

CENTRO ADOLFO SUÁREZ



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE **ALZHEIMER** Y OTRAS DEMENCIAS DE FUENGIROLA-MIJAS COSTA

MEMORIA 2020

INDICE

Introducción	003
Organigrama A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa	005
Información general del Centro	006
Departamento de Psicología.....	023
Departamento de Enfermería.....	037
Departamento de Trabajo Social	044
Departamento de Fisioterapia	059
Departamento de Terapia Ocupacional.....	074

INTRODUCCIÓN

Este documento detalla la Memoria correspondiente al año 2020 de la **ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS DE FUENGIROLA-MIJAS COSTA**, la cual tiene su sede societaria en el **CENTRO ADOLFO SUÁREZ** sito en calle Agustina de Aragón, 5 de Fuengirola (Málaga).

A lo largo de esta memoria explicativa expondremos diversos datos de la Asociación y del trabajo que se lleva a diario en el Centro Adolfo Suárez, tales como, información general del Centro, emplazamiento y cobertura de asistencia, información sobre el organigrama del centro, actividades y terapias llevadas a cabo en el Centro, servicios, etc.

El pasado año 2020 sin embargo, ha sido para nosotros y para el mundo en general, un año bastante difícil, debido a la crisis social, sanitaria y económica originada por la aparición y la propagación del virus COVID-19.

Este virus tuvo su origen en la provincia de Wuhan (China), y rápidamente **se extendió de forma global infectando a millones y ocasionando el fallecimiento de cientos de miles de personas en muy poco tiempo**. Esta debacle obligó a los Gobiernos de los distintos Países a declarar el Estado de Emergencia para poder aprobar medidas urgentes de carácter extraordinario para el control sanitario y restricción de la movilidad de la ciudadanía.

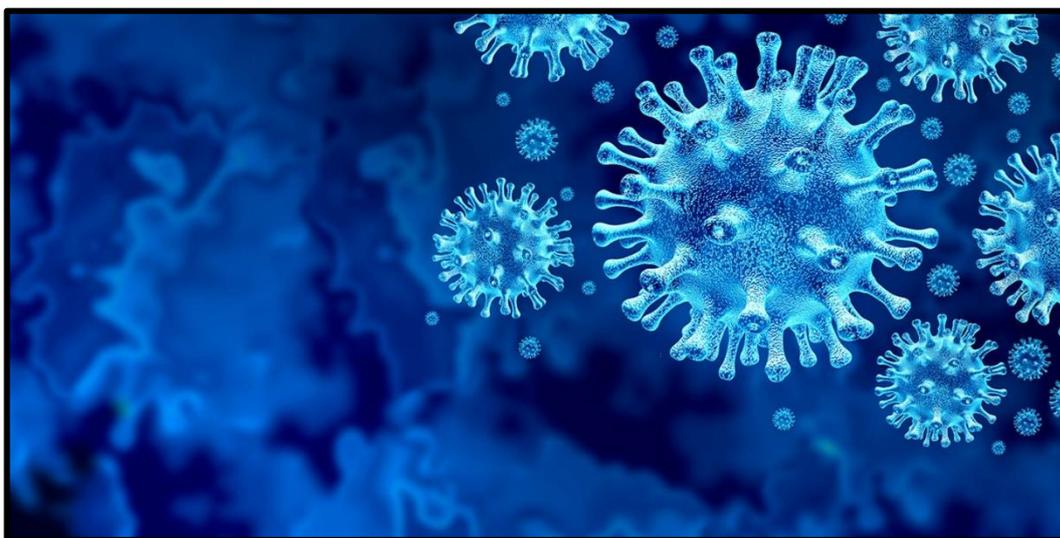


El 16 de marzo de 2020, el Presidente del Gobierno, Pedro Sánchez aprobó en el Parlamento el “Estado de Alarma” en España, declarando, entre otras medidas, el confinamiento domiciliario y suspendiendo cualquier actividad no urgente o de primera necesidad. Dicho confinamiento obligó al cierre del Centro Adolfo Suárez con excepción de la actividad de la Residencia al estar esta considerada una actividad de primera necesidad.

Desde entonces y a tenor de como fuera progresando la tasa de contagios en nuestra geografía se han ido tomando distintas medidas con el fin de conseguir un equilibrio entre la protección sanitaria de la población y el soporte de los distintos sectores económicos del País.

En nuestro caso, este escenario tan cambiante nos ha afectado muy negativamente en muchos aspectos diferentes. Nuestros usuarios (especialmente de la Residencia), han sufrido de forma muy negativa las restricciones en cuanto a su movilidad fuera del Centro como a las visitas que podían recibir de sus familiares. **Esto ha desembocado principalmente en síntomas propios de la ansiedad o la depresión al estar privados de ese contacto cercano tan necesario en los pacientes que sufren Alzheimer u otro tipo de demencias.**





También **hemos tenido que suspender algunos programas y terapias** que, por su naturaleza, contravenían las normas de distancia social e higiene, tales como la Terapia Canina, el Programa de Voluntariado o las Prácticas Formativas dentro de las distintas áreas del Centro entre otros.

La economía del Centro se ha visto seriamente perjudicada al disminuir de forma drástica los ingresos derivados de las cuotas que, hasta el momento venían abonando las familias de los usuarios del Centro. A esto se le ha sumado el incremento en el gasto, principalmente para adaptar nuestra rutina y nuestros recursos materiales y humanos a las nuevas normativas de distancia social e higiene sanitaria, tanto para el personal del Centro como para los propios usuarios.

Debido al Estado de Alarma en marzo de 2020, las actividades que la Junta Directiva de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa tenía agendadas, tanto recaudatorias como informativas y divulgativas, tuvieron que ser suspendidas, privando al Centro Adolfo Suárez de estos ingresos tan importantes para su sostenimiento.

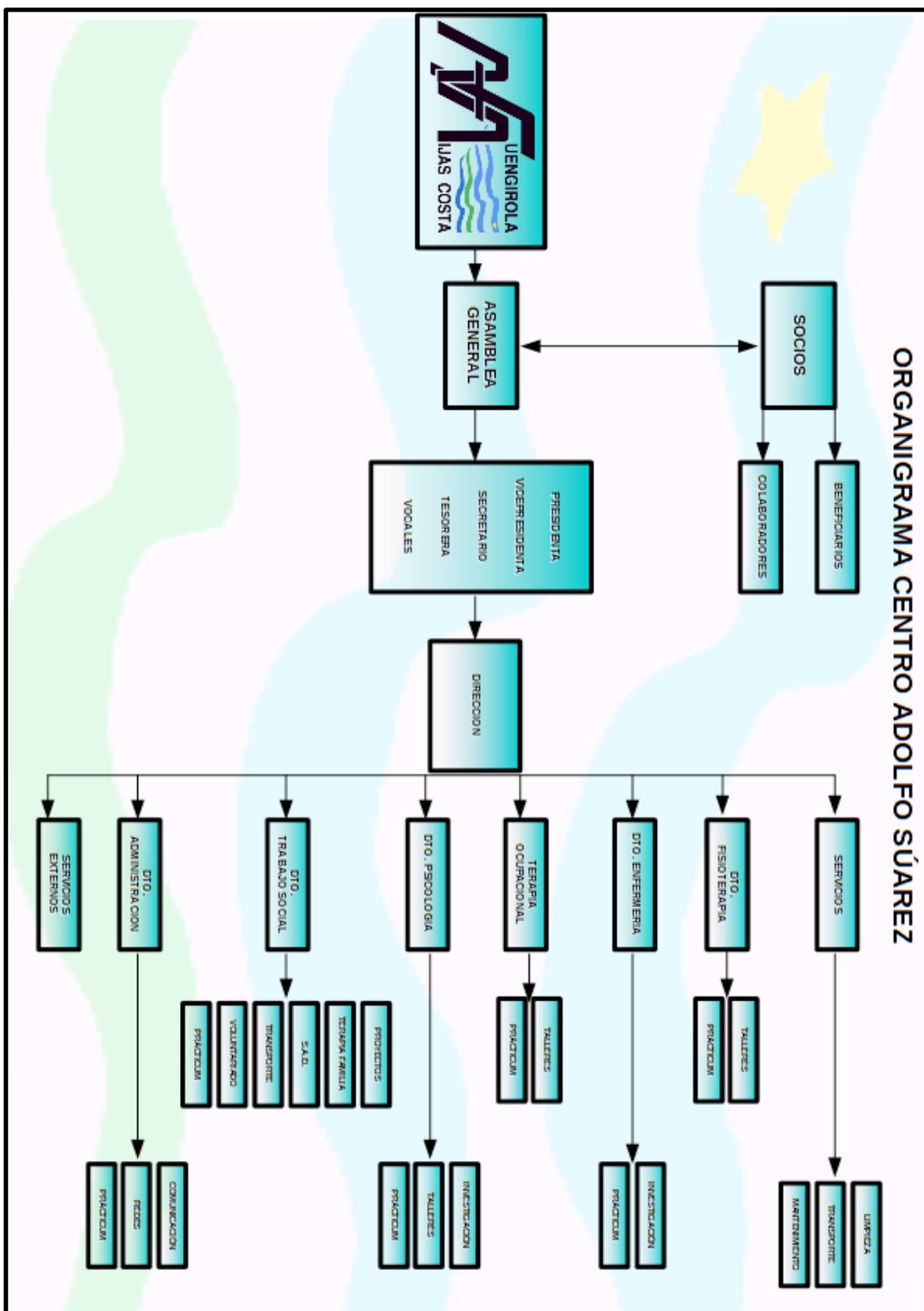
Durante los tres meses de confinamiento total nuestro equipo de terapeutas tuvo que adaptar el trabajo que los usuarios venían desarrollando a diario en el Centro para que, desde sus casas, pudieran seguir estimulándose tanto física, como cognitivamente.

Hemos tenido que reinventarnos y dar nuestro mejor esfuerzo ante esta nueva situación, tanto en la gestión propia del Centro como en la organización de los distintos Departamentos, teniendo siempre en mente el bienestar y la salud de nuestros usuarios y el de sus familiares.

Ahora, más que nunca, se hacen necesarias acciones que recuerden a los ciudadanos de Fuengirola, y Mijas Costa que pueden contar con nosotros, pero, al mismo tiempo, se hacen MUY necesarias esas pequeñas (grandes) acciones por parte de nuestros asociados, colaboradores, voluntarios, trabajadores, familiares de nuestros usuarios, etc.

Acciones que ayuden a darnos a conocer, que cuenten la realidad del Alzheimer y otro tipo de demencias, acciones que marquen la diferencia entre el olvido... y el compromiso de no olvidar a los que olvidan.

ORGANIGRAMA A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA



INFORMACIÓN GENERAL

La Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer de Fuengirola-Mijas Costa nace mediante Asamblea Constituyente el 19 de febrero de 2003.

Esta Asociación se crea con el fin de suplir la carencia de un Centro o servicios profesionales adaptados para los enfermos de Alzheimer y sus familias en los municipios de Fuengirola y Mijas.

Su crecimiento ha sido exponencial a lo largo de los años y hemos pasado de impartir terapias de psicoestimulación en el aula de un instituto local a contar con un Centro propio dotado de las infraestructuras y equipamiento necesarios para ofrecer a los municipios de Fuengirola y Mijas unos servicios y atención personalizada muy por encima de la media en otras localidades.

Esto ha sido posible gracias al trabajo incansable de muchas personas y entidades que han contribuido de distintas formas a lo largo de los años... con su tiempo, con su trabajo, con donaciones económicas o en especie, etc... y sin las cuales hoy en día no estaríamos aquí.



En el **Centro Adolfo Suárez** se vienen desarrollando y proporcionando las diferentes actividades y recursos dirigidos tanto a personas enfermas como a familiares y es la sede societaria de:

“ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS DE FUENGIROLA-MIJAS COSTA”

El Centro está ubicado en una parcela cedida por el Ayuntamiento de Fuengirola en el Barrio de Los Pacos y su domicilio social es:

A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa situada en Calle Agustina de Aragón, 5, 29640 de Fuengirola (Málaga).

En las siguientes páginas de esta memoria pasaremos a detallar la infraestructura e instalaciones del Centro así como las distintas actividades y servicios que se llevan a cabo en él.

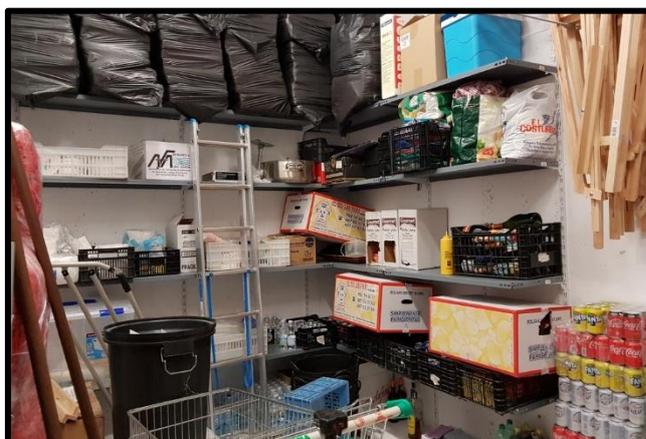
PLANTA SÓTANO

Durante 2020 esta planta no ha sufrido cambios estructurales ni se han acometido obras de ningún tipo. En esta planta se ha llevado a cabo el mantenimiento regular según la normativa vigente para el correcto funcionamiento de las instalaciones hidráulicas y el tratamiento para la prevención de la bacteria Legionella pneumophila. Estas tareas de mantenimiento y control de aguas las lleva a cabo a diario personal del Centro debidamente cualificado para ello.

También contamos con una empresa externa (Green-tec Ambiental) que realiza las revisiones y tareas de control trimestrales y anuales otorgando la certificación pertinente para este tipo de Centro.



CUARTO DE HIDRO, DEPÓSITOS, CUARTO DE LUCES Y ALMACÉN DE EVENTOS.

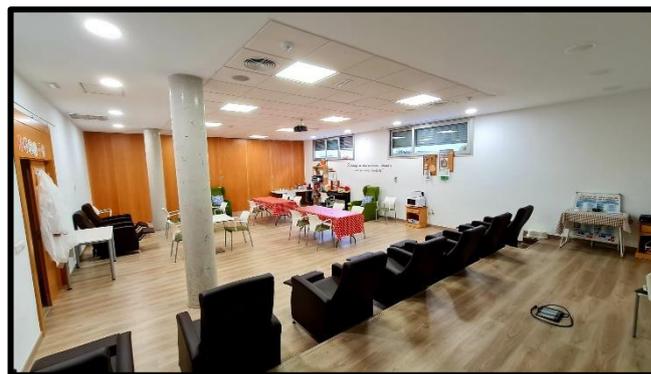


SÓTANO.

Antes de la pandemia, usábamos el hall de la planta sótano para que los usuarios pudieran desarrollar actividades motrices con las Terapeutas Ocupacionales del Centro así como la Terapia con Animales de Compañía. Sin embargo también tuvieron que suspenderse debido a las medidas de distancia social e higiene.

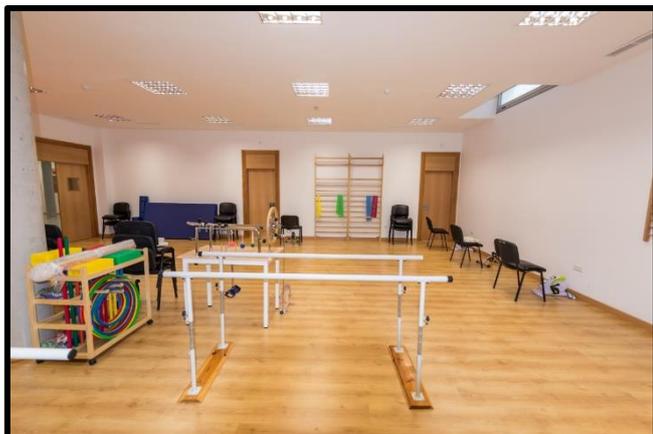


*Las Cosas más bellas del mundo no se ven, ni se tocan...
solo se sienten en el corazón*

TALLER DE PSICOESTIMULACIÓN PARA RESIDENTES (SALÓN DE ACTOS).

Durante el 2020 tuvimos que aplicar la normativa y separar por completo la actividad del Centro de Día de la Residencia, esto conllevó crear los denominados “Grupos Burbuja”, para que, en caso de contagio limitar el contacto entre usuarios y trabajadores con el fin de minimizar los riesgos de exposición. El Salón de Actos tuvo que ser adaptado para ser usado como Taller de Psicoestimulación por los residentes del Centro y fue dividido en dos secciones distintas y sin contacto alguno entre ellas.

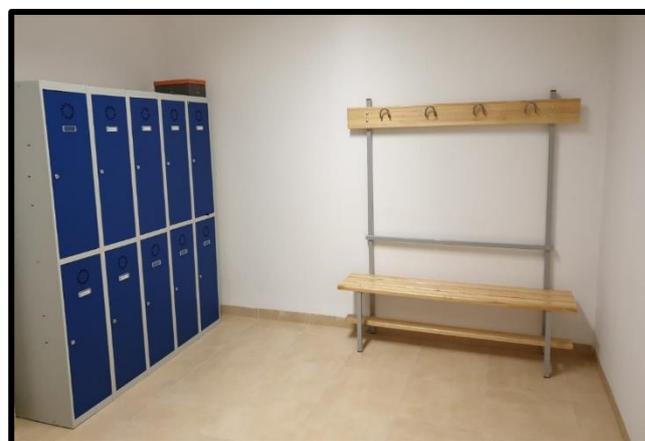
SALA DE REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA.



En esta Sala de Rehabilitación nuestra Fisioterapeuta, María Dolores Carvajal, coordina la actividad física diaria que tanto necesitan nuestros usuarios, está adaptada y modernizada con todo el material necesario para llevar a cabo distintos tipos de ejercicios físicos. Esta sala dispone de una grúa mecanizada integrada en el techo de la misma que sirve de gran ayuda para las personas que son físicamente más dependientes y también cuenta con baños especialmente adaptados.

VESTUARIOS.

En esta planta también están los vestuarios del personal del centro completamente equipados.



¿Habrá algo más bonito que verte sonreír?

ALMACÉN DE MATERIAL ORTOPÉDICO.

En ocasiones recibimos mediante donaciones material ortopédico, sillas de ruedas, andadores, muletas...

Este material está disponible para su prestación a cualquier familiar o persona asociada que lo pueda necesitar.

El **Departamento de Fisioterapia** es el responsable de administrar este equipamiento para las personas usuarias que lo precisen dentro del centro, mientras que el Departamento de Trabajo Social coordina las ayudas técnicas y las prestaciones a los/as socios/as colaboradores.



*"El triunfo no está en vencer siempre...
Sino en nunca rendirse"*

LAVANDERÍA.

Actualmente el servicio de lavandería lo tenemos contratado con una empresa externa para el grueso de ropa de cama del Respiro Familiar y Residencia, sin embargo, los baberos del comedor y, en situaciones puntuales, las mudas de las personas usuarias se lavan en el centro. Contamos con dos lavadoras y dos secadoras además de una pileta para lavar a mano.



SERVICIO DE LIMPIEZA.

En el Centro Adolfo Suárez tenemos el lujo de contar con estas excelentes profesionales que, durante un año tan duro como 2020 han mantenido el Centro totalmente limpio y libre de gérmenes y bacterias. También son las responsables de controlar los recursos materiales para la higienización del Centro. **Sin duda, nuestro Centro no podría funcionar debidamente sin su profesionalidad y entrega en su labor.**



Marisa Merino
Jiménez
(Limpieza)



Francisca
Moreno Veas
(Limpieza)



Magdalena
Borrego Piqueras
(Limpieza)

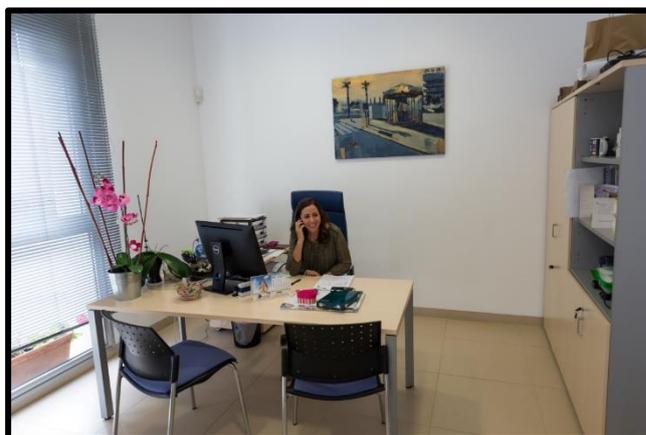
PLANTA BAJA

En la planta baja del centro nos encontramos con la entrada y el hall, así como los **Departamentos de Dirección y Administración**. En esta planta también se encuentran los **Talleres 2 y 3 de Psicoestimulación**, así como los **Departamentos de Psicología y Enfermería** del Centro. La **Sala de Descanso de los usuarios, el comedor, la cocina y la despensa** también se encuentran entre las dependencias de esta planta.

DIRECCIÓN



Rocío
Segovia Lebrón
(Directora)

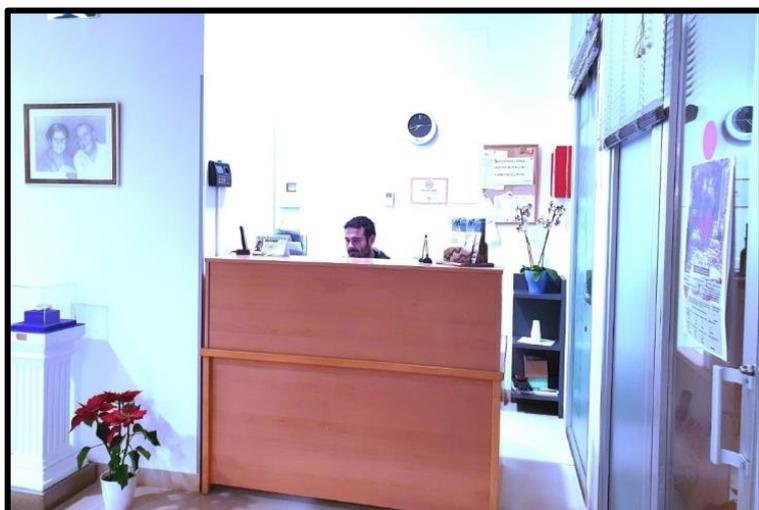


Desde su apertura en septiembre de 2014 el Centro Adolfo Suárez ha estado bajo la dirección de Rocío Segovia, **Licenciada en Administración y Dirección de Empresas por la Universidad de Málaga**, ha concentrado su preparación académica, desde sus inicios al puesto que ocupa hoy en día. Sus responsabilidades son muchas y variadas, entre ellas la

organización de los horarios, descansos y vacaciones del personal, el cumplimiento y aplicación de la normativa vigente que afecta al funcionamiento del Centro, y la resolución de imprevistos que van surgiendo con el día a día de la actividad. La Asociación sin duda, agradece su labor y buen juicio a la hora de gestionar los recursos humanos y materiales del Centro y el gran trabajo que ha hecho **manteniendo unido a un equipo que, cada día se enfrenta a situaciones de todo tipo, especialmente durante este año tan duro.**

ADMINISTRACIÓN

Entre las distintas tareas del Departamento de Administración del Centro se encuentran las propias de la recepción del mismo, así como el archivo, el tratamiento documental y gestión de la BB.DD. También se ocupan de la atender la centralita telefónica del Centro, y bajo la supervisión de Dirección, la gestión bancaria y el registro de los asientos contables. Las comunicaciones, el registro de la correspondencia y la gestión de las redes sociales de la Asociación. Este Departamento está a cargo de **Trinidad Piña y Jorge Iván Gil**.



Jorge Iván
Gil Suárez
(Administrativo)



Trinidad
Piña Moreno
(Administrativa)

TALLER 2 DE PSICOESTIMULACIÓN

Este Taller atiende a los usuarios que se encuentran en una fase moderada de deterioro cognitivo y Maite Sánchez está a su cargo con la inestimable ayuda de nuestro personal sanitario. Maite lleva ya más de 15 años en la Asociación aportando su profesionalidad con paciencia y buen humor a diario. En el apartado de Terapia Ocupacional de este documento se puede obtener una descripción detallada de las terapias y actividades que desarrolla en su Taller. El taller tiene un baño adaptado con ducha.



