MEMORIA DE ACTIVIDADES

2018

Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer y otras Demencias de Andalucía

INTRODUCCIÓN

Uno de los objetivos de la Asociación ha sido y es colaborar con las instituciones que se dedican a la investigación del Alzheimer. Es por ello que durante el 2018 se ha iniciado la participación en dos proyectos de investigación, que aunque muy distintos en su contenido, son base para intentar mejorar la vida de las personas que sufren esta enfermedad.

También se ha puesto la primera piedra en la educación de jóvenes, estudiantes de ESO del Instituto Cardenal Herrera Oria, para que conozcan y entiendan la enfermedad y realicen talleres con los usuarios.

Nuestro trabajo es dar a conocer la enfermedad, de manera que es un objetivo ineludible de la Asociación formar a todas las personas de manera adecuada para que sepan cómo convivir con las personas que sufren Alzheimer.

Un año más quiero agradecer a todos la confianza depositada en nosotros, lo que nos da la ilusión suficiente para seguir adelante y conseguir nuevos retos.

25 AÑOS CUIDANDO AFA MÁLAGA

Paloma Ramos

Presidenta

OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN

Mejorar la Calidad de Vida

Desde el Centro de Día trabajamos con aquellas personas que padecen una Demencia, siendo la más común y conocida la enfermedad de Alzheimer.

Los usuarios presentan distintos niveles de deterioro tanto a nivel cognitivo como físico, de manera que para mejorar su calidad de vida se realizan actividades a diario para mantener o recuperar en la manera de lo posible sus habilidades funcionales y básicas de la vida diaria.

Ayudar a los Familiares

Es necesaria la información al familiar o cuidador. Mejorar su calidad de vida dependerá en gran medida del mayor conocimiento que tenga de la enfermedad, para ello la formación y las terapias son servicios básicos que ofrece la Asociación.

Divulgar

Dar a conocer la enfermedad entre los más jóvenes es una labor importante, las visitas de colegios y la participación en medios de comunicación conciencia de la importancia que supone esta enfermedad en la sociedad del siglo XXI.

CENTRO DE DÍA

ÁREAS DISCIPLINARES

Los programas se desarrollan desde diferentes áreas disciplinares: psicológica, ocupacional, social, sanitaria y rehabilitación.

Dichos programas abarcan intervenciones tanto individuales como grupales y están dirigidos tanto a los usuarios como a sus familias.

Los programas grupales se llevan a cabo mediante el desarrollo de talleres elaborados por el equipo técnico, ejecutados por el personal técnico-reeducativo, y planificados de manera semanal.

Para optimizar la adecuación de los contenidos, los talleres se ajustan al nivel de deterioro cognitivo de los usuarios, teniendo cinco fases diferenciadas en el centro, entendiendo como fase cero al nivel donde se ha diagnosticado la enfermedad muy recientemente y el usuario es aún autónomo en muchas facetas de sus actividades diarias, fase uno un nivel inicial, fase dos nivel moderado, fase tres nivel avanzado y fase cuatro deterioro severo de la enfermedad.

En general todas las actuaciones que se llevan a cabo responden a los siguientes programas de intervención:

- *Actividades Básicas de la vida diaria e instrumentales*
- *Ocio y Entretenimiento*
- *Rehabilitación cognitiva*
- *Rehabilitación física*

TIPOLOGÍA DE DEMENCIAS

La evolución del número de usuarios es significativa del avance de la enfermedad.

	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Usuarios Iniciales	62	82	102	117	143	172	169
Altas	54	74	84	108	91	78	79
Bajas	34	54	69	82	62	81	75
Usuarios Finales	82	102	117	143	172	169	173

Durante el año 2018 han sido atendidas un total de 248 personas con Demencia.

El número de mujeres atendidas ha sido 163 y el de hombres 85.

Usuarios	2014	2015	2016	2017	2018
Alzheimer	74	71	82	84	74
Alzheimer-Parkinson	2	1	5	3	3
Atrofia Cortical Posterior					
Atrofia Subcortical	3			2	2
Demencia Semántica	4	5	6	2	1
Demencia Multifactorial		1	1	1	1
Encefalitis vírica	1	1	1	1	1
Atrofia Fronto temporal	1	6	4	2	2
Atrofia Fronto temporal.-Semántica		1	1	1	1
Vascular - Mixtas	13	22	35	25	35
Afasia Progresiva	1	1	2	1	1
Encefalopatía de Wernicke	1	1	1	1	1
Esquizofrenia- Demencia	2	1	1	1	1
Alzheimer-Hashimoto	1				
Creutzfeldt-Jakob Demencia	1	1	1	1	1
Deterioro cognitivo (depresión)	2	2	1	1	1
Vascular-Lenguaje Disartrico	1	1	1	1	1
Lewys			3	3	3
Deterioro Cognitivo (otros)	10	26	28	37	45
Hidrocefalia				1	1

Los diagnósticos de demencia de los usuarios atendidos en la unidad durante el 2018 han sido extraídos del dictamen técnico del médico especialista aportado por la familia.

