



Buenas Prácticas
MODELO Y AMBIENTE

Ayúdanos a ayudarles



Asociación de Familiares de Enfermos
de Alzheimer y otras Demencias
CASTRO DEL RÍO

Declarada de Utilidad Pública.

Rafael López-Toribio Gallardo
Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y
Otras Demencias - Castro del Río

Resumen

En este momento estamos llevando a cabo talleres de psicomotricidad, orientación temporo-espacial, impartidos por un psicólogo y una pedagoga, y en los que colaboran personas voluntarias que atienden a enfermos/as de Alzheimer y otras Demencias de nuestra localidad. Procurando con estos talleres un doble beneficio, por un lado, el de las personas que viven con Alzheimer y, por otro, el de sus familias, ofreciendo “respiro familiar”.

FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:

12/07/2016

FECHA DE ÚLTIMA ACTUALIZACIÓN:

12/07/2016

ÁMBITO DE ACTUACIÓN:

Servicios o programas de atención o intervención.

LUGAR:

Castro del Rio, provincia de Córdoba

GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:

Personas enfermas de Alzheimer y otras demencias, y sus familias.

Justificación

Vivimos en una sociedad que envejece. Según los datos del Padrón Continuo (INE) a 1 de enero de 2015 hay 8.573.985 personas mayores (65 y más años), el 18,4% sobre el total de la población (46.624.382). Según la proyección del INE, en 2061 habrá más de 16 millones de personas mayores (38,7% del total). La enfermedad del Alzheimer cada vez está más presente, de ahí la necesidad de la existencia de asociaciones como la nuestra en la que atendemos a esas personas para que su vida sea lo más normalizada posible, aun sabiendo que la enfermedad es degenerativa, pero gracias a terapias no farmacológicas como las nuestras (estimulación cognitiva, física, interacción social...) el proceso se enlentece.

Objetivos

Objetivo general:

- Mejorar la calidad de vida de los enfermos/as y familiares afectados por la Enfermedad de “Alzheimer” y otras Demencias Primarias y enfermedades Neurodegenerativas asociadas a la vejez.

Objetivos específicos:

- Informar, apoyar y asesorar a la familia sobre todos los aspectos que se ven afectados por la enfermedad (técnico, legal asistencial, sanitario, social, familiar, personal, etc.)
- Promover la asistencia y atención integral del enfermo/a y familiar cuidador/a
- Representar los intereses de los enfermos/as y familiares ante la Administración y otras Instituciones.
- Sensibilizar a la sociedad y organismos públicos y privados.
- Que el enfermo/a mantenga vinculación con la Sociedad.
- Que la Asociación sea un recurso alternativo a la institucionalización
- Realizar programas de intervención bio-psico-social
- Privilegiar la atención desde una perspectiva de género, ya que son las mujeres las más afectadas.
- Potenciar el movimiento asociativo comunitario a través del Fomento del Voluntariado

Descripción, metodología y fases del proyecto

Nuestra intervención se plantea en torno a 4 ejes fundamentales:

1. LA PERSONA USUARIA, tras muchos años de silencio e incertidumbre por parte de la persona afectada, se desencadena una crisis que no es asumible por la familia y se acude

al sistema de salud para comenzar una agresiva intervención farmacológica que sume al paciente en un estado casi vegetativo. Nosotros pretendemos llegar antes de que esos años de silencio acaben en una demencia severa, mediante una FORMACIÓN PARA LA DETECCIÓN, y concienciación por parte de la población y de la familia sobre la necesidad de prevenir porque curar no se puede. Esta formación se lleva a cabo mediante charlas en centros de mayores, hogares de personas jubiladas, y otros equipamientos sociales, a cargo de los psicólogos, para posteriormente, y a demanda de las familias, realizar entrevistas individuales de valoración a cargo de ambos profesionales. No podemos olvidar que una vez se ha diagnosticado la demencia, la intervención que planteamos es una TERAPIA NO FARMACOLÓGICA (TNF), llevada a cabo con un programa de Estimulación cognitiva (memoria, percepción, atención, lenguaje...) y entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria (ABVD, AIVD). Estas acciones se realizan por parte del equipo de psicólogos de la asociación, y se realizarían de forma grupal e individual, pues cada persona usuaria cuenta con su material adaptado a sus características, dado en la evaluación que realizan los psicólogos, para conocer su grado de deterioro. Esta terapia psicológica va en coordinación con otra fisioterapéutica, que se encarga de la parte física de nuestros usuarios y usuarias, a través de actividades del ámbito clínico en distintas patologías, y pacientes: obtener información a través de una valoración exploratoria manual, elaborar documentos clínicos y aplicar tratamiento específico en cada caso. No sólo actúa de forma individual, también realizará sesiones grupales para la integración de las personas. Estas terapias son realizadas por el área de fisioterapia del centro.

