

MEMORIA

2022



A.F.A.

FUENGIROLA – MIJAS COSTA

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	003
ORGANIGRAMA	004
INFORMACIÓN GENERAL.....	005
TRABAJO SOCIAL.....	021
PSICOLOGÍA	036
TERAPIA OCUPACIONAL	051
ENFERMERÍA.....	070
FISIOTERAPIA.....	078
ACTIVIDADES JUNTA DIRECTIVA	088



INTRODUCCIÓN

Este documento detalla la Memoria correspondiente al año 2022 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, emplazamiento y cobertura de asistencia, información sobre el organigrama de las actividades y terapias llevadas a cabo, servicios, etc.

Tras la pandemia global causada por la Covid-19 en enero de 2020 tuvimos que adaptar nuestra organización y normativa interna a las medidas aprobadas por los organismos públicos con el fin de evitar el contagio y la propagación de la enfermedad. Por suerte y tras dos años de mucho esfuerzo colectivo parece que vamos aprendiendo a vivir con el virus, aunque siempre tendremos que extremar las precauciones para proteger la salud y el bienestar de nuestros usuarios.

Por tanto, el año 2022 se puede decir que en nuestro Centro, fue el año de retomar la normalidad perdida a causa de la pandemia, aunque siempre extremando las medidas de higiene y limpieza, ya que el uso de mascarilla sigue siendo obligatorio en los Centros Socio-sanitarios.

El número de plazas concertadas fue aumentando considerablemente a lo largo del 2022. Cabe recordar que nos dieron la primera plaza en noviembre de 2020 (un total de 36 concertadas), cerrando el mes de diciembre con 33 plazas ocupadas.

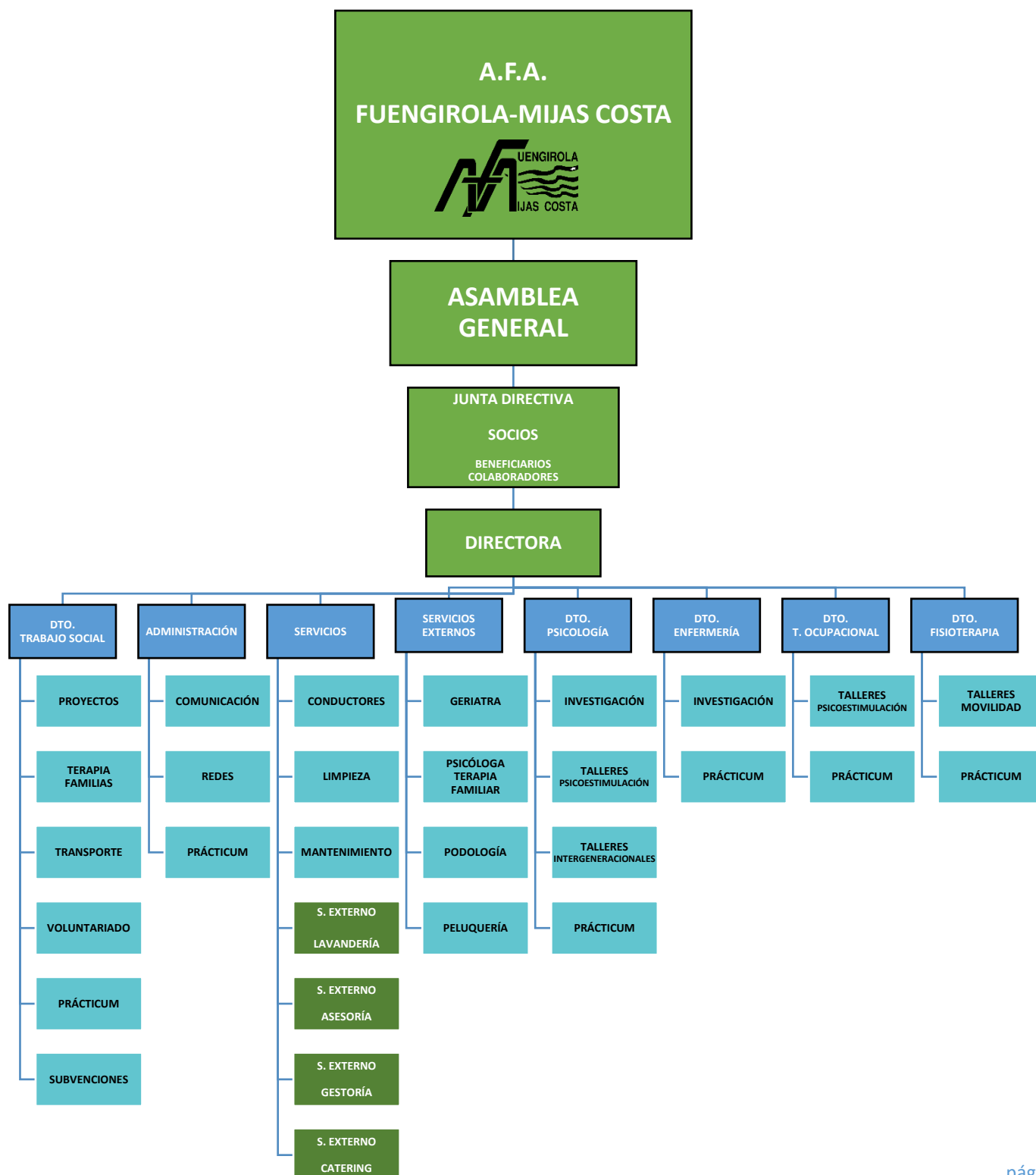
La ocupación total del Centro es una realidad desde finales de año, empezando a tener lista de espera para determinados talleres como la fase moderada y la grave de la enfermedad. Nuestro Centro tiene una capacidad de 71 plazas de Centro de Día y 11 de Residencia, en total 82 usuarios.

La Residencia al ser pequeña y específica para personas con Alzhéimer y otras demencias, ha tenido una ocupación del 100% teniendo lista de espera a pesar de ser completamente privada ya que para el concierto de plazas tiene que alcanzar una ocupación mínima de 20 camas.

Debido a la alta demanda de familias de personas con demencia que solicitan talleres o Unidad de Estancia Diurna, hemos hecho partícipes a todos los Organismos Públicos de la necesidad imperiosa de dar cabida a todas las personas que están sufriendo esta enfermedad, ampliando las instalaciones o buscando nuevo locales donde poder impartir las terapias necesarias.

Creemos firmemente que la detección precoz es fundamental a la hora de abordar la enfermedad y cuanto antes, empezar los talleres de psicoestimulación con profesionales específicos (neuropsicólogos, terapeutas, etc.) para mantener más tiempo la autonomía y la calidad de vida de las personas que sufren Alzheimer u otro tipo de demencia, lo que a su vez redundará en las familias y/o cuidadores principales.

ORGANIGRAMA A.F.A. FUENGIROLA – MIJAS COSTA



INFORMACIÓN GENERAL

La Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias 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, y sin las cuales hoy en día no estaríamos aquí.



IMAGEN DEL CENTRO ADOLFO SUÁREZ SITUADO EN EL BARRIO DE LOS PACOS - FUENGIROLA

En el Centro Adolfo Suárez se vienen desarrollando y proporcionando 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 sita en C/ Agustina de Aragón, 5 (Los Pacos)
C.P. 29640 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 el 2022 nos fue concedida una subvención por parte de la Diputación de Málaga para la rehabilitación de Centros del tercer sector. En este caso dicha subvención se va a destinar a la reparación del sistema central de aire acondicionado del Centro Adolfo Suárez, para lo cual se han estado acometiendo pequeñas obras en los conductos de ventilación, incluidas en la planta sótano del centro.

Otro cambio que hemos hecho en esta planta hace referencia a la organización de los talleres, ya que con la relajación de las medidas COVID puestas durante la pandemia hemos podido integrar a los usuarios de la Residencia en los Talleres de Psicoestimulación, quedando el Taller 3 (fase avanzada con movilidad), asignado a esta planta.

Por lo demás, se ha seguido realizando el mantenimiento periódico según 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 llevan 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.



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

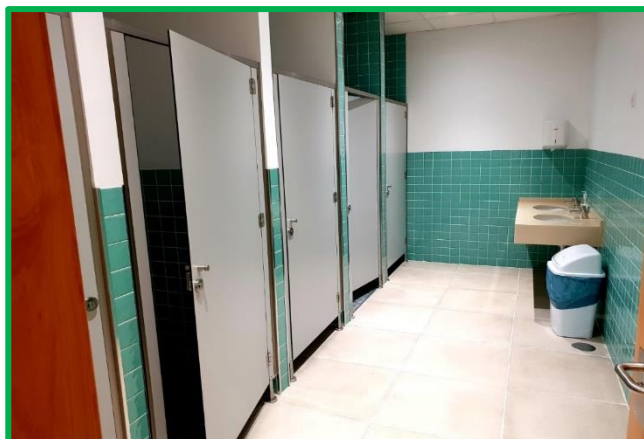
TALLER DE PSICOESTIMULACIÓN 3 (SALÓN DE ACTOS).

Con la relajación de las medidas Covid impuestas durante la pandemia pudimos, por fin, durante el pasado año, integrar a los usuarios de la Residencia en los Talleres de Psicoestimulación. Esto conllevó una reasignación de los mismos respondiendo a fines organizativos. El Salón de Actos, donde antes se ubicaba a los usuarios de residencia ha quedado como el Taller 3 de Psicoestimulación, para los usuarios en fase avanzada con movilidad. El espacio del que disponen les permite moverse libremente y esto muchas veces les ayuda a estar más tranquilos, lo que repercute positivamente en su bienestar. Este taller está a cargo de Pablo Romero, Terapeuta Ocupacional.



Pablo Romero
Pulido
(T. Ocupacional)

SALA DE REHABILITACIÓN Y FISIOTERAPIA.



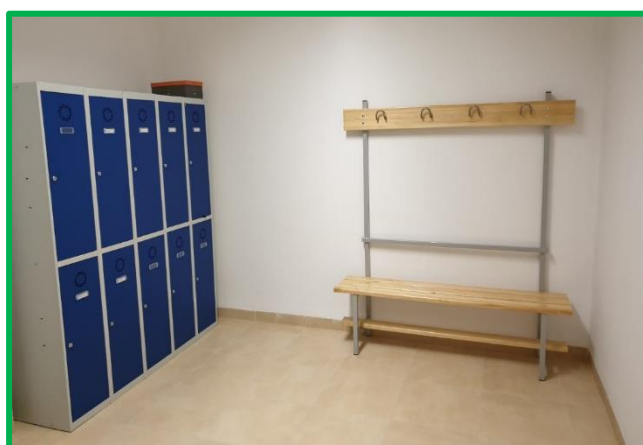
En esta Sala de Rehabilitación nuestra Fisioterapeuta, María Dolores Carvajal y nuestro Técnico de Actividad Deportiva, Vitaly Segiyenko, coordinan la actividad física diaria que tanto necesitan nuestros usuarios. Está adaptada y modernizada con todo el material necesario para llevar acabo distintos tipos de ejercicios físicos. Esta sala dispone, entre otras cosas, 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.

BAÑOS ADAPTADOS USUARIOS TALLER 3.

En la planta sótano se encuentran ubicados los baños que se utilizan para los usuarios del Taller 3 de Psicoestimulación.



VESTUARIOS.



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

ALMACÉN DE MATERIAL ORTOPÉDICO.

En ocasiones recibimos donaciones de 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 gestionar 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 socios colaboradores.



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

Desde la pandemia de 2020 hemos mantenido un riguroso control de la higiene y la limpieza del centro. En el Centro Adolfo Suárez tenemos el lujo de contar con un equipo de limpieza que pone todo su esmero y profesionalidad a diario con el fin de cumplir con dicho protocolo.



Marisa Merino
Jiménez
(Limpieza)



Francisca
Moreno Veas
(Limpieza)

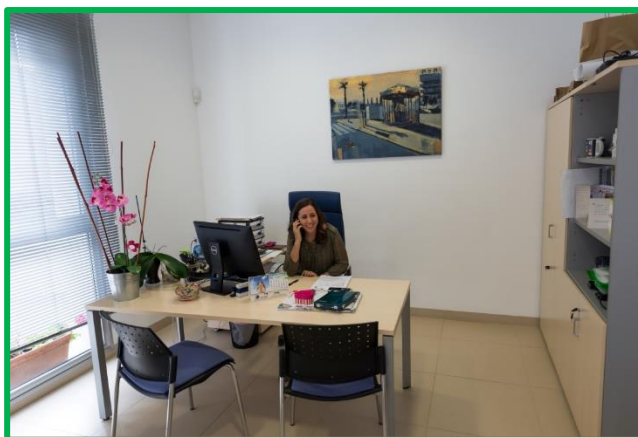


PLANTA BAJA

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

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

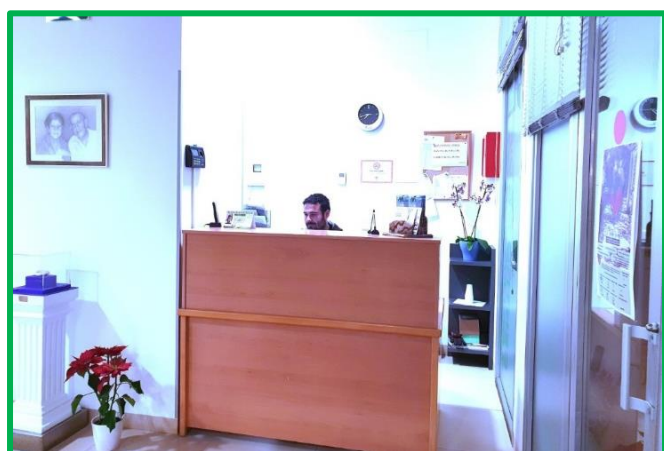


Rocío
Segovia Lebrón
(Directora)

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.

DEPARTAMENTO DE 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 las BB.DD. También se ocupan de 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 **Iván Gil y Trinidad Piña**.



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 del personal auxiliar, suele ser el taller más numeroso ya que es la fase en la que se concentra un gran porcentaje de los usuarios. Maite lleva ya más de 17 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.



M^a Teresa Sánchez
Izquierdo
(T. Ocupacional)

TALLER 4 DE PSICOESTIMULACIÓN

Con la integración de los usuarios de la unidad de residencia en los talleres se procedió a separar a los usuarios de la fase avanzada de la enfermedad según su movilidad. Los usuarios con mejor movilidad y quienes necesitaban espacio para deambular pasaron a ocupar el Taller 3 situado en el antiguo salón de actos del Centro. Los usuarios más impedidos y cuya movilidad está seriamente afectada han pasado a ocupar el Taller 4. En este taller sobre todo reciben estimulación sensorial y se cuida la higiene postural de los mismos constantemente para evitar úlceras por presión. Este taller está supervisado por los departamentos de psicología, enfermería y fisioterapia bajo la atención constante del equipo de sanitarios del centro.

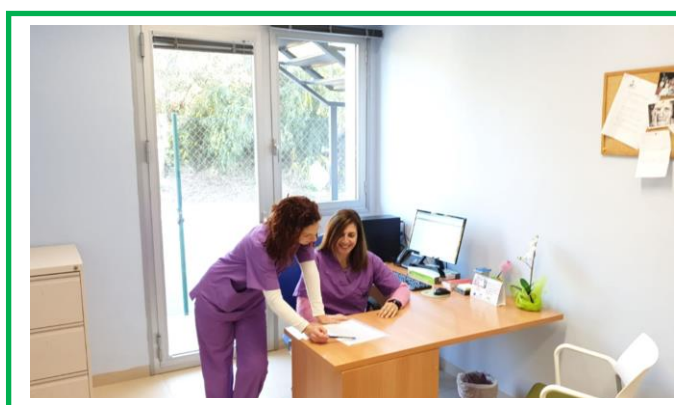


DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

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 plantear 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.**

Este Departamento también realiza sesiones individuales, tanto a familiares, como a personas socias y no socias. Puede consultar más en detalle este departamento en la sección correspondiente de esta Memoria.



Raquel Clavijo
López
(Psicóloga)



Sonia Buil
Martínez
(Psicóloga)



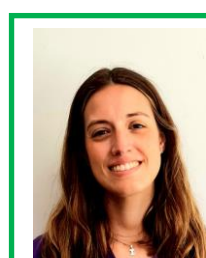
Carlota
Wiehoff
Psicóloga

DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA

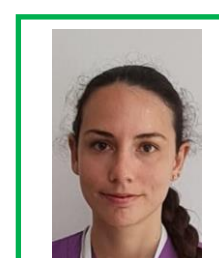
El Departamento de Enfermería del centro es el responsable del seguimiento médico de las personas usuarias. Se encarga también de la dosificación y administración farmacológica así como de las curas diarias. Como apoyo para la Residencia, cuentan con el asesoramiento y supervisión del Geriatra, José Antonio López Trigo, que acude una vez a la semana a nuestro Centro.

Este departamento también se encarga de la planificación de los menús del comedor teniendo en cuenta las necesidades de los usuarios (diabetes, hipertensión, deglución, etc.).

Desde 2020 el Departamento de Enfermería ha seguido manteniendo una estrecha coordinación con epidemiología para controlar los casos Covid que han ido surgiendo con el tiempo.



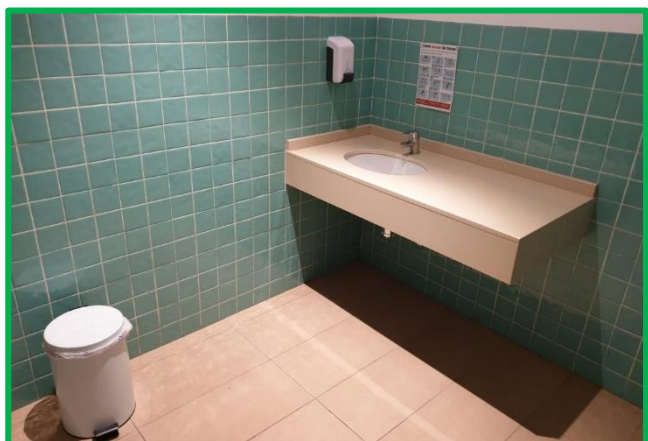
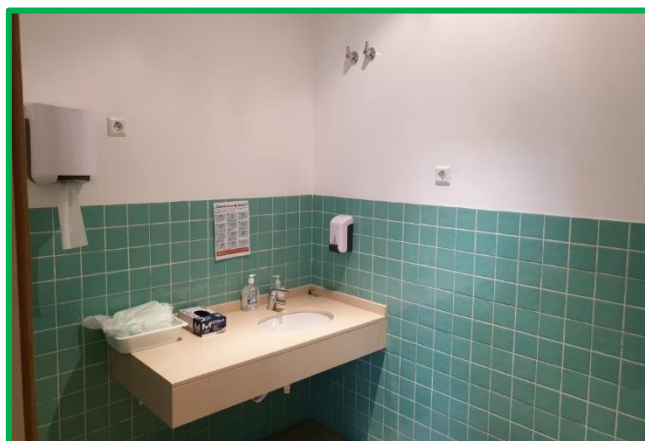
Irene Porras
Vega
(Enfermera)



Blanca Ruiz
Blázquez
(Enfermera)

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 reposapiés 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, cocina “in situ”, 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. La empresa encargada es DL CATERING y tenemos la suerte de contar con su cocinera **Lurdes Pires**.



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 cuatro neveras y dos 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.



Lurdes Pires
(Cocinera)

ENTRADA TRASERA Y MUELLE DE TRANSPORTE

El Servicio de Transporte, así como las plazas de las que disponemos se gestionan a través de los Departamentos de Trabajo Social, Administración y la Dirección 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 2021 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 tres furgones, dos de ellos cuentan con dos plazas adaptadas.

Durante el 2022 este servicio estaba cubierto por tres conductores en plantilla, Francisco Gálvez y Javier Rufino y Rafael Chinchilla.



Francisco Gálvez
Martínez
(Conductor)



Javier Rufino
Parragués
(Conductor)



Rafael Chinchilla
(Conductor)



SERVICIO DE MANTENIMIENTO

Durante el 2021 se decidió dejar de externalizar el servicio de mantenimiento del centro. Antonio García Gómez es el responsable del mantenimiento general del centro.



Antonio García
Gómez
(Mantenimiento)

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 puedan disfrutar de ellos cuando llega la temporada.

Aparte de los árboles frutales se han plantado algunas especies que pueden proporcionar una buena zona de sombra durante los días de calor del verano. Tanto la zona de jardín como de huerto están bajo los atentos cuidados de Manuel Aragonés, miembro vocal de la Junta Directiva y voluntario de la Asociación.

PLANTA BAJA

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.

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

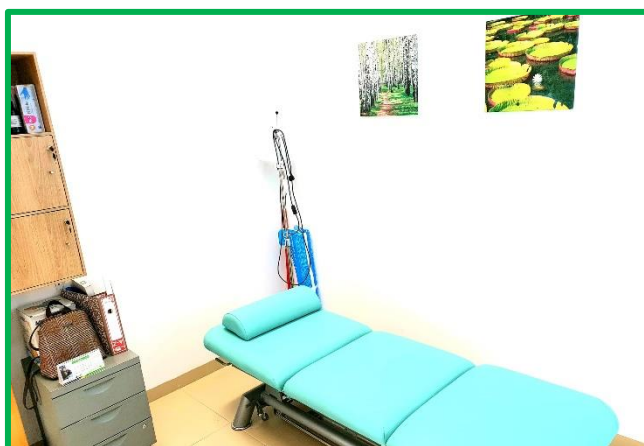
Nuestra Trabajadora Social, se encarga de hacer el primer contacto con las personas interesadas en recibir información y de valorar la situación socio-económica de las familias que acuden al Centro. Además entre algunas de sus funciones está la de solicitar las ayudas o subvenciones a las que pueda optar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



Alba Piña
Hernández
(T. Social)

DEPARTAMENTO DE 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. Desde el verano de 2016, nuestra Fisioterapeuta en plantilla, María Dolores Carvajal ha estado a cargo de este Departamento.