PROGRAMAS SUBVENCIONADOS

PROGRAMA DE INVERSION

Este programa cuenta con una subvención del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de Treinta y ocho mil veintinueve euros con cuatro céntimos.

El objetivo es

- ✓ La adquisición de una furgoneta adaptada para minusválidos y cubrir las necesidades asistenciales del transporte de los usuarios desde sus domicilios al centro de día.

PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A PERSONAS MAYORES: AYUDAS TÉCNICAS Y CUIDADOS EN EL DOMICILIO

Este programa cuenta con una subvención del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de catorce mil quinientos cuarenta y cuatro euros.

El objetivo es

- ✓ Cubrir las necesidades asistenciales detectadas en los domicilios, elaborando un plan de cuidados individualizado a cada enfermo, dando cobertura a los numerosos problemas que se plantean en el hogar y atender las necesidades socio-sanitarias que día a día van apareciendo.

Entre las principales actuaciones cabría destacar:

Aseo e higiene personal.

Ayuda para levantar de la cama y / o acostarse.

Ayuda en la movilización en el domicilio.

Cambios posturales.

Acompañamiento.

Elaboración de comidas y suministrar la misma.

Control de medicación.

Se prioriza para la ayuda las fases avanzadas de la enfermedad, las rentas de menor cuantía, la dificultad del familiar por motivos laborales, geográficos etc. para estar junto a su familiar.

PROGRAMA ATENCIÓN SOCIO SANITARIA EN EL CENTRO DE DÍA

Este programa cuenta con una subvención del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de dos mil quinientos diecisiete euros.

El objetivo es

- ✓ A nivel del paciente: recuperar el mayor grado posible de autonomía y mejorar la calidad de vida de éste mediante programas de estimulación psicocognitiva y psicomotriz; mantenimiento de las capacidades cognitivas y reeducación de las funciones deficitarias.
- ✓ A nivel familiar: aliviar a las cuidadoras en la atención permanente del enfermo y proporcionarles tiempo libre para realizar actividades abandonadas por el cuidado de éste.
- ✓ A nivel del entorno: proporcionar información al familiar sobre las condiciones adecuadas del domicilio teniendo en cuenta la situación de cada enfermo y sus limitaciones, procurándole un entorno lo más estimulante posible y facilitando su autonomía.

Las actividades se realizan en los talleres del centro de día en las que se trabaja principalmente:

- Área Cognitiva a través de actividades de fichas de atención y ejecución de órdenes, de orientación, pensamiento abstracto, categorización, percepción, cálculo, visualización, memorización, lenguaje y lectoescritura, etc.

De conversación individual y grupal trabajando la memoria reciente, memoria remota, cálculo mental, orientación temporal y espacial, etc

Sesiones para trabajar emociones como la tristeza, alegría, inquietud, miedo encaminadas a producir sensaciones placenteras a través de la musicoterapia, risoterapia, dinámicas de grupo, etc

- Área Funcional a través de sesiones de fisioterapia activa, juegos y manualidades, donde se trabajarán distintas capacidades físicas y sensoriales: Equilibrio, marcha, reconocimiento del cuerpo y lateralidad, coordinación, resistencia, etc.

Juegos de destreza manual, juegos de música y sonidos como tocar instrumentos sencillos, y otros juegos, todo ello para preservar las funciones de visión, audición, pulso, etc.

Han participado en el programa el total de los usuarios.

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE DETERIORO COGNITIVO

Este programa cuenta con una subvención de la Junta de Andalucía de dos mil quinientos cuarenta y ocho con treinta y nueve euros.

El objetivo es

- ✓ El usuario reciba una atención psicológica dirigida al fomento y desarrollo de la memoria utilizando las nuevas tecnologías (Un ordenador y el Programa Gradior), siendo el trabajo más atractivo y novedoso para los asistentes al mismo.