Maite
Sánchez Izquierdo
(T. Ocupacional)

*"Poder disfrutar de los recuerdos de la vida...
Es vivir dos veces."*

TALLER 3 DE PSICOESTIMULACIÓN

Este Taller alberga a las personas usuarias en fase avanzada de la enfermedad. Les procuramos un espacio diáfano ante la necesidad que tienen para deambular y cuenta con sillones especiales de descanso. Al igual que el Taller 2, también cuenta con su propio baño adaptado y ducha. Durante el 2020 y debido a la naturaleza del estadio en el que se encuentran los usuarios de este Taller su supervisión ha estado coordinada entre los Departamentos de Terapia Ocupacional, Psicología y Enfermería.

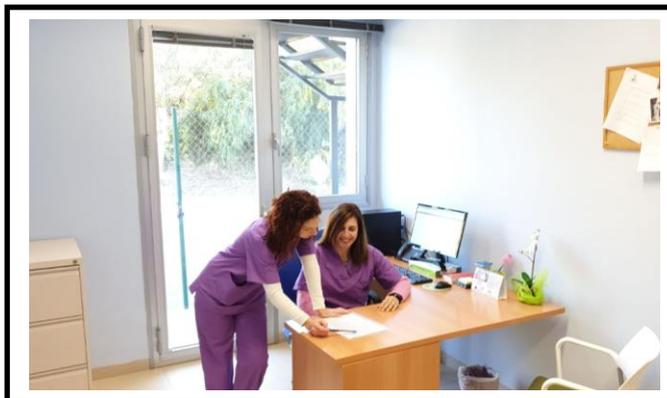


PSICOLOGÍA

Actualmente el Centro cuenta con dos Psicólogas en plantilla **Sonia Buil** y **Raquel Clavijo**, y otra como personal externo, **Carlota Wiehoff**. Este departamento es vital para nuestra Asociación y se encarga de, entre otras cosas, realizar las valoraciones con el fin de estimar el deterioro cognitivo de las personas usuarias y de planear una estrategia apoyada en las terapias y actividades diarias del centro para frenar en la medida de lo posible dicho deterioro.

De forma periódica, nuestro equipo de Psicólogas va evaluando el progreso en el trabajo diario de los Talleres para cada uno de los usuarios. Durante el confinamiento de 2020 adaptaron el trabajo que los usuarios del Centro de Día realizaban en los Talleres para que pudieran desarrollarlo de forma adecuada desde casa con sus cuidadores.

Este Departamento también realiza sesiones individuales, tanto a familiares, como a personas socias y no socias. A partir de la página número 23 se encuentra el dossier específico de este Departamento.



ENFERMERÍA



Irene Porras Vega
(Enfermera)



Julián Rojas
(Enfermero)

El Departamento de Enfermería del centro es el responsable del seguimiento médico de las personas usuarias. Se encarga también de la **dosificación y administración farmacológica** así como de las **curas diarias**.

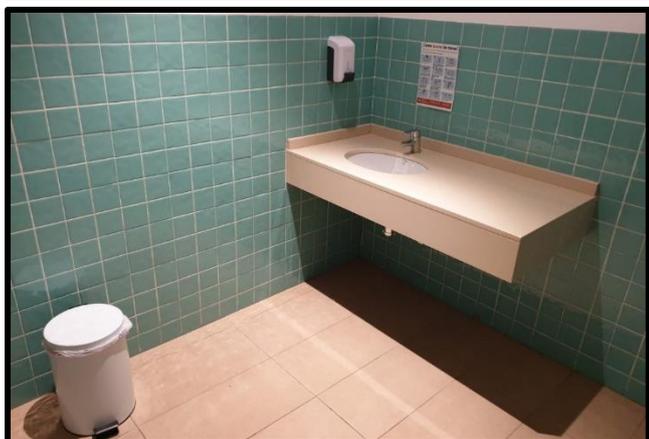
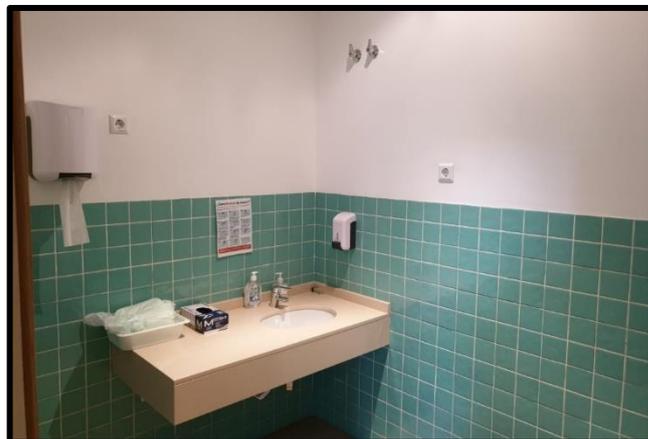
Está a cargo también de coordinar al personal sanitario del centro y de la planificación de los menús del comedor teniendo en cuenta las necesidades de los usuarios (diabetes, hipertensión, deglución, etc).

Durante 2020 el Departamento de Enfermería también ha mantenido una estrecha coordinación con la Enfermera de Enlace para realizar los controles del Covid19 semanalmente.



OTRAS DEPENDENCIAS DE LA PLANTA BAJA

En esta planta contamos con **6 baños, 4 de ellos adaptados a las necesidades de nuestros usuarios**. Como medida de ahorro energético durante 2018 se instalaron sensores de movimiento en todos los baños del centro, lo que ha ayudado a disminuir el gasto de este suministro.



BIBLIOTECA Y SALA DE DESCANSO

En esta parte de la planta baja **los usuarios del Centro hacen un descanso después del almuerzo para más tarde incorporarse nuevamente a la actividad de los talleres.**

Esta zona también dispone de una biblioteca nutrida con algunas donaciones para fomentar un saludable hábito de lectura y relajación dentro de la actividad cotidiana del centro.

Todos los sillones son de descanso, y se articulan tanto en el respaldo como en el reposa pies para garantizar la comodidad.



COMEDOR.

Desde inicios de 2020 cambiamos el Servicio de Catering que teníamos contratado. Desde entonces, el Centro disfruta de un servicio más cercano, ya que una cocinera viene al Centro a diario para preparar el almuerzo y cena de los usuarios del Centro de Día y de la Residencia. **Los menús están programados por nutricionistas profesionales y adaptados a las necesidades de cada uno de nuestros usuarios.**



COCINA Y DESPENSA

Junto a la cocina podemos encontrar la despensa, donde vamos almacenando los alimentos que usamos a diario como leche, galletas, zumos, etc...

Frente a la despensa disponemos de un espacio donde tenemos 4 neveras y 2 congeladores donde almacenamos alimentos manteniendo su frescura y conservación de forma óptima.

La cocina está totalmente equipada y operativa. Dispone de lavavajillas, plancha, horno, fregaderos y pequeños electrodomésticos para el día a día del centro.

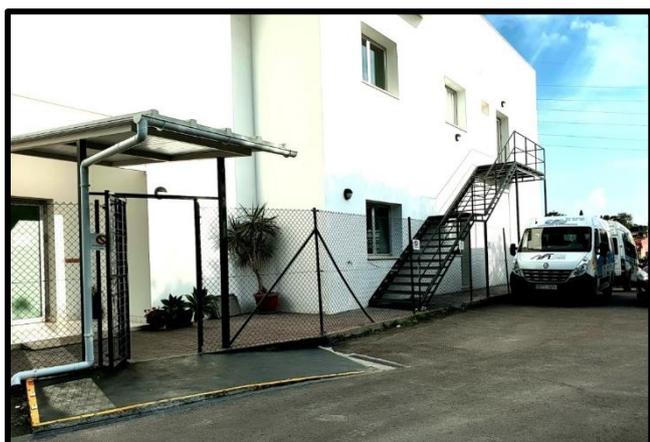


ENTRADA TRASERA Y MUELLE TRANSPORTE

El Servicio de Transporte así como las plazas de las que disponemos están gestionadas por la Trabajadora Social del Centro. **La entrada trasera está especialmente adaptada para personas con movilidad reducida** y es por donde entran y salen las personas usuarias del Servicio de Transporte. La frecuencia y el número de turnos han ido cambiando durante el 2020 ajustándonos a la cantidad de usuarios que hacían uso del servicio de transporte y a la normativa vigente para la distancia de seguridad que debía haber entre pasajero y pasajero.

Actualmente disponemos de 3 furgones, uno de ellos cuenta con 2 plazas adaptadas.

Durante el pasado año este servicio estaba cubierto por 2 conductores en plantilla, **Francisco Gálvez y Antonio Mejías**.



Francisco Gálvez
Martínez
(Conductor)



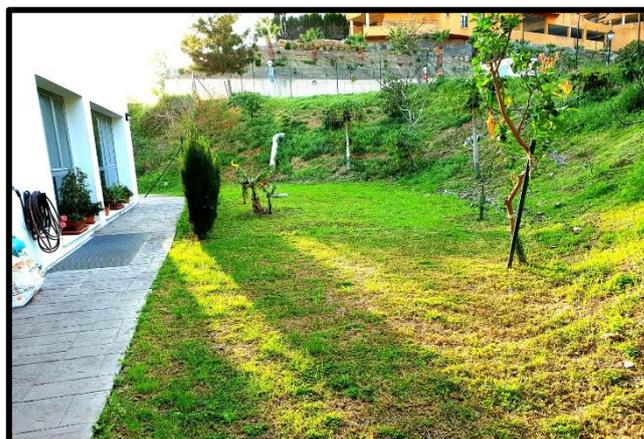
Antonio J. Mejías
Rodríguez
(Conductor)

"El cuidador, es la luz en la oscuridad para aquellos que sufren Alzheimer"

ZONA DE JARDÍN Y HUERTO

En el huerto tenemos plantados algunos árboles frutales (mangos, limoneros, papayos...) que ya están dando frutos para que nuestros usuarios pueden disfrutar de ellos cuando llega la temporada.

A parte de los árboles frutales se han plantado algunas especies que pueden proporcionar una buena zona de sombra durante los días de calor del verano para el disfrute de las personas usuarias. Tanto la zona de jardín como de huerto están bajo los atentos cuidados de **Manuel Aragonés**, miembro vocal de la Junta Directiva de la Asociación.



PLANTA ALTA

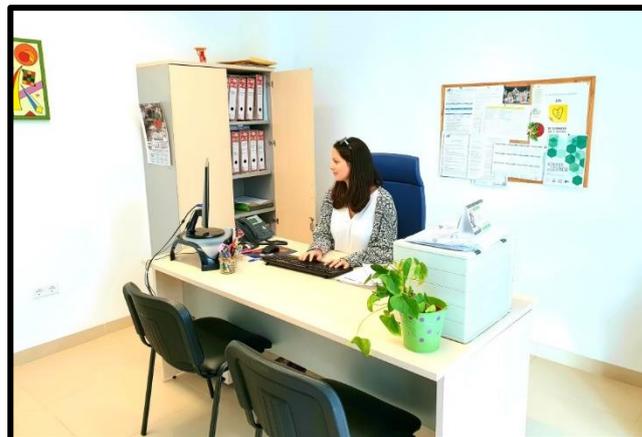
En esta planta podemos encontrar los **Departamentos de Trabajo Social y Fisioterapia** del Centro así como los **Talleres 0 y 1 de Psicoestimulación**. En la Planta Alta también se encuentran la **Sala de Juntas** de la Junta Directiva así como las Dependencias de la **Residencia del Centro**, entre otras.

TRABAJO SOCIAL

Nuestra Trabajadora Social, se encarga de hacer el **primer contacto con las personas interesadas en recibir información** y de **valorar la situación socio-económica** de las familias que acuden al Centro. Además entre algunas de sus funciones está la de **solicitar las ayudas o subvenciones** a las que pueda optar la Asociación y de realizar los trámites documentales para la justificación de las mismas. Este Departamento se encuentra a cargo de **África Fontcuberta**.



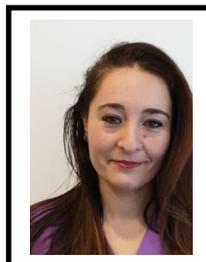
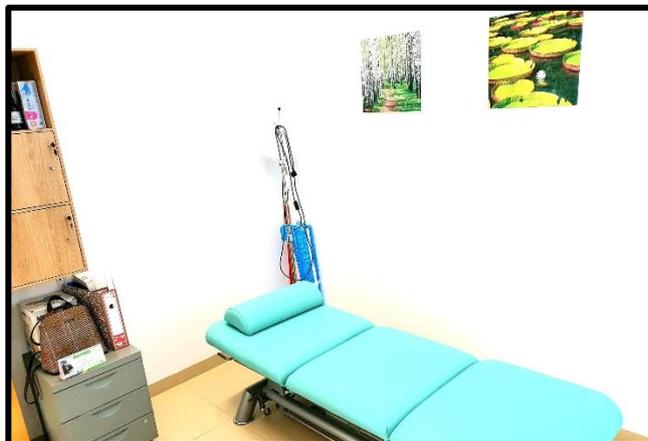
África Fontcuberta
Ramírez
(T. Social)



"Del Alzheimer he aprendido que la esencia de las personas va mucho más allá de su memoria."

FISIOTERAPIA

El Departamento de Fisioterapia lleva, entre otras cosas, todo lo referente a la **motricidad de las personas usuarias**, realizan sesiones grupales con los talleres en el gimnasio y coordinan actividades para que los usuarios del Centro desarrollen o mantengan todo lo que puedan su movilidad y autonomía. Con la llegada de la pandemia la normativa obliga a no mantener un contacto estrecho entre ellos, por lo que en todo momento se mantiene una distancia mínima de entre 1.5 y 2 metros. Durante el 2020 nuestra Fisioterapeuta en plantilla, **María Dolores Carvajal** ha estado a cargo de este Departamento. Durante el primer semestre contamos también con la profesionalidad de **Cristóbal Espada**.



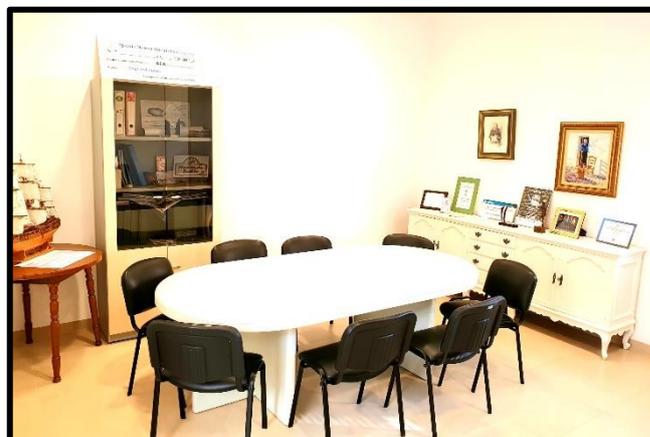
Mª Dolores
Carvajal
(Fisioterapeuta)



Cristóbal Espada
Redondo
(Fisioterapeuta)

SALA DE JUNTAS

En la Sala de Juntas es donde la Junta Directiva de la Asociación se reúne de forma periódica para ver el estado de la Asociación, las necesidades que tiene y de qué forma se puede mejorar. También se planifican y coordinan las actividades y eventos para recaudar fondos que ayuden al sostenimiento del Centro.



La Junta Directiva de la Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias de Fuengirola-Mijas costa es la encargada de marcar la hoja de ruta del Centro Adolfo Suárez.

Mediante Asambleas periódicas valoran el estado de la Asociación, sus cuentas y sus necesidades para tomar las decisiones oportunas mediante votación. **Desde sus inicios la Asociación está presidida por Francisca Lebrón.** En las Memorias de años anteriores a 2020 la Junta Directiva adjuntaba la Memoria de Actividades al documento principal. En ella se daba información de todas las actividades, tanto recaudatorias como divulgativas que realizaban a lo largo del año anterior junto a una planificación de las actividades preparadas para el año en curso. Debido a la pandemia, durante 2020 solo pudimos mantener las actividades programadas hasta marzo de 2020 por lo que en esta ocasión se ha decidido suprimir este apartado por falta de contenido.



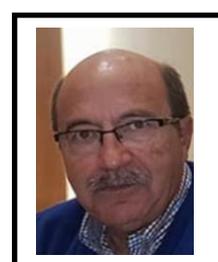
Encarna
Acedo Navarro
(Secretaria)



Rosario Mena
Escobar
(Vice-Presidenta)



Francisca Lebrón
Escobar
(Presidenta)



Antonio González
Márquez
(Tesorero)



Manuel
Aragonés Gómez
(Vocal)



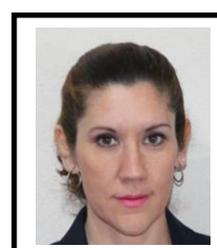
María del
Carmen Santiago
(Vocal)



Ana María
Aragonés Gómez
(Vocal)



Antonia
Rojas Gambero
(Vocal)



Rocío
Sánchez González
(Vocal)

TALLER 0 DE PSICOESTIMULACIÓN

En este Taller trabajan las personas usuarias que están aún sin diagnóstico o con un deterioro muy leve de sus capacidades cognitivas. En él se utilizan herramientas como el NeuroUP o el Estímulus con ayuda de la pizarra digital de la que disponen. Este Taller se encuentra a cargo de nuestra Neuro-Psicóloga, Sonia Buil.



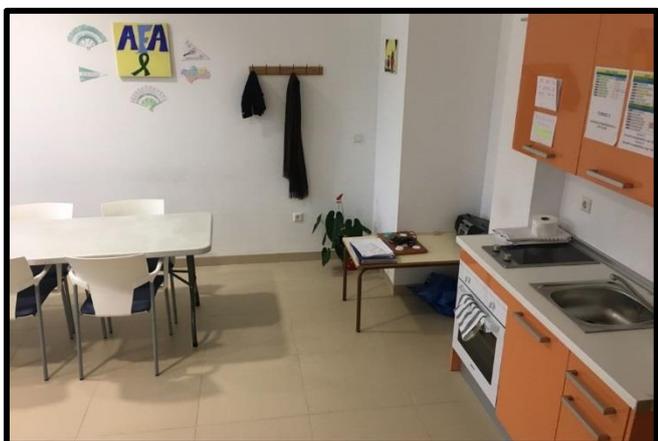
SALA DE ESTIMULACIÓN POR ORDENADOR (GRADIOR).

El Centro dispone de un aula informatizada con varios equipos informáticos con pantalla táctil. Con ellos nuestras personas usuarias trabajan el programa GRADIOR de estimulación cognitiva, realizando tareas y acercándoles a las nuevas tecnologías al tiempo que desarrollan sus capacidades. Este programa está coordinado por el Departamento de Psicología del Centro.



TALLER 1 DE PSICOESTIMULACIÓN

En este Taller encontramos a las personas usuarias que están en estado leve-moderado de deterioro en sus capacidades cognitivas. Al igual que en el Taller 0, aquí también se utilizan herramientas como NeuroUP y Estímulus, usando la pizarra digital y ordenadores como soporte.



"El Alzheimer borra la memoria... No los sentimientos."

SALA DEL SERVIDOR Y ARCHIVO

En la planta alta del Centro se encuentran tanto la sala del servidor, siguiendo la normativa la refrigeración de esta sala e independiente de la del resto del centro para que pueda mantener en todo momento una temperatura óptima que asegure la integridad del sistema. Junto al servidor podemos encontrar el Archivo de la Asociación, donde almacenamos todos los datos de la actividad del Centro cumpliendo, de forma estricta con la normativa vigente en materia de protección de datos.

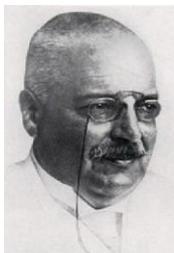
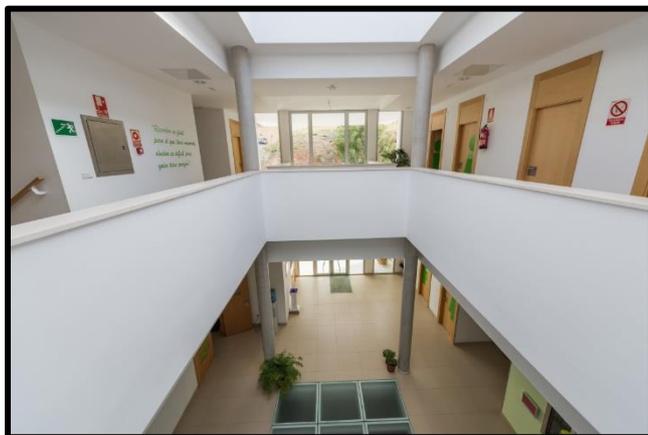


Esta planta dispone además de 3 baños, uno para caballeros, otro para señoras y uno adaptado.



"El amor de la familia es la medicina más valiosa para estimular el funcionamiento de la memoria."

Al igual que en el resto del centro, la Planta alta cuenta con un entorno espacioso, muy bien iluminado y decorado con frases que ayudan a mejorar el ánimo de quien las lee.



Aloisius Alois Alzheimer (Marktbreit, Baviera, 14 de junio de 1864 - Breslavia, 19 de diciembre de 1915), fue un psiquiatra y neurólogo alemán que identificó por primera vez los síntomas de lo que luego se conocería como enfermedad de Alzheimer. Los observó en una paciente que vio en 1901, y publicó en 1906 los descubrimientos que hizo al examinar post mortem su cerebro.

Información sobre la enfermedad de Alzheimer

Fuente:

[https://es.wikipedia.org/wiki/Enfermedad de Alzheimer#:~:text=Sin%20embargo%2C%20una%20persona%20con,de%20movimiento%20o%20al%20caminar](https://es.wikipedia.org/wiki/Enfermedad_de_Alzheimer#:~:text=Sin%20embargo%2C%20una%20persona%20con,de%20movimiento%20o%20al%20caminar)

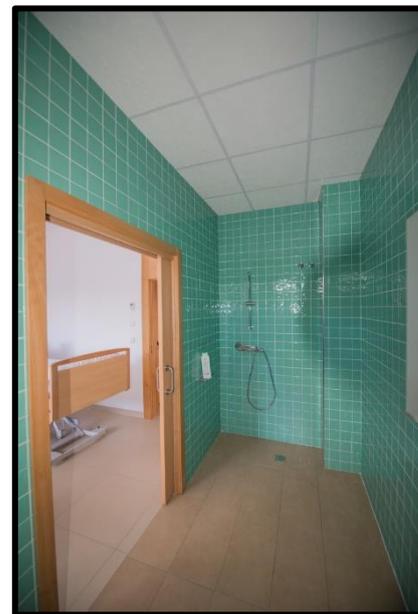
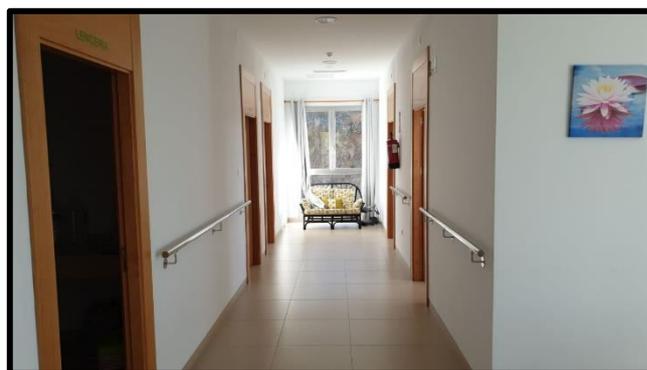
La enfermedad de Alzheimer (EA), denominada demencia senil de tipo Alzheimer (DSTA) o simplemente alzhéimer, es una enfermedad neurodegenerativa, producto de un proceso de neurodegeneración, y que se manifiesta como deterioro cognitivo y trastornos conductuales. Se caracteriza en su forma típica por una pérdida de la memoria inmediata y de otras capacidades mentales (tales como las capacidades cognitivas superiores), a medida que mueren las células nerviosas (neuronas) y se atrofian diferentes zonas del cerebro. La enfermedad suele tener una duración media aproximada —después del diagnóstico— de 10 años,² aunque esto puede variar en proporción directa con la severidad de la enfermedad al momento del diagnóstico.