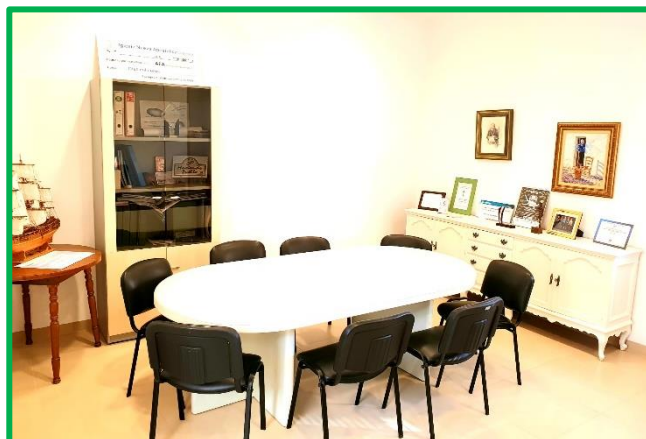
Mª Dolores
Carvajal
(Fisioterapeuta)



Vitaly Reina
(T.A.F.A.D)

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.



Leyre Olabarria
Anduiza
(Vocal)



Rosario Mena
Escobar
(Vice-Presidenta)



Francisca Lebrón
Escobar
(Presidenta)



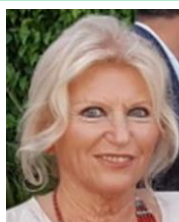
Antonio González
Márquez
(Tesorero)



Manuel
Aragonés Gómez
(Vocal)



María del
Carmen Santiago
(Vocal)



Ana María
Aragonés Gómez
(Vocal)



Antonia
Rojas Gambero
(Vocal)



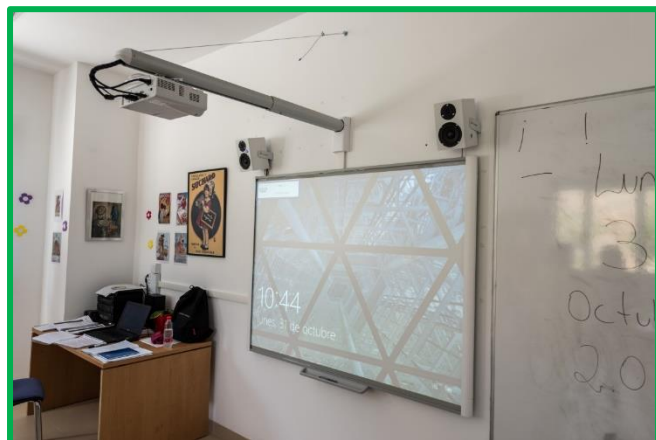
Mª Remedios
Guillén Rodríguez
(Vocal)



Rocío
Sánchez González
(Secretaria)

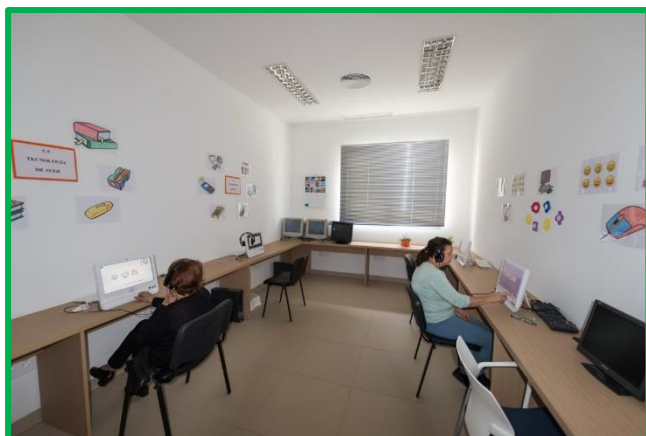
TALLER 0 DE PSICOESTIMULACIÓN

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 Estímulo 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 *Estímulo*, usando la pizarra digital y ordenadores como soporte. Este Taller ha estado a cargo de Raquel Clavijo y Trinidad Piña, que como Pedagoga titulada combina el trabajo de administración con las terapias propias de este Taller.

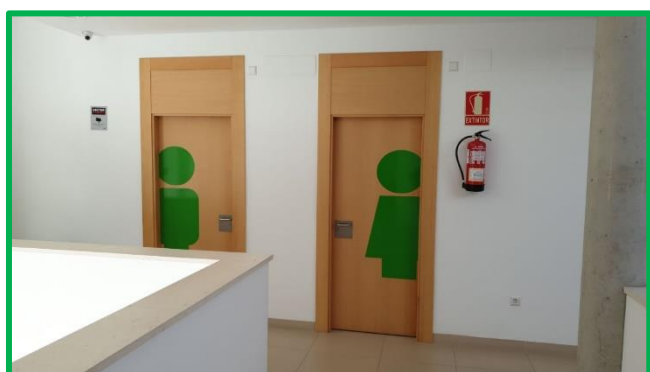


SALA DEL SERVIDOR Y ARCHIVO

En la planta alta del centro se encuentran la Sala del Servidor, siguiendo la normativa la refrigeración de esta sala es 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.



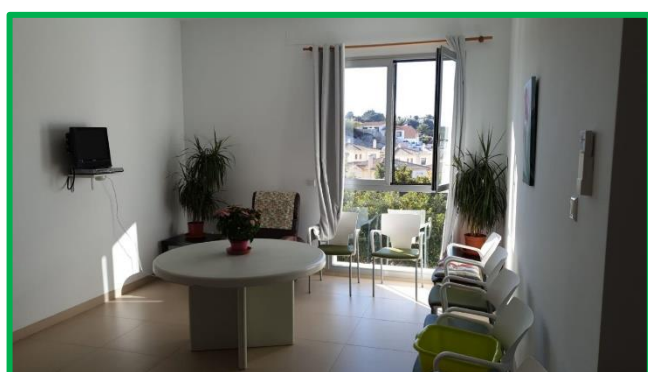
Al igual que en el resto del centro, la Planta alta cuenta con un entorno espacioso, muy bien iluminado y decorado con frases que ayudan a mejorar el ánimo de quien las lee.

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

RESIDENCIA Y RESPIRO FAMILIAR

La Residencia cuenta actualmente con 6 habitaciones con 11 camas en total, 5 habitaciones dobles y una individual (o de aislamiento). Todas las habitaciones disponen de baño adaptado con ducha y se encuentran en una zona que cuenta con luz natural que da mucha luminosidad. 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 2020, tuvimos que crear con los usuarios de este servicio un “grupo burbuja”, totalmente aislado de la actividad del Centro de Día. Sin embargo con el cambio de normativo por fin hemos podido integrar a los residentes en el día a día de los Talleres de 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 alzheimers@afafuenmi.org o bien llamando a los teléfonos de contacto del Centro: 952 464 426 – 627 866 153.

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL



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 para 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.
- Atenciones y valoraciones sociales.
- Gestión y seguimiento de solicitudes de dependencia y discapacidad.
- Programa de Voluntariado. Inscripción, derivación, formación y seguimiento del voluntariado. Creación bolsa de voluntarios.
- Tramitación y Justificación de Subvenciones. Realización de memorias, programas y proyectos. Recopilación de documentación relativa a la subvención.
- Coordinación con Trabajadores Sociales de Centros de Salud, Recursos Comunitarios y Servicios Sociales para mejorar y promocionar el trabajo conjunto.
- Seguimiento diario de usuarios y usuarias centro de día y residencia.
- Tutorización de alumnado en prácticas tanto de trabajo social e integración social.
- Participación en sesiones formativas e informativas.
- Reorientación y derivación a otros recursos en caso de baja del centro o no adaptación.
- Coordinación del transporte.

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 sociosanitario que afecta tanto a quien lo padece como al conjunto de los miembros de la familia con quien convive.

Cuando en el seno familiar se detectan signos alarmantes o tras ser conocido el diagnóstico en mayor o menor medida, la familia asume la mayor parte del cuidado, y por ello, nada hay más prioritario para la 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.

OBJETIVOS PREVISTOS

- Mejorar la Calidad de Vida de los familiares y/o personas cuidadoras.
- Mejorar la calidad de vida de los usuarios.
- Asesoramiento y adecuación de los recursos del centro según el caso.
- Cubrir las necesidades de información y desorientación.
- Orientación en los trámites burocráticos (dependencia).
- Reforzar el trabajo en red con otras entidades públicas y/o privadas, y en su caso derivación de las familias a otros recursos necesarios.

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

- Proveer información, orientación y asesoramiento al familiar sobre la enfermedad.
- Información sobre los recursos comunitarios y políticas de ayuda existentes.
- 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 sociosanitarias existentes en el marco legal, procurando que esta tarea sea lo más fácil posible para el familiar. (Ley de Dependencia, Grado de Discapacidad, subvenciones, entre otras).
- Valoración de la situación sociofamiliar 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.
- 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 2022, siendo de manera presencial ajustándose a las medidas adoptadas para la prevención del COVID-19. Las actividades que se realizan son las siguientes:

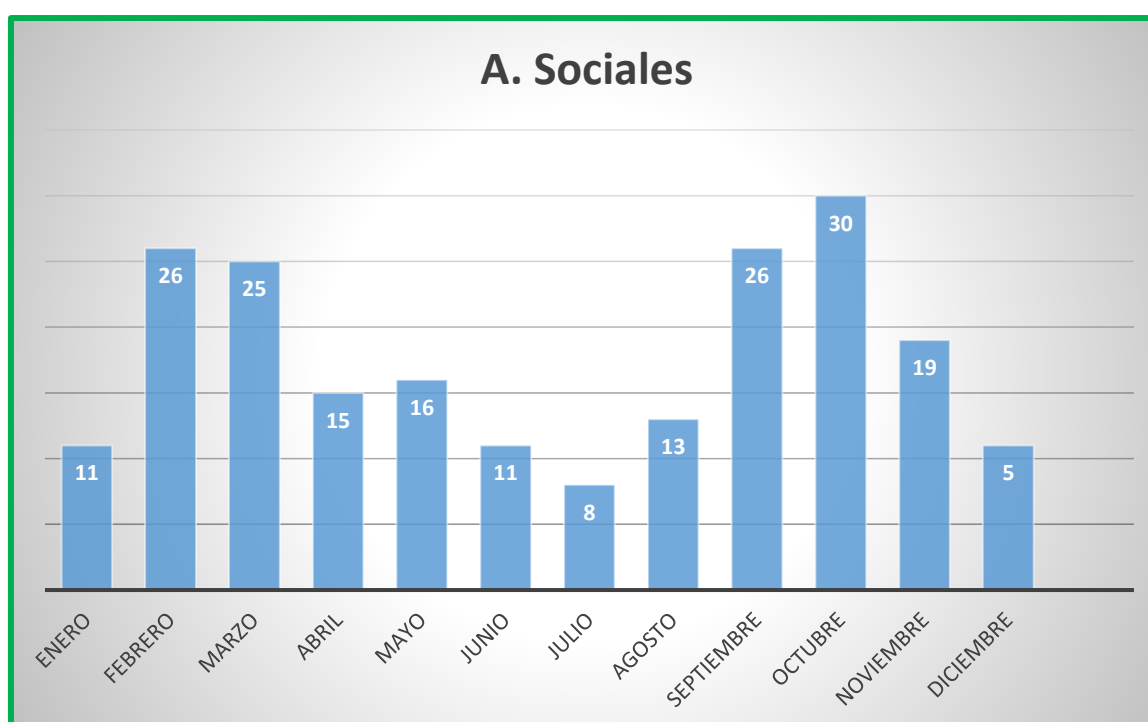
PRIMERAS ENTREVISTAS DE ATENCIÓN SOCIAL.

Se ha atendido a 211 familias nuevas. De las cuales se ha llevado a cabo un total de 173 Atenciones Sociales familiares.

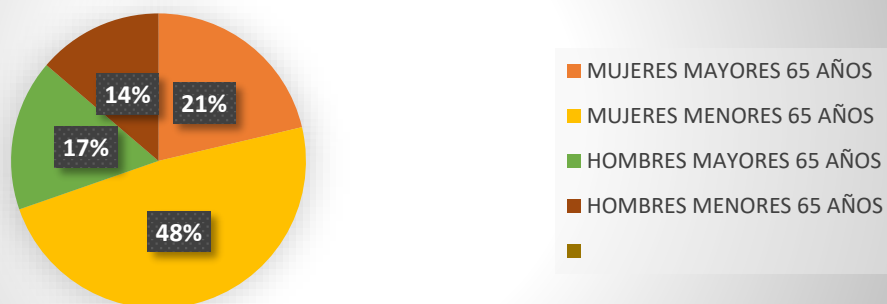


Las Atenciones Sociales a los familiares se clasifican en:

1. Recepción individual de las visitas.
2. Información básica y orientación.
3. Información y derivación de otros recursos.
4. Gestión y participación en el Programa de Apoyo a las Familias (Terapias Familiares).
5. Asesoramiento en cuestiones legales y sociales.
6. Asesoramiento e información de la enfermedad.
7. Información sobre la Unidad de Residencia.

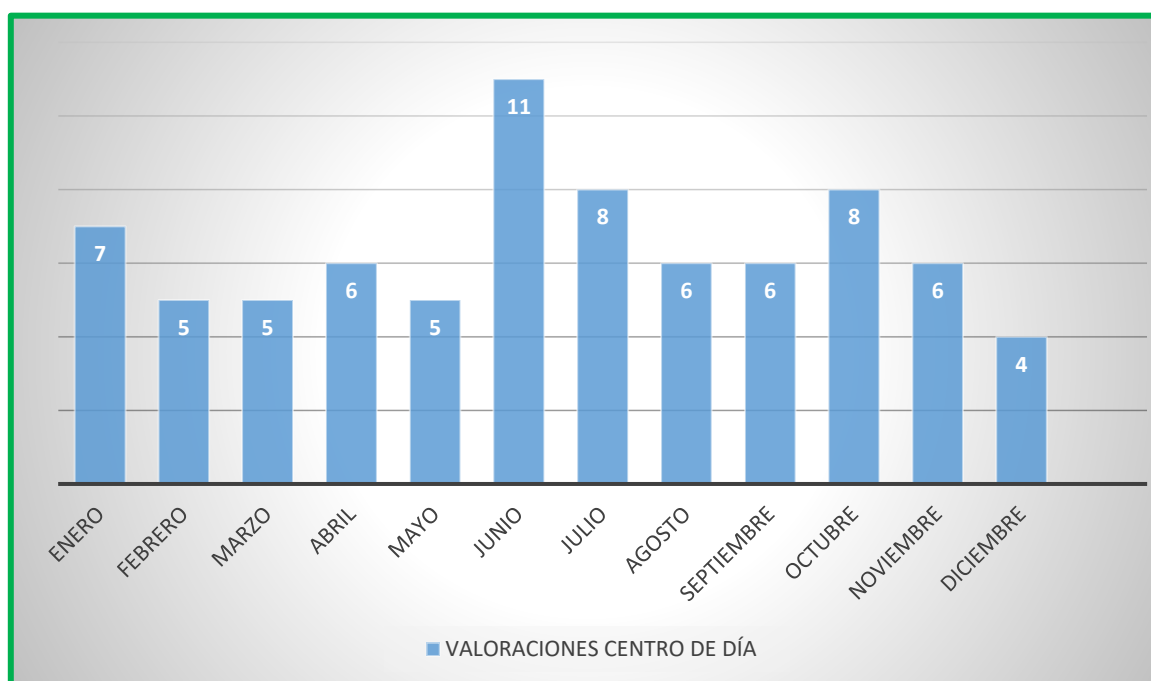


A. SOCIALES

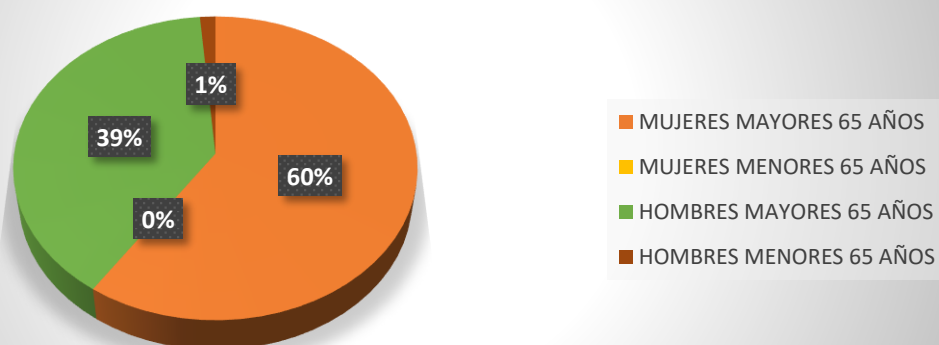


VALORACIONES INICIALES

Las Valoraciones de nuevos ingresos que realiza el Departamento de Trabajo Social en el año 2022 son 76.

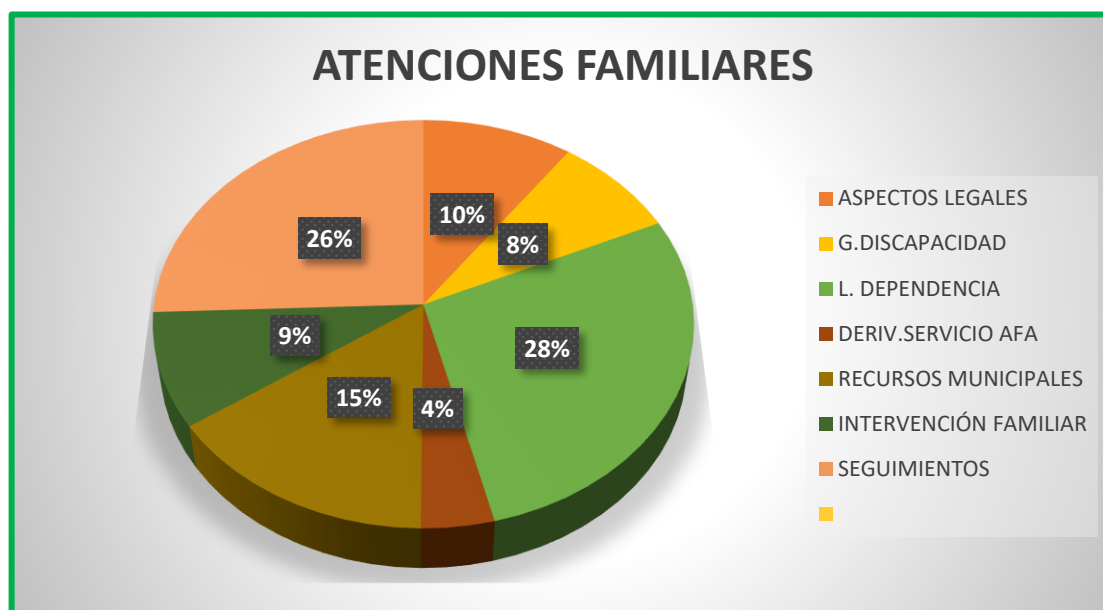


VALORACIONES CENTRO DE DÍA



ATENCIONES A FAMILIARES DE LAS PERSONAS USUARIAS DEL CENTRO DE DÍA Y RESIDENCIA ADOLFO SUÁREZ Y A PERSONAS SOCIAS DE LA ENTIDAD.

Las Atenciones/Intervenciones Familiares que se han llevado a cabo durante el 2022 son 375 que se clasifican en:



GESTIÓN DE AYUDAS PARA SAAD

El Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia 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, privados y concertados 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 de Fuengirola y Mijas Costa.

- **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 prestaciones económicas (PEVS) y unidad estancia diurna (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.

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).

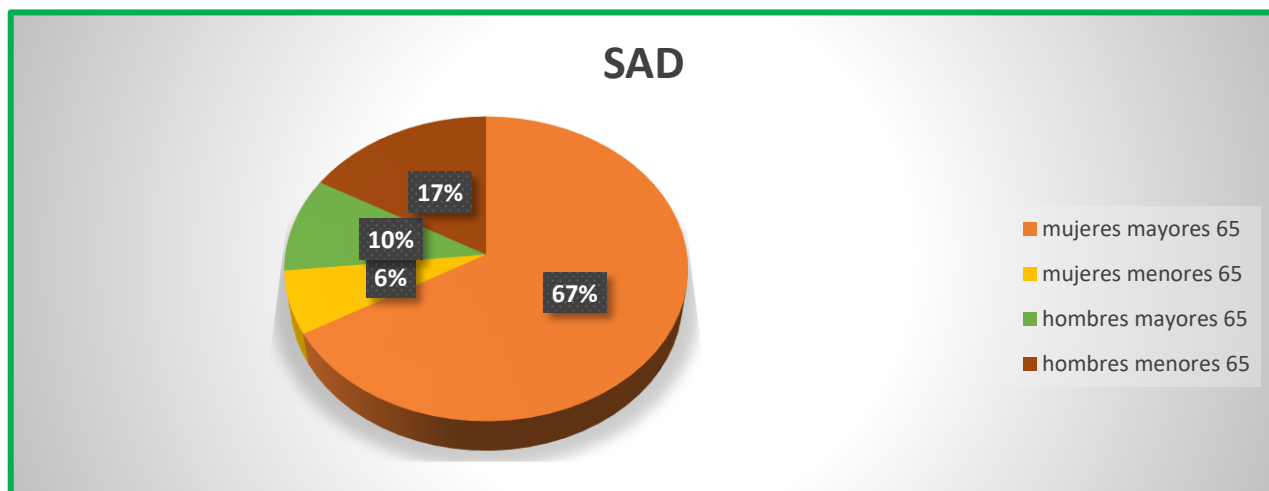
Durante el 2022 se ha mantenido el contacto con varias entidades dedicadas al sector que actúan en ambos municipios, con las que se han establecido una red de apoyo.