Este taller además es complementado con el Taller de Memoria al estilo tradicional, produciéndose así una mayor efectividad en los enfermos.

En cada sesión trabajaremos:

- La Atención, en sus diferentes ámbitos: Selectiva, Visual del Color, Visual de Destellos y Visual Selectiva Auditiva.
- El Lenguaje, donde se puede trabajar a nivel de Reconocimiento, de Compresión y de Identificación tanto escrito como oral.
- El Cálculo, donde realizamos actividades Identificación de Números, Problemas Aritméticos, Cálculo Cuantitativo y Cuentas.
- La Memoria, dentro de ella vamos a trabajar la verbal inmediata, la verbal a corto plazo, la gráfica, la asociativa y la memoria de spam de números.
- La Orientación, trabajaremos la orientación temporal, tan perdida en nuestros usuarios.
- La Percepción, aquí es importante trabajar la percepción auditiva y dentro de la visual trabajaremos la de figuras, colores y rostro.
- El Razonamiento, se trabaja el razonamiento de la analogía, el de observar y el de ordenar tanto letras como palabras.

Trabajamos, si es posible, con todos los usuarios que acuden a la unidad, sean de cero, 1ª, 2ª o 3ª fase de la enfermedad. Las sesiones tienen una duración máxima de 30 minutos

Han colaborado en el programa:

Usuarios de Fase 0: 5 hombres
9 mujeres

Usuarios de Fase 1: 15 hombres
22 mujeres

Usuarios de Fase 2: 5 hombres
12 mujeres

Usuarios de Fase 3: 0 hombres
2 mujeres

PROGRAMA DE HUERTO TERAPIA

Este programa cuenta con una subvención de la Junta de Andalucía de mil cincuenta y cuatro euros con veintidós céntimos.

- ✓ El objetivo es:
- ✓ A nivel físico: La hortoterapia o jardinería terapéutica permite practicar ejercicio físico de forma muy suave y adaptada a todas las edades. Es una manera de mantenerse en forma en toda seguridad y aportando mejoras en varias áreas: mejora en problemas de tipo somáticos, dolores crónicos, mejora de la postura y del equilibrio, mejora del gesto fino, de la coordinación muscular, reforzamiento del tono muscular, etc.
- ✓ A nivel cognitivo y sensorial: La jardinería ayuda a mejorar la memoria, la capacidad de observación y concentración, la organización espacio-temporal. La hortoterapia favorece la estimulación sensorial despertando en los usuarios todos los sentidos: la vista, el tacto, el gusto, el olfato y el oído sin olvidar la creatividad.
- ✓ A nivel emocional la jardinería terapéutica o hortoterapia desarrolla voluntad, paciencia, refuerza la autoestima, regula y reduce el estrés, la ansiedad, los trastornos del estado de ánimo y favorece la emergencia de emociones en los usuarios. Promueve y mejora la comunicación verbal aumentando a la vez la capacidad de relacionarse con otros y de involucrarse en actividades en grupo.

Ayuntamiento de Málaga

PROGRAMA TALLER DE RESTAURACIÓN DE MUEBLES

Este programa cuenta con una subvención del Ayuntamiento de Málaga Área de la Junta de Distrito Centro de quinientos dieciocho con sesenta y cuatro euros.

El objetivo es

- ✓ Mejorar la calidad de vida del familiar-cuidador.
- ✓ Disminuir el estrés del cuidador.
- ✓ Fomentar las relaciones sociales
- ✓ Potenciar la creatividad

Los participantes se reúnen dos días a la semana en el local de la asociación situado en el Llano de la Trinidad. Muchos de los trabajos de manualidad que se realizan se donan a la asociación.

Los familiares principales que han participado en el programa son mujeres

PROGRAMA HIDROTERAPIA

Este programa cuenta con una dotación de 2.400 € para el año 2018, de la obra social de Bankia y Caja Granada, siendo un programa iniciado en el 2016 y hemos conseguido mejorar la calidad de vida de la persona enferma de Alzheimer o cualquier otra demencia.

Los resultados son :

- Mejora de la potenciación muscular.
- Disminución de la espasticidad.
- Relajación del tono muscular.
- Mejora del equilibrio, la agilidad y la coordinación.
- Aumento de la fuerza y la resistencia muscular.
- Disminución del estrés y la ansiedad.
- Realización de una actividad recreativa a la vez que rehabilitadora.

OTROS PROGRAMAS

Destacamos los programas de años anteriores que a pesar de no recibir dotación institucional se han mantenido ya que son fundamentales para las familias y los usuarios.