La enfermedad de Alzheimer es la forma más común de demencia, es incurable y terminal, y aparece con mayor frecuencia en personas mayores de 65 años de edad,³ aunque también en raros casos puede desarrollarse a partir de los 40 años.

RESPIRO FAMILIAR Y RESIDENCIA

La Unidad de Respirio Familiar cuenta actualmente con **6 habitaciones con 11 camas en total**. Este servicio está muy demandado y casi siempre tenemos lista de espera para ocupar las plazas. Todas las habitaciones disponen de baño adaptado con ducha y se encuentran en una zona donde da muy bien la claridad durante el día. La unidad tiene su propia salita de estar donde las personas usuarias pueden ver la televisión, también cuenta con cuarto de lencería, el office del personal sanitario y el cuarto de control.

Siguiendo la normativa durante el pasado año tuvimos que crear con los usuarios de este servicio un “grupo burbuja”, totalmente aislado de la actividad del Centro de Día.



Aquí concluye el apartado de Información General del Centro Adolfo Suárez. En adelante, cada uno de los Departamentos del Centro expondrá un dossier explicativo con toda la información de cada Departamento. Sin embargo, si hay algún dato que el lector de esta memoria eche en falta o si se le presenta cualquier tipo de duda le invitamos a contactar con nosotros.

Puede hacerlo mediante correo electrónico a alzheimer@afafuenmi.org o bien llamando a los teléfonos de contacto del Centro: 952 464 426 – 627 866 153.

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



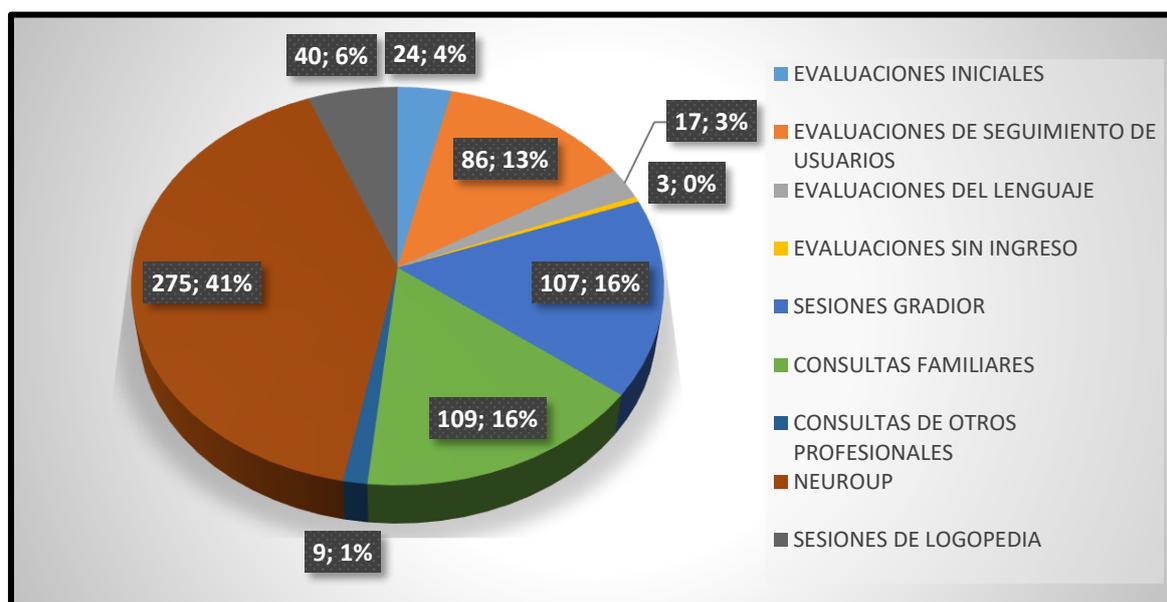
PROGRAMA DE PSICOESTIMULACIÓN EN TALLERES GRUPALES Y TERAPIA INDIVIDUAL

El programa de Talleres de Psicoestimulación para EA y otras demencias, se desarrolla a través de sesiones grupales e individuales, sesiones de logopedia, sesiones de Grador hasta Marzo del 2020 , ya que después no se pudieron utilizar por problemas de actualización del software y Pizarra digital con el software NeuroUP durante todo el año, junto a otros programas con soporte Android como apps entre los que contamos con Estímulus, Brain, etc. Y webs gratuitas para acceder a material impreso y fichas de psicoestimulación como orientación Andújar, etc.

También realizamos sesiones individuales con usuarios de taller y con usuarios externos, pero que presentan problemática asociada a deterioro cognitivo en fase leve o problemas cognitivo-conductuales.

Asociado al desarrollo de los talleres y para la evolución del deterioro de nuestros usuarios de taller, realizamos los seguimientos semestrales, con una asistencia diaria de lunes a viernes, en horario de 8:30 a 20:00 horas, sábados y domingos de 9:30 a 17:30 horas en Centro de Día y post pandemia desde el 22 de junio del 2020, con un horario de 8.30-17.00 en Centro de Día.

El porcentaje de consultas y evaluaciones llevadas a cabo a lo largo del año 2020, y de sujetos participantes en el programa NeuroUP, se distribuye según el siguiente gráfico:



SESIONES GRUPALES DE PSICOESTIMULACIÓN

Objetivos generales:

- Ralentizar el progreso de la enfermedad y mantener aquellas capacidades que aún se conservan.
- Recuperar y mantener el mayor grado posible de autonomía y mejorar la calidad de la vida del enfermo (en adelante EA) y de sus familiares/cuidadores.

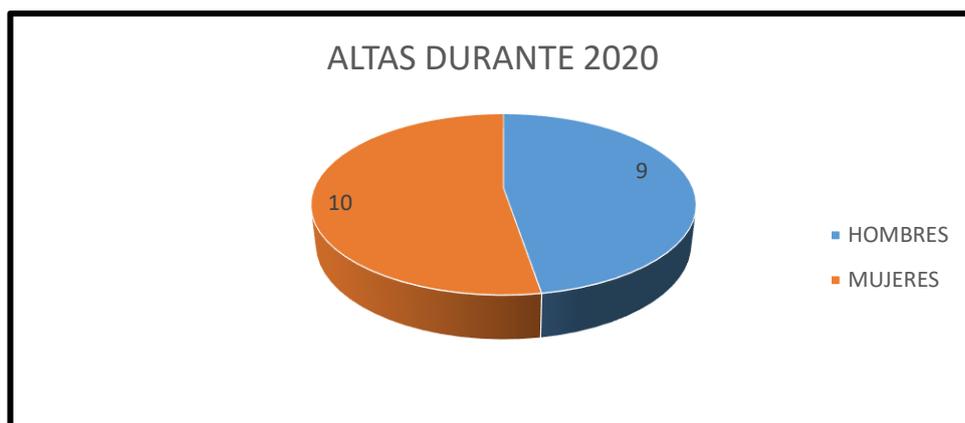
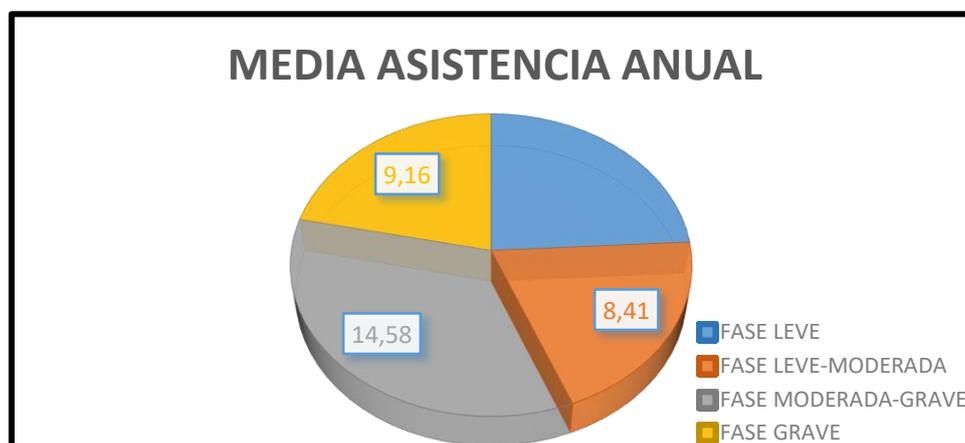
Objetivos específicos:

- Estimular las capacidades cognitivas que aún mantiene el EA (memoria, calculo/razonamiento, coordinación y movimiento, lenguaje hablado y escrito, comprensión lectora, orientación...).
- Promover el mantenimiento de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.
- Tratar y prevenir los síntomas de depresión y ansiedad que suelen aparecer en las primeras fases de la enfermedad.
- Recuperar el mayor grado posible de autonomía y mejorar la calidad de vida del EA mediante un programa de estimulación Psico-cognitiva y motriz, manteniendo las capacidades indemnes y reeducando las funciones deficitarias.

USUARIOS Y FASES

A lo largo de 2020 han pasado por el programa de psicoestimulación una media de 50,25 usuarios al mes, repartidos entre los distintos talleres (según fase), de los cuales una media de estaban en fase leve 10,21 en fase leve-8,4 en fase moderada-grave 14,58, y en fase severa de la enfermedad 9,16. Tras la pandemia se reduce a la mitad el número de usuarios, pero sigue siendo de un 80% el número de mujeres en todos los talleres, frente al 20% de hombres.

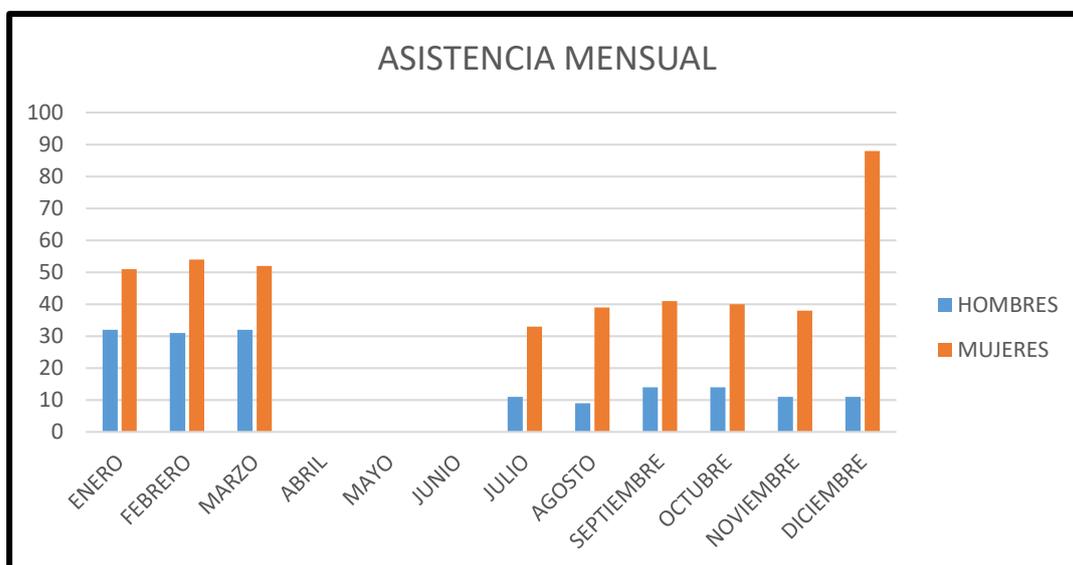
En el transcurso del año 2020, ha habido un total de 19 altas (10 mujeres y 9 hombres) y 56 bajas (34 mujeres y 22 hombres).





ASISTENCIA ANUAL

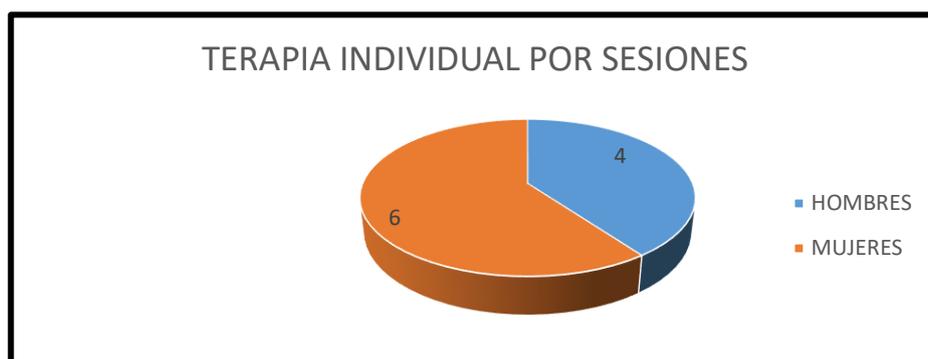
En el siguiente gráfico queda reflejada la asistencia mensual de nuestros usuarios a lo largo del año 2020, diferenciada por géneros, el hueco entre Abril y junio es la pandemia.



TERAPIAS INDIVIDUALES

Esta terapia tiene como objetivo detectar la demencia en fases iniciales y comenzar a la mayor brevedad su intervención introduciendo al usuario hacia las terapias de psicoestimulación.

En el año 2020 el número de terapias individuales han sido de 6 mujeres y 4 hombres, habiéndose realizado un total de 22 sesiones con hombres y 24 sesiones de mujeres, quedando la gráfica así representada:



TEMPORALIZACIÓN DIARIA DE LAS ACTIVIDADES

La temporalización de las actividades que se desarrollan diariamente en la Unidad de Memoria para EA y otras demencias se distribuye de la siguiente forma:

Horario	Actividad
08:30 a 09:30	Acogida y desayuno
09:30 a 10:30	Orientación espacio-temporal, tareas de lecto-escritura y/o pizarra digital
10:30 a 11:30	Grador/Coro/Taller de Cocina/Terapia Canina/Taller de Inteligencia Emocional hasta la pandemia el 16 de marzo del 2020
11:30 a 12:00	Fisioterapia
12:00 a 12:15	Aperitivo
12:15 a 13:30	Pizarra digital y talleres multidisciplinarios
13:30 a 14:00	Manualidades y actividades de ocio
14:00 a 15:30	Almuerzo y sobremesa
15:30 a 17:00	Taller de tarde de psicoestimulación cognitiva y TIC. Tras la pandemia este es el horario del Centro de Día desde el 22 de Junio del 2020

SESIONES ASISTIDAS CON NUEVAS TECNOLOGÍAS

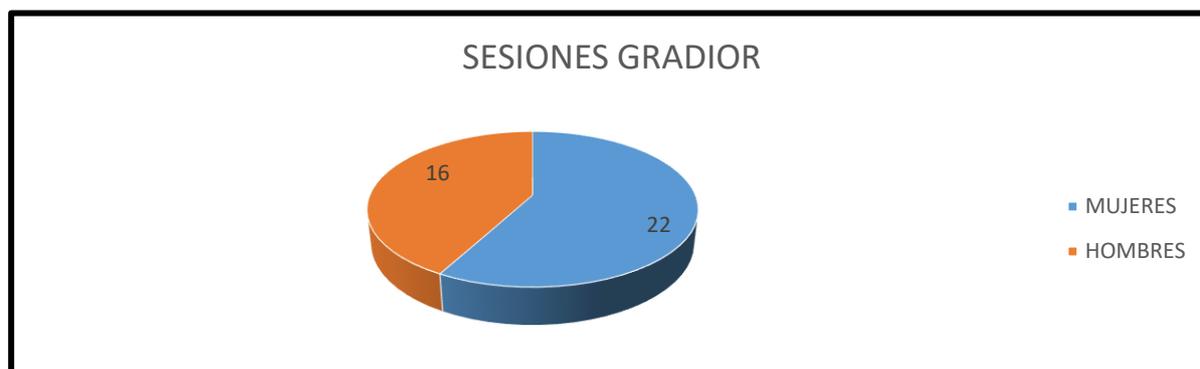
El desarrollo de las sesiones asistidas en el ordenador (Grador) se produce hasta el 16 de marzo del 2020, que se dejan de utilizar por cuestiones técnicas, pero también se utiliza la 26erioc y la pantalla digital (NeuroUP y Estímulus) en los Talleres de Psicoestimulación para EA y otras demencias, se realiza con actividades específicas acorde a las necesidades que muestran este tipo de usuarios y en función de su nivel cognitivo. Realizando ejercicios de complejidad gradual con este tipo de dispositivos.

Dichos dispositivos, que forman parte de las terapias no farmacológicas instrumentalizan el desarrollo de áreas como: memoria, orientación temporo-espacial, atención, percepción, razonamiento, lenguaje, agnosias y cálculo entre otras.

OBJETIVO

- Complementar las sesiones grupales con sesiones individuales para dar apoyo al trabajo personalizado con cada uno de los usuarios.

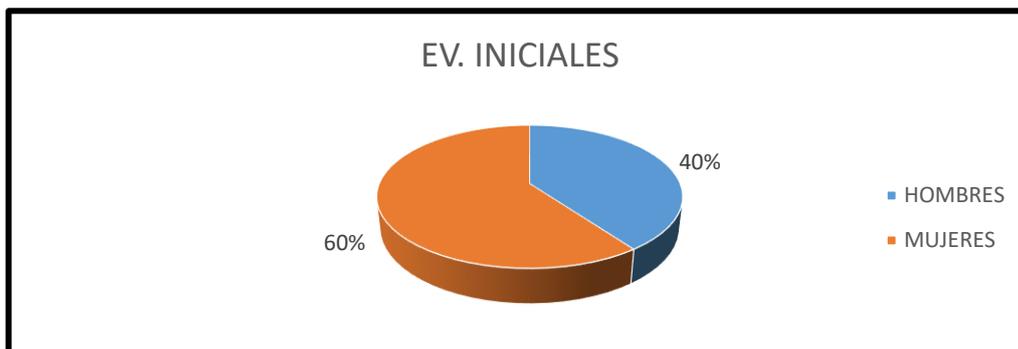
El número total de personas que han ejecutado el Programa GRADIOR durante el año 2020 hasta el 16 de marzo del 2020 han sido 38, de los cuales 16 son hombres y 22 mujeres. NeuroUP 36 mujeres y 15 hombres. En la actualidad post pandemia sólo 12 mujeres y tres hombres con la aplicación.



EVALUACIONES INICIALES

Objetivos:

- Determinar la fase de la enfermedad en la que se encuentra, y en consecuencia, ubicarlo en el taller más adecuado según las capacidades que aún conserva.
- Conocer cuál es el grado de dependencia/independencia en la realización de las ABVD (Actividades básicas de la vida diaria), y en Actividades instrumentales.

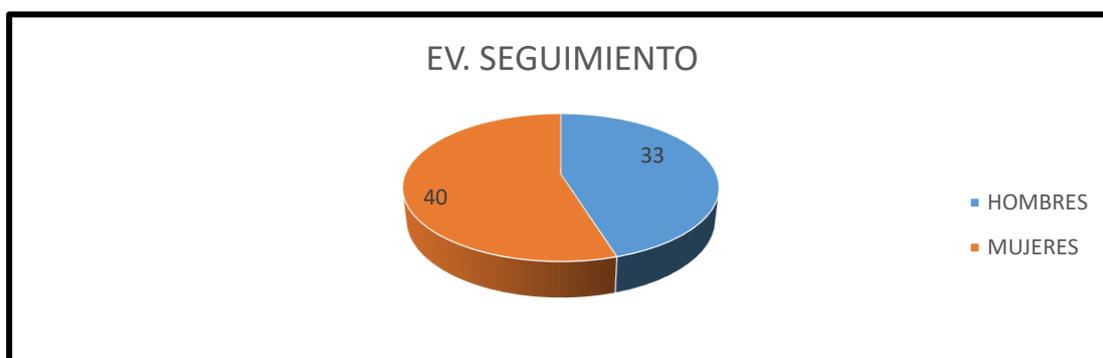


A lo largo del año 2020 se han efectuado 21 evaluaciones iniciales, de las cuales, 12 han sido mujeres y 9 hombres.

EVALUACIONES DE SEGUIMIENTO

Objetivos:

- Determinar qué cambios (si los hubiera), se han producido en el enfermo en el transcurso de 6 meses a nivel cognitivo y motor.
- Posterior entrevista familiar para comunicar resultados y completar la información en lo que respecta a posibles fluctuaciones en el domicilio (en cuanto a grado de dependencia, comportamiento, etc...).
- Durante la pandemia nos planteamos a través de grupo de whatsapp del taller y correos electrónico, junto con llamadas y videollamadas la atención a los usuarios del taller 0 y 1. Así, entre ambos talleres se atendieron a 10 mujeres y 5 hombres.

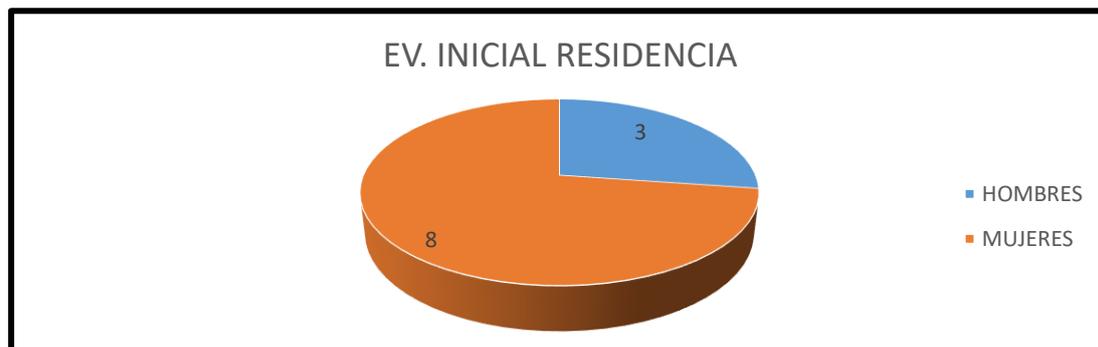


Durante el año 2020 se han efectuado 83 evaluaciones de seguimiento, de las cuales 40 han sido mujeres y 33 hombres.

EVALUACIONES INICIALES DE RESIDENCIA

Objetivos:

- Determinar la fase de la enfermedad en la que se encuentra, y en consecuencia, ubicarlo en el taller más adecuado según las capacidades que aún conserva.
- Conocer cuál es el grado de dependencia/independencia en la realización de las ABVD (Actividades básicas de la vida diaria), y en Actividades instrumentales.

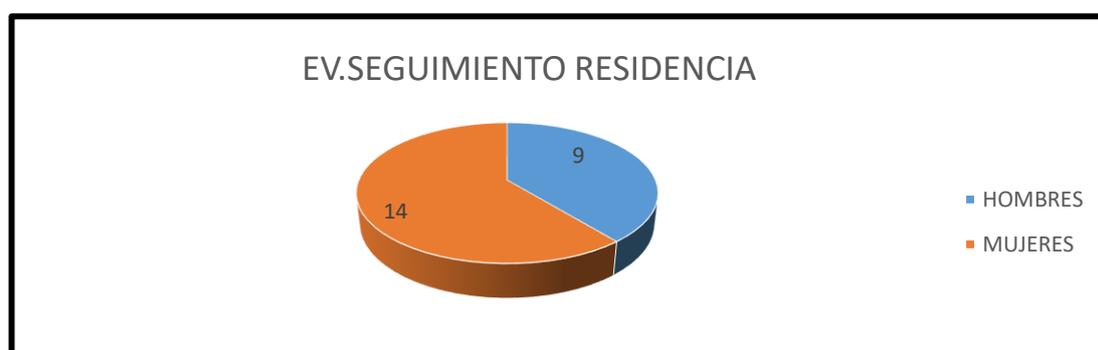


A lo largo del año 2020 se han efectuado 11 evaluaciones iniciales (usuarios de residencia), de las cuales, 9 han sido mujeres y 3 hombres.

EVALUACIONES DE SEGUIMIENTO DE RESIDENCIA

Objetivos:

- Determinar qué cambios (si los hubiera), se han producido en el enfermo en el transcurso de 6 meses a nivel cognitivo y motor.
- Posterior entrevista familiar para comunicar resultados y completar la información en lo que respecta a posibles fluctuaciones en el domicilio (en cuanto a grado de dependencia, comportamiento, etc...).