2. CUIDADORES/AS PROFESIONALES Y NO PROFESIONALES. Planteamos una doble vertiente. Por un lado, LA FORMACIÓN (a cargo del área de psicología y fisioterapia) llevada a cabo mediante cursos de formación específicos para cuidadores profesionales y no profesionales con especial atención en TNF para entrenamiento en los cuidados generales y prevención de sujeciones físicas o químicas. Por otro lado, para los cuidadores no profesionales una formación orientada a evitar la claudicación y comprender la enfermedad y cómo tratar al paciente en su medio. Desde este punto de vista, las TNF que llevamos a término son:

- Apoyo emocional al cuidador
- Asesoramiento
- Gestión de casos: el fisioterapeuta realiza terapias individuales y ajustadas al nivel de deterioro de los usuarios.
- Cuidados de respiro
- Intervención multi-componente para el cuidador/a: gestión del estrés, relajación, postura...
- Intervención multi-componente para paciente y cuidador: manejo del dolor, ergonomía e higiene postural

3. LA FAMILIA. En este caso la intervención se plantea como APOYO, mediante el acceso a los recursos, y ponerles en conocimiento de toda aquella información que sirva de asesoramiento para poder mejorar el funcionamiento de ella misma y el cuidado del paciente. Esta intervención se lleva a cabo desde diferentes niveles: Por un lado, el psicólogo prestando apoyo y dando a conocer estrategias de actuación en el hogar ante la enfermedad, y por otro lado, el fisioterapeuta poniendo a su disposición asesoramiento para manejo del dolor, higiene postural, etc.

Además, se llevan a cabo GRUPOS DE AYUDA MUTUA (GAM), donde llevamos a cabo sesiones en las cuales cada persona cuenta su experiencia y el equipo técnico se encarga de intentar disminuir el nivel de sobrecarga familiar.

4. ENVEJECIMIENTO ACTIVO, nuestro programa no sólo se centra en la persona usuaria y en sus familias, sino que también hemos visto un foco nuevo de atención: las personas jubiladas o próximas a la jubilación. El fin último es mejorar la calidad de vida de las personas dotándoles de herramientas que promuevan su bienestar físico, psicológico y social, promoviendo las condiciones idóneas para que puedan llevar una vida autónoma e independiente. Nuestras líneas de actuación en este programa son:

- **ÁREA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y DEL AJUSTE FÍSICO,** a través de talleres de actividad física, de manejo del dolor, de hábitos de vida saludables...
- **ÁREA DE DESARROLLO COGNITIVO,** a través del taller de entrenamiento de la memoria, de juegos de ingenio...
- **ÁREA DE DESARROLLO SOCIAL, AFECTIVO Y PERSONAL,** a través de la Musicoterapia, del taller de resolución de conflictos, del manejo del duelo, taller de autoestima y crecimiento personal, técnicas de relajación...
- **ÁREA DE TIEMPO LIBRE Y RELACIONAL Y DE PROMOCIÓN DE INQUIETUDES,** donde pretendemos la creación de un “Club Social” donde se reúnan las personas para compartir experiencias personales. Además, realizamos talleres de preparación para la jubilación, manualidades, nuevas tecnologías, creación literaria.

5. VOLUNTARIADO. Los voluntarios y voluntarias de esta asociación colaboran de forma directa con las personas usuarias en la realización de los talleres de estimulación cognitiva que se lleva a cabo en la Asociación. El voluntariado es de vital importancia en nuestra Asociación, sin ellos no se podrían realizar la mitad de actividades que realizamos diariamente. Para AFAYD las personas voluntarias lo son todo, tan importantes casi como nuestros usuarios y sus familias.

Temporalización

Desde el año 2005 la Asociación realiza intervenciones durante todo el año en horario de 9 a 14 horas, durante los cinco días de la semana. Los talleres de estimulación cognitiva fue con lo que se empezó, más tarde hacia el año 2012 se comenzaron los grupos de ayuda mutua y en el año 2015 se comenzó con el programa AFAYD EN ACTIVO.

Recursos

Los recursos humanos con los que contamos son dos psicólogos, dos auxiliares, un fisioterapeuta y una monitora, además de 3 persona voluntarias que apoyan en los talleres diariamente.