PROGRAMA APOYO Y FORMACIÓN A LAS PERSONAS CUIDADORAS

El objetivo es

- ✓ Formar a los familiares/cuidadores sobre la enfermedad en sus diferentes fases.
- ✓ Facilitar la permanencia de los enfermos de Alzheimer en su entorno habitual.
- ✓ Mejorar o mantener el nivel de salud de los enfermos a través del control y seguimiento.
- ✓ Ofrecer el apoyo social y asistencial a las familias que realizan el esfuerzo de mantener en su medio a los enfermos.
- ✓ Dotar a las familias de las habilidades necesarias para la realización de las tareas del cuidado en el domicilio.
- ✓ Información sobre los recursos existentes, así como facilitarle acceso a los mismos.
- ✓ Estimular y favorecer la responsabilidad de la familia en la atención del enfermo.
- ✓ Aumentar la red de apoyo social y prevenir las patologías del cuidador.

Esta actividad se realiza desde dos ámbitos de actuación, atendiendo individualmente a todos los familiares que solicitan la ayuda de las psicólogas para tratar de resolver sus dudas o conflictos o mediante la formación de un grupo (terapia grupal) que implique a todos los miembros en la resolución de sus problemas y ansiedades derivadas del cuidado continuado del enfermo. La metodología seguida por las psicólogas de la asociación va encaminada a fomentar la participación activa de los cuidadores motivando la exposición tanto de dudas como de soluciones personales.
Se establecen tres días semanales con tres franjas horarias de mañana y tarde.

PROGRAMA PROMOCIÓN Y FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO

Este programa este año no ha recibido ninguna ayuda

El objetivo es

- ✓ Captación de nuevos voluntarios, principalmente jóvenes.
- ✓ Proporcionar una mayor implicación de los voluntarios en las actividades de la unidad.
- ✓ Formación mediante charlas y su participación activa en los talleres junto a los usuarios.

Provocamos con el programa un impacto social intergeneracional, ya que muchos de los voluntarios son personas jóvenes que enriquecen a nuestros usuarios al mismo tiempo que reciben da forma directa una experiencia exquisita.

ACTIVIDADES DE OCIO, TIEMPO LIBRE, VISITAS CULTURALES…

Como todos los años, durante el año 2018, se han llevado a cabo una serie de actividades enfocadas al disfrute y ocio de nuestros usuarios. A través de ellas, logramos que nuestros usuarios se orienten en el tiempo, realizando actividades propias de cada mes y temporada.
Para cada evento se desarrolla un programa del día, que culmina con la realización de una fiesta en la que se llevan a cabo actividades diversas, como concursos, desfiles, karaoke, bailes, etc. Además, nos servimos de los talleres de manualidades, donde son ellos mismos los artífices de la decoración del evento próximo y que en ocasiones serán de su propio uso y disfrute.
Con todo eso pretendemos estimular tanto habilidades psicosociales como cognitivas, a través de un ambiente en el que "disfrutar de la vida" es el primer objetivo.

FIESTA DE LOS CARNAVALES (Febrero)

Celebración de la Fiesta del Carnaval en el salón de actos de la Asociación con nuestros usuarios de turno de mañana y de tarde y actuación del dúo musical cantando chirigotas

DÍA DE ANDALUCÍA (Febrero)

Preparación de un desayuno típico andaluz (molletes y aceite) por parte de nuestros usuarios, acompañado de bailes regionales.

EXCURSIÓN A LA BOLERA (Febrero)

Salida de ocio a jugar a la bolera para fomentar las relaciones sociales y dinámicas de grupo

DÍA DE SAN VALENTÍN (Febrero)

Fiesta de San Valentín con la participación de estudiantes tuna de Medicina

VISITA A LA COFRADÍA DEL SANTO SEPULCRO, PALOMA Y ESTUDIANTES (Marzo)

Salida al centro de la ciudad a visitar las cofradías del Sepulcro, Estudiantes y la Paloma

TALLER DE BODA (Marzo)

Realización de bolsas aromáticas artesanales por nuestros usuarios para regalo en una boda.

FIESTA DE LA PRIMAVERA Y CRUCES DE MAYO (Abril)

Celebración de la Fiesta de la Primavera en el salón de actos de la Asociación

VISITA FÁBRICA DE CERVEZA VICTORIA (Abril)

Visita de nuestros usuarios a la fábrica Malagueña, conociendo el proceso de fabricación y una degustación de la cerveza sin alcohol.

