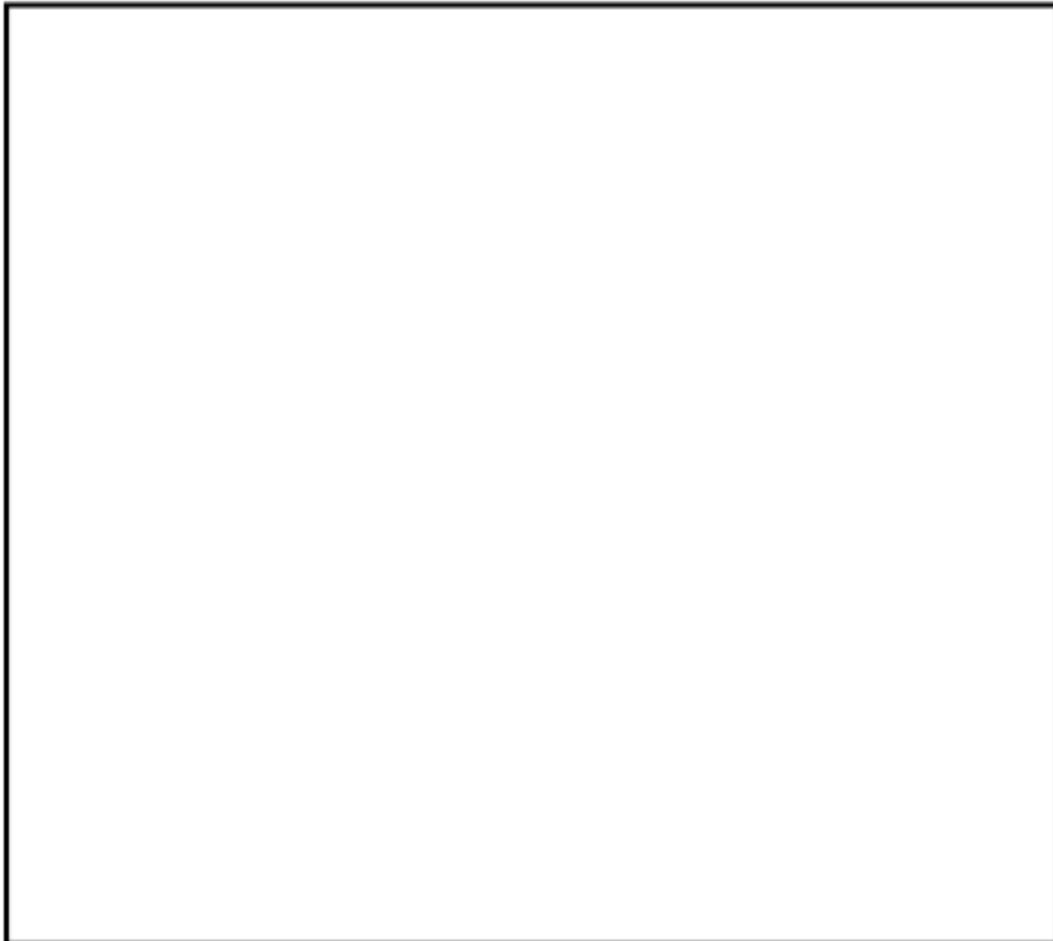
TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

CUADERNO

Entrenador de mente gamer

NIVEL 3 **Dibuja a tu personaje de videojuego con superpoderes cognitivos. Puedes escoger un poder o inventarte tú otro:**

- Planificación +2
- Atención nivel 10
- Inhibición de impulsos mágico
- _____
- _____



TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

CUADERNO

Entrenador de mente gamer

¡ENHORABUENA!

¡Has completado el cuaderno en un tiempo record!
¿Cuántos niveles has hecho?
¡Cuéntalos y pega tus monedas!



NIVEL 1



NIVEL 2



NIVEL 3



NIVEL 4

Fichas imprimibles de habilidades cognitivas

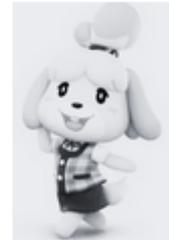
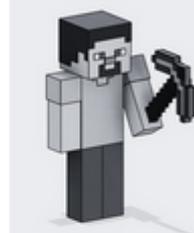
TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

Nombre: _____

Fecha: _____

Relacionar sombras

Dibuja una línea entre cada forma y su sombra.