Las empresas son:

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



Durante el 2022 se han realizado 30 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 Terapias de apoyo familiar que se coordinan por parte del Departamento de Trabajo Social y de **M^a José Domingo Ruiz de Mier**, 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 los familiares y de las personas cuidadoras.

Objetivos específicos:

- Promover sentimientos de pertenencia al grupo.
- Proporcionar herramientas a las familias para mejorar gestión de la enfermedad.
- Informar sobre los 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 personas).

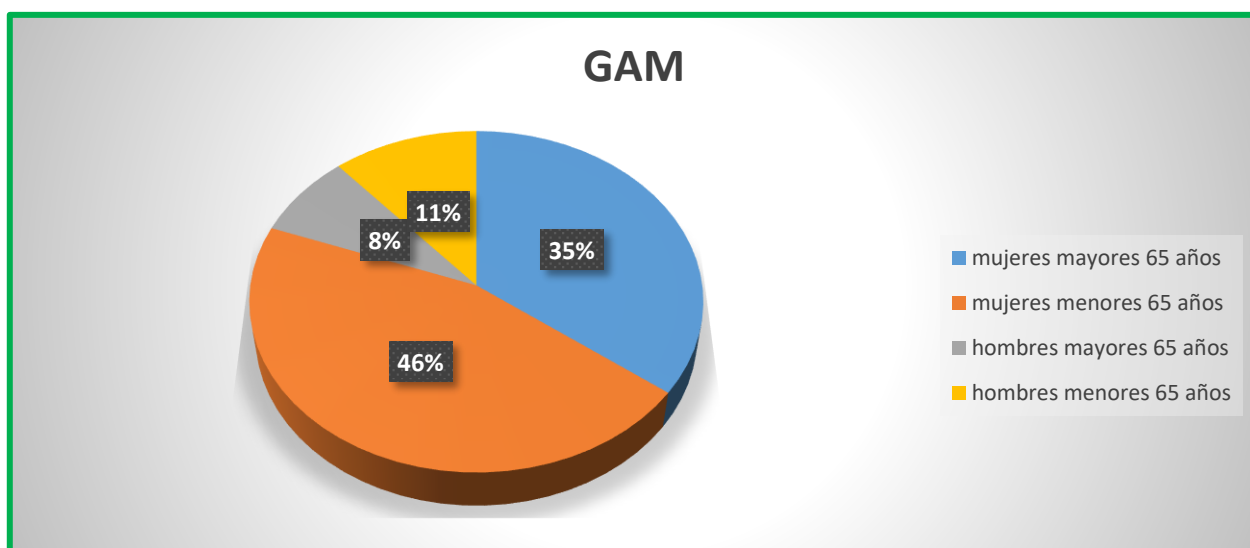
- **Módulo de apoyo informativo y emocional.**
 - Recepción y presentación de la A.F.A y /o la psicóloga.
 - Sesiones de descarga emocional.
 - Explicación de las normas grupales e intercambio de datos de contacto.
 - Información de características y evolución de la enfermedad de Alzheimer.
 - Evaluación del grado de aceptación, interferencia en la vida cotidiana, etc.
 - Detección de posibles trastornos psicológicos en la persona cuidadora: depresión, ansiedad, sensación de soledad, etc.
 - Potenciación de la red natural y potenciamiento de una ampliación de la misma con el resto de los miembros del grupo de cara a modelar la actuación del cuidador ante situaciones y problemas. (Ejemplo: Educación ambiental).
- **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.

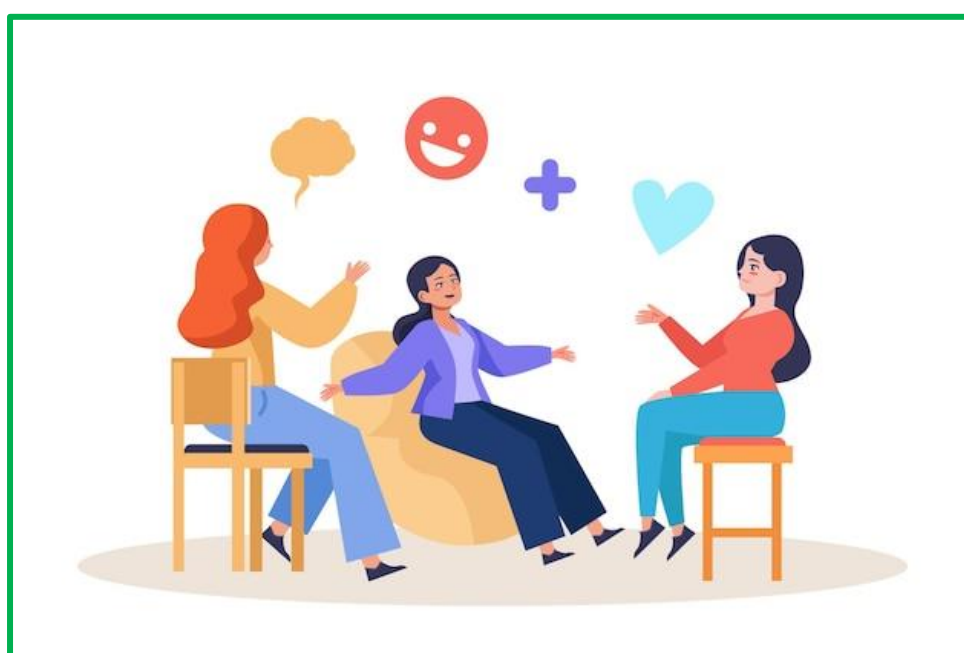
Son **Beneficiarios Directos** de las Terapias Familiares durante el 2022: 58 familiares.

Son **Beneficiarios Indirectos** de las Terapias Familiares durante el 2022: 30 familiares.



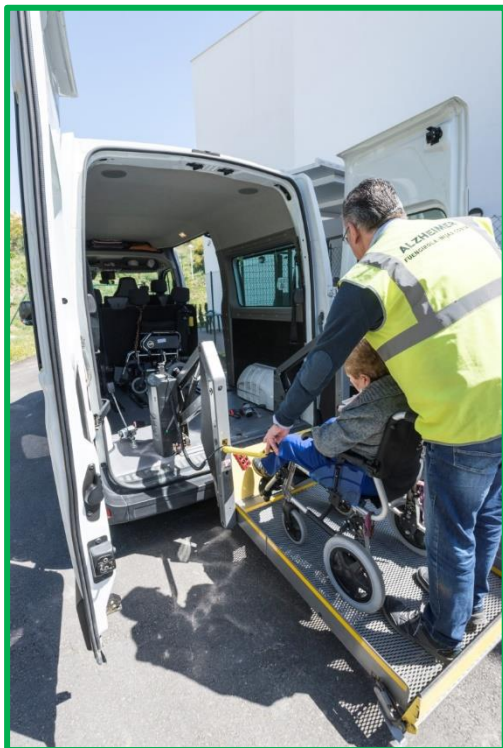
Beneficiarios directos: Familiares de los enfermos de Alzheimer y otras demencias, ya sean usuarios del Centro de Día Adolfo Suárez y/o socios de la asociación, por lo que tienen derecho a la asistencia y beneficiarse de este recurso al que se acude de forma presencial o también pueden mantener contacto de forma telemática con la terapeuta.

Beneficiarios indirectos: Familiares de los enfermos de Alzheimer y otras demencias, ya sean usuarios del Centro de Día Adolfo Suárez y/o socios de la asociación, por lo que tienen derecho a la asistencia y beneficiarse de este recurso al que no acuden de forma presencial pero que debido a su origen abierto, permanecen dentro del círculo de contacto y reciben por lo 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.



Durante el año 2022 se benefician del Servicio de Transporte 70 familias.

SERVICIO TRANSPORTE

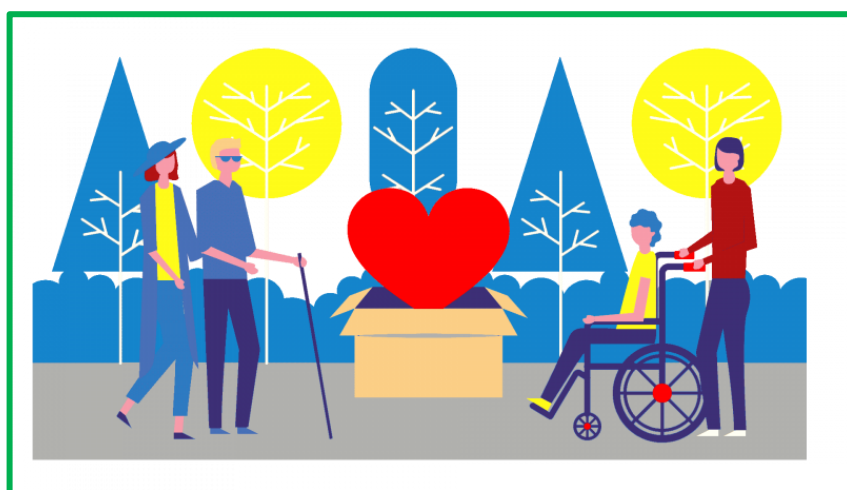


SERVICIO TRANSPORTE



PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

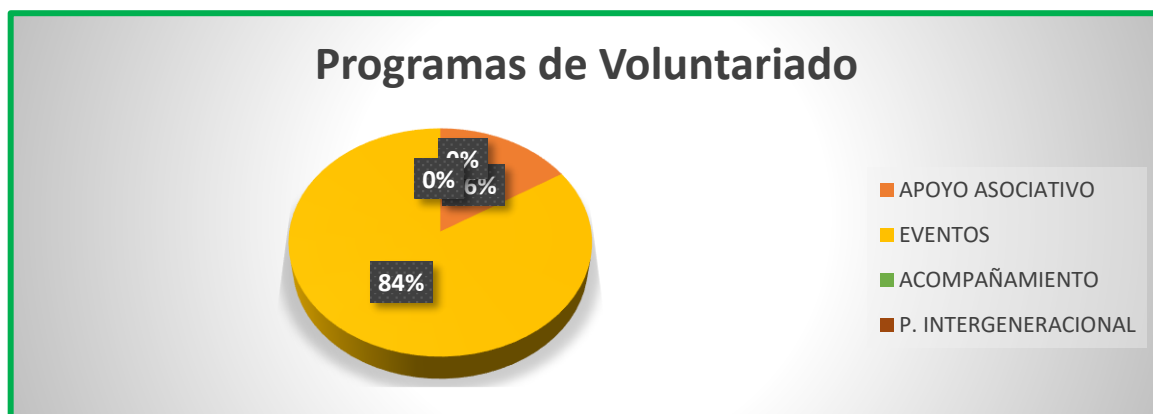
El Plan de Voluntariado de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa plantea el voluntariado como una acción que se fundamenta en la libertad de la persona que presta servicios de voluntariado, y no en el deseo de obtener un beneficio material o económico, ni en presiones sociales o políticas externas. Su objetivo 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 2022 han sido 6.



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:

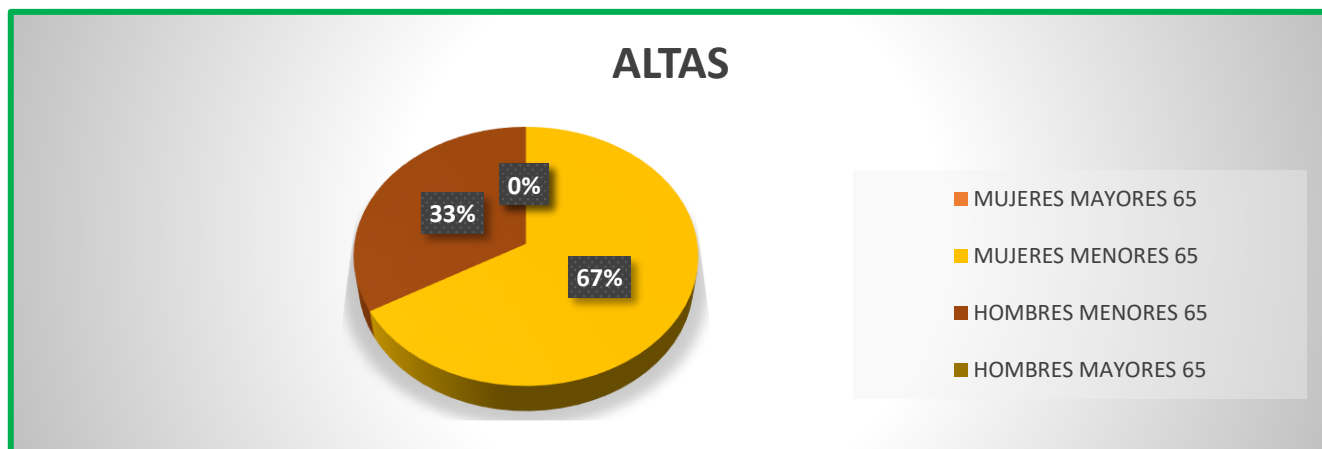
- Está dirigido a las personas voluntarias, no a profesionales o usuarios/as.
- Recoge los deberes y derechos de voluntarios/as.
- Es claro, dinámico y flexible: que permita detectar y adaptarse a las necesidades de los voluntarios/as.
- Propone objetivos coherentes y viables.
- Determina las funciones 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 2022 son 5.



Los usuarios que hubo en activo durante 2022 fueron 25.

A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa agradece enormemente a todos nuestros voluntarios su dedicación y su tiempo. Gracias a ellos hemos podido realizar eventos, tareas de divulgación e información, acompañamiento de usuarios en el centro, etc.



TRAMITACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE SUBVENCIONES

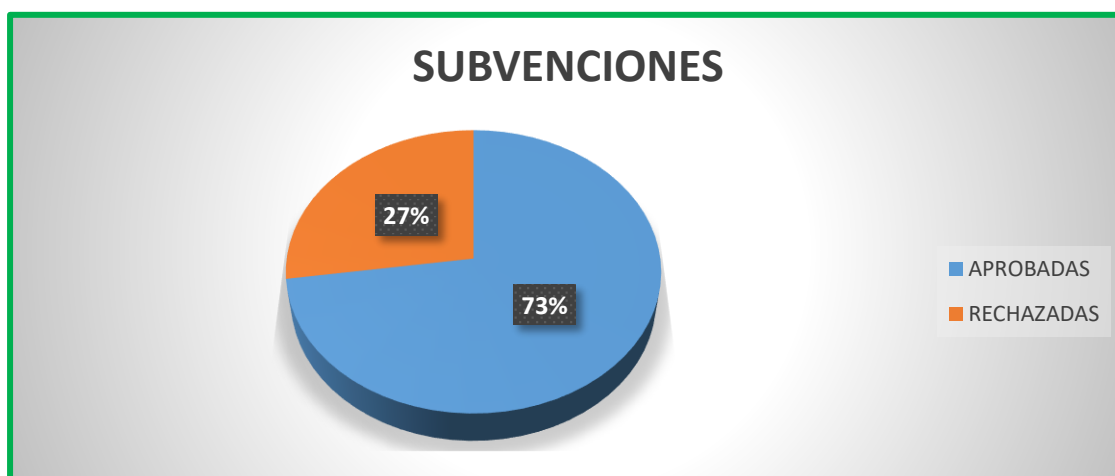
Para acompañar la solvencia de los diferentes Programas y Proyectos de los diferentes Departamentos se busca financiación a través de la Convocatoria a diferentes entidades públicas y privadas.



Los objetivos generales de la búsqueda de financiación 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 durante el 2022 han sido 13.



Las fuentes de financiación durante el 2022 han sido:

- **Diputación de Málaga** para el proyecto REHABILITACIÓN AIRE ACONDICIONADO PARA EL CENTRO DE DÍA “ADOLFO SUÁREZ”.



- **Ayuntamiento de Fuengirola** para MANTENIMIENTO INFORMÁTICO DEL CENTRO DE DÍA “ADOLFO SUÁREZ”.



- **Ayuntamiento de Mijas** para TRANSPORTE.



- Entidad privada **UNICAJA**. GRUA.



DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



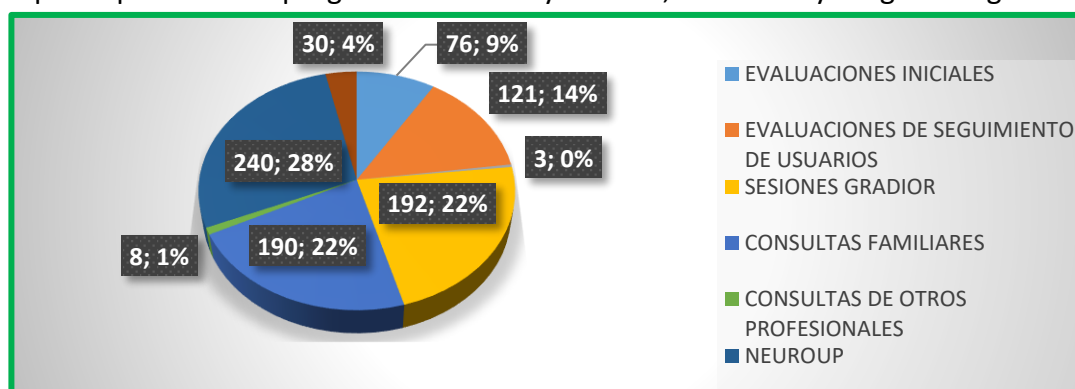
PROGRAMA DE PSICOESTIMULACIÓN EN TALLERES GRUPALES Y TERAPIA INDIVIDUAL

El Programa de Talleres de Psicoestimulación para EA y otras demencias, se desarrolla a través de sesiones grupales e individuales, sesiones de Gradior, 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 alguna webs para imprimir material de estimulación.

También realizamos **sesiones individuales con usuarios externos** a los talleres pero que presentan problemática asociada a deterioro cognitivo o problemas cognitivo-conductuales. También se refuerza a algunos usuarios con una Neuropsicóloga externa (Carlota Wiehoff) y se apoya a las familias a través de la **Terapia con la psicóloga de familia**, los martes de 16.00 a 18.30 (M^a José Domingo).

Asociado al desarrollo de los talleres y para la evolución del deterioro de nuestros usuarios de taller, **realizamos seguimientos semestrales**.

La asistencia a nuestros talleres comprende de lunes a viernes, en horario de 8:00 a 17:00 horas. El porcentaje de consultas y evaluaciones iniciales y de seguimiento llevadas a cabo a lo largo del año 2022, y de los sujetos participantes en el programa NeuroUP y Gradior, se distribuye según el siguiente gráfico:



SESIONES GRUPALES DE PSICOESTIMULACIÓN

Objetivos generales:

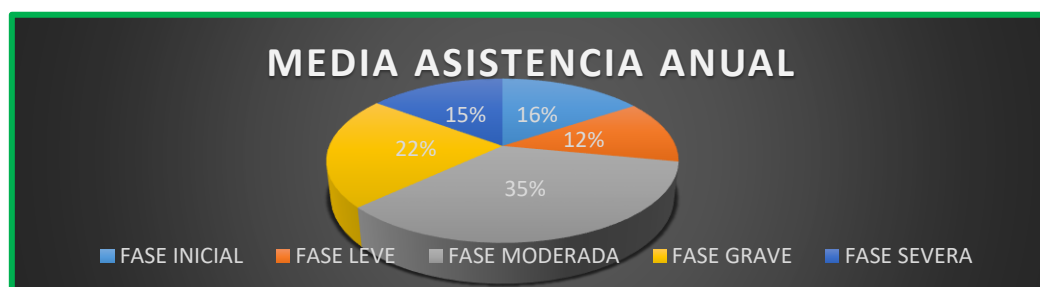
- Ralentizar el progreso de la enfermedad y mantener aquellas capacidades que aún se conservan.
- Recuperar y mantener el mayor grado posible de autonomía y mejorar la calidad de la vida del enfermo (en adelante EA) y de sus familiares/cuidadores.

Objetivos específicos:

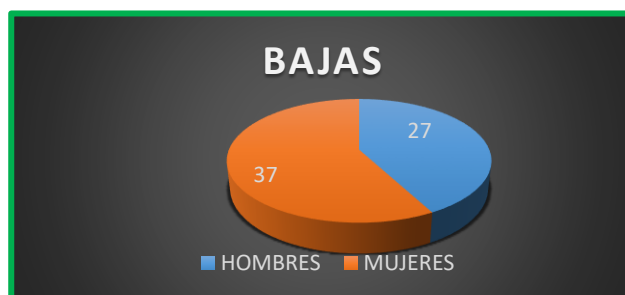
- Estimular las capacidades cognitivas que aún mantiene el EA (memoria, calculo/razonamiento, coordinación y movimiento, lenguaje hablado y escrito, comprensión lectora, orientación...).
- Promover el mantenimiento de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.
- Tratar y prevenir los 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 2022 han pasado por el programa de psicoestimulación una media de 68 usuarios al mes, repartidos entre los distintos talleres (según fase), de los cuales una media del 15% estaban en fase inicial (Taller 0) 12,91% en fase leve (Taller 1) 10,16 en fase moderada (Taller 2) 28,83%, en fase grave (Taller 3) 18,16% y se configura el Taller 4 en Agosto del 2022 cuando mejora el estado del Covid, y se nos permite reubicar a los pacientes de residencia que anteriormente estaban aislados , así y en fase severa (Taller 4) 12,22%.