Durante el año 2020 se han efectuado 23 evaluaciones de seguimiento, de las cuales 14 han sido de mujeres y 9 de hombres.

ENTREVISTAS Y CONSULTAS DE FAMILIARES

A lo largo de 2020 se han realizado un total de 136 consultas por parte de los familiares, y otras 15 citas de otros profesionales externos. Las consultas desde el 16 de marzo del 2020 hasta la actualidad, enero del 2021 son a través de correos y telefonía.



OTRAS ACTIVIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

- Talleres Intergeneracionales.
- Terapia Canina.
- Taller de cocina.
- Taller de alimentación.
- Taller de comunicación y lenguaje en los que se trabajan otras lenguas (inglés, francés y alemán)
- Talleres de Inteligencia Emocional, Relajación y Respiración.
- Talleres de Arte terapia.
- Musicoterapia a través del coro y las reminiscencias a través de las canciones de su vida
- Salidas a museos.

Además también realizamos investigaciones y entre las que se han desarrollado este año contamos con estudios sobre los efectos de la inteligencia emocional entre enfermos de EA y jóvenes, interacciones entre la música y la respuesta cognitiva en pacientes en fase grave de Alzheimer, o la relación con los olores, junto con un proyecto de magnetoterapia y Alzheimer, estudios de diseño de caso único por parte de nuestros prácticos del Máster de Neuropsicología con electro estimulación cognitiva, mejora del lenguaje y la cognición con pacientes con ictus y otras patologías que concommitan con déficit en las habilidades metacognitivas.



Todas nuestras investigaciones se realizan con universidades privadas y públicas y desde nuestro propio centro.



Dentro del conjunto de tareas que se realizan en nuestro centro destacamos las tutorías externas hasta el 16 de marzo del 2020, y online en la actualidad con la Universidad de Málaga y la de Valencia con los Master de Sanitaria, esta última nos paga 700 euros por alumnado tutorizado.

También hemos colaborado a principio de año con:

- Prácticas de Grado de Psicología de la UMA y de la UNED.
- Máster de Psicología Sanitaria de la UMA, de la Universidad de Valencia y de La Rioja
- Máster en Neuropsicología de la Universidad Barcelona.
- Prácticas de Psicología Clínica:
 - **Universidad Oberta de Cataluña.**
 - **Universidad de Valencia.**
 - **Universidad de La Rioja.**

En este ámbito de investigación y desde una perspectiva social, inclusiva e integradora llevamos convenios e investigaciones para potenciar la inter-generacionalidad con los siguientes centros de Fuengirola y Mijas:

- I.E.S. La Vega de Mijas.
- Colegio Salliver.
- I.E.S. Eduardo Janeiro.
- I.E.S. Las Lagunas.



También se realizan salidas fuera del Centro, cuya finalidad es interaccionar con su entorno más cercano, trabajar las habilidades de la vida diaria y las actividades de ocio y tiempo libre, además de tratarse de una actividad diferente y divertida para nuestros usuarios; y entre las que realizamos visitas a museos, teatros, musicales, paseos o caminatas, desayunos, cines, visitas a lugares turísticos de la zona, etc... Sin embargo, debido a la pandemia del Covid-19 este tipo de actividades han tenido que suspenderse durante gran parte del año pasado por motivos de seguridad.

En la actualidad hemos estado trabajando con el IES Janeiro a través de **actividades online** como es los villancicos de navidad.

TERAPIAS Y ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS REALIZADAS DESDE LOS TALLERES DE PSICOESTIMULACIÓN COGNITIVA

Los Programas Intergeneracionales están orientados a la creación de espacios de encuentro y la realización de actividades conjuntas entre personas de distintas generaciones, especialmente entre la infancia, la adolescencia, la juventud y las personas mayores.

Los Programas Intergeneracionales son un conjunto de actividades planificadas, con objetivos concretos y continuidad en el tiempo. Son planes coordinados y diseñados por centros educativos, centros de mayores y otros organismos y asociaciones –públicas y privadas- que buscan trabajar conjuntamente para el beneficio mutuo de los adultos mayores, de la infancia y de la juventud. Dentro de su organización destacan las visitas recíprocas entre centros.

Con estas visitas de los diferentes centros educativos de la zona de Fuengirola y Mijas como el IES de las Lagunas, Salliver o el IES Janeiro pretendemos darnos a conocer como centro de tratamiento multidisciplinar, y sobre todo de apoyo a la sociedad local de Fuengirola y Mijas. Nos mostramos como un recurso de integración. Inclusión social y de ayuda a las familias. Los alumnos/as pueden ver nuestra labor social y a su vez integrarse en la misma como voluntarios de nuestro centro, relacionándose de forma integral con los talleres intergeneracionales. Se han estado llevando en el 2020 hasta la primera semana de marzo.



"El corazón no necesita a la memoria, para sentir el calor de un abrazo en el presente."

Estos son algunos de los Centros Educativos de Fuengirola y Mijas con los que mantenemos un convenio de colaboración.



TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Objetivos:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones derivadas de la adaptación a la enfermedad.
- Conocer y aplicar nuevas estrategias de regulación emocional.
- Tomar conciencia y desarrollar, si es necesario un mayor nivel de autoestima de la propia imagen.
- Desarrollar un estilo asertivo para una mejora en las relaciones interpersonales.
- Adquirir nuevas estrategias para la toma de decisiones con respecto a la ocupación del tiempo y la asunción de errores.

Por todo ello en este taller trabajamos el autoconocimiento, la autonomía, la autoestima, la comunicación, las habilidades sociales, la escucha y la solución de conflictos.



TALLER DE MUSICOTERAPIA

El trabajo de musicoterapia con estas personas no se realiza exclusivamente con música grabada, como mucha gente piensa. Aunque la musicoterapia receptiva con ellos pueda dar frutos, creo que lo mejor es que las personas con Alzheimer hagan y compartan música, utilizando para ello todos los recursos que tienen a su disposición: su voz, el cuerpo y los instrumentos. Para ello realizamos dicha actividad con el coro una vez por semana, los viernes con voluntarios, dos guitarristas y un director, y los lunes con una profesora de música del Conservatorio de Málaga que realiza un taller cada lunes con cada uno de los talleres del centro.



Las actividades más importantes que realizamos con estas personas utilizando los elementos básicos de percusión o medios audiovisuales son:

- **Trabajo con el cuerpo:** Bailar puede ser una actividad placentera, pero no sólo entendiéndolo como el baile de salón, sino como mover una o varias partes del cuerpo al ritmo de la música, dependiendo de la capacidad de cada uno. Además, la música tampoco tiene por qué ser grabada, puede ser una canción tocada y cantada en directo, por una o varias personas.
- **Trabajo con instrumentos:** Con instrumentos también se puede trabajar de forma similar al caso anterior; Aunque halla movilidad reducida, cualquier persona puede tocar un instrumento (por ejemplo un triángulo, para los villancicos navideños) e improvisar todos juntos, o bien acompañar una canción.
- **Trabajo con canciones:** Las canciones también son muy importantes para trabajar con estas personas, sobre todo utilizar temas que sean familiares a cada persona, partiendo de su historia personal. Cantarlas, inventar nuevas letras, comentar sobre lo que representa su contenido para cada persona o qué es lo que ellos hacían cuando escuchaban esa canción son ejemplos de actividades que se pueden realizar.



TALLER DE REMINISCENCIAS

La Reminiscencia consiste en pensar o hablar sobre la propia experiencia vital a fin de compartir recuerdos y reflexionar sobre el pasado. Esta terapia está dirigida por un profesional y se puede llevar a cabo de modo formal con una estructura o de modo informal entre los usuarios como es en nuestro caso.



El objetivo principal de la Terapia de Reminiscencia es la estimulación de la memoria episódica autobiográfica. Evidentemente, y siempre existirá una estimulación cognitiva colateral, por ejemplo, con la Terapia de Reminiscencia también estimulamos la atención, el lenguaje expresivo y comprensivo, la orientación en las tres esferas (temporal, espacial y personal), la memoria semántica y las gnosias entre otros aspectos.

Durante la terapia se puede dar el caso que, para algunos pacientes, la evocación de recuerdos resulte difícil, ya sea porque tienen recuerdos dolorosos o porque no les apetece dar información sobre su vida a otras personas. Para llevar a cabo la Terapia de Reminiscencia es necesario un elemento desencadenante que haga evocar sensaciones, o traiga recuerdos a la mente.

Estos elementos que utilizamos para la terapia son:

- **Objetos característicos** de una época en concreto, por ejemplo la infancia, o de un tipo de evento como una boda.
- **Fotografías personales**, de lugares, de un lugar de trabajo, acontecimiento histórico, etc.
- **Olores característicos de la época**, como una bola de naftalina, un perfume significativo, etc.
- **Sabores**, realizando un taller de cocina (comidas, bebidas), pero con el objetivo de trabajar la reminiscencia de los sabores.
- **Sonidos**, grabaciones con sonidos de antaño, como campanas, tren, animales de granja, etc.
- **Música**, es un desencadenante muy potente, cuanto más sabemos de la vida del paciente mejor podremos elegir una música para realizar una sesión de reminiscencia. Música con la que se enamoró, grabaciones de radio de la época, etc.

Realmente para llevar a cabo una terapia de reminiscencia en pacientes con demencia, sirve cualquier elemento que estimule los sentidos, pero hay que tener en cuenta que debemos elegir los elementos en función del estadio y las capacidades de los pacientes (tener en cuenta déficits visuales, auditivos, etc.).



VISITAS DE LOS CENTROS A LOS TALLERES DE PSICOESTIMULACIÓN COGNITIVA

Con estas visitas de los diferentes I.E.S. de la zona de Fuengirola y Mijas tratamos de darnos a conocer como un centro de tratamiento multidisciplinar, y sobre todo de apoyo a la sociedad local de Fuengirola. Nos mostramos como un instrumento de integración e inclusión social y de ayuda a las familias. Esta actividad se ha llevado en el primer trimestre del 2020, no pudiéndose llevar en la actualidad por las restricciones del COVID-19.



Los alumnos pueden ver nuestra labor social y a su vez, integrarse como futuros voluntarios en nuestro centro, relacionándose de forma integral con los talleres intergeneracionales.

TALLER DE COCINA

Con el Taller de Cocina lo que se pretende es introducir una actividad que forma parte de la vida diaria de los usuarios, poniendo en práctica y estimulando multitud de habilidades y funciones cognitivas, y que hemos venido realizando cada dos semanas en el Taller 1 desde el mes de febrero de 2018, ya que tenemos la suerte de contar con una pequeña cocina dentro de dicho taller. Se dejó de realizar por las medidas de seguridad post covid-19, pero se hizo efectiva desde enero hasta marzo del 2020.



Con esta actividad complementaria estimulamos tanto la memoria, al tener que recordar ingredientes para elaborar un determinado plato, como la atención, concentración y las funciones ejecutivas, ya que requiere de una planificación y organización previa para llevar a buen término la receta. A su vez estimulamos los sentidos; el gusto, olfato y tacto, reactivando reminiscencias de situaciones vividas relacionadas con ese plato y las sensaciones que despierta.

También se convierte en una actividad lúdica y divertida, ya que fomenta la conversación entre los participantes y refuerza la autoestima y los sentimientos de utilidad.

TALLER DE ARTETERAPIA

El uso de la Arte terapia ayuda en el tratamiento de pacientes con Alzheimer. Las artes se han utilizado como promoción de salud incorporando un nuevo campo de estudio llamado psiconeuroinmunología. Este término se refiere a la influencia de la mente en el cuerpo o sistema inmune, mediando a través del cerebro y sistema nervioso central. Se ha encontrado que haciendo que los pacientes se interesen en actividades desafiantes como el arte, el cerebro puede crear nuevas sinapsis, por ende, adaptándose y manteniéndose vital (plasticidad cerebral). En nuestro caso realizaron diferentes técnicas plásticas con la terapeuta y propusimos hacerlo una vez al mes, pero todo se paralizó tras la pandemia.



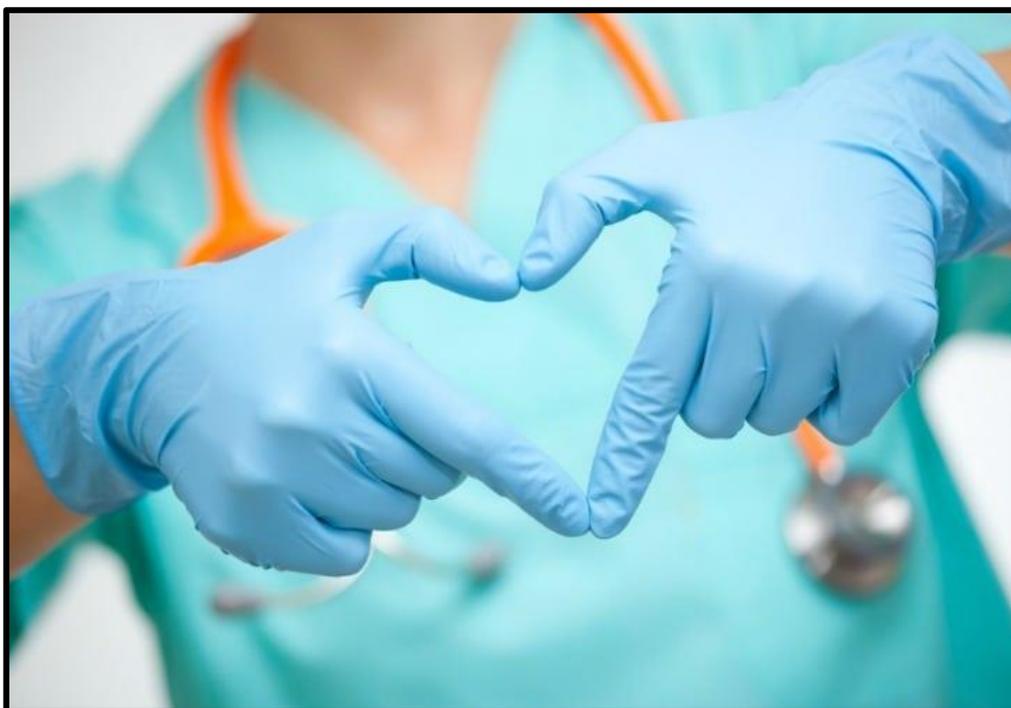
SALIDA AL MUSEO PICASSO

El objetivo de la actividad es conocer nuestro patrimonio cultural y reconocer a los personajes históricos de nuestra Provincia, además de trabajar en el taller del museo con habilidades metacognitivas como son la función ejecutiva, la atención sostenida y selectiva, junto con la memoria y las praxias.

Esta actividad se pretendía complementar con una segunda visita que no se pudo realizar por la pandemia y que está pendiente de realizar, junto con la visita a otros museos y visitas a partes históricas de Málaga como la Alcazaba o el Teatro Romano.



DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA



El **Departamento de Enfermería comenzó a funcionar en Junio de 2015** con el progresivo establecimiento de un conjunto de actividades asistenciales, tanto a las familias como a los usuarios en el Centro de Día así como en la Unidad de Respiro Familiar y asistencia a domicilio.

Objetivo general:

El Departamento de Enfermería tiene como principal cometido evaluar el estado de salud de cada usuario de una manera integral, atendiendo a sus dimensiones bio-psico-sociales, llevando a cabo cada uno de los cuidados sanitarios que precisen; prevención de reagudizaciones de enfermedades crónicas y promoción de la salud; control y seguimiento de los tratamientos médicos prescritos por sus médicos de referencia; así como la detección temprana de factores de riesgo para la salud.

Objetivos específicos:

- Valoración inicial de enfermería según patrones de salud y necesidades de salud de Virginia Henderson, para detectar déficits y/o alteraciones, junto con una exploración física y neurológica mediante escalas validadas.
- Control de HTA (híper-tensión arterial) en usuarios tratados con antihipertensivos.
- Administración diaria de tratamientos pautados, mayoritariamente vía oral.
- Control de efectos secundarios y efectos adversos de la medicación prescrita.
- Cuidados asistenciales ante problemas tisulares.
- Control de TA, FC (tensión arterial – frecuencia cardíaca) y glucemia de forma regular a todos los usuarios para favorecer el diagnóstico precoz.
- Establecimiento de Diagnósticos de Enfermería NANDA.
- Establecimiento de Intervenciones de Enfermería y consecución de objetivos NOC (criterios de resultados).

- Proporcionar la mayor independencia a nuestros usuarios en la medida en que sus capacidades y la evolución de la enfermedad establezca.
- Evaluaciones de seguimiento cada 6 meses o de manera puntual ante sucesos inesperados.
- Reconocimiento y valoración sobre la aparición de cambios en el estado de salud del individuo a la familia de manera inmediata, favoreciendo la comunicación profesional sanitario/familia.
- Atención en caso de urgencia de salud con coordinación con el servicio de emergencia de la zona.
- Actualización de los datos de salud de los usuarios junto con la colaboración de la familia, y en seguimiento y coordinación por Atención Primaria de Salud y Atención Especializada.
- Coordinación y supervisión de las funciones y tareas de los auxiliares de enfermería en el Centro de día así como en la Unidad de Respiro Familiar.
- Control de la dieta de los usuarios, garantizando una ingesta adecuada, y detectando precozmente problemas nutricionales tanto por defecto como por exceso.
- Valoración nutricional específica con Escala MNA como patrón e individualizado a cada usuario.

PATOLOGÍAS CRÓNICAS Y PREVALENCIA EN EL CENTRO

Las patologías de base y patologías asociadas con más prevalencia en el Centro de día son hipercolesterolemia, diabetes Mellitus tipo 2, patologías de las vías respiratorias EPOC, hipertensión arterial, arritmias cardiacas y trombosis venosa profunda.



USUARIOS DIABÉTICOS

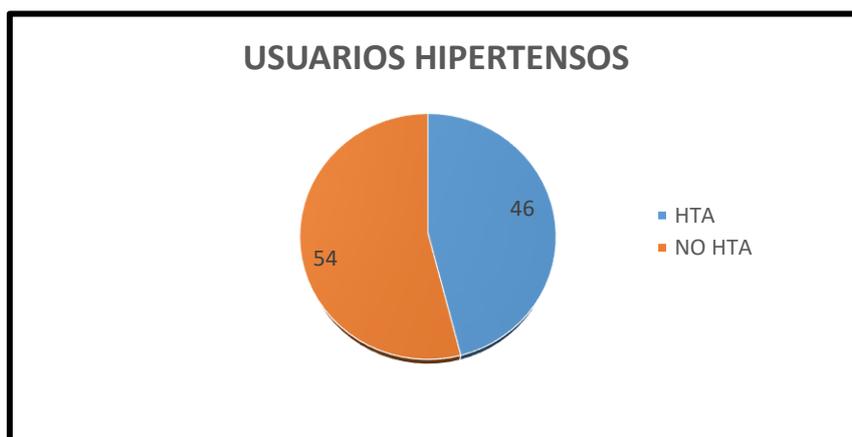
Actualmente en el centro contamos con un total de 8 usuarios diabéticos, de los cuales ninguno es insulino dependiente, ya que gracias a sus tratamientos con antidiabéticos orales y al mantenimiento de un estilo de vida saludable, todos presentan unos niveles glucémicos dentro del rango terapéutico, es decir, 70-120 mg/dl en ayunas, o inferior a 180 mg/dl media hora después de las comidas. Estos 8 usuarios representan un 13% del total.



USUARIOS CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL

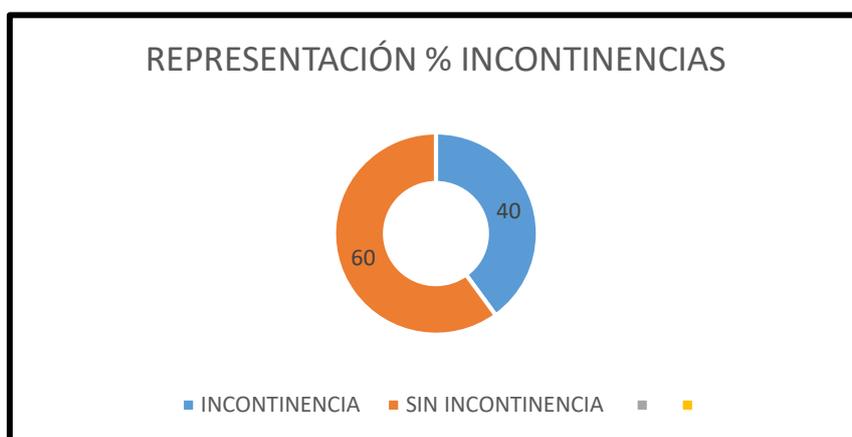
La hipertensión arterial (HTA) es sin duda, la afección con mayor incidencia del Centro, afectando a un 46% del total de usuarios, ya que son 26 usuarios los que la padecen.

Gracias a controles periódicos de tensión arterial hemos detectado dos casos de usuarios, cuya tensión arterial se encontraban por encima del rango terapéutico, por lo que se procedió a una revisión de la toma de medicación, poniéndolo en conocimiento al cuidador principal para que éste siguiera los posteriores pasos hasta llegar al conocimiento del médico de atención primaria



USUARIOS CON INCONTINENCIA URINARIA FUNCIONAL

Actualmente en el centro hay 21 usuarios, es decir, un 40%, que presentan incontinencia urinaria funcional, las causas de ésta son variadas y pueden ser debido a trastornos físicos (movilidad reducida), cognitivos (demencia), farmacológicos o a la unión de varios de estos factores.

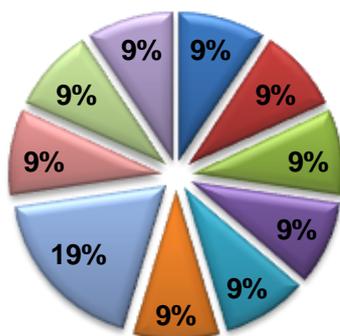


USUARIOS CON ALERGIAS E INTOLERANCIAS



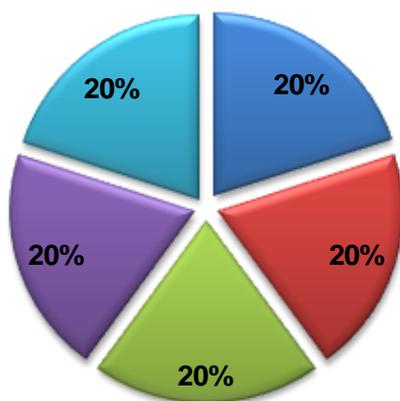
En las siguientes tablas se muestran los usuarios que presentan algún tipo de intolerancia y/o alergia, estableciendo un control y una actualización de datos estricta en este aspecto, ya que podría causar efectos adversos de gran importancia para su salud.

**ALERGIAS FARMACOS/MATERIAL
CURAS**



- Ciprofloxacina
- Bromazepan
- Aspirina
- Espiramicina níquel
- Espiramicina formaldeida
- Codeína
- Penicilina
- Aines
- Desametasona
- Esparadrapo

ALERGIAS ALIMENTARIAS



- Cítricos
- Piña
- Fresa
- Marisco
- Champiñones y setas

FORMACIÓN A LOS PROFESIONALES Y CUIDADORES FORMALES

Objetivos generales:

Capacitar, aconsejar y resolver dudas sobre aspectos relacionados con la salud en general, cambios físicos, psíquicos, pautas de eliminación habitual, etc.

Objetivos específicos:

- Establecer pautas de alimentación equilibrada, recomendación de hábitos dietéticos saludables y adaptados a la patología.
- Conocer signos y síntomas de posible desnutrición.
- Conocer y proporcionar conocimientos sobre factores de riesgo ambientales y posibles efectos sobre las caídas en el domicilio.
- Protocolizar los pasos a seguir en caso de caídas.
- Registrar todos los datos y llevarlos junto con la familia al conocimiento de especialistas tanto al Servicio de Neurología, como otros especialistas implicados en este tipo de patologías.
- Apoyo psicológico y en recursos en los casos que aparezca sobrecarga en el cuidador.