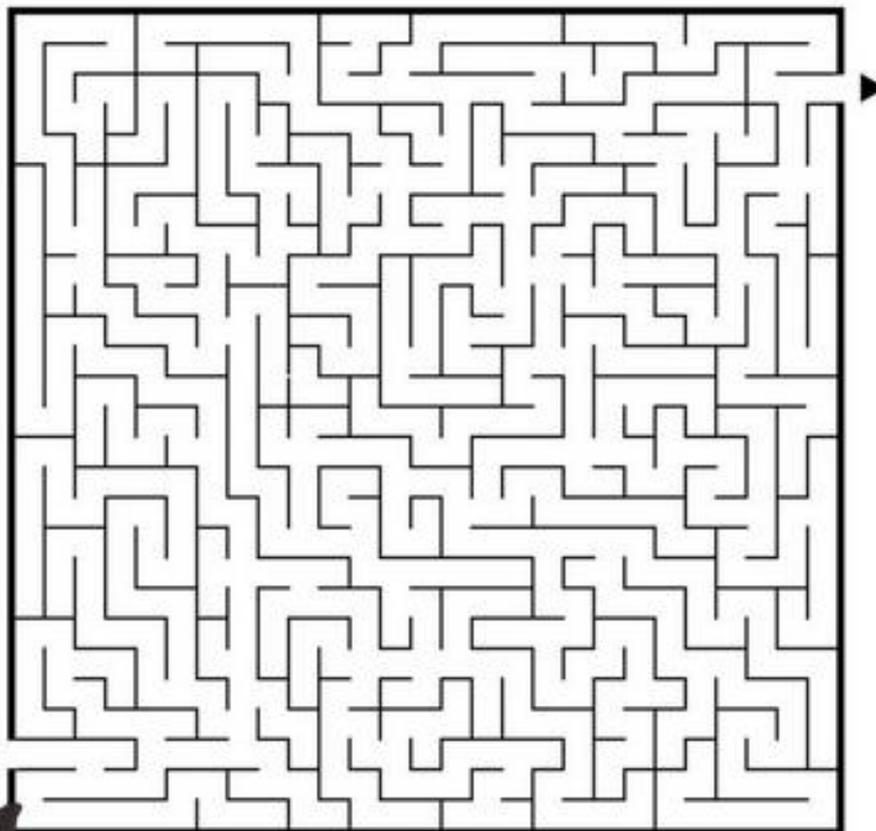
TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

Nombre: _____

Fecha: _____

Laberinto

¿Serás capaz de atravesar el laberinto y ayudar a juntar a Movi con One?





TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

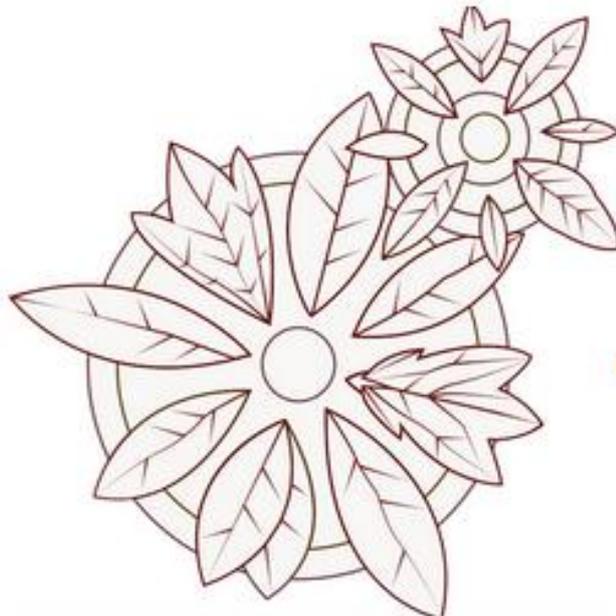
Nombre: _____

Fecha: _____

Colorea



Pinta los símbolos de cada capacidad cognitiva de "The Secret Trail of Moon". ¡Puedes fijarte en el modelo o escoger los colores que tú quieras!



● Memoria de trabajo



● Razonamiento



TALLER "Más allá de jugar: videojuegos para entrenar tu cerebro"

Nombre:

Fecha:

Simetría

Dibuja la parte que falta utilizando la matrícula