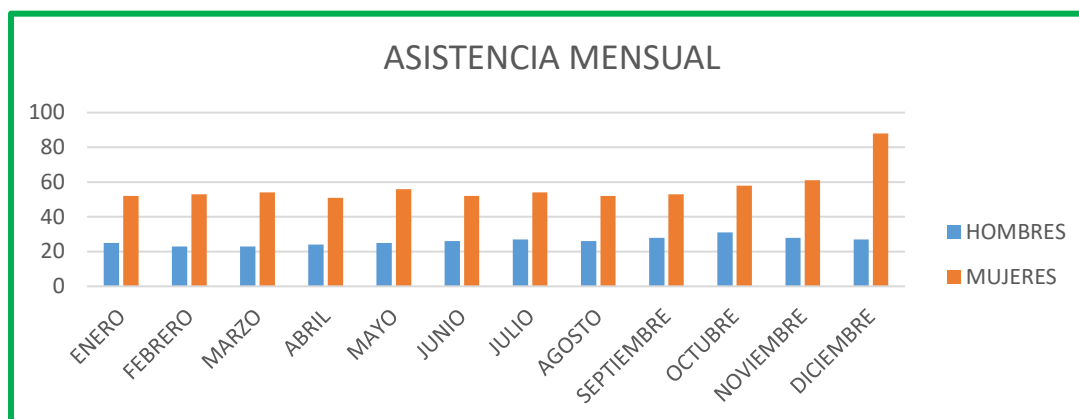


En el transcurso del año 2022, ha habido un total de 72 altas (62 mujeres y 27 hombres) y 64 bajas (37 mujeres y 27 hombres).



ASISTENCIA ANUAL

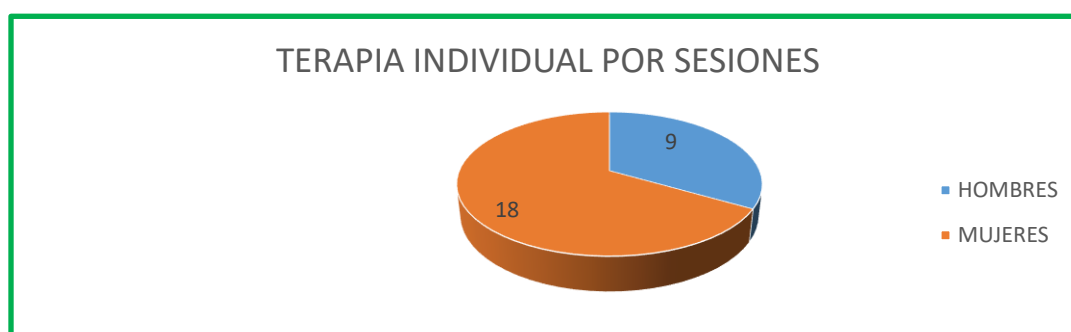
En el siguiente gráfico queda reflejada la asistencia mensual de nuestros usuarios a lo largo del año 2022, diferenciada por géneros.



TERAPIAS INDIVIDUALES

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

En el año 2022 el número de terapias individuales han sido de 9 mujeres y 3 hombres, habiéndose realizado un total de 27 sesiones, con hombres 9 y con mujeres 18 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
08:00 a 09:00	Acogida y desayuno
09:00 a 10:30	Orientación espacio-temporal, tareas de lecto-escritura y/o pizarra digital
10:30 a 11:25	Grador/ miércoles coro(Musicoterapia)
11.25.a 11.40	Aperitivo
11:40 a 12.30	Fisioterapia
12:30 a 14:00	Pizarra digital y talleres multidisciplinares/Coro(miércoles)
14:00 a 15:30	Almuerzo y sobremesa
15:30 a 17:00	Taller de tarde de psicoestimulación cognitiva.

SESIONES ASISTIDAS CON NUEVAS TECNOLOGÍAS

El desarrollo de las sesiones asistidas en el ordenador (*Gradior*) pero también se utiliza la tablet y la pantalla digital (*NeuroUP*), ésta, todos los días una hora aproximadamente, por tanto unas 240 sesiones al año, con 17 mujeres y 16 hombres entre el Taller 0 y el Taller 1.

En dichos Talleres Tecnológicos de Psicoestimulación para EA y otras demencias, realizamos actividades específicas acorde a las necesidades que muestran este tipo de usuarios 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. Aquí se representa la media de mujeres y hombres que pasan por ambos programas.

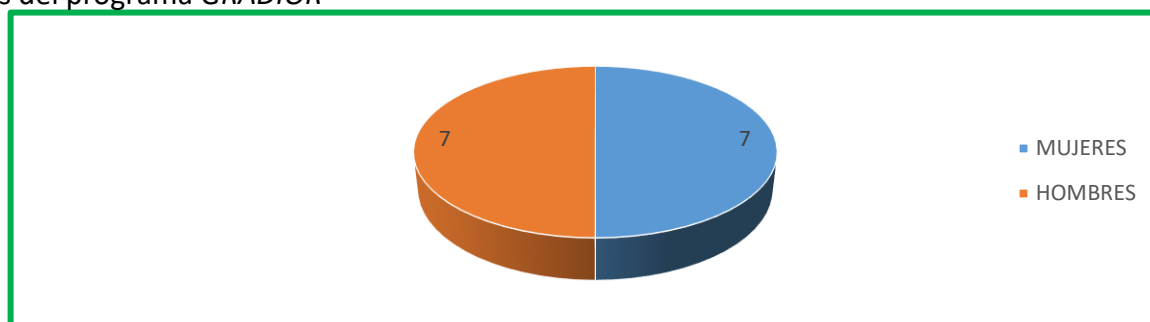


OBJETIVO

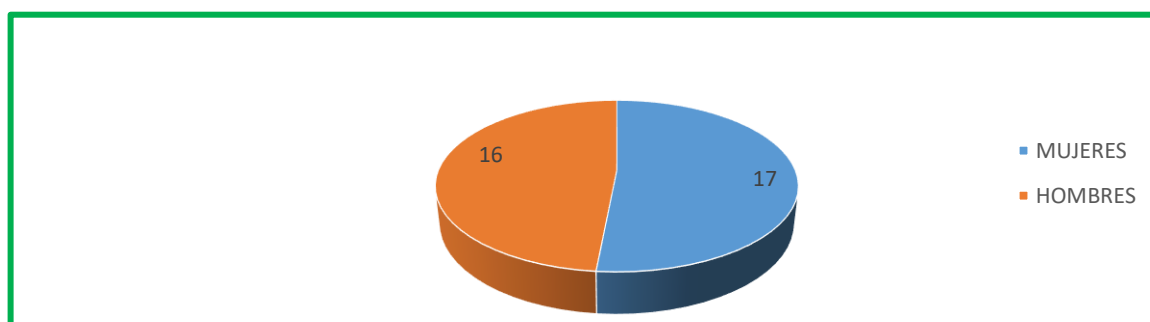
- Complementar las sesiones grupales con sesiones individuales para dar apoyo al trabajo personalizado con cada uno de los usuarios.

El número total de personas que han ejecutado el Programa *GRADIOR*, durante el año 2022 han sido 4 sesiones semanales por usuario, de los cuales 7 son hombres y 7 mujeres. *NeuroUP*, 17 mujeres y 16 hombres.

Datos del programa *GRADIOR*



Datos del programa *NeuroUP*

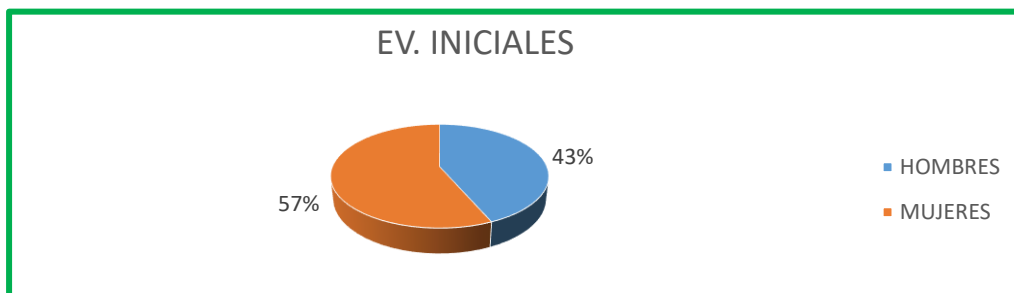


EVALUACIONES INICIALES

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.

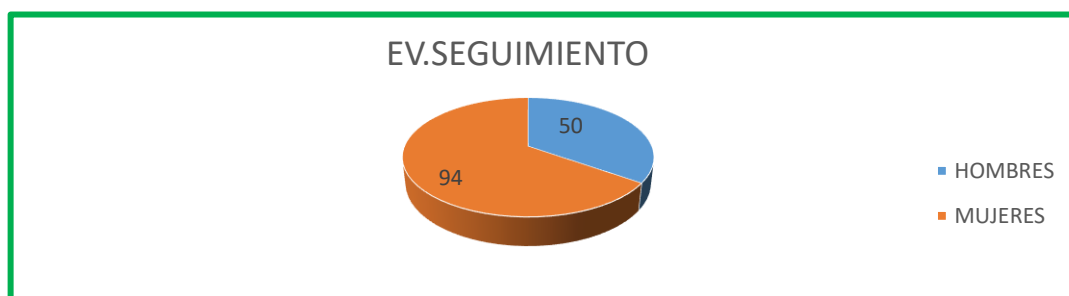
A lo largo del año 2022 se han efectuado 76 evaluaciones iniciales, de las cuales, 43 han sido mujeres y 33 hombres.



EVALUACIONES DE SEGUIMIENTO

Objetivos:

- Determinar qué cambios (si los hubiera), se han producido en el enfermo en el transcurso de seis 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...). A través de correo electrónico y llamadas telefónicas.



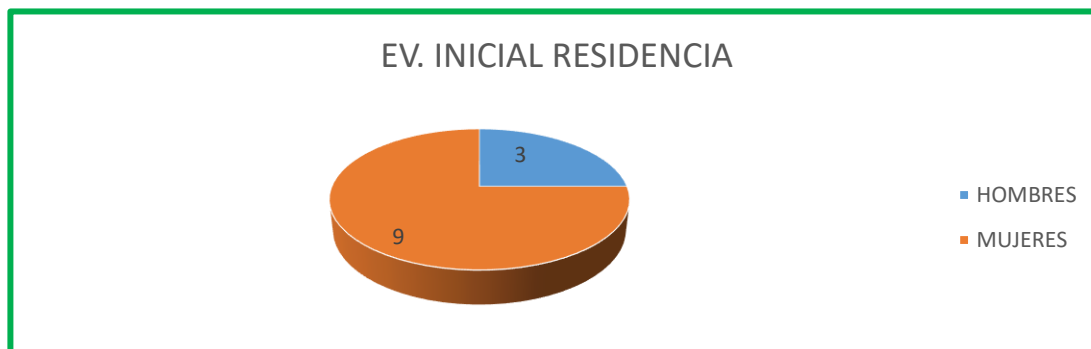
Durante el año 2022 se han efectuado 144 evaluaciones de seguimiento, de las cuales 94 han sido mujeres y 50 hombres.



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.

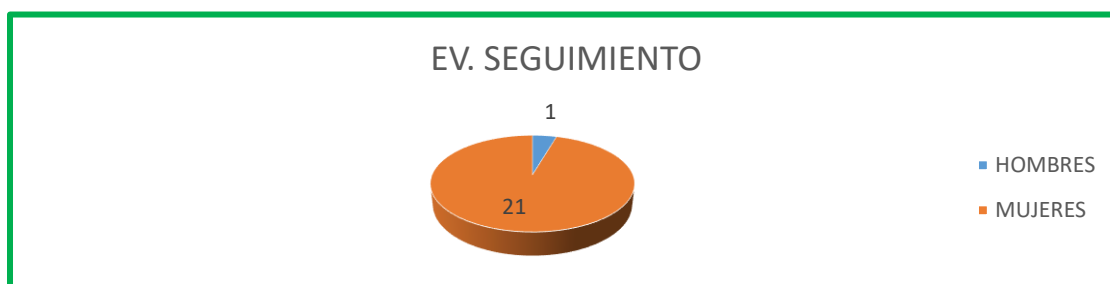


A lo largo del año 2022 se han efectuado 11 evaluaciones iniciales (usuarios de residencia), de las cuales, 9 han sido mujeres y 3 hombres.

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 2022 se han efectuado 22 evaluaciones de seguimiento, de las cuales 21 han sido de mujeres y 1 de hombres.

ENTREVISTAS Y CONSULTAS DE FAMILIARES

A lo largo de 2022 se han realizado un total de 243 consultas por parte de los familiares, y 8 citas de otros profesionales externos. Las consultas en el 2022 son a través de correos y telefonía principalmente.



OTRAS ACTIVIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

- Talleres Intergeneracionales.
- Taller de alimentación y salud.
- Talleres de Inteligencia Emocional, Relajación y Respiración.
- Investigación
- Voluntariado: Acción asociativa
- Terapias de rehabilitación individualizadas.
- Talleres de reminiscencias.
- Talleres de cocina.
- Talleres de Arte terapia.
- Musicoterapia a través del coro y las reminiscencias a través de las canciones de su vida

Además también realizamos investigaciones. Entre las que se han desarrollado este año contamos con estudios sobre los efectos de la inteligencia emocional entre enfermos de E/A 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 y estudios de diseño de caso único por parte de nuestros prácticos del master de Neuropsicología con electro estimulación cognitiva y 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 del 2022 presenciales, que fueron:

- Prácticas de Grado de Psicología de la **UMA**.
- Máster de Psicología Sanitaria de la **UMA**.



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: **Colegio Salliver** y el **Colegio Valdelecrín**

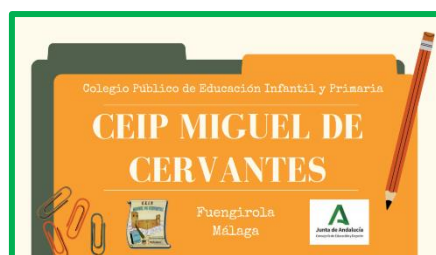
TERAPIAS Y ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS REALIZADAS DESDE LOS TALLERES DE PSICOESTIMULACIÓN COGNITIVA

TALLERES INTERGENERACIONALES

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 I.E.S. Eduardo Janeiro, Centro Salliver, el Colegio Syalis, I.E.S. Vega de Mijas, o Colegio Valdelecrín, Colegio Cervantes, Colegio Andalucía entre otros 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 durante el año 2022.



Los objetivos generales planteados en nuestro programa son los siguientes:

- 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 INTELIGENCIA EMOCIONAL

El trabajo en psicoterapia centrado en el entrenamiento de la inteligencia emocional tiene como objetivo mejorar nuestras habilidades en referencia a:

- Autoconocimiento.
- Autocontrol.
- Automotivación.
- Empatía.
- Habilidades sociales.

Aprendiendo técnicas que nos permitan lidiar con los retos que nosotros y el entorno en el que vivimos, proponemos todos los días. Un modo interesante, divertido y enriquecedor es el trabajo por medio de este tipo de talleres que llevamos al menos una vez por semana, más concretamente los viernes sobre las 13.00 horas.



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 miércoles con voluntarios, dos guitarristas y un director.



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 entendiendo bailar 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 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 antes de la pandemia realizábamos cada dos semanas aproximadamente en el Taller 1 ya que tenemos la suerte de contar con una pequeña cocina dentro de dicho taller. El pasado año y debido a las restricciones sanitarias por el Covid solo se pudo realizar este taller en 2 ocasiones.

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 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.).



TALLERES DE ALIMENTACIÓN Y SALUD

Se pretende con este taller dar pautas de hábitos de salud nutricional a través de mostrar a los usuarios los alimentos saludables, sus propiedades y las ventajas de estos alimentos para su cognición. Al menos se realiza una vez al mes en sesiones de unas dos horas aproximadamente.



VISITAS DE LOS CENTROS EDUCATIVOS A LOS TALLERES DE PSICOESTIMULACIÓN

Con estas visitas de los diferentes centros educativos de la zona 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 Fuengiroleñas. Esta actividad se ha llevado durante el segundo y tercer trimestre del año debido a las restricciones Covid y siempre se han realizado respetando las medidas de seguridad.

Los alumnos/as 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 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 para la elaboración de nuestras tarjetas navideñas.



NOVIEMBRE: PRESENTACIÓN DE INVESTIGACIÓN DEL CONGRESO DE CÓRDOBA

El proyecto de Aprendizaje-Servicio (ApS), con pacientes de Alzheimer y otras demencias, surge de la necesidad del alumnado de tercer ciclo de Educación Primaria (EP) de abordar los valores y la educación intergeneracional en un servicio a la comunidad; además, de cómo pueden ayudar a cambiar una situación de vulnerabilidad del entorno más cercano y las implicaciones que esa inserción tiene con la mejora en los talleres de rehabilitación cognitiva de este tipo de usuarios/as.

El proyecto se plantea con un triple objetivo:

- Diseñar y llevar a la práctica los contenidos curriculares y adaptarlos a entrenamiento cognitivo de nuestros usuarios en fases leves y moderadas.
- Proporcionar un rol activo y protagonista a estudiantes en un entorno real.
- Investigar y transmitir los aprendizajes educativos a un entorno con necesidades psicosociales y físicas.

Todo lo anterior, se fundamenta en la metodología del Aprendizaje Servicio, la cual promueve la formación de ciudadanos responsables con su entorno. Los resultados obtenidos de las sesiones analizadas semanalmente se llevarán a cabo a través de una rúbrica por parte del alumnado y una rúbrica por parte del centro de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa, permitiendo llegar a la conclusión de que los estudiantes desarrollan todas las competencias claves para conseguir sus objetivos curriculares y sobre todo mejorar su inserción social, hacerse

ciudadanos pro-sociales y desarrollar habilidades inter e intra, y las personas con demencia muestran un mayor contacto social, junto con una visión más positiva de sí mismo.



EL VOLUNTARIADO – ACCIÓN ASOCIATIVA

El voluntariado se reabrió en septiembre, aunque ya en el mes de agosto tuvimos un par de voluntarios. Las encargadas del voluntariado son La Trabajadora social y en la formación ella junto con Raquel Clavijo (Psicóloga).

Los objetivos del voluntariado son:

Objetivo general:

- Mejorar la calidad de vida de los Enfermos de Alzheimer y sus familias.

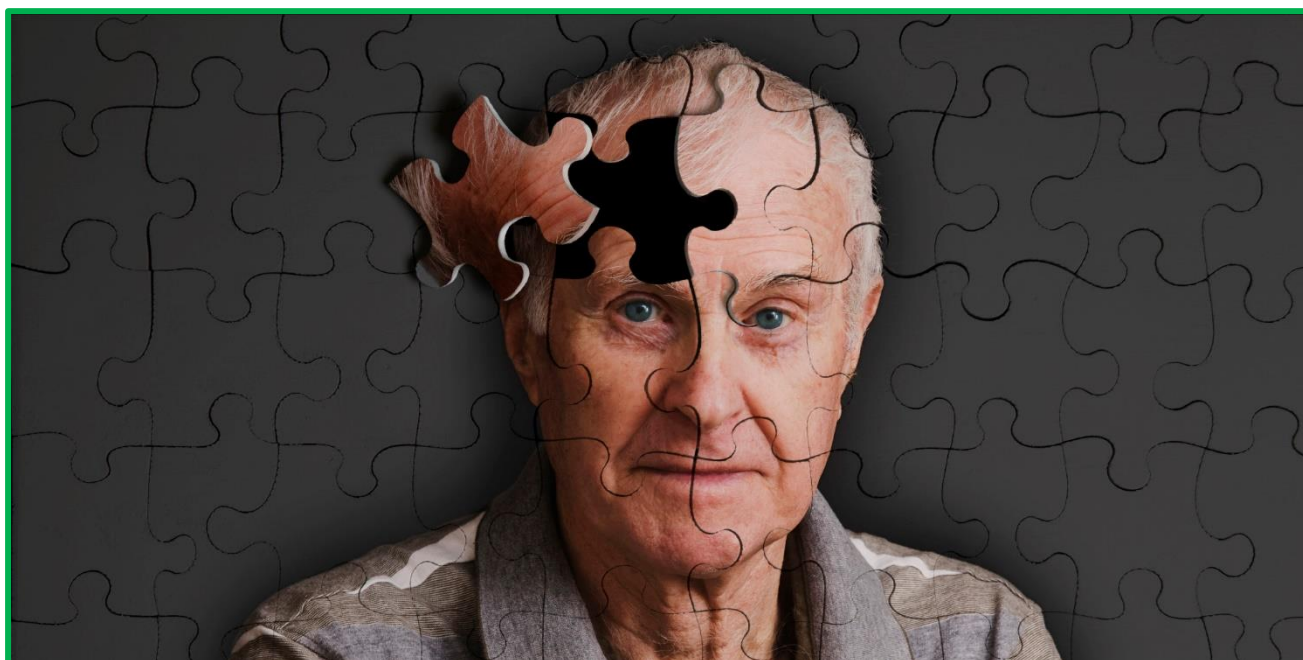
Objetivos específicos:

- Sensibilizar a personas no afectadas por la enfermedad de Alzheimer de las necesidades de nuestro colectivo con el fin de promover la solidaridad y la prestación de ayuda.
- Proporcionar la información suficiente al voluntariado para que su prestación sea de calidad.
- Paliar los déficit de cobertura social existentes.
- Disminuir el aislamiento del enfermo y sus familias al mismo tiempo que se estimula al enfermo.