SERVICIO DE RESPIRO FAMILIAR (RESIDENCIA)

El servicio de Respiro Familiar (RF) consiste en una oferta por parte de nuestro Centro para que las familias tengan la posibilidad de realizar el ingreso de su familiar (usuario) durante períodos temporales que oscilan entre veinticuatro horas y un mes (pudiéndose ampliar este tiempo en función de las necesidades familiares o del usuario) en los que, por una necesidad puntual de su cuidador/familiar, no puedan permanecer en su domicilio.



Los principales motivos de ingreso:

- Realización de actividades sociales y de ocio familiar: cenas, viajes, bodas, etc.
- Por intervención quirúrgica, enfermedad y/o urgencia médica de algún miembro de la unidad familiar.
- Necesidad de descanso en su cuidado diario por sobrecarga, situaciones de estrés.....
- Recuperación post hospitalaria.
- Situaciones excepcionales: reforma de la vivienda, traslado del domicilio, etc.
- Otras.

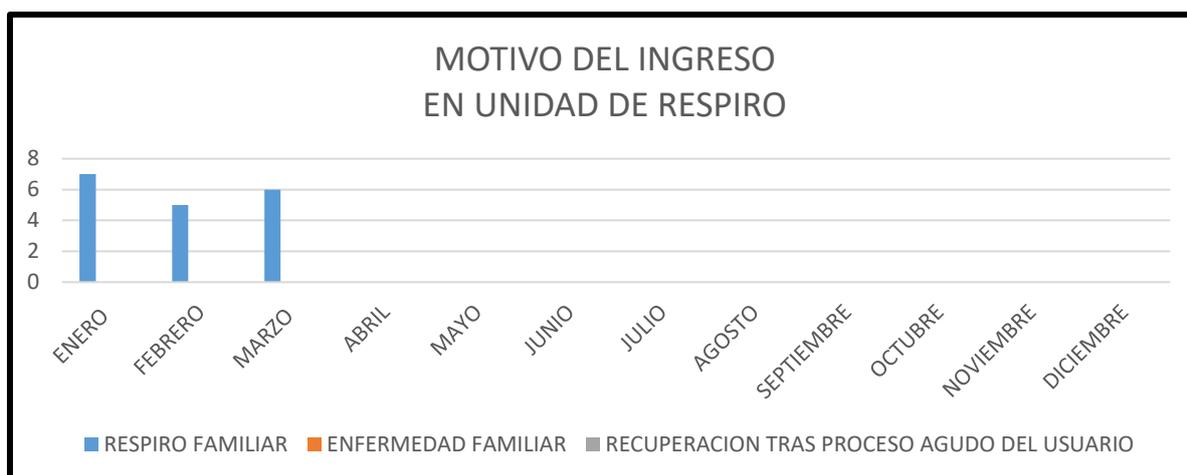
Nuestro Centro dispone de **6 habitaciones dobles** preparadas con todo el mobiliario adaptado para pacientes con dificultades físicas (camas articuladas con barandillas, sillones reclinables, puertas adaptadas...) así como **4 baños geriátricos** (dos de ellos individuales) preparados con duchas adaptadas y sillas geriátricas de baño.

Los motivos por los que normalmente se ha demandado el R.F son diversos, aunque los más predominantes han sido por **descanso del cuidador principal**, bien para hacer un viaje, acudir a algún evento familiar o social, poder atender a otros familiares, etc.; **Enfermedad del Familiar** (el cuidador principal ha pasado un proceso de enfermedad pudiéndose encontrar hospitalizado o recuperándose, lo que supone la imposibilidad de atender debidamente al usuario y **recuperación tras un proceso quirúrgico** (fracturas de caderas) del usuario, el cual se ha realizado en el centro debido a su estado débil físico y la necesidad de ser supervisado, atendido y con una serie de cuidados específicos).

En este año 2020, han hecho uso de este servicio un total de 18 usuarios, repitiendo en varias ocasiones.

Debido a la pandemia del COVID-19 durante todo el año 2020 se prohibieron estas estancias debidas a las medidas de prevención estipuladas por las autoridades sanitarias.

Los usuarios que se encontraban en nuestras instalaciones cuando fue instaurado el Estado de Alarma (14 de Marzo de 2020) se mantuvieron en el Centro con el resto de usuarios de Residencia hasta que se permitió nuevamente la salida y entrada del centro.



SERVICIO DE PODOLOGÍA

Dentro de los servicios ofertados, se encuentra el servicio externo de podología, donde con previa cita, los usuarios pueden pasar una consulta de podología y recibir cuidados de los pies. El servicio se oferta a los usuarios con una 42eriodicidad de una vez al mes.

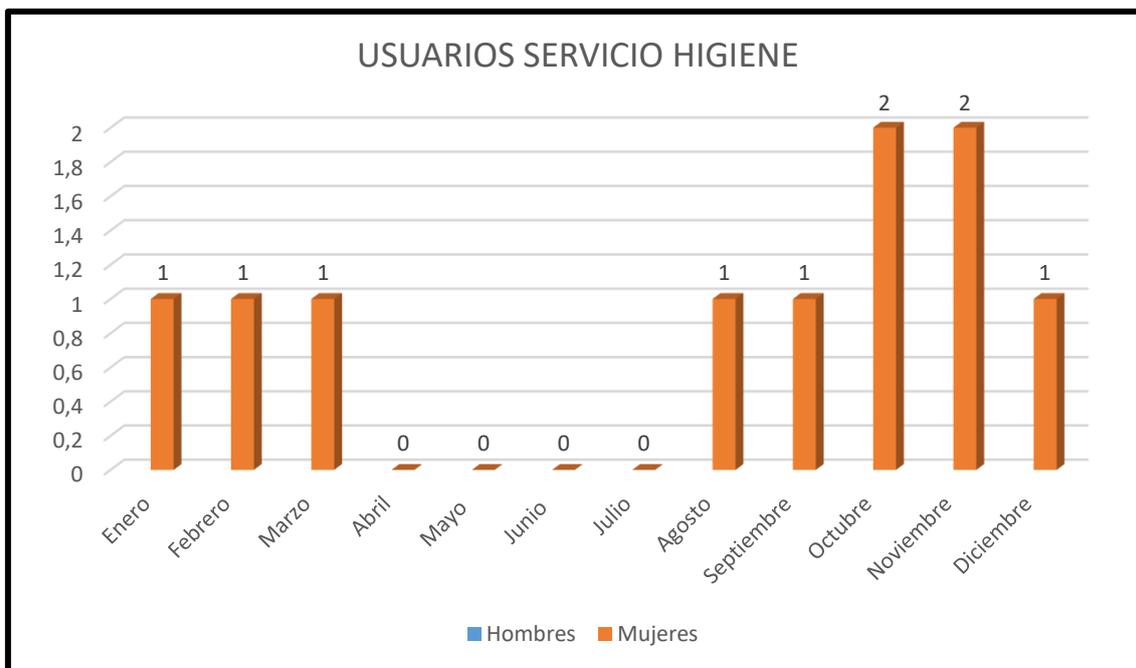
En la actualidad dicho servicio posee una media de 6 usuarios mensuales, habiendo hecho uso de éste un total de 10 usuarios.



SERVICIO DE HIGIENE INTEGRAL DEL USUARIO

Se oferta a los usuarios el servicio integral de higiene, formando parte de la cartera de prestaciones de servicios del Centro. El servicio consiste en la realización de duchas asistidas o de suplencia de cuidados por parte del equipo de cuidados del centro.

Dicho servicio posee una media de utilización de 2 usuarios al mes, demandando nuestro servicio de lunes a viernes o de manera puntual días seleccionados.



RESULTADOS OBTENIDOS

Los familiares consultan sobre posibles factores de riesgo medioambiental y están más informados sobre esto, lo que les capacita para una toma de decisiones más autónoma.

Ha aumentado la red de colaboración en materia de salud con una facilitación para acceder a recursos asistenciales y aumentar así la eficacia en la resolución de cada problema de salud.

Se han establecido revisiones de los tratamientos en conjunto con los MAP, para controlar los diversos episodios derivados de patologías crónicas (tanto cardiovasculares, endocrinas como procesos mentales).

CONCLUSIONES

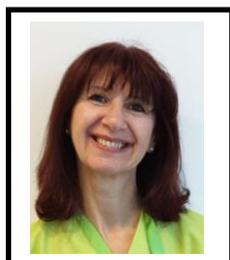
La figura de la/el enfermera/o establece y fortalece la red asistencial para hacer posible aún más, que el cuidador adquiera unas capacidades y competencias que necesita para llevar a cabo un satisfactorio plan de cuidados en materia de salud y prevenir situaciones y/o complicaciones. El trabajo multidisciplinar hace que el cuidado sea común a todos, que avance y que haya participación e implicación plena de todos los profesionales.

Además es un recurso asistencial y gestor para el funcionamiento del centro.



PERSONAL SANITARIO CENTRO ADOLFO SUÁREZ

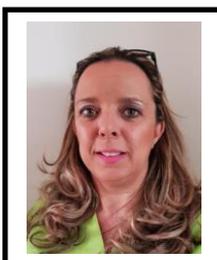
En el **Centro Adolfo Suárez** tenemos el privilegio de contar con un equipo de profesionales sanitarios que lo dan todo día a día por el bienestar y el cuidado de nuestros usuarios. Su dedicación y esfuerzo es vocacional por lo que su tacto, cercanía y cariño son clave para que los usuarios del Centro se sientan como en casa. Todos ellos están coordinados por el Departamento de Enfermería del Centro.



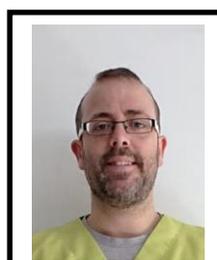
Ana Mª Sorba
(Aux. Enfermería)



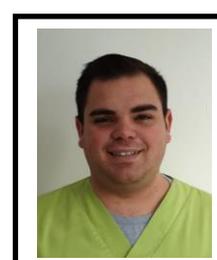
Dolores Valencia
Malavez
(Aux. Enfermería)



Isabel González
Perujo
(Aux. Enfermería)



Francisco Millán
Alcántara
(Aux. Enfermería)



Alejandro
Cabeza Fdez.
(Aux. Enfermería)



Blasi Moreno
Aguirre
(Aux. Enfermería)



Martín Heredia
Mulero
(Aux. Enfermería)



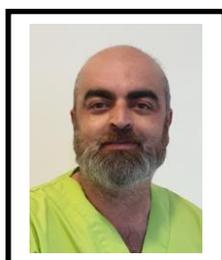
Patricia Jiménez
Vázquez
(Aux. Enfermería)



Karen M. Pérez
Guzmán
(Aux. Enfermería)



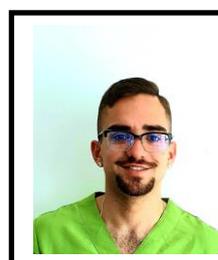
Rosa Mª
Expósito Mesa
(Aux. Enfermería)



Juan Francisco
Vílchez Torres
(Aux.)



Estela
Moreno Pérez
(Aux. Enfermería)



Mateo Musso
Ruiz
(Aux. Enfermería)



Sonia Trujillo
Sánchez
(Aux. Enfermería)



DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

Introducción:

El Departamento de Trabajo Social pretende dar respuesta a la necesidad y al derecho que tienen los familiares y /o cuidadores/as de estar informados/as y supone el primer nivel de atención al Centro. Proporciona la información y el asesoramiento técnico necesarios en orden a posibilitar su acceso tanto a los servicios del Centro como a los recursos existentes en su comunidad, orientando y analizando las demandas sociales planteadas.

Desde el Departamento de Trabajo Social se llevan a cabo diferentes actuaciones y programas, podemos enumerar los siguientes:

- Programa de Apoyo, Asesoramiento e Intervención Familiar.
- Programa de Voluntariado.
- Tramitación y Justificación de Subvenciones.
- Coordinación con Trabajadores Sociales de Centros de Salud, Recursos Comunitarios y Servicios Sociales para mejorar y promocionar el trabajo conjunto.

PROGRAMA DE APOYO, ASESORAMIENTO E INTERVENCIÓN FAMILIAR S.I.V.O. (SERVICIO DE INFORMACIÓN, VALORACIÓN Y ORIENTACIÓN).

Las demencias implican una carga sanitaria, social, psicológica y económica significativa por lo que se considera un problema socio-sanitario que afecta tanto a quien lo padece como al conjunto de los miembros de la familia con quien convive.

"El presente es un regalo para quien sufre el Alzheimer, luchemos para que lo disfruten al máximo".

Cuando una persona padece la enfermedad, en mayor o menor medida, la familia asume la mayor parte del cuidado, y por ello, una vez conocido el diagnóstico o al detectar síntomas alarmantes, nada hay más prioritario para dicha familia y/o persona cuidadora que informarse detalladamente sobre la evolución de la enfermedad: fases, características, consejos, precauciones y recursos especializados.



Además la familia junto con el cuidador/a principal, una vez evaluada la situación económica y social de la persona enferma, debe organizarse y, planificar la atención adecuada para su familiar afectado.

El Servicio de Información, Valoración y Orientación pretende dar respuesta a cada caso y en cada momento, ofreciendo una serie de actuaciones que coinciden con la evolución de las necesidades detectadas y de la demanda de los familiares según avanza la enfermedad.

Objetivos previstos:

- Mejorar la Calidad de Vida de los familiares y/o personas cuidadoras.
- Paliar las necesidades de información y desorientación.
- Reforzar el trabajo en red con otras entidades públicas y/o privadas.

Para poder cumplir con dichos Objetivos, se llevaran a cabo las siguientes funciones y actuaciones:

- Orientar y acompañar a los familiares en todo lo relacionado con la realización de los trámites pertinentes para facilitar el acceso a los recursos y prestación socio-sanitarias existentes en el marco legal, procurando que esta tarea sea lo menos traumática posible para el familiar encargado. (Ley de Dependencia, Grado de Discapacidad, entre otras).
- Valoración de la situación socioeconómica y trabajo multidisciplinar.
- Realizar un plan de seguimiento familiar.
- Coordinación con otras entidades públicas y privadas. Derivación de casos.
- Realización de Terapias grupales para los familiares. Grupos de Ayuda Mutua.
- Realización y participación en sesiones formativas e informativas.



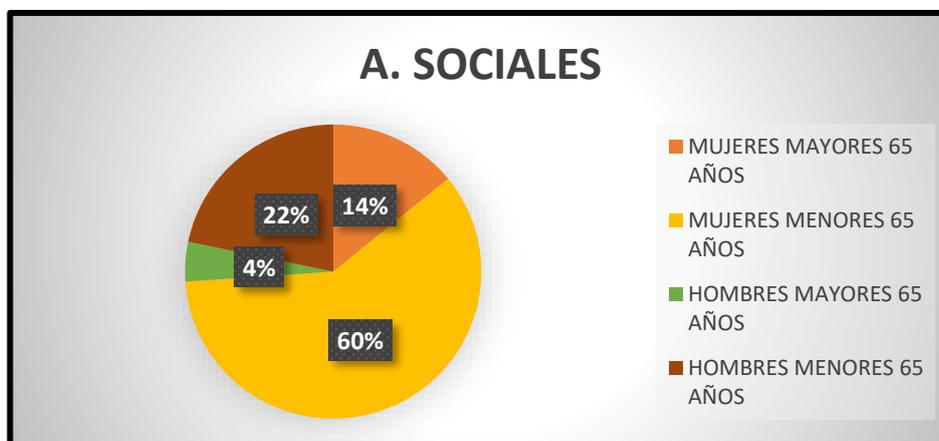
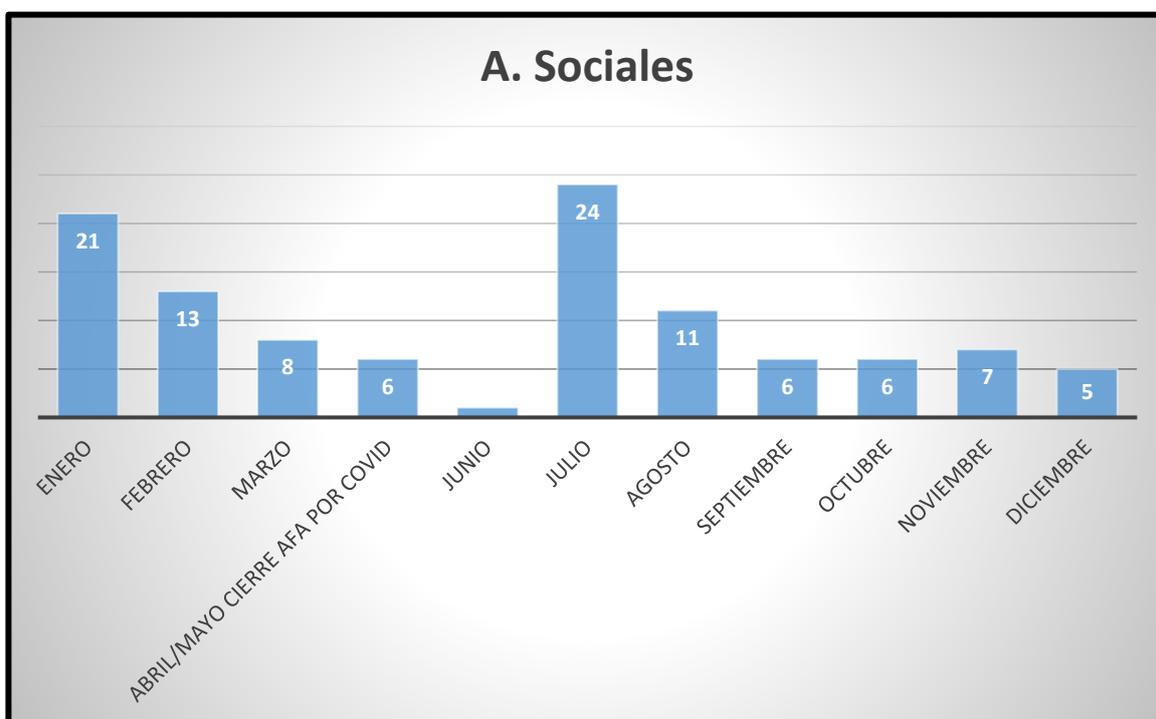
El Programa “Servicio de Información, Valoración y Orientación Social (SIVO)” se lleva a cabo durante todo el año 2020, siendo de manera primordialmente telemática desde marzo debido a las medidas adoptadas para la prevención del COVID-19. Las actividades que se realizan son las siguientes:

PRIMERAS ENTREVISTAS DE ATENCIÓN SOCIAL

Se ha atendido a 87 familias nuevas. De las cuales se ha llevado a cabo un total de 109 Atenciones Sociales familiares.

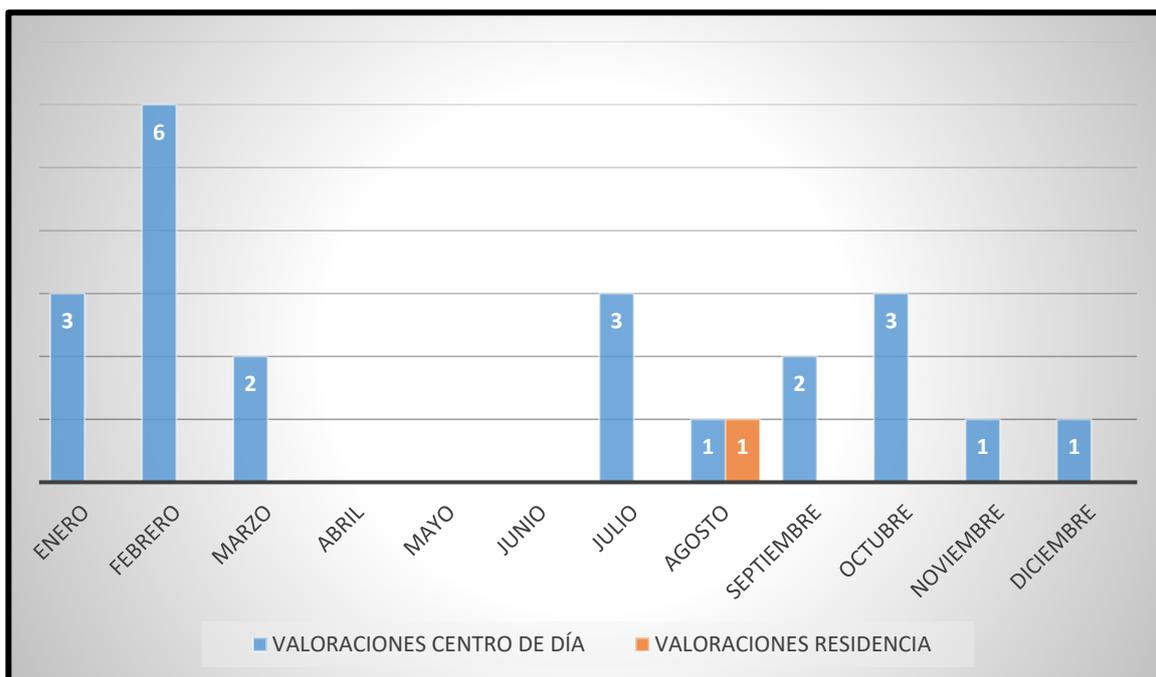
Las atenciones Sociales familiares se clasifican en:

- Información servicios/socio.
- Derivación otros recursos.
- Acompañamiento e Información enfermedad.
- Residencia.