VISITA MUSEO POMPIDOU (Abril)

Excursión al muelle 1 y visita cultural del museo Pompidou

PROYECTO SENSIBILIZACIÓN (Mayo)

Participación con el IES Cardenal Herrera Oria en el proyecto formativo de sensibilización con la enfermedad a través de actividades físicas y lúdicas.

EXCURSIÓN AL CLUB HÍPICO (Mayo)

Salida con nuestros usuarios para visitar los caballos y disfrutar de actividades relacionadas con ellos.

EXCURSIÓN POR EL DIA DEL MAYOR (Mayo)

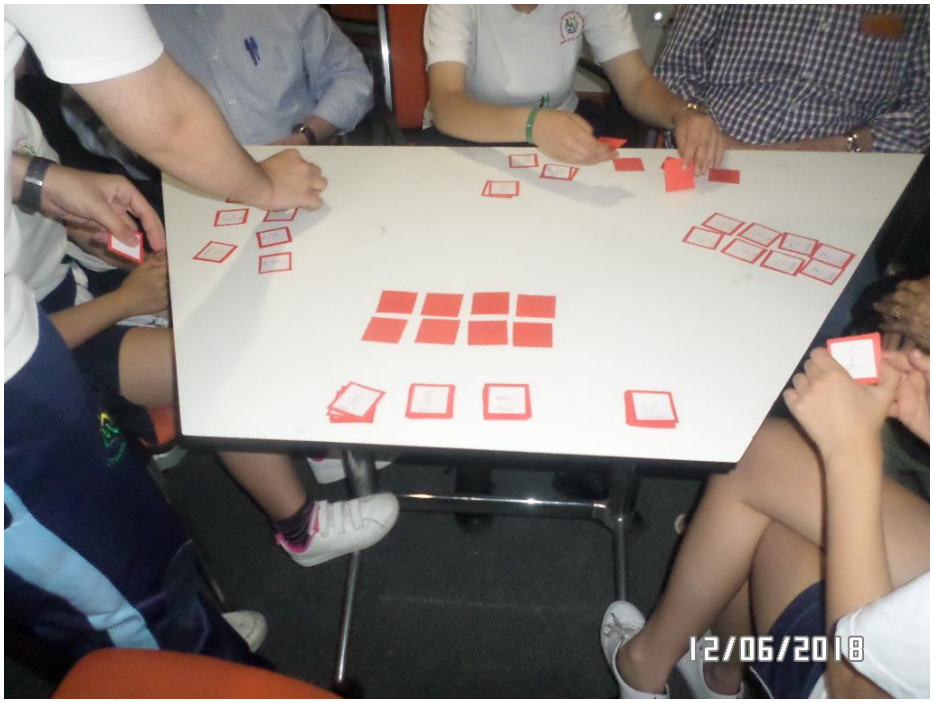
Vamos con nuestros usuarios al paseo del parque donde hay actuaciones por el día del Mayor.

FIESTA CORPUS CHRISTI (Mayo)

Celebración del Corpus Christi en el salón de actos de la Asociación, donde acudió un cura para explicarnos dicha fiesta.

PROYECTO SENSIBILIZACIÓN (Junio)

Participación con el IES Cardenal Herrera Oria en el proyecto formativo de sensibilización con la enfermedad a través de juegos de mesa y actividades cognitivas.



FIESTA DE SAN JUAN (Junio)

Celebración de la Fiesta de San Juan en el salón de actos de la Asociación, acompañada de rituales típicos de dicho día.

VISITA AL MUELLE UNO (Junio)

Visita al muelle uno para pasear y disfrutar del buen tiempo.

EXCURSIÓN AL PARQUE DEL OESTE (Junio)

Excursión al Paseo maritimo, con actividades para reforzar la memoria y atención de nuestro entorno.

FIESTA DE SAN FERMÍN (Julio)

Celebración de la Fiesta De San Fermín

FIESTA FERIA DE MÁLAGA (Agosto)

Fiesta amenizada con música, cante y bailes de la feria, los usuarios participan activamente en dichos bailes y canciones populares.

FIESTA DE OTOÑO (Septiembre)

Fiesta con motivo de la entrada del Otoño, acompañado de manualidades para ambientar el centro

PROYECTO CEAFA (Octubre)

Colaboración con CEAFA en la realización de actividades para llevar a cabo la actualización del libro de estimulación Cognitiva de Afa Cantabria.