Para ello, se realizarán actividades como:

1. Apoyo a familias de enfermos de Alzheimer con voluntarios.
2. Cursos de formación para voluntarios.
3. Campañas de captación de voluntarios.
4. Formación del personal.

También se realizó una presentación del voluntariado de nuestra asociación junto con las demás asociaciones de las localidades de Fuengirola y Mijas en la I Jornadas del Voluntariado de Fuengirola- Mijas (octubre 2022).



DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL



La terapia ocupacional es la disciplina socio-sanitaria que evalúa la capacidad de la persona para desempeñar las actividades de la vida cotidiana e interviene cuando dicha capacidad está en riesgo o dañada por cualquier causa.

El terapeuta ocupacional utiliza la actividad propositiva, adecuada y elegida según las necesidades de cada usuario, para ayudar a la persona a adquirir el conocimiento, las destrezas y actitudes necesarias para desarrollar las tareas cotidianas requeridas y conseguir el máximo de autonomía e integración.

Interviene en tres áreas: Actividades de la vida diaria (AVD), actividades productivas y actividades de ocio y tiempo libre; teniendo en cuenta los componentes de ejecución: componentes sensorio- motor, componentes cognitivos y componentes psicosociales.

Así pues, a través de la ocupación, se pretende reestablecer las habilidades pérdidas o mantener las habilidades residuales en la medida de lo posible, e incrementar la capacidad funcional, además de establecer hábitos y rutinas.

La terapia ocupacional en geriatría puede desarrollarse ampliamente en sus diferentes enfoques:

- Enfoque preventivo: mantenimiento del estado de salud y prevención de la declinación funcional.
- Enfoque adaptador: uso de estrategias compensatorias para ayudar a los usuarios a vivir con una discapacidad.
- Enfoque recuperador: uso de técnicas de rehabilitación para ayudar a los usuarios a recuperar su función.



El terapeuta ocupacional realizará una valoración geriátrica integral (VGI) para determinar el estado físico, funcional, sensorial y social del usuario, para así poder llevar a cabo el programa de actividades que se estime oportuno. Los pasos a seguir son:

- Evaluación inicial: se realiza la evaluación inicial del usuario/a mediante diferentes escalas: índice de Barthel modificado (ABVD), índice de Lawton & Brody (AIVD), Entrevista histórica del funcionamiento ocupacional y Listado de intereses.
- Elaboración de un plan individual: adaptado a las necesidades individuales de los usuarios y objetivos adaptados a su funcionalidad.
- Intervención: se llevan a cabo el plan individual.
- Evaluación de seguimiento: pasado un tiempo se re-evalúa al usuario para observar el incremento o empeoramiento funcional y reprogramar, si fuera necesario, su plan de intervención.

Objetivo generales

- Mejorar la calidad de vida del usuario.
- Estimular tanto la capacidad motora (motricidad fina, gruesa, coordinación, estabilidad...) como cognitiva (memoria, atención, concentración...) para alcanzar el máximo de autonomía posible; a través de actividades propositivas.
- Incrementar el desempeño social de los usuarios.

Justificación

Se considera oportuno llevar a cabo este programa porque a través de las actividades propositivas que conforman dicho programa podemos llevar a cabo un seguimiento de las actividades realizadas en el centro y así obtener beneficios a nivel:

- Físico: Aumento de la resistencia muscular, aumento del movimiento y agilidad, mejora de las destrezas manuales, coordinación y estabilidad.
- Cognitivo: Mejora de la atención, memoria, concentración...
- Psicológico: Aumento de la autoestima y bienestar personal, mejora del estado de ánimo, disminución de la ansiedad, estrés o depresión.
- Social: aumento de las relaciones interpersonales.



Metodología

La forma en la que se trabajará será de manera abierta y flexible debido a la aparición de factores que nos puedan llevar a realizar algún cambio en el horario y programación de las actividades propuestas para cada día.

Se realizarán actividades de forma grupal (grupo de 3-4 personas máximo), intentando una máxima participación de cada uno de los integrantes del grupo, otras individuales pero realizadas dentro de un contexto grupal y otras que se realizarán de forma individual.

Dichas actividades serán adaptadas y graduadas según las capacidades, tanto físicas como psicológicas, de cada uno de los usuarios, sin resultar excesivamente fáciles para que no lleven al aburrimiento ni con un nivel de dificultad muy elevado para que no lleve a la frustración.



Los marcos de referencia de la terapia ocupacional utilizados son:

- **Marco biomecánico:** se va a trabajar la movilidad, la fuerza muscular, la estabilidad y resistencia, coordinación y destrezas motoras, para a través de ello, mejorar la función física alterada del individuo.
- **Marco rehabilitador:** el objetivo principal es conseguir que el usuario/a consiga la mayor independencia posible en las AVD, además del aprendizaje y/o práctica de técnicas para suplir déficits sufridos por la propia persona.
- **Marco perceptivo-cognitivo:** la percepción y la cognición son requisitos esenciales para la ejecución funcional. Los déficit perceptivos-cognitivos pueden mejorar mediante una práctica intensiva y reentrenamiento en actividades.



Este programa, llevado a cabo durante el año 2022, ha sido puesto en marcha según la siguiente distribución horaria:

Taller 3: Usuarios en fase avanzada

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
09:00 a 09:45	- Recepción de Usuarios. - Preparación del Taller.	- Recepción de Usuarios. - Preparación del Taller.	- Recepción de Usuarios. - Preparación del Taller.	- Recepción de Usuarios. - Preparación del Taller.	- Recepción de Usuarios. - Preparación del Taller.
09:45 a 10:15	Gimnasia	Gimnasia	Gimnasia	Gimnasia	Gimnasia
10:15 a 12:30	- Terapia. - Estimulación funcional.	- Terapia. - Estimulación funcional.	- Terapia. - Estimulación funcional.	- Terapia. - Estimulación funcional.	- Terapia. - Estimulación funcional.
12:30 a 12:45	- Valoraciones. - Admin.	- Valoraciones. - Admin.		- Valoraciones. - Admin.	- Valoraciones. - Admin.
12:45 a 13:15	Comedor.	Comedor.	Comedor.	Comedor.	Comedor.
13:15 a 13:45	Sesiones individuales.				
13:45 a 15:00	Higiene bucodental.	Higiene bucodental.	Higiene bucodental.	Higiene bucodental.	Higiene bucodental.
15:30 a 17:00.		Taller 2.		Taller 2.	

Durante este tiempo se recibe a los usuarios del taller en la entrada del centro, se agrupan y se van bajando por tandas a su respectivo taller.

En julio de 2022 se realizó el cambio de espacio en el taller 3, optando por optimizar el salón de actos y convertirlo a taller. Colocamos sillones suficientes, abrimos el salón de actos para tener más espacio físico y se distribuyó de una manera óptima todo el espacio para conseguirlo hacer lo más funcional posible.

Se colocaron en una mitad del salón las mesas correspondientes al taller, es decir, las mesas de trabajo en las cuales los usuarios realizan la terapia y/o actividades desde por la mañana hasta la hora del comedor.



En el otro lado, se colocaron las mesas de comedor, utilizándose únicamente para proporcionar espacio para comer los usuarios. También se colocó una mesa auxiliar para poder proporcionar espacio extra y colocar enseres necesarios. En las mesas de comedor siempre se produce la misma distribución de usuarios, para así favorecer su espacio personal y orientación espacial de cada uno.

El material de terapia ocupacional se colocó en diferentes estanterías y muebles, ordenados por componentes funcionales y así tenerlas a completa distribución para el terapeuta ocupacional, demás trabajadores y alumnos de prácticas de diferentes departamentos. También se colocó una mesa de escritorio con un ordenador para poder disponer de un dispositivo de ordenador para realizar los diferentes trámites.

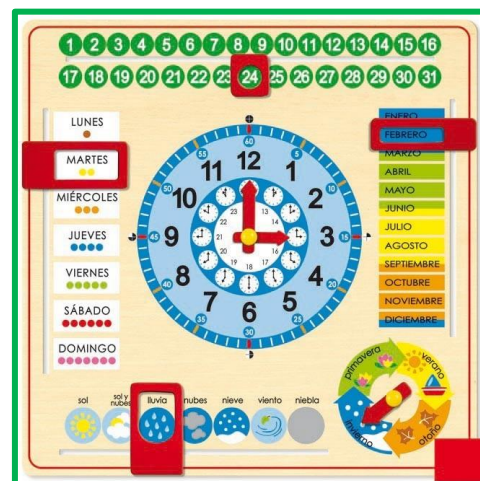


RECEPCIÓN DE USUARIOS Y PREPARACIÓN DEL TALLER - ORIENTACIÓN TEMPORO-ESPACIAL

Durante este tiempo se recibe a los usuarios del taller en la entrada del centro, se agrupan y se van bajando por tandas a su respectivo taller. Van llegando progresivamente según su horario, ya que algunos vienen a diferentes horas o acuden con transporte del centro.

Objetivos

- Favorecer y activar la orientación espacial y temporal para mantenerla el mayor tiempo posible.
- Mantener la orientación personal.
- Activar la memoria personal o autobiográfica.
- Ejercitar lenguaje automático.
- Optimizar los niveles de atención.
- Favorecer la incitación a escribir y la fluidez verbal.



Recursos y estrategias

Se ha hecho uso de calendarios y ayudas externas. Facilidades en las tareas de orientación mediante recursos verbales. Orientación temporal: aspectos más recientes como día, mes, año, estación y aspectos más inmediatos como horas del día, fecha del mes, festividades importantes y fiestas populares, como facilitadoras de la orientación temporal. Cronología personal (fechas y hechos de la biografía personal), para favorecer la orientación temporal. Orientación espacial (aspectos más inmediatos como lugar donde se encuentra y aspectos más recientes como ciudad, provincia, país, etc.).

Ejemplo de actividad:

- ¿Cómo te llamas?
- ¿Qué día de la semana es hoy?
- ¿Dónde estás?
- ¿En qué año naciste?
- ¿Qué fecha es hoy?
- ¿Dónde vives?
- ¿Qué edad tienes?
- ¿En qué mes estamos?
- ¿Cómo se llama /llamó tu esposo/a?
- ¿En qué sitio de la ciudad te encuentras?
- ¿Tienes hijos?
- ¿Qué hora es?
- ¿En qué ciudad?
- ¿En qué momento del día estás?
- ¿Si ahora vas a comer, qué hora debe ser?



Cabe recalcar que esta dinámica puede verse modificada por diferentes factores: falta de usuarios, dinámica grupal y/o individual, ausencia o actitud/estado general de usuarios...

ESTIMULACIÓN – TERAPIA FUNCIONAL

Estimulación Cognitiva

Objetivos

- Estimular y mantener las capacidades residuales a nivel cognitivo.
- Mantener el rendimiento funcional incrementando la autonomía personal en las actividades de la vida diaria y así mejorar la calidad de vida del usuario.

Metodología y recursos

Esta actividad se realiza cada día de la semana individualmente con aquellos usuarios que lo precisen.

Se realizan diferentes actividades de manera individual en función de las necesidades y/o estados de los usuarios en el día.

Para esta actividad se utilizan diversos materiales:

- Pictogramas.
- Puzzles.
- Fichas.
- Letras de canciones.
- Juegos de memoria.



ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ

Esta actividad pretende rehabilitar, mantener y/o mejorar la funcionalidad del miembro superior y la mano con el fin de conseguir una óptima realización de las actividades de la vida diaria.

Objetivos

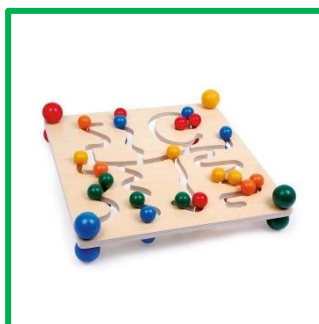
- Apoyo en el desempeño y realización de las actividades de la vida diaria (básicas, instrumentales y adaptadas).
- Mejora/mantenimiento del grado de independencia/autonomía del paciente, mediante ejercicios de destreza de ejecución.
- Conseguir o mantener los rangos de movimiento articular en el miembro superior suficiente para la realización de las actividades de la vida diaria.
- Recuperar la precisión en la pinza.
- Fomentar la funcionalidad de la garra.
- Incrementar la fuerza de la pinza y la garra.

Metodología y recursos

Esta actividad se realiza tres veces por semanas, con una duración de 45 minutos aproximadamente. Se realiza de manera individualizada en función de los objetivos propuestos para cada usuario.

Materiales:

- Ensartados.
- Encajables.
- Pinzas.
- Anillas.
- Tabla para atornillar.
- Otros materiales.



ESTIMULACIÓN SENSORIAL

Objetivos

- Ayudar a percibir, organizar, integrar e interpretar los estímulos recibidos desde el exterior por los diferentes sentidos.
- Provocar respuestas dirigidas y adaptadas a los estímulos.
- Crear un espacio donde trabajar la atención dirigida a actividades reales, propositivas y cotidianas.

Materiales y metodología:

- Tarros con diferentes aromas.
- Pelotas con púas.
- Tabla de texturas.
- Música.
- Pictogramas.
- Objetos de la vida cotidiana.
- Caja de reconocimiento táctil.



GIMNASIA – ACTIVIDAD FÍSICA

Esta actividad se realizó la primera parte del año junto con la fisioterapeuta, llevándose a cabo en el taller 0 y 1 conjuntamente.

Una vez se produjo el cambio y traslado del taller 3, el terapeuta ocupacional pasó a realizar la gimnasia del mismo taller. Esto se debe a que se produjo una división del taller 3, donde se formaron dos grupos para agilizar y focalizar más en los usuarios. Esto se llevó a cabo hasta que el compañero TAFAD se incorporó al equipo técnico, desde entonces, él es quien se encarga del mismo grupo, en el mismo horario.

Objetivos

- Movilización activa de las articulaciones.
- Mejorar el equilibrio y coordinación.
- Aumentar la confianza en uno mismo.
- Ejercitar la memoria, concentración y atención a través del ejercicio físico.



A continuación y de forma general, seguimos la siguiente estructura:

Calentamiento: Consiste en movilizar las principales articulaciones y músculos del cuerpo antes de realizar la actividad para así evitar posibles lesiones.

Los usuarios se colocan sentados (generalmente), formando un círculo y con la suficiente separación para no entorpecerse unos a otros.

- **Cuello:** hacer círculos primero en una dirección y luego en la otra. A continuación flexionar y extender.
- **Hombros:** movimientos ascendentes y descendentes.

A continuación, mover los brazos haciendo círculos, primero hacia delante y luego hacía atrás.

- **Codos:** extender y flexionar ambos codos a la vez.
- **Muñecas:** juntar las manos y hacer círculos, cambiando de dirección.
- **Cadera:** con las piernas separadas hacer movimientos circulares en ambas direcciones (mejor de pie).
- **Rodillas:** elevamos primero una rodilla, a continuación, la otra y luego las dos juntas. Después de flexionar, hacemos lo mismo, pero extendiéndolas.
- **Tobillos:** primero hacer círculos con el pie derecho y luego con el izquierdo. Después con ambos pies nos apoyamos sobre las puntillas y luego sobre los talones.



En la actividad principal, normalmente utilizamos el siguiente material:

- Aros.
- Picas.
- Cuerdas.
- Globos.
- Pelotas (diferentes tamaños).
- Pesas.

Posteriormente, en la relajación, se realizan una serie de ejercicios para relajar los grupos musculares implicados en la actividad principal. Estos ejercicios se realizarán de forma lenta y progresiva, concentrándose en la respiración (inspiración y expiración). Esto permite adaptar la actividad al nivel de los usuarios.

SESIONES INDIVIDUALES

Además de lo comentado previamente, los lunes en horario de 13:15-13:45 se realizan sesiones individuales a dos pacientes externos. Estos pacientes han sido diagnosticados con Enfermedad de Huntington (EH).

Los martes se hacía uso de espacios del centro para realizar terapia individual a un usuario del taller 1, diagnosticado de Enfermedad de Parkinson.

Los viernes se realizaba terapias a un usuario del centro, concretamente del taller 0, diagnosticado de Hidrocefalia congénita. Debido a sus problemas motores se empezó a realizar sesiones de terapia ocupacional.

Desde el departamento de Terapia Ocupacional se hizo una evaluación inicial y cada semana se realiza con ellos actividades dentro de su plan de tratamiento.

COMEDOR

El terapeuta ocupacional interviene en el comedor para promover/mantener la autonomía de los usuarios en éste área del centro.

Los **objetivos** que se proponen son los siguientes:

- Diferenciar cubiertos y hacer uso correcto de ellos.
- Llevar el cubierto del plato a la boca.
- Realizar la actividad sin dispersarse o distraerse.
- Masticar y tragar el alimento sin que tosa.

Además, el terapeuta ocupacional se encarga de utilizar técnicas de compensación y adaptación para los usuarios que tenga problemas de disfagia; como por ejemplo facilitar la deglución a través de un correcto posicionamiento, utilizar cubiertos pequeños que lleven menor cantidad de alimento, eliminar o reducir distracciones, realizar ejercicios orofaciales para mantener la musculatura implicada en la alimentación.

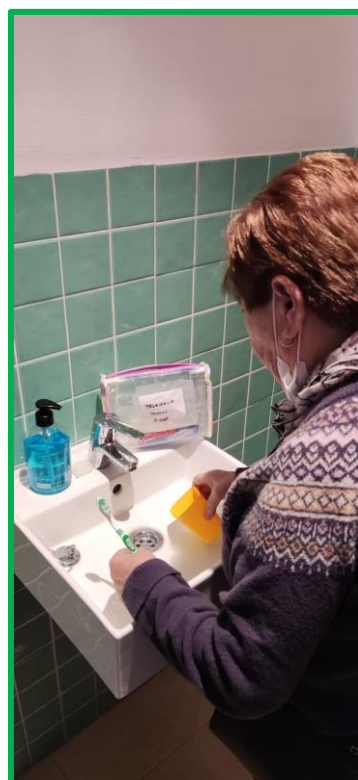
Estas intervenciones se realizan de forma individualizada en el comedor durante el turno primero del almuerzo.



HIGIENE BUCODENTAL

Con motivo del mantenimiento de la higiene bucal, se puso en marcha un taller donde los usuarios de taller 3 realicen la higiene bucodental con la ayuda del terapeuta. Esto, también incluido en actividades de mantenimiento personal y/o de la salud, se realiza posterior al comedor en tandas de 2-3 usuarios. Cada usuario tiene su propio neceser con los objetos necesarios para realizar la higiene, y ellos son responsables de guardarlos para volverlos a utilizar al día siguiente. Se trabaja:

- Mantenimiento de la higiene personal.
- Destrezas motoras.
- Praxias ideomotoras.
- Secuenciación de pasos.



TALLER DE COCINA

Desde principios de 2022 se plantea la posibilidad de retomar el taller de cocina con los usuarios de taller 0 y 1, aprovechando que el taller 1 cuenta con una cocina en pequeñas dimensiones de la cual podemos hacer uso.

Los **objetivos** que nos proponemos con este taller son los siguientes:

Objetivo general: Promover la participación social para la mejora de la autonomía.

Objetivos específicos

- Proporcionar responsabilidades.
- Promover higiene de manos.
- Mejorar/mantener el uso correcto de instrumentos de cocina.
- Estimular funciones ejecutivas.
- Conocer alimentos que ayudan a potenciar la memoria.
- Recordar recetas fáciles de elaborar para su extrapolación en el día a día.
- Trabajar la coordinación bimanual, óculo-manual.
- Trabajar la motricidad fina y gruesa.

Metodología y recursos

La actividad se llevará a cabo en el Taller 1 de Psicoestimulación del centro, donde disponemos de una cocina con todo lo necesario para realizar la actividad. Los recursos materiales utilizados variarán en función de la receta.

Esta actividad se realiza de forma conjunta con el Departamento de Psicología del centro.

Durante el pasado año el Taller de Cocina se desarrolló en 2 ocasiones, la primera coincidió con la celebración de la Semana Santa para la cual los usuarios prepararon torrijas.

TALLER DE COCINA – SEMANA SANTA - TORRIJAS



TALLER DE COCINA – MAYO - EMPANADILLAS



TALLER LÚDICO

Este taller se plantea para ocasiones esporádicas, principalmente cuando los usuarios se muestran reticentes a trabajar en su horario establecido. Por tanto, a veces optamos por opciones más lúdicas y divertidas que puedan captar la atención de una manera más sostenida.

Objetivos

- Estructurar el tiempo libre de forma adecuada.
- Utilizar adecuadamente distintos lugares de ocio.
- Experimentar disfrute de la tarea.
- Adquirir responsabilidad y el respeto a la actividad y al grupo.
- Mantener continuidad en la actividad.
- Potenciar la actividad con los demás.
- Mantener las habilidades cognitivas y potenciar la creatividad.
- Potenciar la tolerancia a los conflictos (saber ganar/perder).



Metodología y recursos

Esta actividad se realiza en el aula. Generalmente se divide el grupo en grupos reducidos donde cada usuario puede elegir qué actividad le apetece hacer. Utilizamos: Juegos de mesa como el parchís, dominó, cartas, entre otros juegos.

En este año 2022 se celebró, por ejemplo, la llegada de la Feria de Fuengirola 2022, por lo que algunos usuarios del taller, junto con otros del centro, salieron al patio para celebrar su feria. En él, se habían colocado numerosas decoraciones, una barra y espectáculos musicales.

Además, para celebrar la Navidad en el centro, los usuarios del taller 3, junto con la ayuda del terapeuta y de los auxiliares del centro, decoraron el taller con un árbol de Navidad, un belén y demás decoraciones de las fiestas.