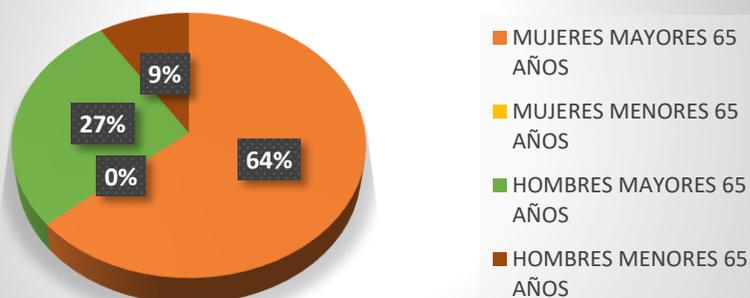


VALORACIONES INICIALES

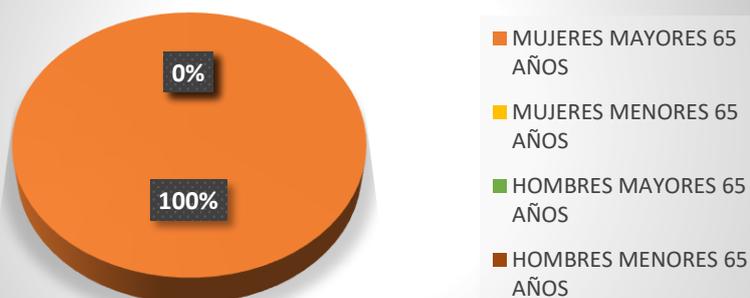
Las Valoraciones de nuevos ingresos que realiza el Departamento de Trabajo Social en el año 2020 son 23. De las cuales, 1 es Valoración Inicial para ingreso en Residencia:



VALORACIONES CENTRO DE DÍA

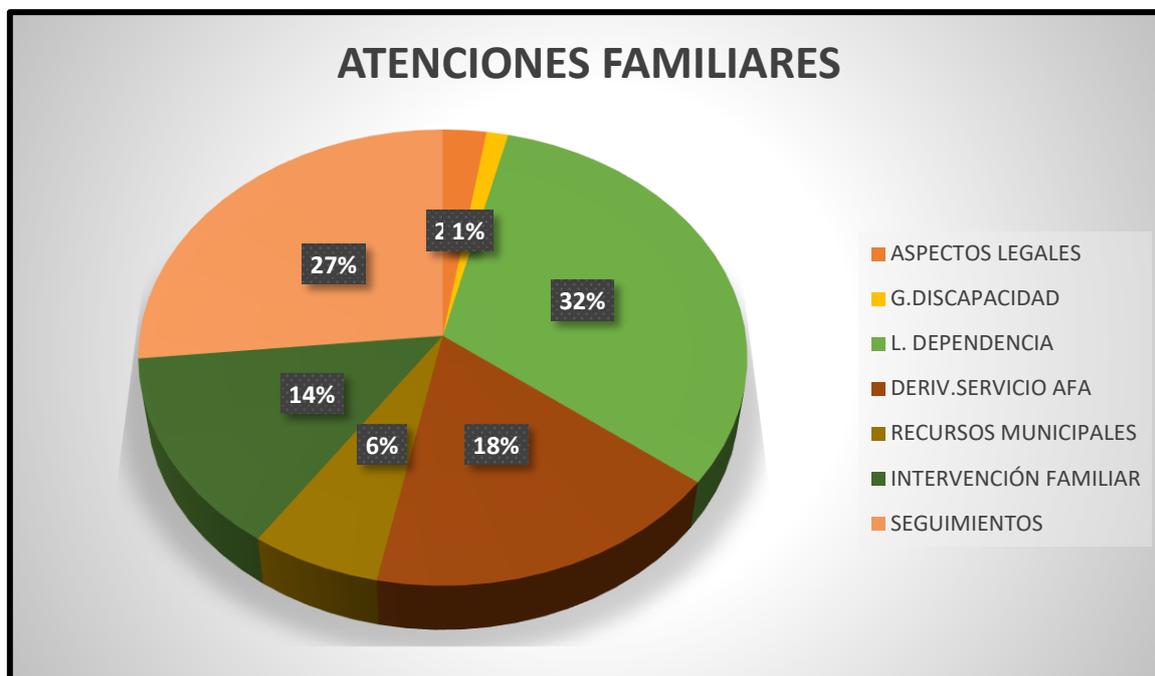


VALORACIONES RESIDENCIA



ATENCIÓNES A FAMILIARES DE LAS PERSONAS USUARIAS DEL CENTRO DE DÍA Y RESIDENCIA ADOLFO SUAREZ Y A PERSONAS SOCIAS DE LA ENTIDAD

Las Atenciones/Intervenciones Familiares que se han llevado a cabo durante el 2020 son 147 que se clasifican en:



GESTIÓN DE AYUDAS PARA SAAD

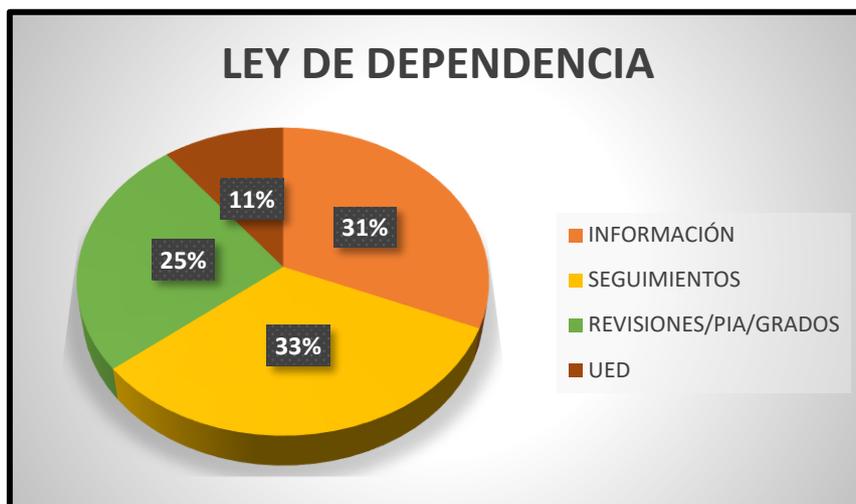
El Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD), es el conjunto de servicios y prestaciones económicas destinados a la promoción de la autonomía personal, la atención y protección a las personas en situación de dependencia, a través de servicios públicos y privados concertados y debidamente acreditados, y contribuye a la mejora de las condiciones de vida de los ciudadanos.



Desde el Departamento de Trabajo Social se facilita a los familiares y/o cuidadores/as toda la Información necesaria para Solicitar la Ley de Dependencia, así como se les acompaña en las distintas Fases del Proceso de Reconocimiento, Elaboración del PIA y Resolución del Recurso estando en Coordinación con los SS.SS del Municipio.

- **Información:** Todo lo relacionado con información en general sobre la Ley de Dependencia, entrega documentación para solicitud, preguntas frecuentes, información sobre las distintas fases del procedimiento, recursos y posibilidades de revisiones y/o reclamaciones.
- **Seguimientos:** Acompañamiento durante las distintas fases del procedimiento una vez solicitado, seguimiento activo del expediente (con el Servicio de Valoración en Málaga y SS.SS Comunitarios), traslados de expedientes.
- **Revisiones/PIA/Grados:** Facilitación de documentación para solicitudes de revisiones de grado y PIA. Emisión de Informes para PIA y certificados para PEVS y UED. Adecuación del grado según valoraciones semestrales (escala de Barthel, Lawton y Brody).
- **UED:** Reconocimientos de plazas concertadas, solicitudes de plazas concertadas, renuncias y traslados.

En el 2020 se han atendido a un total de 34 familias:



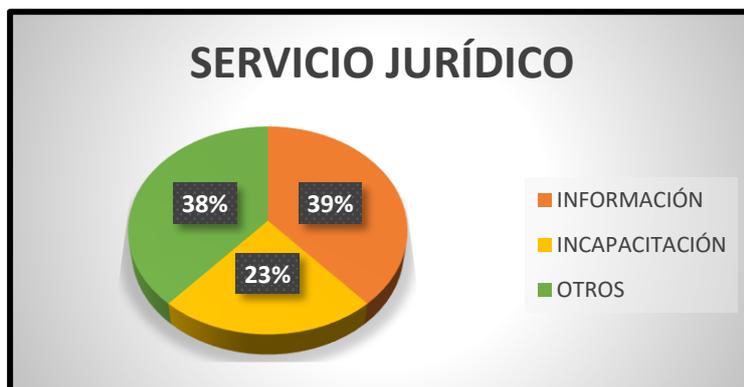
ASESORAMIENTO JURÍDICO



Gracias al **Convenio de Colaboración con el Despacho de Abogados Fernández Navarro de Fuengirola**, se proporciona a los familiares y/o cuidadores/as que pertenecen y participan con la Asociación, la cobertura necesaria sobre Aspectos Legales referente al familiar que padece la enfermedad.

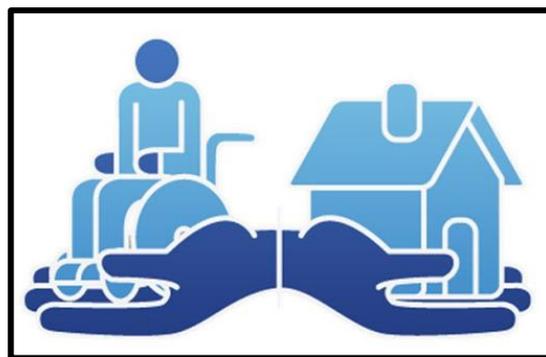
Así mismo, colaboran con nosotros para ofrecer información a través de charlas y ofrece a la Asociación asesoramiento cuando lo necesitan.

Las derivaciones que se han realizado al gabinete de abogados durante el 2021 son 10.



SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO (SAD)

La ayuda a domicilio es un servicio integral, polivalente y comunitario, orientado a las personas que presentan problemas para la realización de las Actividades de la Vida Diaria, proporcionándoles atención directa en el propio hogar mediante intervenciones específicas que favorezcan su permanencia e integración en su entorno habitual, y compensen su restricción de autonomía funcional.



Las tareas que se realizan en los domicilios son: servicios de ayuda personal (ayuda Psicomotriz, higiene personal, control de salud,...) y servicios de apoyo, acompañamiento e integración en el entorno (entre los que se incluyen actuaciones para favorecer las relaciones sociales de la persona y la realización de todo tipo gestiones y recados).

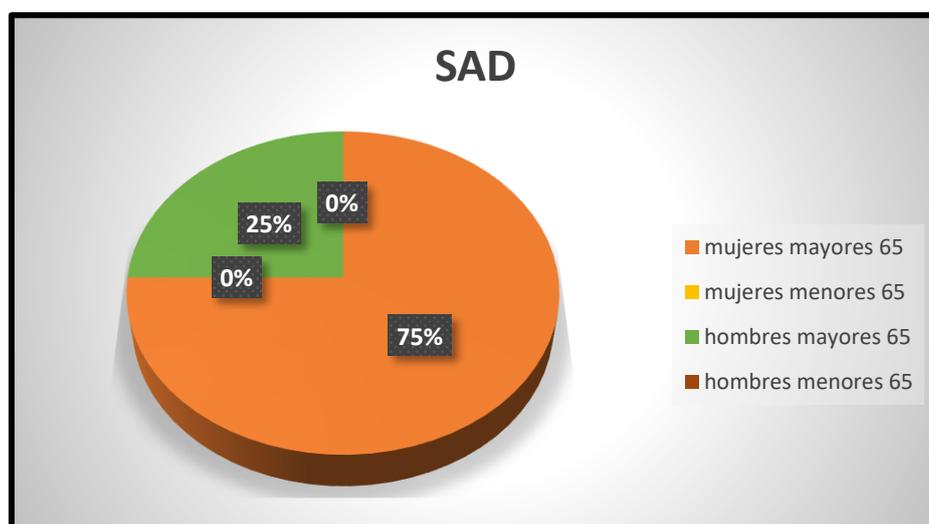
Debido a la situación derivada del Estado de Alarma por el COVID-19 y las medidas adoptadas para la prevención, el servicio de Ayuda a Domicilio perteneciente a la entidad queda suspendido desde el mes de marzo hasta finales de año. Derivando a las familias que lo demandan al Servicio de Ayuda a Domicilio gestionado por diferentes entidades.

Durante el 2020 se ha mantenido el contacto con varias entidades dedicadas al sector que actúan en ambos municipios, con las que se han establecido una red de apoyo. Las empresas son:

- Málaga Acoge.
- T-Ayuda Servicios Asistenciales.
- CUIDUM.



Durante el 2020 se han realizado 8 derivaciones familiares.



TERAPIA DE GRUPO PARA FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER

Dentro del Programa de Apoyo, Asesoramiento e Intervención Familiar se lleva a cabo sesiones de Terapia Grupal dirigidos a ofrecer la ayuda necesaria para facilitar la convivencia con la enfermedad y para conciliarla con la vida personal.

Estas sesiones fomentan el contacto e intercambio de opiniones entre cuidadores de distintas familias que comparten el mismo vínculo de la enfermedad. Son Grupos de Apoyo Mutuo que se coordina por parte del Departamento de Trabajo Social y de un técnico Licenciado en Psicología y, especializado en el tratamiento con familiares y enfermos de Alzheimer y otras demencias.



Las sesiones se desarrollan todos los Martes en horario de 16.30 hrs. A 18.30 hrs. En la sede de la Asociación.

Objetivo general:

Mejorar la calidad de vida de familiares y personas cuidadoras.

Objetivos específicos:

- Promover sentimientos de comunidad.
- Proporcionar Estilos Cognitivos Positivos y oportunidades de Auto-revelación.
- Proporcionar modelos de conducta útiles para el cuidado del enfermo en el domicilio y estrategias de afrontamiento de cara al autocuidado.
- Aumentar la red de apoyo social.

Actividades realizadas:

Sesiones grupales (de 15 a 20 participantes).

A – Módulo de Apoyo, Informativo y Emocional:

- Recepción y presentación de la AFA y/o la psicóloga.
- Sesiones de auto-revelación. (Descarga emocional).
- Explicación de las normas grupales e intercambio de teléfonos.
- Información sobre características y evolución de la Enfermedad de Alzheimer.
- Evaluación del grado de aceptación, interferencia en la vida cotidiana, etc.
- Detección de posibles trastornos psicológicos en la persona cuidadora: depresión, ansiedad, sensación de soledad....
- Potenciación de la red natural y favorecimiento de una ampliación de la misma con el resto de los miembros del grupo de cara a modelar la actuación del cuidador ante situaciones problemas. (Ejemplo: educación ambiental).

B – Módulo de Tratamiento (Apoyo Psicológico)

Se interviene según los casos con técnicas como:

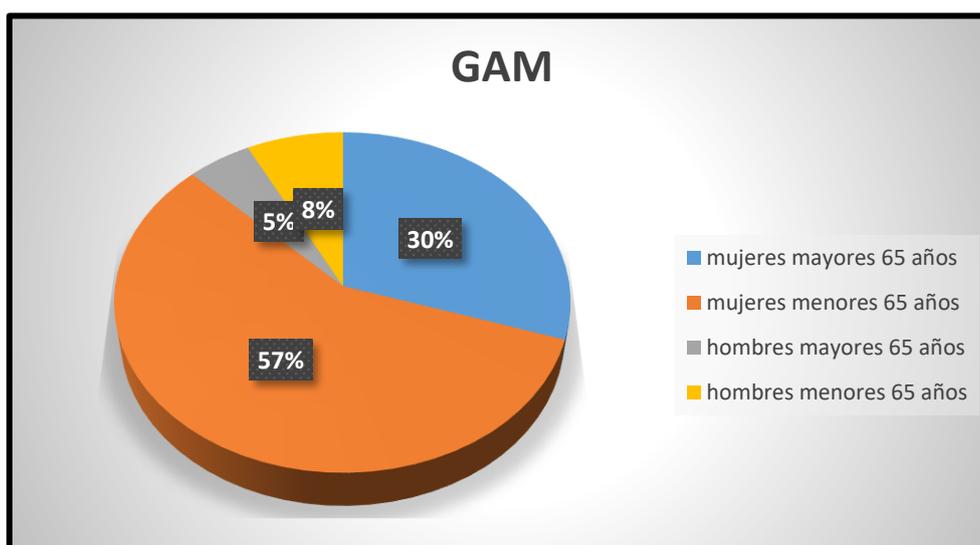
- Reestructuración cognitiva.
- Habilidades de comunicación.
- Programación de actividades. (Tareas).
- Soluciones de problemas.
- Modelado.
- Técnicas de autocontrol.

Debido a la situación de crisis sanitaria y del Estado de Alarma por el COVID 19 las sesiones del Grupo de Ayuda se suspenden en el mes de marzo hasta la fecha.

Desde entonces, el contacto se realiza de manera telemática.

Son **Beneficiarios Directos** de las Terapias Familiares durante el 2020: 40 familiares.

Son **Beneficiarios Indirectos** de las Terapias Familiares durante el 2020: 15 familiares.



Son **Beneficiarios Directos** a los familiares de enfermos de Alzheimer y otras Demencias, ya sean usuarios del Centro de Día “Adolfo Suarez” y/o Socios de la Asociación, por lo que tienen derecho a asistir y beneficiarse de este recurso, que acuden presencialmente a las Terapias y/o mantienen contacto de manera telemática.

Son **Beneficiarios Indirectos** a los familiares de enfermos de Alzheimer y otras Demencias, ya sean usuarios del Centro de Día “Adolfo Suarez” y/o Socios de la Asociación, por lo que tienen derecho a asistir y beneficiarse de este recurso, que no acuden presencialmente a las Terapias, pero que debido a su Origen Abierto, permanecen dentro del Círculo de Contactos y reciben por la tanto información y asesoramiento.

SERVICIO DE TRANSPORTE A DOMICILIO

Servicio que se presta a las personas usuarias de los Talleres de Psicoestimulación y/o Centro de Día, cuyos familiares no pueden realizar el traslado al mismo, facilitando así la permanencia en el domicilio y conciliando la vida laboral con la familiar.



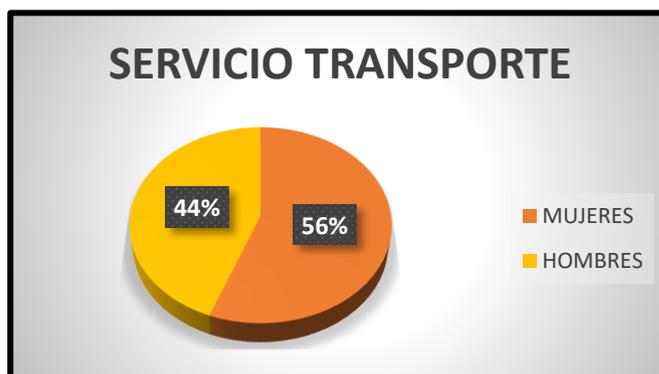
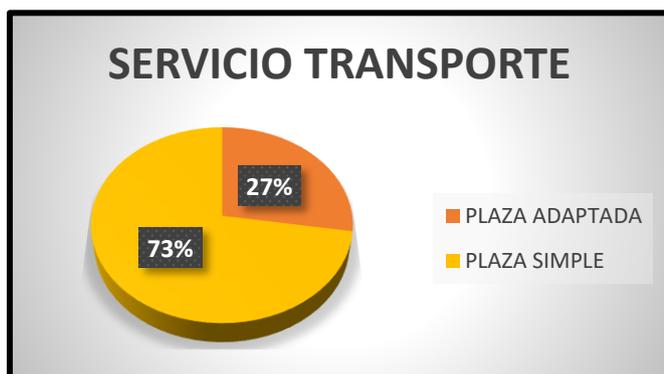
Objetivos generales:

- Eliminar las barreras de accesibilidad que impiden o dificultan el desplazamiento para realizar el tratamiento terapéutico a personas enfermas de Alzheimer.
- Evitar que afecte a la integración social de los pacientes con Alzheimer u otras demencias.
- Mejorar la calidad de vida de las personas con demencia, y sus familiares.

Objetivos específicos:

- Proporcionar accesibilidad a los pacientes con Alzheimer y discapacidad física a los diferentes servicios que ofrece la UED "Adolfo Suárez".
- Atender la necesidad de las personas con discapacidad física y Alzheimer.
- Evitar el aislamiento por no poder acudir a un centro específico de Alzheimer.
- Fomentar la relación entre los pacientes al acudir a un centro específico.

En el año 2020 se proporcionan 43 Servicios de Transporte:



PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

Debido a la situación de crisis sanitaria y al Estado de Alarma producido por el COVID-19 el Servicio de Voluntariado queda suspendido desde marzo hasta la fecha.

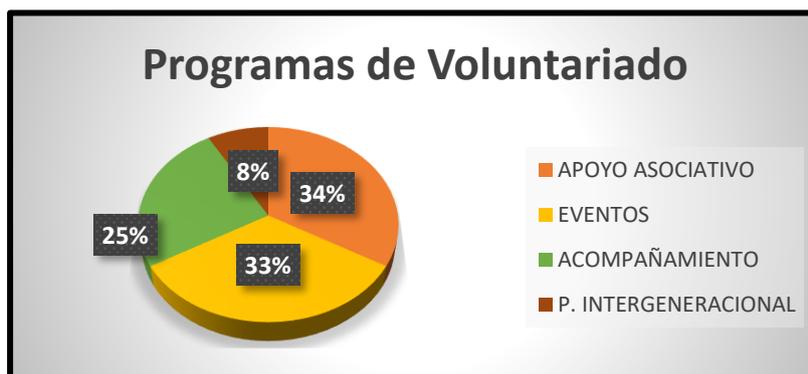


El Plan de Voluntariado de AFA Fuengirola-Mijas Costa plantea el voluntariado como una acción que se fundamenta en la libertad de la persona que presta servicios de voluntariado, y no en el deseo de obtener un beneficio material o económico, ni en presiones sociales o políticas externas. Su objetivo principal es ayudar a las personas vulnerables y a sus comunidades.

Para **AFA FUENGIROLA-MIJAS COSTA**, voluntario/a es toda persona que de una forma reflexiva, solidaria y desinteresada, desarrolla una actividad en beneficio de los enfermos y familiares de Alzheimer dentro de los estatutos y objetivos de la Asociación.

Para ello el Programa de Voluntariado abarca Proyectos de Acción Social Voluntaria para la promoción de la participación de la localidad y los municipios y favorecer el cambio social.

Los diferentes proyectos que contempla el plan de voluntariado de AFA Fuengirola-Mijas Costa en los que se han incluido a los voluntarios en 2020 han sido 4.



Nuestro programa de voluntariado está adaptado a la realidad social de la localidad de Fuengirola y Mijas Costa, y cumple una serie de características como:

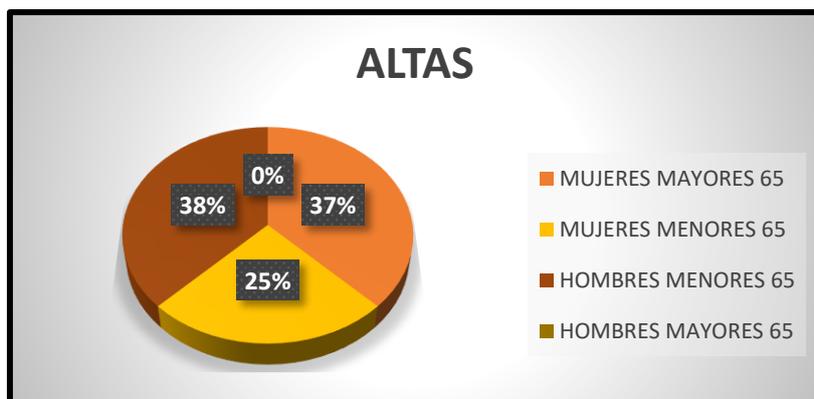
- Está dirigido a las personas voluntarias, no a profesionales o usuarios/as.
- Recoge los deberes y derechos de voluntarios/as.
- Es claro, dinámico y flexible: que permita detectar y adaptarse a las necesidades de los voluntarios/as.
- Propone objetivos coherentes y viables.
- Determina las funciones de los voluntarios/as y el protocolo de atención a los mismos.
- Está diseñado desde la coordinación y la planificación.

Objetivos que persigue el Programa de Voluntariado:

- Fomentar la participación de la localidad y los municipios cercanos en actividades voluntarias en beneficio de las personas enfermas de Alzheimer y otras demencias.
- Promocionar la labor de **AFA FUENGIROLA-MIJAS COSTA**.
- Practicar un voluntariado de manera eficaz.
- Implicar a las personas voluntarias en la realización y planificación del Programa y sus actividades.
- Realizar un protocolo de atención al voluntariado planificado y estructurado.
- Garantizar el desarrollo de la actividad voluntaria bajo condiciones óptimas.
- Favorecer el cambio social hacia la mejora de las condiciones de vida de las personas enfermas de Alzheimer y otras demencias.

Intervenciones realizadas:

Las personas voluntarias que se han dado de alta en el 2020 son 8:



Los voluntarios que hubo en activo en la Asociación en 2020 fueron 20.

Dentro del Proyecto de Apoyo Asociativo y Acompañamiento existe un Convenio de Colaboración con CIS Evaristo Martín Nieto; Servicio de Penas y Medidas Alternativas del Ministerio del Interior. Se realiza un seguimiento y evaluación final.

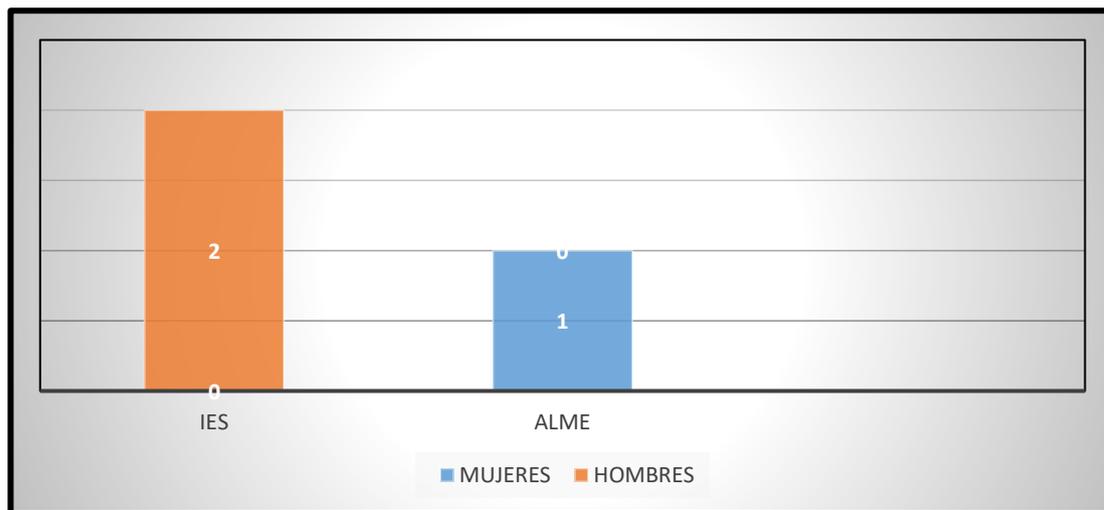
Teniendo en cuenta la suspensión del Programa, la colaboración durante los meses de enero y febrero de 2020 fue:



Dentro del Proyecto de Voluntariado Intergeneracional tenemos convenios con el I.E.S Sierra de Mijas, continuidad del acuerdo para curso escolar 2019/2020, para la Atención del Alumnado Afectado por Medidas Disciplinarias de Suspensión del Derecho de Asistencia al Centro y en el Tercer Sector tenemos un convenio con la Entidad “Alternativas al Menor”.

