

MEMORIA DE ACTIVIDADES

2015

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

INTRODUCCIÓN



El año 2015 ha sido el año del

25 Aniversario de la Asociación

Han sido 25 años de trabajo con el objetivo prioritario de mejorar la calidad de vida de los familiares y las personas que tienen ésta enfermedad.

Han sido 25 años de esfuerzo para dar a conocer la enfermedad en Málaga y para construir un centro de día pionero a nivel nacional.

Este proyecto no hubiese sido posible realizarlo sin el esfuerzo de los fundadores de la Asociación, de todos los voluntarios que han dedicado su tiempo de manera altruista y de todos los familiares y asociados que han creído y colaborado en este objetivo común.

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

Paloma Ramos

Presidenta

OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN

Mejorar la Calidad de Vida

Desde la Unidad 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.

UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA

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-educativo, 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 cuatro fases diferenciadas en la U.E.D. entendiéndose como 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
Usuarios Iniciales	62	82	102	117
Altas	54	74	84	108
Bajas	34	54	69	82
Usuarios Finales	82	102	117	143

Durante el año 2015 han sido atendidas un total de 225 personas que padecen Demencia. El número de mujeres atendidas ha sido 148 y el de hombres 77.

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

El Alzheimer es la demencia más prevalente.

Los diagnósticos de demencia de los usuarios atendidos en la unidad durante el 2015 han sido extraídos del dictamen técnico del médico especialista aportado por la familia.

PROGRAMA APOYO Y FORMACIÓN A LAS PERSONAS CUIDADORAS



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

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:



	Mañanas		Tardes
	Lunes	Martes	Jueves
Asistentes (promedio)	15	30	13
Hombres	3	8	3
Mujeres	12	22	10

Media de asistencia de 58 personas, de las cuales es en su mayoría el familiar-cuidador principal del usuario.

PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A PERSONAS MAYORES:



AYUDAS TÉCNICAS Y CUIDADOS EN EL DOMICILIO

Este programa cuenta con una subvención del Ministerio de de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de diecinueve mil doscientos diez 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.

Se han atendido a un total de 14 usuarios, de los cuales 11 eran mujeres y 3 hombres.

PROGRAMA ATENCIÓN SOCIO SANITARIA EN EL CENTRO DE DÍA



Este programa cuenta con una subvención del Ministerio de de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de quince mil seiscientos cincuenta 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 PROMOCIÓN Y FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO



Este programa cuenta con una subvención del Ministerio de de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de mil ochenta y tres euros.

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.

Voluntarios que han participado en el programa

- Jornada en la facultad de Psicología
- CEIP Gamarra
- CEIP San José Obrero



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE DETERIORO COGNITIVO

Este programa cuenta con una subvención de la Junta de Andalucía de dos mil seiscientos ochenta y dos 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 Grador), 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 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 1: 12 hombres

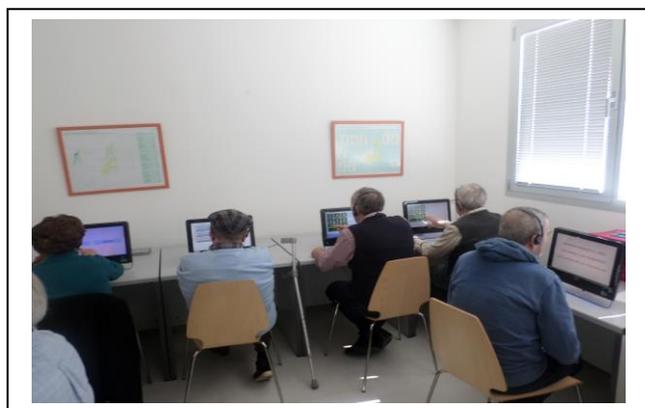
12 mujeres

Usuarios de Fase 2: 2 hombres

15 mujeres

Usuarios de Fase 3: 3 hombres

5 mujeres



PROGRAMA MANTENIMIENTO DE SEDE

Este programa cuenta con una subvención de la Junta de Andalucía de tres mil cien euros.
El objetivo es ayudar al mantenimiento y conservación del Centro de Día.

PROGRAMA TALLER DE PSICOESTIMULACIÓN

Este programa cuenta con una subvención del Ayuntamiento de Málaga Área de Accesibilidad de seiscientos euros.