Además, para celebrar la Navidad en el centro, los usuarios del taller 3, junto con la ayuda del terapeuta y de los auxiliares del centro, decoraron el taller con un árbol de navidad, un belén y demás decoraciones de las fiestas.



OTRAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL CENTRO

Realización de productos de apoyo de bajo coste para mejorar la autonomía de los usuarios:

- Abotonadores.
- Lápices y bolígrafos adaptados con diferentes ayudas: bolas de poliestireno, plastilina, masilla...
- Cubiertos pesados, para mejorar la estabilidad.
- Creación cuchillo basculante casero.



TALLER INTERGENERACIONAL: Dirigido por el Departamento de Psicología del Centro

Dentro de este programa, se estructuran visitas al centro, y debido a la cantidad de alumnos que acuden, se reparten entre todos los talleres. Por tanto, en varias ocasiones han acudido al taller 3 y han interactuado e implicado en la rutina de los usuarios del taller.

TERAPIA OCUPACIONAL

TALLER 2 PSICOESTIMULACIÓN COGNITIVA

PROGRAMA DE PSICOESTIMULACIÓN: TALLERES GRUPALES

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

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 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

Horario	Actividad
08:30 a 09:30	Acogida y desayuno
09:00 a 10:40	Orientación espacio-temporal, tareas de lecto-escritura (actividades de lápiz y papel).
10:40 a 11:30	Fisioterapia
11.30.a 12.00	Aperitivo
12:00 a 13:45	Manualidades y actividades de ocio.
13:45 a 15:00	Almuerzo y sobremesa.
15:00 a 17:00	Taller de tarde de psicoestimulación cognitiva y ocio.

OTRAS ACTIVIDADES DEL DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

- Celebración del Día de San Valentín.
- Mosaico del aniversario de AFA (19 AÑOS).
- Celebración del día de Andalucía.
- No a la Guerra: Bandera de Ucrania.
- Elaboración de Los penitentes de Semana Santa.
- Los penitentes de la Semana Santa.
- Panel sensorial.
- Fiesta de la Cruz de Mayo.
- La Escalera Lectora.
- La feria: La hora del *Rebujito*.
- Los capotes.
- Felicitaciones navideñas (Tarjetas).

ACTIVIDAD: DÍA DE LOS ENAMORADOS (SAN VALENTÍN)

Con motivo del Día de San Valentín desarrollamos esta actividad con la elaboración de un corazón, con el que quieren dar las gracias a la persona elegida por cada usuario, por darle su apoyo o/y por ser su amigo.

Los objetivos a conseguir con esta actividad es la mejora del estado de ánimo de los usuarios, ya que pueden transmitir emociones y sentimientos con la expresión plástica, una vez que el lenguaje verbal es insuficiente para expresarlos.



ACTIVIDAD: MOSAICO DEL ANIVERSARIO DE A.F.A. (19 AÑOS).

Con motivo del 19 Aniversario de AFA, los usuarios realizaron una letras de colores, donde aparecía la frase "Feliz Aniversario". De esa manera han colaborado en la realización de la presentación del cartel conmemorativo.



ACTIVIDAD – CELEBRACIÓN DEL DÍA DE ANDALUCÍA.

Con esta actividad se pretendió recordar las tradiciones y concretamente, la gastronomía como señas de identidad. Así conseguimos como objetivo 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.



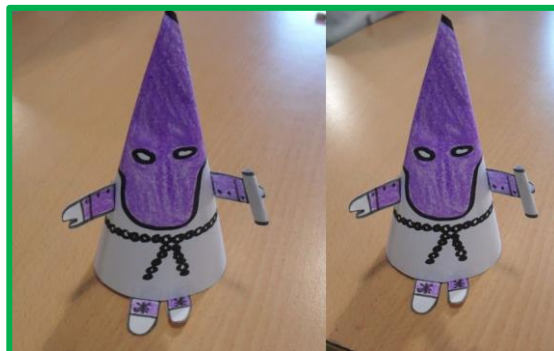
ACTIVIDAD: NO A LA GUERRA – BANDERA DE UCRANIA

Con esta actividad han querido solidarizarse con esta Nación que tan injustamente está siendo abatida por Rusia. Para ello han elaborado una bandera, con el fin de que su cielo vuelva a ser tan azul como lo ha sido siempre, y que sus campos vuelvan a tener el amarillo de los trigos, ya que era la despensa de Europa.



ACTIVIDAD: LOS PENITENTES DE SEMANA SANTA

Se elabora unos penitentes de Semana Santa con el fin de trabajar las praxias, más concretamente la motricidad óculo-manual grueso y fino.



ACTIVIDAD: PANEL SENSORIAL

Se elabora un cuaderno sensorial, ya que los sentidos son la primera vía de entrada de la información de nuestro entorno. Es sabido que, toda la información que tenemos del mundo que nos rodea, la recibimos a través de los sentidos. Gracias a ello podemos orientarnos, comprender nuestro entorno, trabajar la memoria, la atención, tener nuevas experiencias y construir aprendizajes. Con la edad vamos perdiendo cualidades sensoriales como el tacto y el olfato entre otros, de ahí la importancia de trabajar la estimulación sensorial.



ACTIVIDAD: LA CRUZ DE MAYO

Celebramos las Cruces de Mayo con la elaboración de un patio Andalúz, que tiene como eje principal construir una cruz con flores de papel que se han confeccionado en los talleres de psicoestimulación. Los objetivos de esta actividad son entre otros fomentar la participación de todos los usuarios, las reminiscencias y fortalecer las relaciones sociales.



ACTIVIDAD: LA ESCALERA LECTORA

La finalidad de esta actividad es potencia la lectura y también aprovechar los espacios como las escaleras para crear y generar lenguaje a través de frases de agradecimiento a nuestros mayores, con mensajes llenos de respeto y al mismo tiempo acogedores. Agradecerles los saberes generados que nos ayudan a diario a ser mejor mejores personas.



ACTIVIDAD: FERIA – LA HORA DEL REBUJITO

Durante la feria del Rosario se elaboró una caseta de feria llamada “Afavó” con la que se ha pretendido acercar la feria a los usuarios, y durante toda la semana se les llevaba a dicha caseta ; se les ponía música , podían bailar y más tarde se les ofrecía un aperitivo simulando la hora del Rebujipto.



ACTIVIDAD: LOS CAPOTES

Con esta actividad pretendemos agradecerles a los Toreros que participaron en la corrida benéfica en favor de AFA. Para ello los usuarios elaboraron unos capotes de tela con las letras bordadas por ellos, que podían colgar en el coche.



ACTIVIDAD: DECORAMOS LA NAVIDAD

Para decorar nuestra navidad cada año se elabora un conjunto de tarjetas con diferentes tipos de materiales plásticos y técnicas, que más tarde se expusieron en nuestro centro, formando parte de la decoración navideña del centro y hemos participado en el concurso de tarjetas navideñas de CEAFA.



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 Residencia.

OBJETIVO GENERAL

El servicio 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 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 y glucemia para favorecer el diagnóstico precoz.
- Establecimiento de Diagnósticos de Enfermería NANDA.
- Establecimiento de Intervenciones de Enfermería y consecución de objetivos.
- 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 Residencia.
- Control de la dieta de los usuarios, garantizando una ingesta adecuada, y detectando precozmente problemas nutricionales tanto por defecto como por exceso.

PATOLOGÍAS CRÓNICAS Y PREVALENTES EN A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA

La patología 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 cardíacas y trombosis venosa profunda.

Usuarios diabéticos.

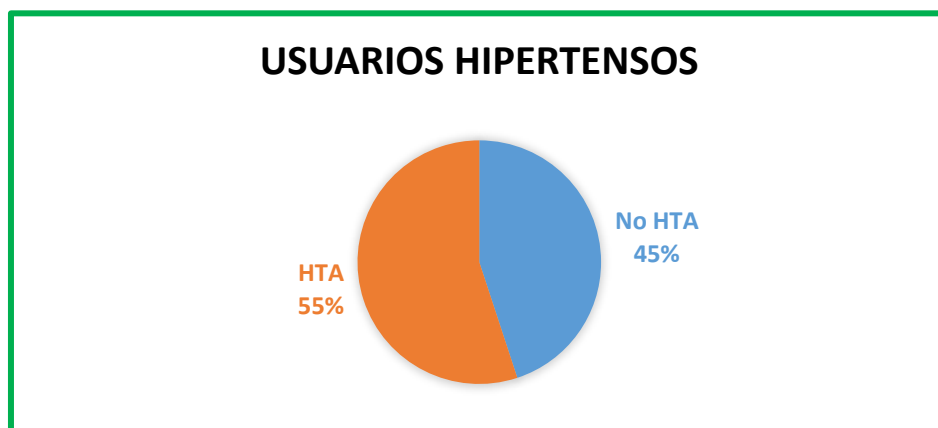
Actualmente en el centro contamos con un total de 20 usuarios diabéticos, de los cuales solo uno es insulín dependiente, ya que gracias a los tratamientos con antidiabéticos orales y al mantenimiento de un estilo de vida saludable la mayoría de usuarios salvo uno presentan unos niveles glucémicos dentro del rango terapéutico, es decir, 70-120 mg/dl en ayunas, o inferior a 180 mg/dl media hora después de las comidas. Estos 20 usuarios representan un 22% del total.



Usuarios con hipertensión arterial

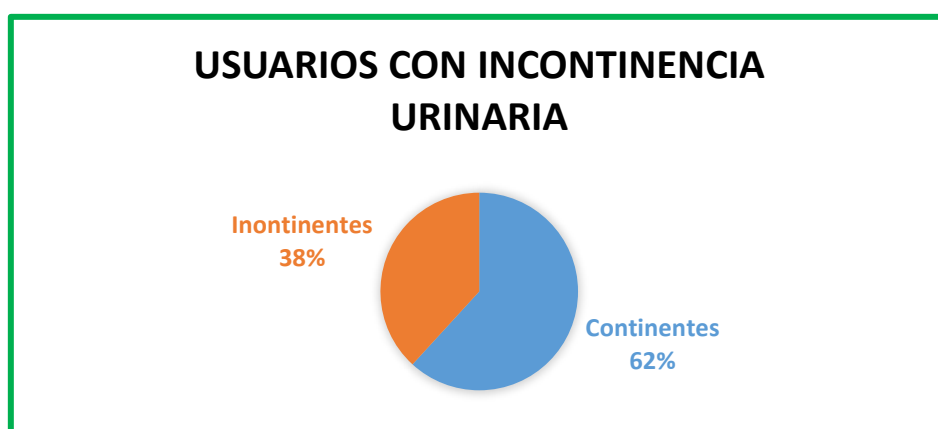
La hipertensión arterial (HTA) es sin duda, la afección con mayor incidencia dentro del centro, afectando a un 55% del total de usuarios, ya que son 49 usuarios los que la padecen.

Gracias a controles periódicos de tensión arterial hemos detectado cuatro 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

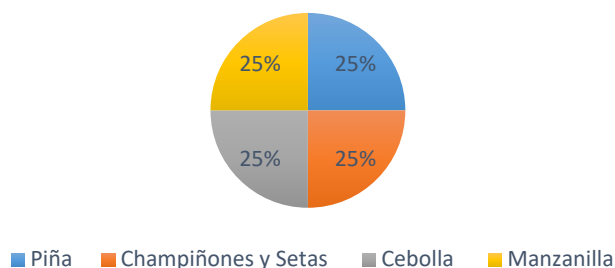
Actualmente en el centro hay 34 usuarios con incontinencia urinaria, es decir, un 38% que presentan incontinencia urinaria funcional, las causas de ésta son variadas y pueden ser debido a trastornos físicos (movilidad reducida), cognitivos (demencia), farmacológicos o a la unión de varios de estos factores.



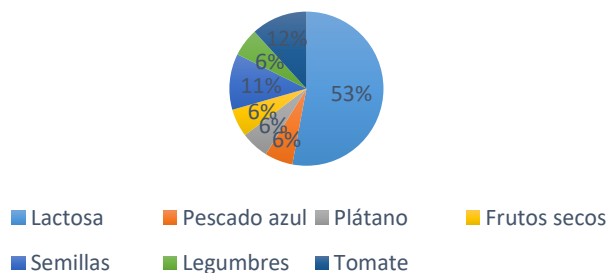
Usuarios con alergias e intolerancias

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

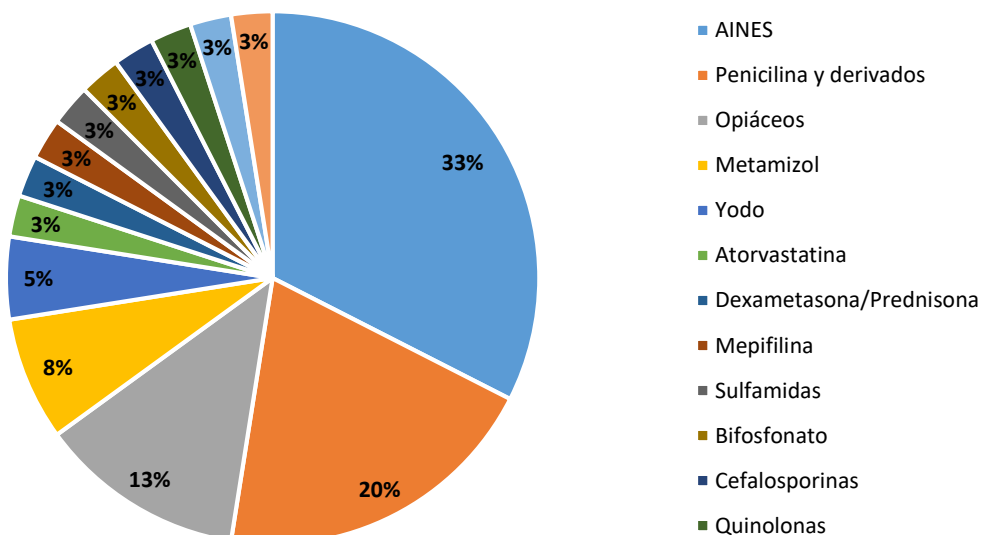
ALERGIAS ALIMENTOS

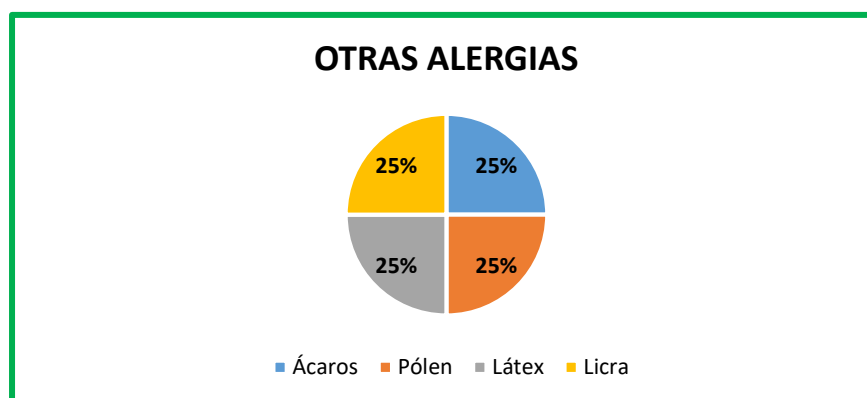


INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS



ALERGIAS/ INTOLERANCIAS FARMACOLÓGICAS





FORMACIÓN A LOS PROFESIONALES Y CUIDADORES FORMALES

Objetivos generales

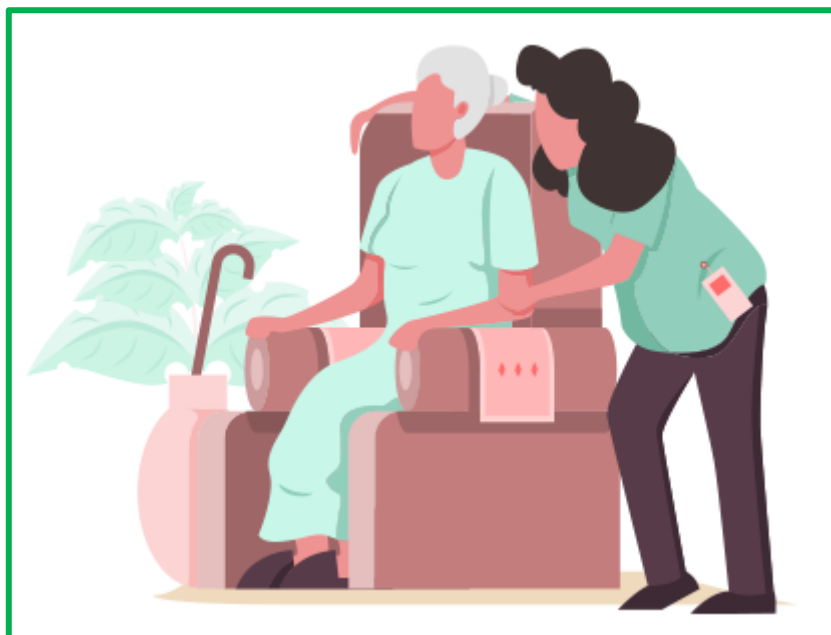
Capacitar, aconsejar y resolver dudas sobre aspectos relacionados con la salud en general, cambios físicos, psíquicos, pautas de eliminación habitual, etc.

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 RESIDENCIA



Actualmente disponemos del servicio de Residencia para enfermos de Alzheimer y otras demencias, que 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 un período prolongado de tiempo siendo una alternativa al hogar familiar cuando confluyen una serie de circunstancias que desaconsejan su permanencia en su domicilio. Nuestros servicios ofrecen:

- Garantizar una atención integral que favorezca las distintas facetas personales: física, psíquica, espiritual, social-relacional, cultural, para que viva en un ambiente positivo y en plenitud, mejorando su calidad de vida.
- Promover medios y recursos que ayuden a mantener su autonomía personal y su bienestar.
- Proporcionar una vivienda estable y segura donde los residentes tengan un ambiente de convivencia familiar, que les permita desenvolverse como si estuvieran en su entorno habitual.
- Promover la integración y la participación social.
- Prevención y tratamiento de la integridad cutánea.
- Potenciar y controlar la adhesión al tratamiento médico.
- Evitar en la medida de lo posible los problemas relacionados con las enfermedades crónicas.
- Manejo de las incontinencias tanto urinarias como fecales.
- Realización de escalas y valoraciones geriátricas con el fin de garantizar un seguimiento.
- Preparación y administración de los medicamentos.
- Prestar apoyo y orientación a familiares.
- Control y revisión de sujeciones.
- Control y gestión de materiales sanitarios y orto-protésicos.
- Gestión de las incidencias.

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.

SERVICIO DE ATENCIÓN MÉDICA POR EL GERIATRA

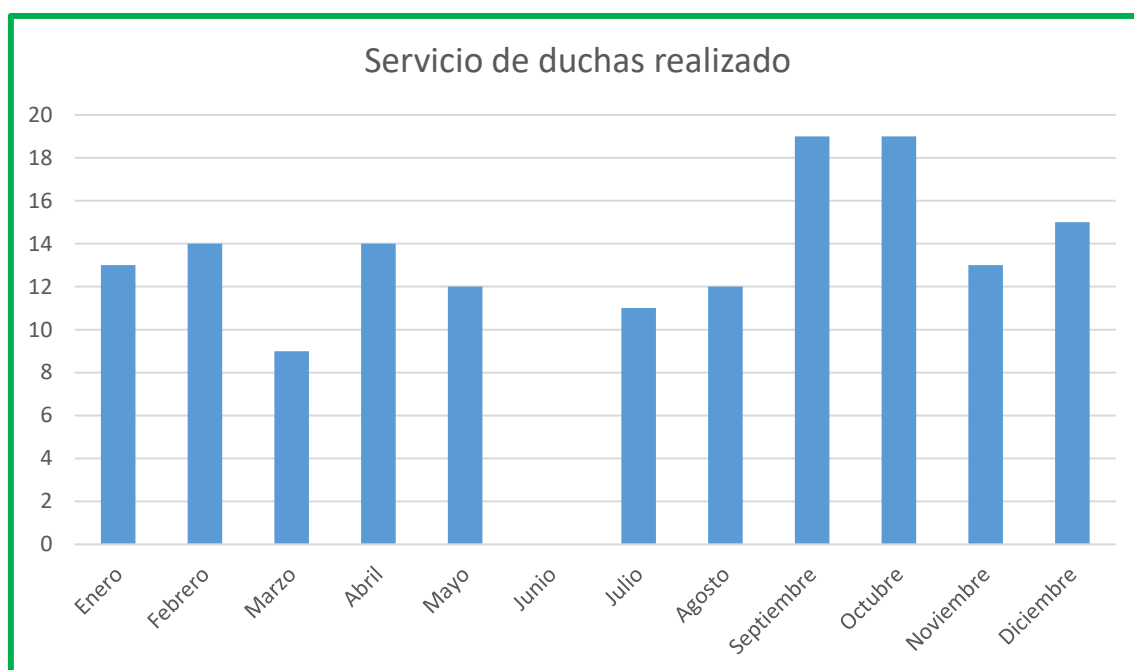
Desde el año 2018 los usuarios del Servicio de Residencia se benefician de las visitas médicas realizadas de forma semanal por el Geriatra José Antonio López Trigo. Durante las mismas, revisa el estado general de los usuarios, y atiende los posibles cambios en la pauta de medicación.



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 realización de 14 duchas al mes, pudiendo seleccionarse de manera puntual o regular de lunes a viernes.