Dicho proyecto tiene como objetivo el acompañamiento desde la solidaridad, desde el crecimiento en autoestima para sentirse útiles y ser así agentes transformadores.

Teniendo en cuenta la suspensión del Programa la Colaboración con el IES y ALME durante los meses de enero y febrero de 2020 ha sido:



TRAMITACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE SUBVENCIONES

Para acompañar la solvencia de los diferentes Programas y Proyectos de los diferentes Departamentos se busca financiación a través de la Convocatoria a diferentes entidades públicas y privadas.



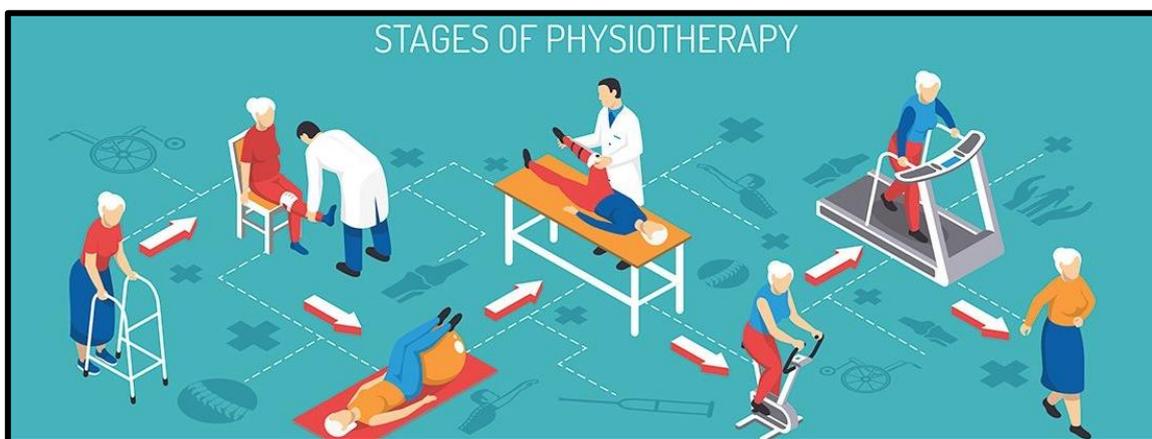
Los objetivos principales de búsqueda de financiación pública son:

- Mantener la Calidad de nuestros servicios e instalaciones.
- Cubrir parte de los Gastos originados de la Actividad Asociativa.
- Cubrir parte de los Gastos de la Actividad del Centro de Día y de la Residencia para Personas Mayores enfermas de Alzheimer “Adolfo Suarez”.
- Dotar al Centro de equipamiento para la mejora de su funcionamiento.
- Creación de nuevos Servicios.

Las subvenciones solicitadas y tramitadas han sido 12:**Las fuentes de financiación durante el 2020 han sido PÚBLICAS.**

- **Ayuntamiento de Fuengirola** para el proyecto “Servicio de Mantenimiento del Centro de Día “Adolfo Suárez” por la contratación de una empresa externa y para el proyecto “Ayuda para el Funcionamiento y Mantenimiento del Centro de Día tras la situación del COVID-19”.
- **Ayuntamiento de Mijas** para los “Gastos del Funcionamiento del Centro de Día “Adolfo Suárez” y para el proyecto “Unidad de Respiración Familiar” correspondiente al segundo semestre del 2019.
- **Consejería de Salud**. A través de CONFEEFA para el Proyecto “Programa de Estimulación Cognitiva a través de las Nuevas Tecnologías”
- **Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación**. Subvención IRPF A través de CONFEEFA para el proyecto “PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD DE ALZHEIMER EN FASE AVANZADA”.
- **Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación**. Línea 14, Mantenimiento y Programa; “TALLERES DE PSICOESTIMULACIÓN. UN VIAJE HACIA LOS RECUERDOS”
- **Diputación de Málaga**. “MATERIAL HIGIÉNICO SANITARIO”.
- **IGS Proyectos de Interés General y Social generadores de empleo, para la contratación de personal temporal** (de noviembre de 2019 a junio 2020).

DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA



1 – Departamento de Fisioterapia de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa: Particularidades.

El pasado año 2020 ha estado marcado por el inicio de la alerta sanitaria y la pandemia mundial debida al virus SARS-COV-2 (también conocido como COVID-19). El 14 de marzo se proclamó por parte del Gobierno de España el estado de alarma que afectó en gran medida a la población geriátrica, y por tanto al cierre de los Centros de Día durante 3 meses, con su reapertura el 22 de junio.

Durante todo ese tiempo, nuestros usuarios estuvieron confinados en su domicilio con la consecuente disminución de la movilidad y el gran riesgo de empeoramiento físico y cognitivo. Por este motivo se envió una circular **desde el Departamento de Fisioterapia a todos los familiares de usuarios de centro de día en la que se detallaron recomendaciones de ejercicios en domicilio para contrarrestar las consecuencias de la inmovilización tanto en los usuarios como en sus familiares.**

La ausencia y/o disminución de movimiento puede provocar: rigidez articular, pérdida de fuerza muscular, problemas respiratorios y circulatorios, estreñimiento, úlceras en la piel, depresión, desorientación, etc.

Algunos consejos útiles para la prevención de todo lo anterior son:

- No prolongar más de lo necesario el estar sentado. Caminar dentro del domicilio durante al menos 5 minutos cada hora.
- Si el espacio es muy reducido, también se puede realizar una “marcha simulada”, caminando en el sitio sin avanzar levantando las rodillas de forma alterna.
- Realizar ejercicios de movimiento activos con las 4 extremidades.
- Si disponemos de *pedalier* (aparato empleado para pedalear mientras permaneces sentado en una silla), hacer uso de él tanto para realizar movimiento con extremidades inferiores, como con extremidades superiores (en este caso se colocará el pedaleador sobre una mesa firme, y la persona se sentará en un asiento acorde a la altura de la mesa).
- También se puede hacer uso de balones si los tuviesen en casa (para realizar movimientos con las extremidades superiores como pueden ser lanzar y botar).

Además se adjuntó una serie de ejercicios de miembros superiores, miembros inferiores y tronco ilustrados para facilitar su realización. Algunos ejemplos de ellos son:

- De pie o sentados, realizamos círculos con los hombros hacia delante (10 repeticiones) y hacia atrás (10 repeticiones).

A continuación, elevo ambos hombros a la vez, hacia las orejas, 10 repeticiones.

Por último, alterno hombros, elevando uno y después el otro. 10 elevaciones con cada hombro.



- Sentado, con las manos entrelazadas y los codos semiflexionados, elevamos los brazos hacia el techo. 10 repeticiones – descanso - 10 repeticiones- descanso. Acompaño el ejercicio con la respiración si es posible: inspiro al elevar brazos, espiro al descender.



- De pie, elevamos ambos brazos lateralmente separándolos del tronco. Realizamos 10 repeticiones – descanso- 10 repeticiones. Acompaño el ejercicio con la respiración si es posible: inspiro al abrir los brazos, espiro al cerrar.



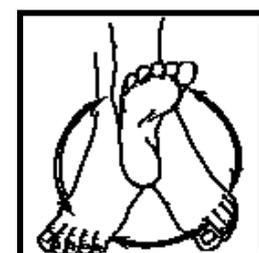
- Sentado, en una silla sin reposabrazos, abrir ambos brazos hacia atrás tanto como sea posible. 10 repeticiones. Modo de realización: cojo aire al abrir los brazos, y suelto aire al volver.



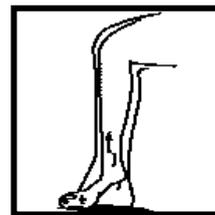
- De pie, llevamos ambas manos a la nuca, con los codos abiertos, y a continuación llevamos las manos detrás de la espalda. 10 repeticiones.



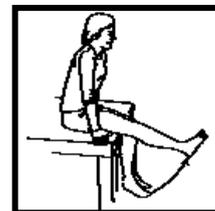
- Sentado en una silla, realizamos círculos con los pies, hacia la derecha y hacia la izquierda, primero con un pie y luego con el otro. 20 repeticiones en cada sentido con cada pie.



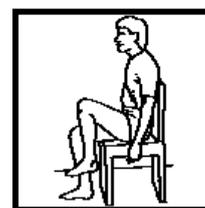
- Sentado en una silla, calentamos tobillo realizando apoyos de punta-talón contra el suelo. Alternando un pie y otro. 20 repeticiones con cada pie.



- Sentado, elevamos una pierna en extensión completa hacia el techo, mientras la pierna contraria permanece en el suelo. 10 repeticiones con una pierna- descanso- 10 repeticiones con la otra pierna a ritmo suave.



- Sentado en una silla, elevamos una pierna con la rodilla doblada hacia el techo, mientras que la otra pierna permanece apoyada en el suelo. 10 repeticiones con una pierna – descanso- 10 repeticiones con la otra pierna a ritmo suave.



- Realizamos el gesto de levantarnos y sentarnos en una silla con respaldo, apoyándonos siempre con ambas manos en los reposabrazos. Realizamos 5 repeticiones-descanso-5 repeticiones.



OBJETIVOS DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA

Objetivos generales:

- Mantenimiento y/o mejora de la calidad de vida de los usuarios y la de sus familiares intentado frenar en la medida de lo posible el deterioro de la enfermedad.

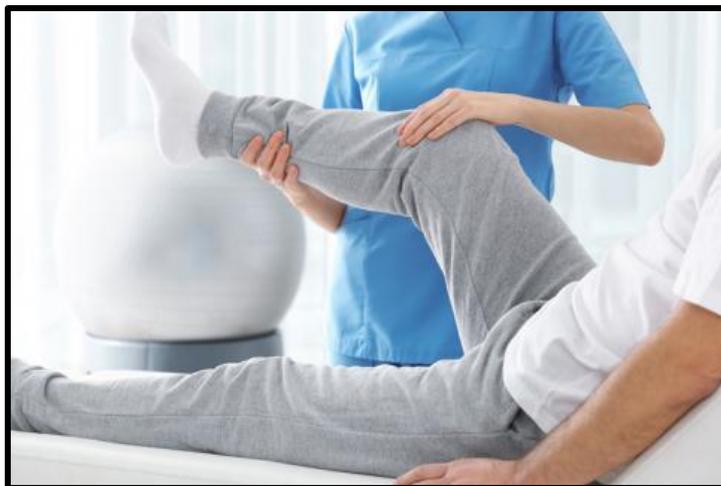
Objetivos específicos:

- Proporcionar asistencia fisioterápica individualizada a los usuarios del centro.
- Proporcionar asistencia fisioterápica individualizada a los familiares.
- Tratamiento de afecciones agudas y/o crónicas del usuario, evitando el dolor y previniendo la pérdida de fuerza, del tono muscular así como la degeneración y deformación articular.
- Reeducación de la higiene postural.
- Adaptación al ejercicio físico en usuarios que empiezan a presentar desacondicionamiento.
- Reeducación del movimiento y de los patrones motores alterados como la marcha y el equilibrio en afecciones neurológicas.
- Mantenimiento y/o mejora de la capacidad para la marcha y los desplazamientos.
- Mantenimiento y/o mejora de la coordinación global, psicomotriz y perceptivo-motriz.
- Mantenimiento y/o mejora de la orientación temporo-espacial.
- Restaurar habilidades psicomotrices y físicas en desuso partiendo de las que están conservadas.

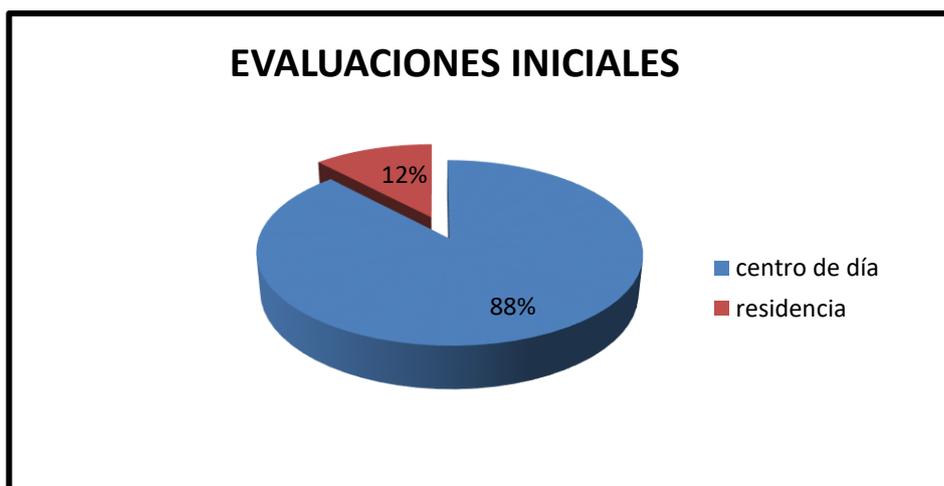
ACTIVIDADES DESARROLLADAS

Evaluaciones iniciales.

Empleadas para adoptar el tratamiento y pautas adecuadas a cada usuario según el estadio de la enfermedad en el que se encuentre. Para conseguirlo se exploran sus capacidades físicas y funcionales, así como de sus posibles alteraciones, deformidades, dolor, marcha, equilibrio y coordinación, y capacidades psicomotrices. Más concretamente se evalúan: las transferencias, la estática, dolor, alineación corporal, amplitudes y recorridos articulares, balance muscular, equilibrio y marcha (mediante el Test de Tinetti).



A lo largo del 2020 se han llevado a cabo 25 evaluaciones iniciales, de las cuales, 22 corresponden a centro de día y 3 corresponden a residencia.



Dentro de las evaluaciones de usuarios de centro de día, 14 fueron realizadas a mujeres y 8 a hombres.



Dentro de las evaluaciones de usuarios de residencia, 2 fueron realizadas a mujeres y 1 a un hombre.



EVALUACIONES DE SEGUIMIENTO

La evaluación de seguimiento tiene como objetivo principal mantener un control sobre el estado físico y evolución de la enfermedad o enfermedades, y modificar si fuesen necesarias las pautas de tratamiento fisioterápico. Se realizan en un plazo medio de 6 meses, pero si se produce algún cambio o anomalía en este intervalo se realizan las evaluaciones pertinentes.

El número de evaluaciones de seguimiento realizadas en el 2020 fueron de 71, de las cuales 54 corresponden a centro de día y 17 corresponden a residencia.



REGISTRO DE CAIDAS

Con el avance en los estadios de la enfermedad de Alzheimer y en otras demencias, las caídas son muy frecuentes debido a la marcha errante, alteraciones de los reflejos posturales, problemas de equilibrio y coordinación, alteraciones cognitivas, alteraciones visuales, mareos, rigidez muscular; otras causas pueden ser sistémicas, ambientales (como el mobiliario) y farmacológicas. Las principales consecuencias van desde leves, hematomas y contusiones, hasta fracturas.



Desde el departamento de Fisioterapia se lleva a cabo el registro y el seguimiento de las caídas ocurridas en el centro con el objetivo de facilitar el análisis para tomar medidas de prevención. Los objetivos en la prevención y tratamiento de caídas son:

- Identificar, al realizar el ingreso a través de una exhaustiva evaluación y mediante el empleo de escalas estandarizadas (escala de Downton, escala de Tinetti) si el usuario presenta riesgo de caída, que deberá incluirse en su historia.
- Detectar aquellos usuarios que durante un tiempo de estancia en el centro puedan devenir en riesgo de sufrir caídas.
- Aplicar medidas preventivas en el centro, identificando factores intrínsecos (del propio paciente y de la enfermedad) y extrínsecos (relacionados con el entorno en el que se encuentra) que favorezcan el riesgo de caídas.
- Favorecer la transferencia de información entre los profesionales sobre usuarios del centro y residentes en riesgo de caída, a través de registros de incidencias y causas.
- Atender al usuario que haya sufrido una caída de la forma más adecuada posible.



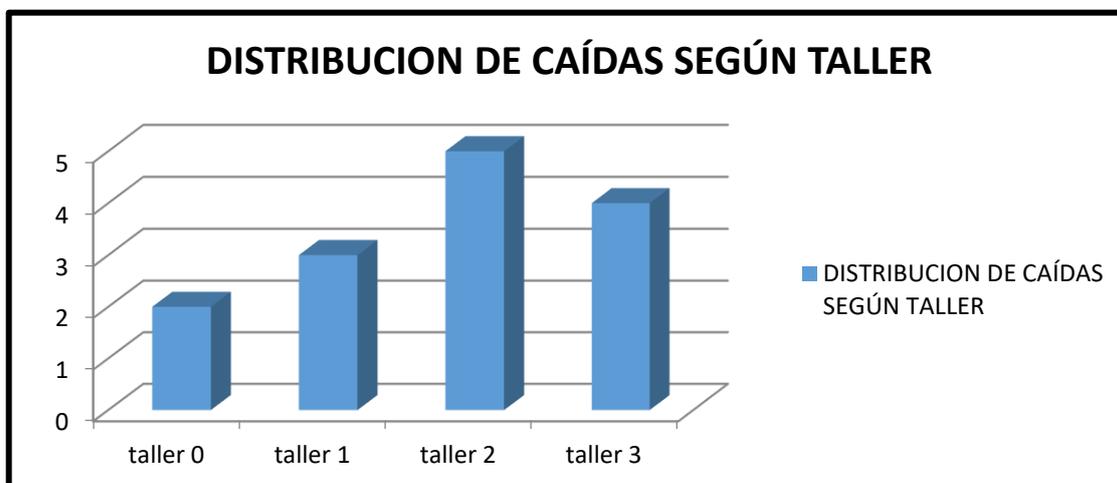
Tras una caída, o después de tener conocimiento de ella, se procede del siguiente modo:

- **Evaluación física** del usuario. En busca de heridas, hematomas, lesiones, etc. Adoptando las medidas oportunas en caso de necesidad de avisar al servicio de emergencia sanitaria.
- **Aviso al familiar** para que tenga conocimiento de la caída, en el caso de que la caída haya tenido lugar en el centro.
- **Cumplimentación de la hoja de registro.** Se anotan una serie de datos que son los siguientes: fecha y hora, lugar, si estaba sólo o en compañía, qué estaba intentando hacer el usuario, qué pudo llevarle a perder el equilibrio, qué ocurrió inmediatamente después de la caída, si se pudo evitar la caída, medicación que toma y la dosis, y observaciones.
- **Comunicación con el resto de profesionales y trabajadores** del centro para tomar las medidas de prevención de posibles caídas u otras, en el caso de que fuesen necesarias.

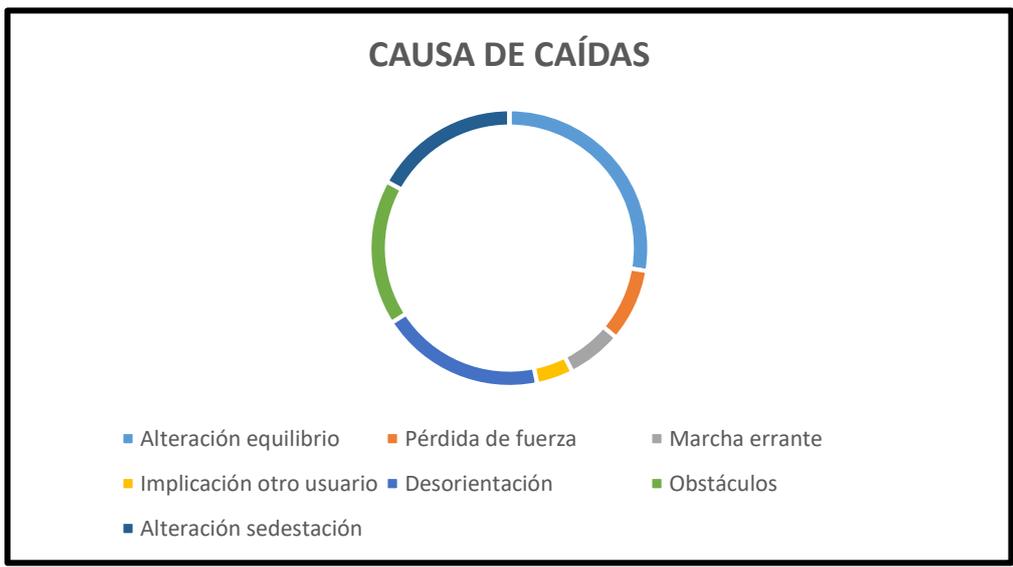
Durante el año 2020 el número total de caídas fue de 32, de las cuales 14 corresponden a usuarios de centro de día, y 18 corresponden a usuarios de residencia.



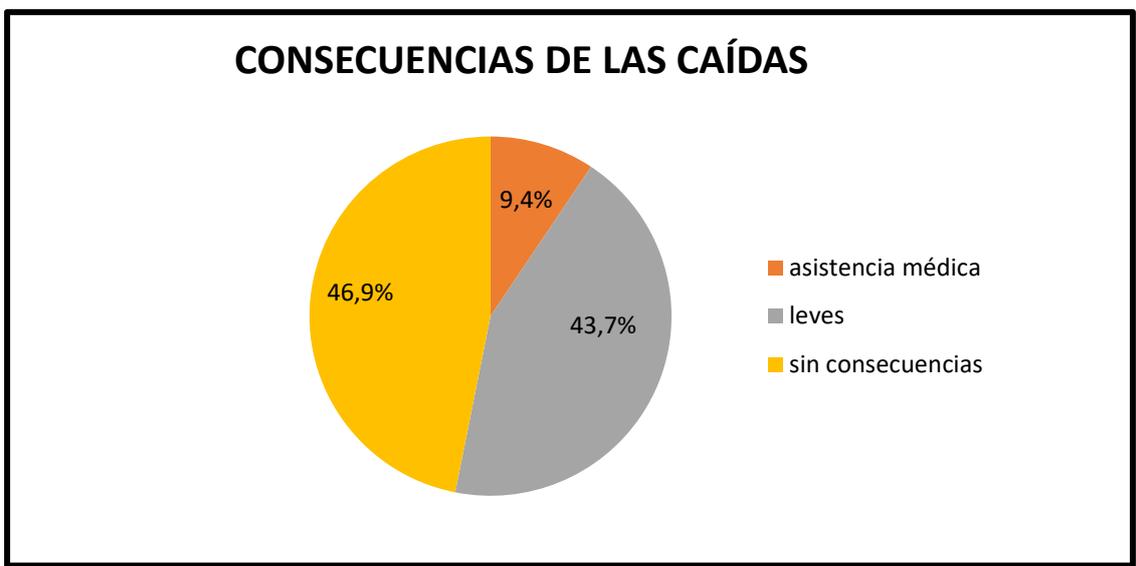
El número de caídas distribuidas por talleres fue de: 2 correspondientes a usuarios del taller 0; 3 a usuarios del taller 1; 5 a usuarios del taller 2; y 4 a usuarios del taller 3.



Las principales causas de caídas ocurridas en el centro fueron: alteraciones del equilibrio, desorientación, alteraciones de la sedestación, la presencia de obstáculos, pérdida de fuerza en MMII, marcha errante y la implicación de otro usuario.



Las principales consecuencias de las caídas fueron: 15 no tuvieron consecuencias, 14 presentaron contusiones y/o hematomas, y 3 precisaron asistencia médica.