Ayuntamiento
de Málaga

El objetivo es

- ✓ Mejorar la calidad de vida de las personas enfermas
- ✓ Mejorar la calidad de vida de las familias cuidadoras
- ✓ Promover la autonomía personal

Material terapéutico utilizado:

- Material Fungible de Papelería (cartulinas, lápices de colores, folios...)
- Material informático (proyector, pc portátil, altavoces...)
- Material educativo (fichas, juegos, encajables...).

PROGRAMA VOLUNTARIADO ASOCIATIVO

Este programa cuenta con una subvención del Ayuntamiento de Málaga Área de Participación Ciudadana de mil cuatrocientos euros.



Ayuntamiento
de Málaga

El objetivo es

- ✓ La captación de nuevos de voluntarios para la asociación, principalmente personas mayores.

Para ello, las personas responsables de dicho proyecto, una psicóloga y una trabajadora social dan charlas informativas por asociaciones, centros de salud etc. para explicar que se hace en la asociación y hablar también de la enfermedad y como cuidar al enfermo.

PROGRAMA TALLER DE RESTAURACIÓN DE MUEBLES



Este programa cuenta con una subvención del Ayuntamiento de Málaga Área de la Junta de Distrito Centro de trescientos ochenta y dos 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



OTRAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

A lo largo de este año 2015, 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 es el primer objetivo.

DÍA DE ANDALUCÍA (Febrero)



Día de Andalucía con desayuno para nuestros usuarios típico andaluz y amenizado con unas sevillanas por la cantautora Maria Pelae.

EXCURSIÓN A LA ALCAZABA (Abril)



Excursión a la Alcazaba de Málaga con un grupo de usuarios del centro

VISITA DE AFA FUENGIROLA A NUESTRA UNIDAD



Convivencia en nuestro centro con usuarios de AFA Fuengirola con desayuno, dinámicas grupales y manualidades en participación con nuestros usuarios realización de un árbol simbólico con sus huellas

FIESTA CONMEMORATIVA DE LA FERIA DE MÁLAGA



Fiesta amenizada con música y bailes típicos de la feria, los usuarios participan activamente en dichos bailes y cantos

FIESTA DE HALOWEEN (Octubre)



Fiesta de disfraces para usuarios y manualidades para decoración de las clases

EXCURSIÓN AL PARQUE DEL OESTE (Noviembre)



Excursión a los jardines del Parque del Oeste con un grupo de usuarios del centro

FIESTA DE LA NAVIDAD



Fiesta para recordar la historia de Navidad y sus villancicos

FIESTA DE NOCHEVIEJA



Fiesta simulando la noche vieja con baile y sus campanadas

VISITA AL "BELEN NAVIDEÑO" EN EL AYUNTAMIENTO DE MALAGA

Excursión con un grupo de usuarios al Ayuntamiento para conocer el Belén de Navidad

GYNKANA CON LOS USUARIOS

Como celebración del 25 Aniversario se celebró una Gynkana con distintos premios.



ASOCIACIÓN

Entre las principales actuaciones de la Asociación destacamos la puesta en funcionamiento de la CONSULTA MÉDICA para aquellas familias que quieran realizar alguna consulta específica, siempre como complemento a sus doctores personales.

OTRAS ACTUACIONES

IV PLAN ANDALUZ DE SALUD

Participación en los grupos de trabajo para la aportación de acciones provinciales del IV Plan Andaluz de Salud

Grupo de trabajo "PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO" en la Delegación Territorial de Igualdad, Salud y Políticas Sociales

Los compromisos del IV Plan Andaluz de Salud son:

- *Aumentar la esperanza de vida en buena salud.*
- *Proteger y promover la salud frente al cambio climático, la globalización y los riesgos emergentes de origen ambiental y alimentario.*
- *Generar y desarrollar los activos en salud de nuestra comunidad.*
- *Reducir las desigualdades sociales en salud.*
- *Situar el Sistema Sanitario Público de Andalucía al servicio de la ciudadanía con el liderazgo de sus profesionales.*
- *Gestionar el conocimiento y la tecnología con criterios de sostenibilidad.*

BRAINDOC

Colaboración en el documental interactivo para divulgar de una manera pedagógica la enfermedad de Alzheimer y Parkinson.

Se abordan ambas patologías desde un enfoque multidisciplinar que invita a la participación de profesionales de distintas ramas de la medicina, la psicología o la fisioterapia, de los propios pacientes y sus cuidadores. Sin olvidar el carácter cercano y divulgativo que lo hace atractivo al público en general. El proyecto cuenta con el respaldo de la Fundación Española para la Ciencia y la Tecnología.