SERVICIOS 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 periodicidad de una vez cada dos meses aproximadamente y cuenta con una media de 14 usuarios por cada visita podológica programada.



SERVICIO DE PELUQUERÍA

El servicio de peluquería se ofrece a través de un profesional externo. Se oferta cada dos meses aproximadamente. En cuanto la peluquera confirma la fecha de la visita para dar el servicio se envía un comunicado a los familiares informándoles de la misma, así como de los precios de los distintos servicios. Este servicio solo se ofrece a aquellos usuarios cuyos familiares así lo hayan solicitado.



RESULTADOS OBTENIDOS DEL DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA

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.

Aumentar 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 establecen 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 AUXILIAR DE ENFERMERÍA A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA

Rosa Mª Expósito Coordinadora	Ana María Sorba	Dolores Valencia	Sonia Trujillo	J. Francisco Vilchez	Ángela Vázquez	Mª Eugenia Rosado
Jacqueline E García	Marta Cervera	Patricia Jiménez	Mateo Musso	Francisco Millán	Alejandro Cabeza	Ana Belén Martín

DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA



DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA EN AFA FUENGIROLA-MIJAS COSTA: GERONTOGIMNASIA Y MÚSICA

La música resulta especialmente beneficiosa para las personas mayores, mejorando el estado anímico y la motivación, aliviando el estrés, y favoreciendo la memoria. Es un instrumento importante para mejorar la calidad de vida en general. En concreto, en pacientes con Enfermedad de Alzheimer y otras demencias se consigue que tarareen las canciones, así como aumentar la movilidad, la coordinación y las habilidades cognitivas.

Por ello es interesante acompañar las actividades de gerontogimnasia con música. Al inicio de la sesión, ésta, de una forma suave invita a crear un ambiente relajado. En la fase de activación-animación facilita la ejecución de movimientos, fomenta la participación y la motivación. Y en la fase de vuelta a la calma también resulta útil para disminuir el ritmo cardíaco y respiratorio de forma progresiva mediante técnicas de relajación, respiración y estiramiento. En definitiva, es de utilidad para fomentar la participación, la interacción social y hacer más dinámicas las actividades.

Durante el año 2022, conseguimos para el gimnasio del centro, un dispositivo de música con el cual llevar a cabo todo lo comentado anteriormente. Se encuentra ubicado en una de las esquinas de la sala, de manera que el sonido se pueda expandir adecuadamente y no suponga un obstáculo que propicie caídas y tropiezos.



OBJETIVOS DEL DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA

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.

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.
- Reeducción de la higiene postural.
- Adaptación al ejercicio físico en usuarios que empiezan a presentar desacondicionamiento.
- Reeducción 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 2022 se han llevado a cabo 75 evaluaciones iniciales, de las cuales, 71 corresponden a centro de día y 4 corresponden a residencia.



Dentro de las evaluaciones de usuarios de centro de día, 40 fueron realizadas a mujeres y 31 a hombres.



Dentro de las evaluaciones de usuarios de residencia, todas fueron realizadas a mujeres.

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 2022 fueron de 116, de las cuales 94 corresponden a centro de día y 22 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:

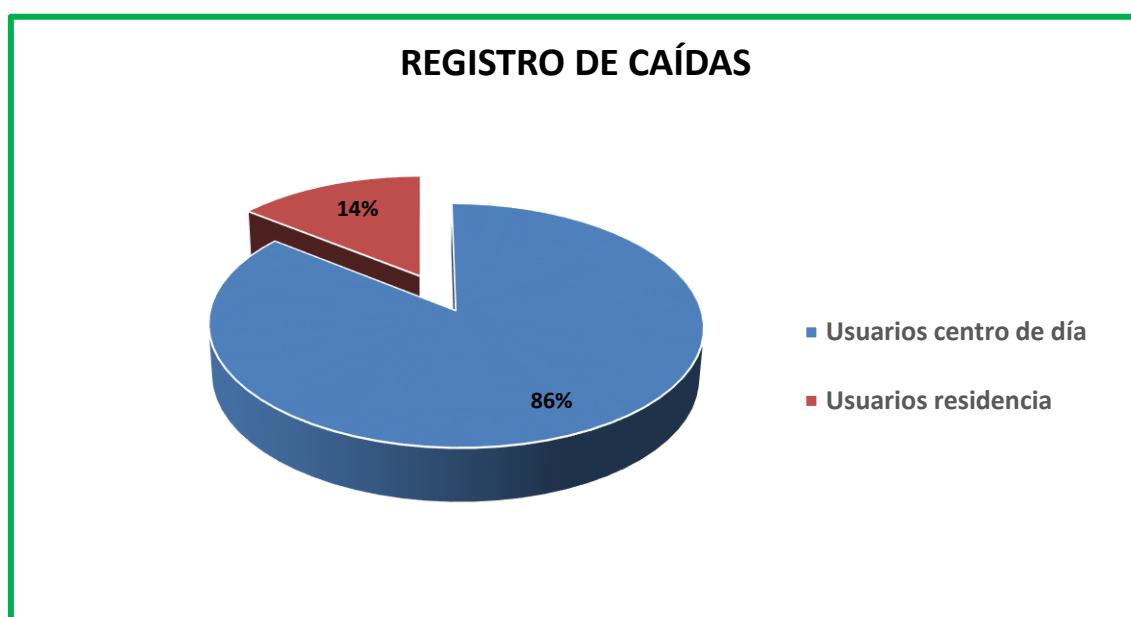
- Identificar, al realizar el ingreso a través de una exhaustiva evaluación y mediante el empleo de escalas estandarizadas (escala de Downton, escala de Tinetti) si el usuario presenta riesgo de caída, que deberá incluirse en su historia.
- Detectar aquellos usuarios que durante un tiempo de estancia 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.



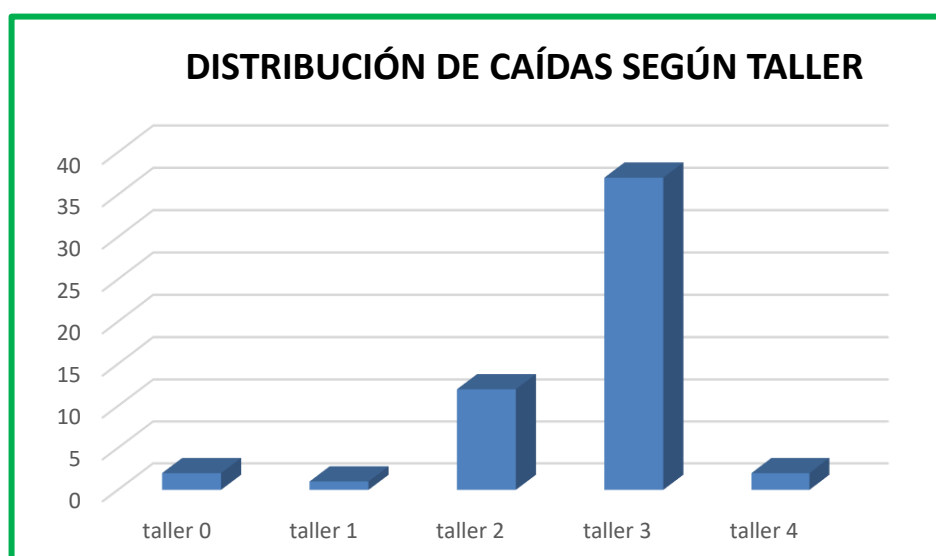
Tras una caída, o después de tener conocimiento de ella, se procede del siguiente modo:

- **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.

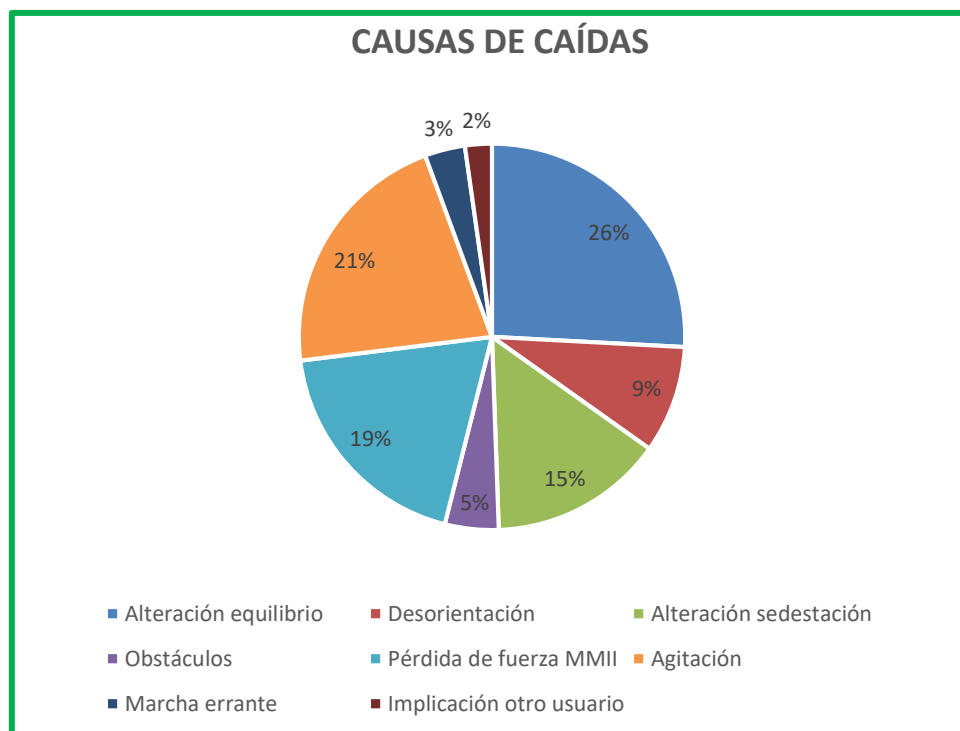
Durante el año 2022 el número total de caídas fue de 63, de las cuales 54 corresponden a usuarios de centro de día, y 9 corresponden a usuarios de residencia.



El número de caídas distribuidas por talleres fue de: 2 correspondientes a usuarios del taller 0; 1 a usuarios del taller 1; 12 a usuarios del taller 2; 37 a usuarios del taller 3; y 2 a usuarios del taller 4.



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, agitación, marcha errante y la implicación de otro usuario.



Las principales consecuencias de las caídas fueron: 43 no tuvieron consecuencias, 16 presentaron contusiones y/o hematomas, 3 sufrieron fractura y 4 precisaron asistencia médica.



GINNASIA GRUPAL (GERONTOGINNASIA) Y PSICOMOTRICIDAD

Durante el año 2022 (a partir del segundo semestre, concretamente en el mes de agosto), se llevó a cabo la reinclusión de los residentes en los talleres para todo tipo de actividades (físicas y cognitivas) gracias a los altos índices de vacunación frente al COVID-19 y la mejora de la situación epidemiológica. Además, con el fin de mejorar la atención ofrecida hacia usuarios y residentes, se procedió a reorganizar los talleres ya existentes e incluir uno nuevo, denominado taller 4, en la cual tienen cabida usuarios y residentes que por su avance severo de la enfermedad no realizan apenas actividad física y/o movimientos activos-asistidos y precisan de atención individualizada.

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 Taller 4 (Fase muy avanzada). Cada taller realiza una gimnasia grupal adaptada a las características del grupo y en un momento determinado de la mañana (excepto en el caso del Taller 4, donde las actividades son individuales).



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.).

Metodología

La duración aproximada 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, y algunos de ellos realizan entrenamiento de la marcha por paralelas según sus necesidades. 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 40-45 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. Los usuarios realizan actividades en grupos (entre 6-8 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.

Taller 4. Debido a las necesidades más específicas que presentan por su deterioro grave, los usuarios y residentes de este taller reciben tratamiento fisioterápico individualizado.



La temporalización diaria de la gimnasia grupal durante el año 2022 fue la siguiente:

DEL 1 DE ENERO AL 18 DE AGOSTO	DEL 19 DE AGOSTO AL 31 DE DICIEMBRE
• Residentes: De 09:00 a 15:00h. Tanto de forma individual como grupal.	• Taller 4: De 09:00 a 10:15h. De forma individual.
• Taller 3: De 10:15 a 10:45h. De forma individual.	• Taller 3: De 10:15 a 10:45h. De forma grupal e individual.
• Taller 3: De 12:30 a 13:00h. De forma grupal.	• Taller 3: De 12:30 a 13:15h. De forma grupal.
• Taller 2: De 10:45 a 11:30h. De forma grupal.	• Taller 2: De 10:45 a 11:30h. De forma grupal.
• Talleres 0 y 1: De 11:40 a 12:20h. De forma grupal.	• Talleres 0 y 1: De 11:40 a 12:20h. De forma grupal.

TRATAMIENTOS FISIOTERÁPICOS 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 2022 el número de usuarios que han requerido asistencias individuales han sido: 47, de los cuales 10 corresponde a residentes y 37 a usuarios de centro de día.

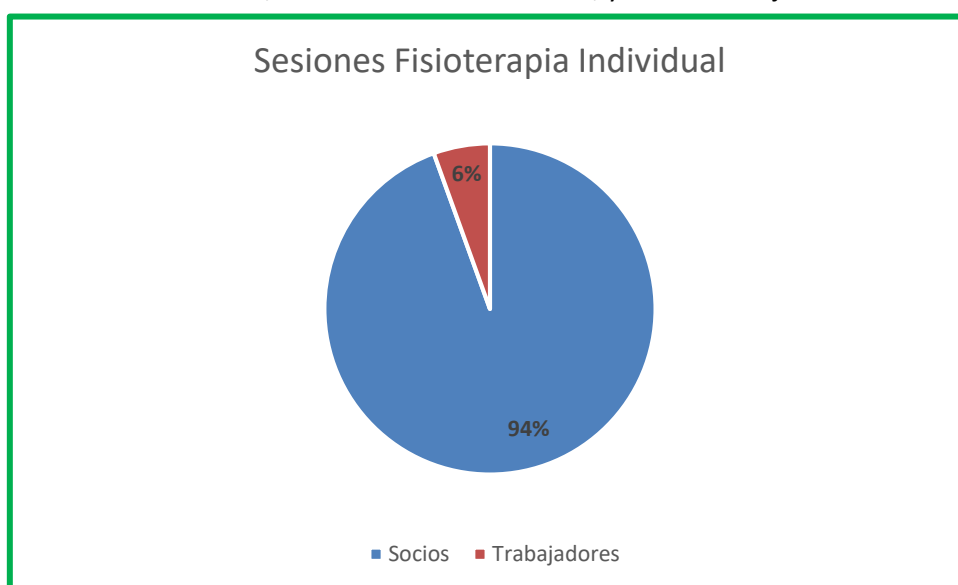
Las principales patologías tratadas desde el departamento de Fisioterapia, ya sean patologías específicas o asociadas a la enfermedad, son: fisuras-fracturas, traumatismos/procesos inflamatorios agudos (musculares, artrósicos/artríticos...), traumatismos post-caídas, deterioros motores asociados a la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



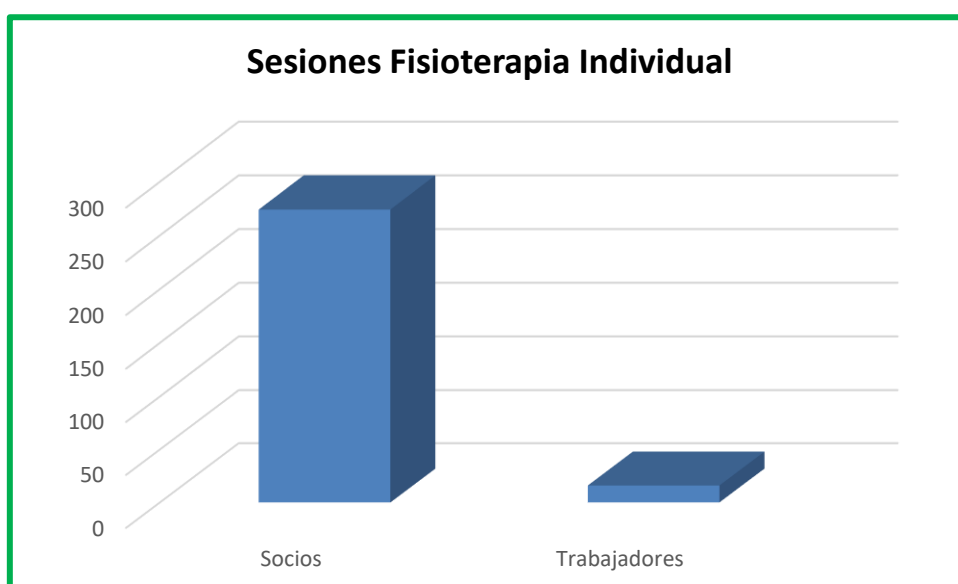
Dirigidos a no usuarios del centro

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 socios 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 2022 se proporcionó asistencia fisioterápica a un total de 13 personas no correspondiente a usuarios del Centro de Día ni residentes, de los cuales 8 eran socios, y 5 eran trabajadores del centro.



El total de número de sesiones realizadas fue de 290, de las cuales 274 corresponden a socios (94%) y 16 a trabajadores (6%).



JUNTA DIRECTIVA
A.F.A. FUENGIROLA - MIJAS COSTA

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2022



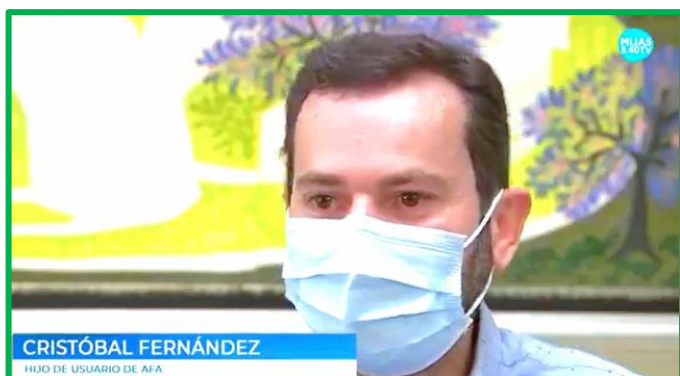
FEBRERO

02/02 – RECOGIDA DE FIRMAS PARA LA CAMPAÑA “NO SOY IDIOTA, SOY MAYOR”.

La Junta Directiva de A.F.A. Fuengirola – Mijas Costa quiso sumarse a esta campaña puesta en marcha por el urólogo jubilado Carlos San Juan a través de la plataforma Change.org que buscaba un trato más humano de la banca a las personas mayores afectadas por la exclusión digital. Durante este mes solicitamos la colaboración a nuestros socios y a los familiares de los usuarios dando difusión a este movimiento. En febrero se presentaron ante el Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital más de 600.000 firmas.

**24/01 – MIJAS 3.40TV ENTREVISTA A FAMILIARES DE LOS USUARIOS DEL CENTRO ADOLFO SUÁREZ.**

La cadena de televisión local de Mijas se acercó al Centro Adolfo Suárez con el fin de entrevistar a algunos familiares de los usuarios del centro. Durante estas entrevistas los familiares pudieron expresar la ayuda que para ellos han supuesto los recursos y servicios que ofrecemos tanto para ellos como para sus familiares.



MARZO

19/03 – COMIDA POR EL 1 ANIVERSARIO DEL COLEGIO SALLIVER A BENEFICIO DE A.F.A. FUENGIROLA – MIJAS COSTA.

Con esta comida benéfica el Colegio Salliver celebraba 50 años educando y formando académicamente a sus alumnos y para ello pensaron en celebrar un almuerzo en el Castillo Sohail de Fuengirola al que asistieron alumnos, familiares, personalidades y medios de comunicación. El equipo del Salliver nos tuvo en cuenta una vez más y ayudaron al sostenimiento del Centro Adolfo Suárez para enfermos de Alzheimer con la recaudación del evento.



23/03 – VISITA AL CENTRO ADOLFO SUÁREZ DEL GRUPO SOCIALISTA DE FUENGIROLA.

El PSOE de Fuengirola se pasó por nuestro centro para ver de primera mano las instalaciones y el trabajo que se desarrolla en ellas día a día. Pudieron constatar que damos cobertura a los enfermos de Alzheimer y a sus familias ofreciendo unos servicios y atención especializada. También advirtieron que para seguir ofreciéndolos se hace necesaria la colaboración de las administraciones públicas por medio de subvenciones.



28/03 – VISITA AL CENTRO ADOLFO SUÁREZ DE FRANCISCO AGUADO, AUTOR DEL LIBRO “MIGUEL MÁRQUEZ - EL LEÓN CALLADO”.

Recibimos la visita de Francisco Aguado, autor del libro "El león callado" junto a Jesús Márquez (torero hermano de Miguel Márquez), y Alfonso Galán (torero y propulsor de esta iniciativa). Coincidiendo con el XV aniversario desde el fallecimiento del torero fuengiroleño se prepararon algunas actividades entre las que se encontraba la presentación del libro, cuyas ventas irían destinadas a ayudar con el sostenimiento del Centro Adolfo Suárez.



La presentación del libro tuvo lugar en la Casa de la Cultura de Fuengirola el día 30 de marzo y desde entonces se dieron una serie de charlas donde se rindió homenaje al torero fuengiroleño.



30/03 – RECONOCIMIENTO A ENCARNA ACEDO POR SU IMPLICACIÓN EN LA JUNTA DIRECTIVA DE A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA.

La Junta Directiva celebró un almuerzo para reconocer la trayectoria y la implicación de Encarna Acedo durante su tiempo como miembro de la Junta.



31/03 – FIRMA DEL CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE EL C.E.I.P. VALDELECRÍN Y A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA.