GINNASIA GRUPAL (GERONTOGIMNASIA)

La gerontogimnasia se lleva a cabo diariamente en las instalaciones del gimnasio de Fisioterapia. Se realiza una tabla de ejercicios sencillos de manera activa para movilizar globalmente cabeza, cuello, tronco, miembros superiores (MMSS) y miembros inferiores (MMII), con diferentes niveles de dificultad según cada estadio de la enfermedad por los que se dividen nuestros talleres: Taller 0 (Fase leve), Taller 1 (Fase leve-moderada), Taller 2 (Fase moderada), Taller 3 (Fase avanzada), y residentes. Cada taller realiza una gimnasia grupal adaptada a las características del grupo y en un momento determinado de la mañana.



Objetivos de la Gerontogimnasia:

- Movilización activa de la mayoría de las articulaciones.
- Mejorar el equilibrio y la coordinación.
- Trabajar los ritmos y la imagen corporal.
- Aumentar la confianza y favorecer la socialización.

Objetivos de la Psicomotricidad:

- Trabajar el esquema temporal, espacial y corporal.
- Actuar sobre el equilibrio, la coordinación, la flexibilidad.
- Ejercitar la mente a través del trabajo físico (atención, memoria, concentración, etc.).

Durante el año 2020, debido a la alerta sanitaria por Covid-19, se realizó un cambio en relación a la gimnasia grupal y por talleres con el objetivo de optimizar en mayor medida la atención fisioterápica a los usuarios y residentes. Este cambio consistió en separar a los usuarios de centro de día de los residentes en la realización de las actividades de gerontogimnasia, tanto en tiempo como en espacio para disminuir la probabilidad de infección de éstos últimos (quienes permanecieron durante todo el año aislados en el centro, sin salir al exterior del recinto).

Metodología:

Taller 0 y taller 1. La duración es de 40 minutos, con alguna oscilación dependiendo del Taller. Inicialmente los usuarios de forma libre, en los primeros 10 minutos, realizan actividades empleando equipamiento de mecanoterapia. Posteriormente se inicia la gerontogimnasia, llevando a cabo movimientos de las principales articulaciones, siguiendo un orden descendente, desde cabeza y cuello, pasando por hombros y manos y tronco, y terminando en piernas y pies. La gran parte de los movimientos son realizados por los usuarios desde la posición de sentado, exceptuando algunos de ellos que se realizan de pie. Las actividades de psicomotricidad están englobadas en esta gimnasia grupal y se realiza al final de la sesión, los últimos 10-15 minutos. Durante la actividad se refuerza de forma positiva su realización, siendo importante además que los usuarios repitan en voz alta el número de veces que se lleva a cabo el movimiento, para trabajar de este modo los ritmos. Las “órdenes” se verbalizan de forma sencilla para facilitar la comprensión. La sesión de gimnasia concluye con varios ejercicios de estiramiento y respiración.



Taller 2. Con una duración de 40 minutos. La dinámica de la sesión es similar a la realizada con el taller 0 y 1, pero adaptando los ejercicios al nivel del grupo para facilitar la comprensión debido a que presentan un deterioro cognitivo moderado.

Taller 3. Debido a las necesidades más específicas que presentan por su deterioro grave, la gran mayoría de los usuarios de este taller reciben tratamiento fisioterápico individualizado. Aun así, se llegan a realizar actividades en pequeño grupo (3-4 personas) en el gimnasio, con una duración de 30 minutos, con trabajo fundamentalmente de mantenimiento articular, mantenimiento de la capacidad funcional para la marcha y prevención de la debilidad muscular y úlceras por presión.



Residentes. La dinámica de la sesión es similar a la realizada con el taller 3.

La temporalización diaria de la gimnasia grupal durante el año 2020 fue la siguiente:

HORARIO	USUARIOS	DESCRIPCIÓN
09:00 A 10:30	RESIDENTES	Tanto de forma individual como grupal
10:30 A 11:15	TALLER 3	Principalmente de forma grupal
11:30 A 12:10	TALLERES 0 Y 1	De forma grupal
12:10 A 13:15	TALLER 2	De forma grupal

TRATAMIENTO FISIOTERAPEUTICOS INDIVIDUALES

Dirigidos a usuarios del centro y residentes.

De forma individual se aplican tratamientos de Fisioterapia puntual o consecutivamente según las necesidades individuales y circunstancias de cada usuario. Un tratamiento rehabilitador es aquel que se proporciona tras un traumatismo, lesión, fractura, prótesis, ACV, contractura, alteración motora o como medida preventiva ante un posible deterioro físico. La duración del tratamiento oscilará entre los 30 y los 60 minutos dependiendo del caso.



Entre las técnicas empleadas para la realización de los tratamientos se encuentran:

- Masoterapia
- Termoterapia-crioterapia
- Cinesiterapia
- Mecanoterapia
- RPG
- Reeduación de la marcha y las transferencias técnicas de fisioterapia Neurológica.

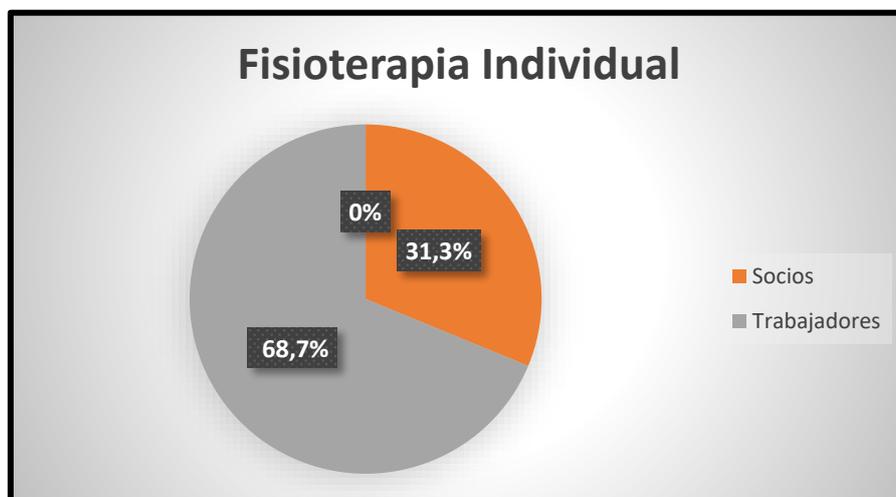
A lo largo del año 2020 el número de usuarios que han requerido asistencias individuales han sido: 50, de los cuales 15 corresponde a residentes y 35 a usuarios de centro de día.

Las principales patologías tratadas desde el departamento de Fisioterapia, ya sean patologías específicas o asociadas a la enfermedad, son: fisuras-fracturas, traumatismos/procesos inflamatorios agudos (musculares, artrósicos/artríticos...), traumatismos post-caídas, deterioros motores asociados a la propia enfermedad, ACV y otras patologías neurodegenerativas.

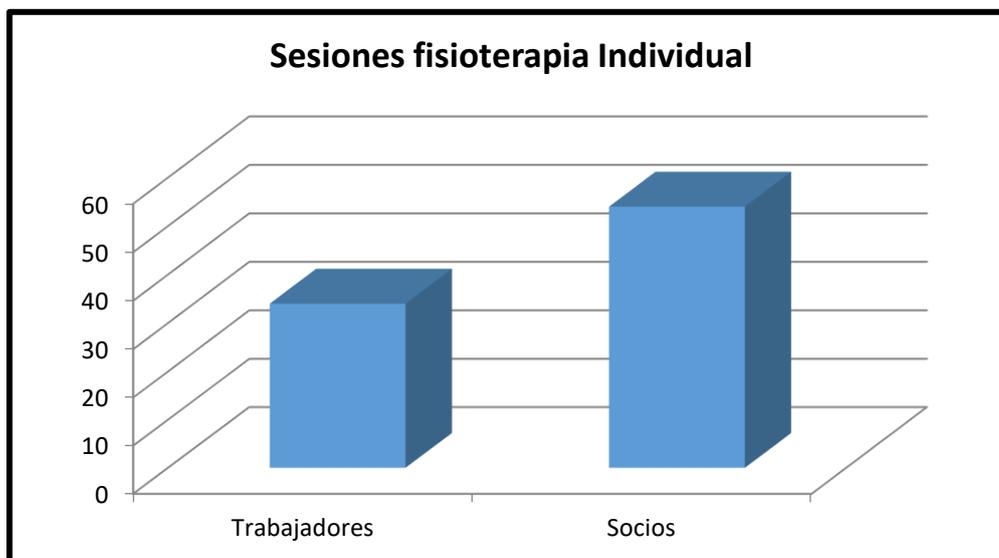
Dirigidos a no usuarios del Centro.

El departamento de Fisioterapia presta asistencia y tratamiento a usuarios del centro, socios, trabajadores y personas ajenas al centro (no socios). Entre los socios podemos distinguir tanto familiares de usuarios, como personas que se inscriben como socias sin acudir a talleres y/o presenten otro tipo de enfermedad o afectación (neurológica, traumatológica o sistémica). La aportación económica es diferente en cada caso en relación a los beneficios económicos de ser socio, trabajador del centro o no socio.

Durante el año 2020 se proporcionó asistencia fisioterápica a un total de 16 personas no correspondiente a usuarios del Centro de Día ni residentes, de los cuales 5 eran socios, y 11 eran trabajadores del centro.



El total de número de sesiones realizadas fue de 88, de las cuales 54 corresponden a socios (61,4%) y 34 a trabajadores (38,6%).



ACTIVIDAD ASISTIDA CON PERROS

La alerta sanitaria por COVID-19 también afectó a la realización y continuidad de las actividades asistidas con perros en nuestro Centro durante el año 2020. Aun así se pudieron realizar durante los dos primeros meses del año, antes de que se proclamara el estado de alarma en nuestro país.



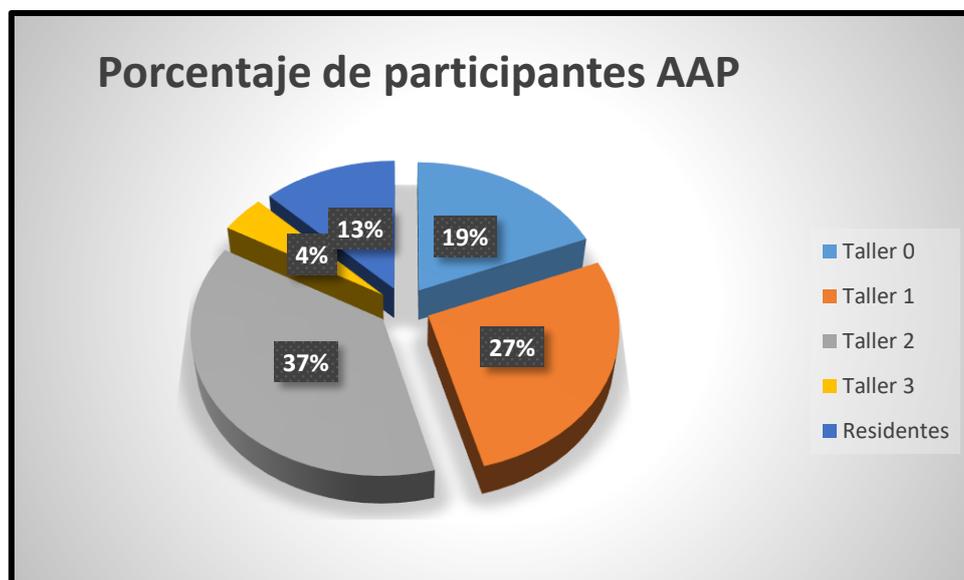
Siguieron siendo realizadas por Coterapeutas Caninos, de la empresa y Discapacidad y Terapias S.L., especialistas en terapias e intervenciones asistidas con animales.

El número de sesiones mensuales fue el siguiente:

- **Enero.** 2 sesiones: días 9 y 23.
- **Febrero.** 2 sesiones: días 6 y 20.

Nuestros amigos caninos nos demuestran que el sentimiento de afecto y cercanía que ofrecen hace aflorar incluso los recuerdos más escondidos de nuestra memoria.

A lo largo del año 2020 el número total de sesiones de AAP realizadas fueron 4. En cuanto al número de participantes por talleres fue de 9 correspondientes al Taller 0, de 13 correspondientes al Taller 1, de 18 correspondientes al Taller 2, y de 2 correspondientes al Taller 3. El número de residentes que participaron fue de 6.



Objetivos:

- Aumentar la calidad de vida de los usuarios
- Potenciar los efectos de la estimulación cognitiva gracias al apoyo de un elemento facilitador desde el punto de vista emocional que, en nuestro caso, es el perro.

Beneficios:

Los beneficios que se obtienen de la aplicación de esta terapia son múltiples a varios niveles (cognitivo, emocional, social, físico). Desde el punto de vista de la Fisioterapia, a pesar de que los relacionados con la parte física son los más destacables, el resto también son de gran importancia, ya que influyen en el desempeño motor (como son la motivación, la socialización, la atención y la concentración).

Área Física:

- Mejora la psicomotricidad fina y gruesa, equilibrio y coordinación.
- Reduce el ritmo cardíaco y la tensión arterial, por lo que favorece la relajación.
- Reduce los niveles de estrés y ansiedad.
- Motiva el ejercicio físico.

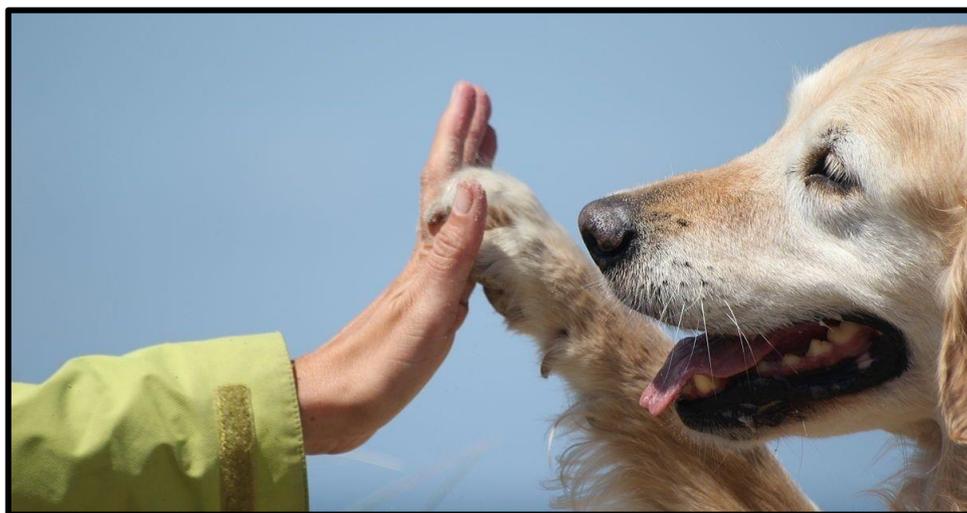
Metodología:

Previo a la actividad, se determina cuáles de los usuarios son susceptibles de mayores beneficios del contacto con perros y se distribuyen en dos grupos según sus capacidades cognitivas y físicas, y sobre todo, su afinidad con los perros. El grupo 1 está formado por usuarios del taller 0 y taller 1; y el grupo 2 está integrado por usuarios de taller 1, taller 2 y taller 3. Algunos residentes del centro también acuden a la terapia y son incluidos en el grupo que más se adapte a su desempeño cognitivo y motor.

Cada grupo está constituido por 12-15 personas. Las sesiones se realizan cada 3 semanas, siendo la duración de cada sesión de aproximadamente 60 minutos:

- **Grupo 1.** 11:00-12:00 h
- **Grupo 2.** 12:00-13:00 h

El lugar de desarrollo de la actividad es el hall del sótano, donde se ubican los usuarios alrededor sentados, y en el Centro los materiales a utilizar, los adiestradores y sus perros. Coterapeutas caninos son los encargados de diseñar y realizar la sesión junto con sus animales adiestrados. El número de perros empleados en la terapia es de 5.



Durante la sesión, la psicóloga y la fisioterapeuta se encargan de supervisar a los usuarios y residentes, asistirlos cuando sea necesario y registrar datos y actividades. Los ítems que se recogen son:

- **Actitud/motivación.** Si muestra interés e implicación.
- **Respuesta social.** Se relaciona con el resto de usuarios.
- **Respuesta motora.** Movilidad de miembros superiores y miembros inferiores.
- **Psicomotricidad.** Trabajo de la coordinación y del equilibrio.
- **Respuesta verbal.** Si participa en la actividad verbalmente.
- **Atención.** Si es capaz de mantenerla.
- **Memoria.** Recuerdo de las instrucciones dadas.



Algunos ejemplos de las actividades realizadas:

- **“La manopla”**. Se repartirá una manopla con velcro a los usuarios que deberán sujetar adecuadamente con la mano derecha. El terapeuta lanzará una pelota también con velcro y el usuario deberá atraparla con la manopla, arrancarla de ésta con la mano izquierda y lanzarla a la manopla del terapeuta. Si la pelota cae al suelo el perro la devolverá al usuario, que deberá rescatarla acercando su manopla a la boca del animal para que la pelota quede adherida. El lanzamiento a los usuarios se hará al azar, para mantener la atención del grupo de manera continua.
- **“Lanzar el hueso”**: El terapeuta lanzará un hueso de peluche a cada usuario; estos lo devolverán rápidamente sin que caiga al suelo, ya que en este caso lo cogerá el perro.
- **Cálculo numérico**: El perro traerá a cada usuario un número y éste deberá cogerlo y realizar con él una operación de cálculo simple que el terapeuta le indicará. La dificultad de la operación vendrá en función de la capacidad cognitiva de cada usuario.
- **“¿Qué animal es?”**. Se repartirá a los usuarios unas fotografías con varios animales. Un ejemplar de plástico de los animales que aparecen en las fotos se depositará en un punto de la sala y el perro irá trayendo de uno en uno según se le indique. Los usuarios deben encontrar ese animal en la fotografía.
- **“Saltar el aro”**: Cada usuario sostiene con su mano un aro mientras permanece en pie. Debe ordenar al perro en voz alta que salte el aro. Posteriormente sujetará el objeto en alto, y cuando el perro se acerque, lo baja y da el orden de saltar; una vez que atraviese el aro, el usuario bajará el objeto.
- **“Siéntate, tumbate, date la vuelta”**: Los usuarios deben recordar y verbalizar esta orden para que el perro lo realice.
- **“Pelotas y colores”**: Los objetos empleados son una red y una pelota. Los usuarios deben decir un color lo más rápido posible cuando se les lanza la pelota y posteriormente devolverla a la red, sin que caiga al suelo y el perro la atrape.



TERAPIA OCUPACIONAL – TALLER 2

PROGRAMA DE PSICOESTIMULACIÓN: EN TALLERES GRUPALES

El programa de Talleres de psicoestimulación para EA y otras demencias se desarrolla a través de sesiones grupales /individuales. Con un asistencia diaria de Lunes a Viernes, en horario de 09:30 a 17:00 horas.

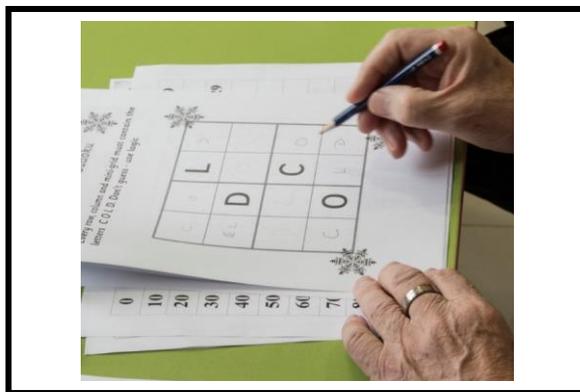
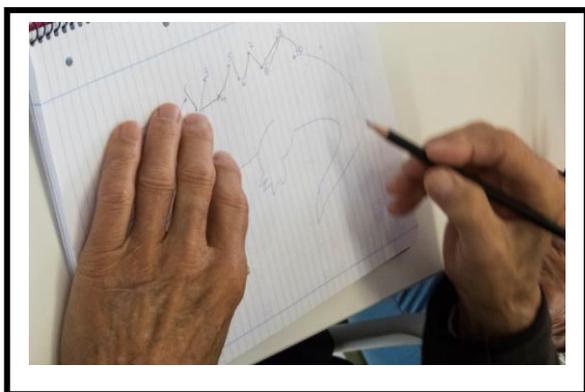
Sesiones grupales.

Objetivos generales:

- Ralentizar el progreso de la enfermedad y mantener aquellas capacidades que aún se conservan.
- Recuperar y mantener el mayor grado posible de autonomía y mejorar la calidad de vida del enfermo y de sus familiares/cuidadores.

Objetivos específicos:

- Estimular las capacidades cognitivas que aún se mantienen, memoria, cálculo/razonamiento, coordinación y movimiento, lenguaje hablado y escrito, comprensión lectora y orientación.
- Promover el mantenimiento de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.
- Tratar y prevenir los síntomas de depresión y ansiedad que suelen aparecer en las primeras fases de la enfermedad.
- Recuperar el mayor grado posible de autonomía y mejorar la calidad de vida del usuarios/a mediante un programa de estimulación psico-cognitiva y motriz, manteniendo las capacidades indemnes y reeducando las funciones deficitarias.



TEMPORALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

La temporalización de las actividades que se desarrollan diariamente en el Taller 2 se distribuye de la siguiente forma:

HORARIO	DESCRIPCIÓN
08:30 a 09:30	Acogida – Desayuno
09:30 a 11:30	Orientación espacio-temporal, tareas de lecto-escritura (actividades de lápiz y papel)
11:30 a 12:00	Aperitivo
12:30 a 13:15	Ejercicios de fisioterapia
13:15 a 14:00	Manualidades y actividades de ocio
14:00 a 15:30	Almuerzo y sobremesa
15:30 a 17:00	Taller de tarde de psicoestimulación

OTRAS ACTIVIDADES DEL DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

Durante la pandemia se asistió a las familias tanto por correo electrónico como contacto telefónico, orientándoles en terapias de psicoestimulación, mandándoles tareas de lápiz y papel y apoyándoles psicoemocionalmente tanto a los familiares como a los usuarios, con un total de 15 participantes.

Estas son algunas de las actividades que se realizaron:

- **Visita de los Reyes Magos**
- **Celebración del Día de San Valentín (LA MARGARITA Y SE TITULÓ” HOY TE DIGO SI”)**
- **Fiesta de Carnavales**
- **Celebración del día de Andalucía.**
- **Vídeo vuelta a la normalidad “Todo irá Bien”.**
- **Felicitaciones Navideñas.**



ACTIVIDAD: CELEBRACIÓN DEL DÍA DE SAN VALENTÍN – “HOY TE DIGO SÍ”.

Con motivo del Día de San Valentín desarrollamos esta actividad con la elaboración de una margarita desmontable en cartulina, y en la que cada pétalo debía poner “si quiero” eliminando de la margarita el NO y afianzando así el refuerzo positivo y donde cada usuario tenía que escribir un deseo, un sueño o todo aquello que quiere conseguir.



ACTIVIDAD: FIESTA DE CARNAVALES

Con esta actividad conseguimos que nuestros usuarios pasaran un día compartiendo sentimientos de alegría y diversión ante situaciones lúdicas como disfrazarse, bailar, etc. Con ello también conseguimos que nuestros usuarios recuerden, reconozcan y participen en la existencia de esta fiesta como parte de nuestro patrimonio cultural.



ACTIVIDAD: CELEBRACIÓN DEL DÍA DE ANDALUCÍA

Con esta actividad se pretende que nuestros usuarios recuerden las tradiciones, y concretamente la gastronomía como seña de identidad. Así conseguimos que nuestros mayores se sientan integrados como parte de la sociedad a la cual pertenecen, trabajando así también con el léxico propio de nuestra Comunidad Autónoma.



ACTIVIDAD: VIDEO DE VUELTA A LA NORMALIDAD

Con esta actividad conseguimos agradecer tanto a usuarios, familiares y trabajadores del centro su esfuerzo por colaborar y mantener las medidas socio sanitarias para que **“Todo pueda ir bien”**.



ACTIVIDAD: FELICITACIÓN NAVIDEÑA

Con esta actividad logramos mantener las tradiciones y el espíritu navideño. Fomentar la creatividad y participación de cada usuario a la hora de realizar sus propias tarjetas navideñas.