OTRAS ACTIVIDADES Y PARTICIPACIONES DIVULGATIVAS

Celebración 25 Aniversario de AFA Málaga en las instalaciones de la Asociación con la visita del Alcalde de Málaga y el Consejero de Salud y Bienestar Social de la Junta de Andalucía junto con todos los familiares, usuarios y voluntarios (Abril)

Participación en **Mediterraneo TV** de la Psicóloga y Trabajadora Social para divulgar la Asociación (Abril)

Día Mundial del Alzheimer, el 21 de Septiembre con carpa informativa en la Plaza de Félix Sáenz.

Día de Puertas Abiertas, se da la oportunidad a todos los familiares a compartir un día en la Asociación y a todos aquellos que quieran conocer el centro.

Fiesta de Navidad con todos los socios y familiares, con la representación de una obra de teatro dirigida por nuestro voluntario Andrés Pareja y la actuación de la coral

Participación en el VI **Congreso Nacional Alzheimer** (CEAFA)

Participación en la televisión **Onda Azul** para hablar del Alzheimer y la familia

Visita de los alumnos del **Instituto de Gamarra** estudiantes de auxiliar de enfermería, para conocer el centro y la enfermedad (Enero)

Curso formativo **“Lesiones de Espalda e Higiene Postural”** para familiares, voluntarios y otra personas interesadas impartido por enfermeras del Ayuntamiento de Málaga. (Febrero)

Charla formativa a alumnos de auxiliar de enfermería del **Instituto de Gamarra**, para captar voluntarios y dar a conocer el centro y la enfermedad (Abril)

Visita de los alumnos de la **Academia de Formación Cesur** estudiantes de integración social, para conocer el centro y la enfermedad (Abril)

Visita de los alumnos de la **Facultad de Trabajo Social**, para conocer el centro y la enfermedad (Mayo)

Visita a la **Residencia San Carlos** para conocer sus instalaciones y servicios que ofrecen de cara a informar a familiares que se encuentren interesados y para informar a las monjas sobre el funcionamiento de AFA. (septiembre)

Inicio de los alumnos de la **Facultad de Medicina** de sus prácticas tutorizadas por nuestra psicóloga. (septiembre)

Participación en las **II Jornadas Formativas sobre el Alzheimer** a alumnos de la Facultad de Psicología y organizadas por Brain Dynamics. (septiembre)

Visita de los alumnos de la **Facultad de Terapia Ocupacional**, para conocer el centro y la enfermedad (noviembre)

Charla formativa a alumnos de auxiliar de farmacia del **Instituto de la Sagrada Familia**, para captar voluntarios y dar a conocer el centro y la medicación relacionada con el tratamiento del Alzheimer (noviembre)

Visita de los alumnos de la **Academia de Formación Cesur** estudiantes de emergencia sanitaria, para conocer el centro y la enfermedad (noviembre y diciembre)

Charla formativa a las monjas y cuidadoras de **Gamarra**, para captar dar a conocer el centro y los cuidados relacionados con la enfermedad (diciembre)

Charla formativa a alumnos de auxiliar de enfermería del **Instituto de Carranque**, para captar voluntarios y dar a conocer el centro y la enfermedad (diciembre)

Concierto Musical de la cantante María Pelae a beneficio de AFA Málaga en el Teatro Alameda (diciembre)

Visita de los alumnos de la **Coral del Colegio Cardenal Herrera Oria** para cantar con los usuarios Villancicos Navideños (diciembre)

Visita de los alumnos del Colegio San Estanislao para compartir la mañana con los usuarios y hacer actividades varias (diciembre)

Jornada formativa del **Abordaje de Desnutrición en Pacientes con Alzheimer**, destinada a familiares, cuidadores y voluntarios impartido por enfermeras del Hospital Clínico.

Jornada formativa sobre **Nutrición y Envejecimiento Celular**, destinada a familiares, cuidadores y voluntarios impartido por el experto en Nutrición Juan Carlos Rivero.

Cesta Benéfica donada por familiares de la Asociación a beneficio de la Unidad de Día.

I Torneo de Padel Benéfico a favor de la Asociación.

Conferencia “Entrena tu memoria.... con Eficacia”, dirigida a familiares de la Asociación. (abril)

Jornada formativa sobre **Higiene Postural**, destinada a familiares, cuidadores y voluntarios.

Aportación Benéfica de **“La Copla en el Cine”** organizado por la Diputación de Málaga (septiembre)

Visita de los Familiares de AFA a la **Cofradía de la Pasión** (marzo)

Visita de los Familiares de AFA al **Museo Thyssen** (mayo)