Evaluación y Resultados

A través de evaluaciones semestrales, que realizan los técnicos de la asociación, se ha comprobado que gracias a nuestros talleres se está manteniendo el nivel de deterioro de las personas, e incluso, gracias a las terapias físicas algunos usuarios/as han mejorado su movilidad. En los informes semestrales que realizamos para las familias y que entregan a los médicos de cabecera o neurólogos aparecen todos los datos posibles. Estos datos son tomados a través de test como el CÁMDEX.

En algunos casos ha mejorado la movilidad de algunas personas usuarias, además tenemos usuarios que llevan con nosotros más de 5 años y siguen casi igual, gracias al entretencimiento del deterioro generado por el trabajo continuo.

Nuestra asociación y servicios son conocidos y valorados muy positivamente. Realizamos cuestionarios de satisfacción de la familia sobre el servicio ofrecido, y siempre tenemos una valoración muy positiva.

Financiación

La Asociación cuenta con varias subvenciones anuales, que vienen desde CEAFA, CONFEAFA, el Ayuntamiento del pueblo y además también contamos con los donativos de empresas, socios, socias, y con los pagos por los talleres de usuarios y usuarias.

Criterios destacados

CRITERIO DE PERTINENCIA

En cuanto al principio de independencia, el objetivo general de nuestro proyecto es mantener la autonomía y las capacidades físicas, así como la estimulación y rehabilitación cognitiva de nuestros usuarios. Para ello realizamos talleres de estimulación cognitiva en la que se trabaja la memoria, la atención, se realizan actividades básicas de la vida diaria como peinarse, utilizar cuchillo y tenedor...

También desarrollamos el principio de integralidad, pues todas las actuaciones que hacemos con las personas a las que atendemos van dirigidas a la integralidad de las personas. En todas ellas atendemos tanto aspectos biológicos de las personas como puede ser a nivel físico, como psicológicos con los talleres de memoria, atención... y a nivel social en los talleres grupales como juegos populares. Dentro de los talleres grupales de estimulación cognitiva que realizamos, realizamos talleres de control y realización de las emociones pues también las van perdiendo poco a poco. Para ello les proponemos que distinguen emociones representadas en dibujos o fotografías y las repitan, entre otras. En referencia a la gestión de casos eso lo realizan tanto los psicólogos como el fisioterapeuta, en el centro cada usuario tiene sus actividades adaptadas a su deterioro cognitivo y físico.

Pero AFAYD no sólo trabaja con las personas mayores, también lo hace con sus familias con los grupos de ayuda mutua en los que a través de las experiencias compartidas cada persona va aprendiendo. En estos grupos se tratan aspectos básicos como la gestión del estrés, de las emociones, el cuidado diario de la persona con demencia... Además, ofrecemos terapias psicológicas con aquellos familiares que lo soliciten para tratar temas sobre su autocuidado y el de su familiar enfermo.

Por otro lado, también contamos con la presencia del voluntariado en el centro que se encarga de apoyar en talleres de estimulación cognitiva, en los talleres grupales de actividad física, de pasear con ellos por el patio, de conversar con los usuarios.... Sin el voluntariado AFAYD no sería lo que es.

Por último y no menos importante, AFAYD está declarada de Utilidad Pública además de estar totalmente apoyada por el Ayuntamiento de nuestra localidad, de hecho, el Ayuntamiento está declarado Solidario con el Alzheimer. Obtenemos ayudas económicas todos los años de acuerdo al convenio firmado, la sede en la que nos encontramos es del Ayuntamiento... En definitiva por esta parte nos sentimos apoyados. Además contamos con apoyo de la Diputación de Córdoba, que también nos ofrece cada año una ayuda económica.

CRITERIO DE TRABAJO EN RED

Contamos con apoyo del centro de salud de la localidad, del Ayuntamiento, de los Servicios Sociales. En cuanto al centro de salud, éste deriva a las familias a nuestro centro ya que tuvimos una reunión con el equipo médico y de enfermeros y apoyaron nuestra causa; en cuanto a los servicios sociales, AFAYD pertenece a la comisión de agentes sociales que el Ayuntamiento ha constituido con el fin de que todas las asociaciones de la localidad nos sintamos apoyadas por las demás y por el mismo ayuntamiento.

El ayuntamiento de la localidad se ha declarado "Ciudad solidaria con el Alzheimer".

Enlaces y Anexos

Anexos:

- Fotos de la práctica.
- Programa de voluntariado

Puedes descargar todos los documentos pinchando [aquí](#).