HALLOWEEN Y TODOS LOS SANTOS (Octubre)

Fiesta de disfraces para usuarios.

En los talleres de manualidades se preparan máscaras y decoraciones para amenizar el día, pudiendo, quien quiera, traer un disfraz de casa.

FIESTA ENTRE AMIGOS (Noviembre)

Nos visita el grupo "entre amigos" nos traen canciones y nuestros usuarios disfrutan cantando y bailando.

VISITA CORO IGLESIA (Diciembre)

Visita del coro de la iglesia de "Jesucristo de los Santos de los Últimos Días" , en la foto en nuestro salón de actos cantando junto con los usuarios

EXCURSIÓN NOVA SCHOOL (Diciembre)

Compartimos en esta visita juegos y actividades lúdicas con los niños del colegio.

FIESTAS DE NAVIDAD (Diciembre)

Tuvimos la oportunidad que nos visitarán diferentes tunas y el grupo "Pleamar" para poder festejar con nuestros usuarios la Navidad.

EXCURSIÓN A CONOCER EL BELÉN NAVIDEÑO (Diciembre)

Visitamos la Diputación de Málaga y damos un paseo por los alrededores.

VOLUNTARIADO

Visita del Colegio Herrera Oria y Colegio San Estanislao con motivo de la celebración de las fiestas navideñas. Nuestros usuarios disfrutan de canciones navideñas y aperitivos típicos de estas fiestas.

ASOCIACIÓN

Entre las principales actuaciones de la Asociación destacamos las siguientes.

PARTICIPACIÓN EN EL LIBRO "PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN PARA PERSONAS CON ALZHEIMER"

Hemos participado con nuestros profesionales José Nadal (Terapeuta Ocupacional) y Sergio Canillas (Monitor Actividades Físicas) en la actualización de este libro editado por AFA Cantabria en los años 90 junto a otros profesionales de otras AFA´s de distintas comunidades.
Se ha llevado a cabo en Pamplona coordinado desde CEAFA

PLAN FORMACION 2018

Como en años anteriores hemos realizado distintos cursos impartidos por los profesionales de AFA y destinados a los familiares, empleados y voluntarios de la asociación.

Área Enfermería (abril)

Manejo de los principales instrumentos de control de constantes vitales y uso del desfibrilador.

Área Fisioterapia (mayo)

Prevención de Caídas y Movilizaciones.

Área de Logopedia (junio)

Alimentación: Control de la Deglución.

COMIDA BENÉFICA

En noviembre la Asociación Benéfica Malakando organizó una comida a favor de nuestra asociación y de la asociación Altamar. Se realizó en Colegio de Médicos y fue todo un éxito.

ARTE EN VIVO

Dentro del *Fair Saturday 2018 Málaga,* el día 24 de noviembre en calle Alcazabilla se llevó a cabo la performance *Toda una vida.* Al ser una ejecución de performance callejera, tuvo acceso todo el público que deseó asistir. Lo recaudado fue a beneficio de AFA Málaga.

CALENDARIO SOLIDARIO 2019

Gracias a la fundación Unicaja se ha podido editar el Calendario Solidario 2019 es una selección de fotos sacadas del libro benéfico *Camino de la Memoria*, realizado por Antonio Ortín y Alejandro Hurtado.

II CURSO DE VOLUNTARIADO

Participación en la Escuela de Voluntariado de Málaga, es una iniciativa del Colegio Oficial de Médicos de Málaga que tiene como objetivo fundamental potenciar la actividad formativa en voluntariado en nuestra ciudad y provincia.

CONVENIO DE INVESTIGACIÓN

Acuerdo de participación con la Universidad de Medicina de Málaga en el proyecto de Investigación sobre la Influencia de las variables genéticas funcionales en la progresión de la enfermedad del Alzheimer

PAELLA ANIVERSARIO

Celebración de un almuerzo con los empleados y asociados con motivo del aniversario de la Asociación.

CONVENIO INSTITUTO CARDENAL HERRERA ORIA

Acuerdo de participación con el Instituto para formar a alumnos de ESO sobre la enfermedad del Alzheimer de una forma tanto teórica como práctica. Los alumnos acuden a las instalaciones de AFA a lo largo del año y realizan distintos talleres con los usuarios guiados por los técnicos de la unidad.

PTV MÁLAGA

Participación en la radio para hablar sobre AFA y la enfermedad.

CONGRESO JAÉN

Participación en el I Congreso Andaluz de Alzheimer