Representantes del C.E.I.P. Valdelecrín visitaron el Centro Adolfo Suárez con motivo del convenio de colaboración firmado entre el centro educativo y A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa para el curso 2022/2023.

Este acuerdo recoge el proyecto *"La educación en valores y la educación intergeneracional: Pilar de conexión para el alumnado entre lo que fuimos, lo que somos y lo que queremos ser"*, que se ha estado llevando a cabo con el alumnado de 6º de primaria.



ABRIL

29/04 – FERIA DEL LIBRO DE FUENGIROLA – PRESENTACIÓN “EL HIJO DEL CAPITÁN”.

Estuvimos en la Feria del Libro que el Área de Cultura del Ayto. de Mijas organizó en las Lagunas, acompañando a Lucas González Rengel en la presentación de su libro "El hijo del capitán".

Tuvo un generoso gesto con nuestra asociación, asignando la recaudación de un lote de sus libros como donación para ayudar al sostenimiento del Centro Adolfo Suárez.



MAYO

01/05 – ASISTENCIA A LA CELEBRACIÓN DEL 50 ANIVERSARIO DE LA LLEGADA DE LA VIRGEN DEL CARMEN A FUENGIROLA.

Tuvimos la ocasión de acompañar a la Virgen del Carmen en la celebración por su 50 Aniversario desde su llegada a Fuengirola.



07-08/05 – INSTALACIÓN PUESTO INFORMATIVO Y DE CAPTACIÓN DE SOCIOS/VOLUNTARIOS EN FUENGIROLA.

Durante este fin de semana la Junta Directiva instaló un puesto en la Plaza de la Constitución de Fuengirola con el fin de informar a los interesados sobre la actividad de la asociación. Aprovechamos también para realizar una campaña para captar nuevos socios y voluntarios que quisieran sumarse a nuestra causa.

08/05 – XI EDICIÓN DEL DÍA DEL PERRO DE FUENGIROLA.

El 08 de mayo tuvo lugar en los alrededores del Castillo Sohail una nueva edición del Día del Perro promovido y organizado por el Ayuntamiento de Fuengirola. Los asistentes pudieron disfrutar de una jornada en compañía de sus amigos peludos donde no faltaron talleres de adiestramiento, mini-juegos y espacios donde las Asociaciones Protectoras de Animales de la zona se pudieron dar a conocer.

Una vez más el Ayuntamiento de Fuengirola pensó en nosotros y nos cedió los derechos de explotación de la barra solidaria que se instaló donde pudimos vender a los asistentes comida y bebida a precios populares y con cuya recaudación se ayudaba al sostenimiento del Centro Adolfo Suárez para enfermos de Alzheimer y otras demencias de Fuengirola-Mijas Costa.



11/05 – ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA DE SOCIOS.

Como cada año, la Junta Directiva convocó a los socios de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa para asistir a la Asamblea General Anual. Tuvimos sesión ordinaria de la asamblea donde se pudo dar información del estado de la Asociación, los servicios y actividades presentados por cada uno de los técnicos y el estado de las cuentas. También se planteó la propuesta de actividades y eventos para el siguiente año.



16/05 – V GALA DEL VOLUNTARIADO “ROCÍO ALFARO” DE FUENGIROLA

El Palacio de la Paz de Fuengirola acogió una vez más La Gala del Voluntariado Rocío Alfaro de Fuengirola, que busca reconocer la labor de las personas que entregan su esfuerzo y su tiempo a la acción solidaria de las entidades que forman parte del tejido asociativo del municipio.

A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa nominó a **José Carlos Rueda**, voluntario que, durante lo más duro del confinamiento, dedicó su tiempo para traer churros a los usuarios de nuestra residencia, los cuales sufrieron los estragos por el aislamiento y la separación de sus familiares.



18/05 – I PANEL DE EXPERTOS DE PERSONAS CON ALZHEIMER (PEPA)

Esta iniciativa impulsada por la Confederación Española de Alzhéimer (CEAFA) e implementada en Andalucía por la Confederación Andaluza de Alzhéimer y otras Demencias (CONFEAFA) cuyo objetivo es visibilizar las demencias a través del testimonio directo de los propios enfermos, cuidadores, terapeutas y familias. A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa participó en este panel de expertos con la colaboración de los usuarios Juan Antonio Pastor y Juan José Aragonés, y de sus familiares.



26/05 – SARDINADA SOLIDARIA DE FUENGIROLA

Esta actividad organizada por el Ayuntamiento de Fuengirola y ubicada en la Playa de los Boliches ofreció uno de los manjares más característicos de la Costa del Sol, los espetos de sardinas a precios muy populares (3€ el espeto + bebida). Además, la recaudación fue destinada para dos causas solidarias, la AECC de Fuengirola -Mijas y A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa.



JUNIO

28 y 29/06 – CINE DE VERANO DE FUENGIROLA 2022

El Recinto Mare Nostrum de Fuengirola fue escenario de una nueva edición del Cine de Verano de Fuengirola. En esta ocasión. Este evento está organizado de forma conjunta por el Ayuntamiento de Fuengirola y el Centro Comercial Miramar.

El martes 28/06 se proyectó la película “Espías con disfraz”, una cinta de animación con mucho humor y para toda la familia. El 29/06 disfrutamos de la película “Érase una vez”, película de fantasía protagonizada por la actriz Angelina Jolie. Como en anteriores ediciones el Ayuntamiento de Fuengirola nos cedió los derechos de explotación de la barra solidaria esos dos días donde pudimos vender a los asistentes bocadillos y snacks a precios populares.

**08/07 – GRAN CENA DE GALA BENÉFICA A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA**

Tras dos años de parón por la pandemia nuestra Asociación celebró una vez más la Gran Cena de Gala Benéfica. En esta ocasión tuvo lugar en el Hotel IPV Palace & SPA de Fuengirola.

El evento fue un éxito de asistencia y participación y volvimos a contar con un gran número de empresas de la zona que quisieron colaborar con nuestra causa con la donación de diversos regalos que se utilizaron como premios en la rifa benéfica.



JULIO

15/07 – OFRENDA FLORAL A LA VIRGEN DEL CARMEN DE LOS BOLICHES

Como ya es costumbre en nuestra asociación quisimos hacer entrega una vez más de una ofrenda floral a la Virgen del Carmen de Los Boliches. A este acto asistió parte de la Junta Directiva y algunos trabajadores del Centro para honrar a la virgen.



14/09 – I JORNADAS DE ALZHEIMER – FEDERACIÓN MÁLAGA A.F.A.S

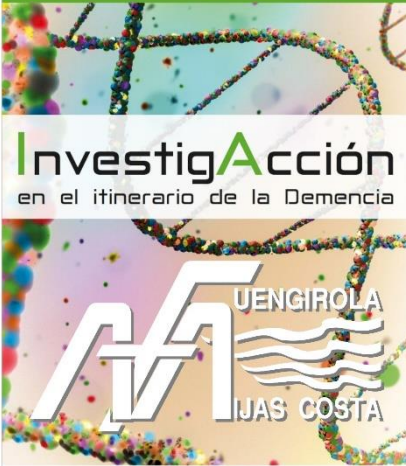
El auditorio Edgar Neville de la Diputación de Málaga fue el escenario de la I Jornada del Alzheimer. Estas jornadas fueron organizadas de forma conjunta por la Diputación de Málaga y por la Federación Provincial de A.F.A.s en Málaga con el patrocinio de Crisol Development. Consistió en una exposición fotográfica sobre el trabajo y las terapias puestas en marcha en las distintas A.F.A.s de la provincia, entre las que estaba A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa.

También tuvo lugar una charla formativa donde distintos intervinientes, todos especializados en la materia, informaban sobre la realidad del Alzheimer en nuestra sociedad a día de hoy. El acto finalizó con la actuación del Coro del Ilustre Colegio de Abogados de Málaga (ICA).



SEPTIEMBRE 2022 – ACTIVIDADES DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER - INVESTIGACIÓN

La Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias de Fuengirola-Mijas Costa presentó su agenda de actividades para la conmemoración del Día Mundial del Alzheimer.

21/9/2022 DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER  InvestigAcción en el itinerario de la Demencia FUENGIROLA MIJAS COSTA 	21/09/2022 – DÍA MUNDIAL ALZHEIMER AGENDA DE ACTIVIDADES A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA InvestigAcción en el itinerario de la Demencia 20 DE SEPTIEMBRE CASA DE LA CULTURA LAS LAGUNAS DE MIJAS – 18:30 HORAS CHARLA – PROTEGIÉNDOLOS NOS PROTEGEMOS TAMBIÉN. PONENTES – JOAQUÍN FERNÁNDEZ (LAW ABOGADOS).   	21/09/2022 – DÍA MUNDIAL ALZHEIMER AGENDA DE ACTIVIDADES A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA InvestigAcción en el itinerario de la Demencia 21 DE SEPTIEMBRE FUENGIROLA DE 09 A 14 HORAS INSTALACIÓN MESAS INFORMATIVAS Y PETITORIAS – VARIOS PUNTOS. INSTALACIÓN CARPA DE LA MEMORIA PLAZA DE LA CONSTITUCIÓN  
21/09/2022 – DÍA MUNDIAL ALZHEIMER AGENDA DE ACTIVIDADES A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA InvestigAcción en el itinerario de la Demencia 21 DE SEPTIEMBRE MIJAS – LAS LAGUNAS DE 09 A 14 HORAS INSTALACIÓN MESAS INFORMATIVAS Y PETITORIAS – VARIOS PUNTOS. INSTALACIÓN CARPA DE LA MEMORIA PLAZA SAN VALENTÍN JUNTO AL C.S. LAS LAGUNAS  	21/09/2022 – DÍA MUNDIAL ALZHEIMER AGENDA DE ACTIVIDADES A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA InvestigAcción en el itinerario de la Demencia 21 DE SEPTIEMBRE SALÓN REAL AYTO. FUENGIROLA – 19:00 HORAS CHARLA COLOQUIO – SE ME OLVIDAN LAS COSAS, ¿TENGO ALZHEIMER? - DIAGNÓSTICO PRECOZ EXPONEN: • JOSÉ ANTONIO LÓPEZ TRIGO – GERIATRA A.F.A. • SONIA BUIL MARTÍNEZ – PSICÓLOGA A.F.A. ENTREGA DEL PREMIO ANTONIO LEBRÓN AL CUIDADOR DEL AÑO  	21/09/2022 – DÍA MUNDIAL ALZHEIMER AGENDA DE ACTIVIDADES A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA InvestigAcción en el itinerario de la Demencia 22 DE SEPTIEMBRE CASA DE LA CULTURA FUENGIROLA – 19:30 HORAS OBRA DE TEATRO BENÉFICA “YO SÍ SÉ QUIÉN ERES” LA OTRA CARA DEL ALZHEIMER ENTRADAS YA A LA VENTA  

Este año con especial hincapié en la investigación. Actividades que fueron desde las charlas y ponencias a las obras de teatro reivindicativas con el objetivo de concienciar a la ciudadanía sobre la enfermedad de Alzheimer. También nos fuimos a la calle para instalar, como en años anteriores, las mesas informativas y petitorias en distintos puntos de Fuengirola y Mijas Costa con el fin de informar y hacer una labor de divulgación de las actividades que realizamos así como la captación de socios y fondos para el sostenimiento del centro Adolfo Suárez.

**20 DE SEPTIEMBRE – DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER – CHARLA INFORMATIVA – LAW ABOGADOS –
“PROTEGIÉNDOLOS NOS PROTEGEMOS TAMBIÉN”**



El Bufete de abogados Fernandez Navarro quiso sumarse a nuestra causa una vez más impartiendo una charla informativa a todo los asistentes donde daban las páutas y la información necesarias para afrontar los diferentes trámites jurídicos y administrativos que conllevan las demencias como el Alzheimer.

En este caso el ponente fue Joaquín Fernández, quien en otras ocasiones ha informado a los propios familiares del Centro Adolfo Suárez de estos procedimientos, tanto en las charlas que hemos organizado en el propio centro como a nivel particular desde su bufete.

La Casa de la Cultura de las Lagunas fue el lugar escogido para realizar esta labor informativa para la cual contamos con la colaboración del Ayuntamiento de Fuengirola.



21 DE SEPTIEMBRE – DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER – MESAS INFORMATIVAS Y PETITORIAS – CARPAS DE LA MEMORIA

Hoy con motivo de la conmemoración del DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER nuestro voluntariado salió a la calle para concienciar e informar sobre esta terrible enfermedad a toda persona interesada. También han realizado una estupenda labor de cuestación recaudando donativos para el sostenimiento del Centro Adolfo Suárez.



Como en años anteriores se instalaron también las ya conocidas CARPAS DE LA MEMORIA, donde técnicos del Centro Adolfo Suárez informaban y realizaban valoración cognitiva a cualquier persona interesada promoviendo con ello la detección precoz de las demencias, algo vital para frenar la enfermedad en sus fases más tempranas. Fueron instaladas en la Plaza de la Constitución de Fuengirola y en la Plaza San Valentín de Mijas, junto al Centro de Salud de Las Lagunas.



21 DE SEPTIEMBRE – DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER – CHARLA COLOQUIO “SE ME OLVIDAN LAS COSAS, ¿TENGO ALZHEIMER? DIAGNÓSTICO PRECOZ

El Salón Real del Ayuntamiento de Fuengirola acogió esta charla formativa con el título “Se me olvidan las cosas... ¿Tengo Alzheimer?” impartida por **José Antonio López Trigo** (Geriatra) y **Sonia Buil Martínez**, Psicóloga del Centro Adolfo Suárez para enfermos de Alzheimer y otras demencias de Fuengirola-Mijas Costa.

Durante la misma pudimos ver los primeros síntomas en los que debemos poner toda nuestra atención con el fin de realizar una detección precoz de una posible demencia neurodegenerativa como el Alzheimer y al finalizar los asistentes también pudieron resolver las dudas que plantearon a los ponentes.



Tras la charla y como broche de oro a esta cita A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa hizo entrega del **Premio Antonio Lebrón al Cuidador del Año** a **D. Salvador Morales Villalba**, quien con sus cuidados, cariño, paciencia y atención constantes realizó una labor extraordinaria como cuidador.



21 DE SEPTIEMBRE – DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER – OBRA DE TEATRO BENÉFICA “YO SÍ SE QUIEN ERES”.

La Casa de la Cultura de Fuengirola fue escenario de la Obra de Teatro benéfica "Yo sí sé quién eres... La otra cara del Alzheimer" representada por la compañía La Caja de Grillos con la dirección de Manuel Navarro.



Esta obra ahonda en los problemas que conlleva vivir en el seno familiar el Alzheimer y como estos afectan a los integrantes de una misma familia. La obra explora la relación entre Carlos y Adrián, dos personas que han mantenido caminos diferentes durante varios años, aunque Carlos es el actual marido de la madre de Adrián. Sin embargo, debido a circunstancias inesperadas, se ven abocados a colaborar juntos para salir adelante. A lo largo de la representación, su relación se pone a prueba en varios momentos, explorando distintos conflictos y sentimientos.

La recaudación de las entradas ayudó con los gastos del sostenimiento del Centro Adolfo Suárez y fue un éxito de asistencia.

02/10 – ROMERÍA EN HONOR A LA VIRGEN DEL ROSARIO

El Ayuntamiento de Fuengirola quiso colaborar una vez más con nuestra causa cediendo los derechos de explotación de una barra solidaria que se instaló durante la Romería de la Virgen del Rocío.

El evento fue un éxito de asistencia y nuestros voluntarios pudieron vender comida y bebidas a precios populares para los asistentes. La recaudación de la barra fue íntegramente tanto a nuestra asociación como a la AECC.



10/10 – FERIA DEL ROSARIO – MENÚ SOLIDARIO PEÑA “LA COMPARSA”

La Peña “La Comparsa” del Recinto Ferial de Fuengirola se sumó a nuestra causa durante los festejos de la Feria del Rosario en Fuengirola ofreciendo un menú solidario cuya recaudación iría como donativo a nuestra asociación. Parte de la Junta Directiva se prestó a echar una mano atendiendo a los comensales ese día.



05/11 – CENA BENÉFICA CONMEMORATIVA POR LOS 60 AÑOS DE LA PLAZA DE TOROS DE FUENGIROLA

La Peña Taurina del Recinto Ferial de Fuengirola acogió una cena para conmemorar los 60 años de la Plaza de Toros de Fuengirola. Durante la misma se hizo entrega a nuestra Asociación de un donativo por la recaudación de las entradas del Festival de Tauromaquia celebrado 09 de octubre en la mencionada plaza de toros. El Colegio de Veterinarios de Málaga también donó a nuestra causa la tarifa que les correspondía durante dicho festival.

Tras la cena se realizó un sorteo benéfico donde uno de los participantes ganó un cuadro del artista Manuel Escalona junto a una cena para dos personas en el Restaurante Colón.



09/11 – II CONGRESO ANDALUZ DE ALZHEIMER

Nuestra Asociación estuvo presente en el II Congreso Andaluz de Alzheimer celebrado en Córdoba el pasado fin de semana. Asistieron Paqui Lebrón, Presidenta y Sonia Buil, Psicóloga de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa.

Las ponencias fueron un éxito a la hora de transmitir los proyectos que se están llevando a cabo sobre investigación e intervención en el Alzheimer en torno a la etiología, tratamientos específicos farmacológicos y no farmacológicos e investigaciones dirigidas hacia al apoyo a las familias. También las interacciones, que con estos usuarios realizamos en todos los ámbitos sociales, que van desde el voluntariado hasta los talleres intergeneracionales y dentro de estos, nuestra experiencia en el Congreso sobre el aprendizaje de servicios.



11/11 – IV FUENGIROLA CHALLENGE – IBS MOTO EXPERIENCE

La Peña Bolichera del Recinto Ferial de Fuengirola acogió la IV Fuengirola Challenge organizada por IBS MOTO EXPERIENCE. Durante el evento se puso en marcha una barra solidaria donde los asistentes pudieron disfrutar de bebidas y comida a precios populares y cuya recaudación fue destinada al sostenimiento del Centro Adolfo Suárez para enfermos de Alzheimer y otras demencias de Fuengirola-Mijas Costa.



11/11 – MERIENDA DE RECONOCIMIENTO AL VOLUNTARIADO DE A.F.A. FUENGIROLA-MIJAS COSTA

Como en años anteriores conmemoramos en el Centro Adolfo Suárez el Día Internacional del Voluntariado que se celebra anualmente el 5 de diciembre. Y lo celebramos con una deliciosa merienda para compartir una tarde de convivencia donde aprovechamos para reconocer la gran labor de nuestros voluntarios y agradecerles su dedicación desinteresada, su tiempo y su esfuerzo a nuestra causa.



18/12 – ZAMBOMBÁ NAVIDEÑA AA.VV. LA LOMA DE LA ALQUERÍA A BENEFICIO DE A.F.A.

La Asociación de Vecinos La Loma de la Alquería celebró una zambombá navideña a beneficio de nuestra asociación que pudo recaudar fondos a través de la barra solidaria que se instaló durante el evento.

Los asistentes pudieron disfrutar de una jornada navideña llena de música, baile y por supuesto comida y bebida a precios populares, y todo por una buena causa.



AGENDA DE ACTIVIDADES PARA 2023

Pasamos a detallar la agenda de actividades de A.F.A. Fuengirola-Mijas Costa para este 2023, hay algunas actividades sin agendar aún pero con previsión de ser realizadas durante este año y las cuales hacemos constar en el apartado “Fecha por definir”. Como siempre para todas ellas se hace necesaria la colaboración de socios, familiares, voluntarios y administraciones públicas con el fin de que lleguen a buen puerto, puesto que todas ellas tienen como fin la divulgación-concienciación sobre el Alzheimer y otras demencias, así como la recauda recaudación de fondos que ayuden a sostener el Centro Adolfo Suárez.

ACTIVIDADES PREVISTAS 2023	
ENERO	
	Actividad Reyes Magos con los usuarios.
FEBRERO	
	19/02 – Comida Benéfica XX Aniversario. 28/02 – Comida benéfica AA.VV Los Pacos.
MARZO	
	10/03 – Obra de Teatro Benéfica – Los Invitados.
ABRIL	
	01/04 - Evento – Academia FAMA. - ACTIVIDADES Semana Santa con los usuarios. 12/04 - Asamblea General de Socios AFA Fuengirola-Mijas Costa. - Pte. Fecha – Día del Perro de Fuengirola.
MAYO	
	- Pte. Fecha - ACTIVIDAD – Cruces de Mayo con los usuarios. - VI Gala de Reconocimiento al Voluntariado Rocío Alfaro de Fuengirola. - Obra Benéfica en Teatro Muñoz Seca. 26/05 - Sardinada benéfica de Fuengirola.
JUNIO	
	Sin actividades previstas.
JULIO	
	28/07 – Gran Cena de Gala Benéfica AFA Fuengirola-Mijas Costa. - I y II Pase Cine de Verano de Fuengirola.
AGOSTO	
	Sin actividades previstas.
SEPTIEMBRE	
	ACTIVIDADES DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER en Fuengirola y Mijas Costa.
OCTUBRE	
	ACTIVIDADES Feria de Fuengirola.
NOVIEMBRE	
	Mercadillo Solidario de Fuengirola.
DICIEMBRE	
	- Merienda de reconocimiento al Voluntariado de AFA Fuengirola-Mijas Costa. - Fiesta de NAVIDAD con los usuarios.
SIN AGENDAR	- Charlas formativas e informativas. - Obra de Teatro Benéfica en Las Lagunas. - Comidas o meriendas benéficas.

**AFRONTANDO EL 2023 CON
ILUSIÓN Y OPTIMISMO**