

MEMORIA DE ACTIVIDADES AFA CANTABRIA 2020

Colaboración y financiación económica de:



Programa de interés social financiado con cargo a la



**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES
DE ENFERMOS DE
ALZHEIMER DE CANTABRIA
A.F.A.C.**

Domicilio: C/Rosario de Acuña N° 7 Bajo,
Santander

Teléfono de contacto: 942 37 08 08

Correo electrónico: afac@afacantabria.com

Página web: www.afacantabria.com

Facebook: AFA Cantabria

Twitter: @AFACantabria

ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD.....	Pág. 3
1.1. Datos relativos a la entidad.....	Pág. 3
1.2. Organigrama.....	Pág.5
1.3. Fines y objetivos.....	Pág.6
1.4. Perfil beneficiarios/as.....	Pág.7
1.5. Relación con otras instituciones, administraciones, confederaciones.....	Pág.8
2. TRABAJO DE LA ENTIDAD.....	Pág. 11
2.1. Servicios de AFA CANTABRIA.....	Pág.11
2.2. Programas subvencionados.....	Pág.17
2.2.1. Programa subvencionado por el ICASS a través de la convocatoria a entidades privadas sin ánimo de lucro.....	Pág.17
2.2.2. Programas subvencionados por el ICASS a través del IRPF 2019 AÑO 2020.....	Pág.20
2.2.3. Programa subvencionado por la Consejería de Sanidad.....	Pág.28
2.2.4. Programas subvencionados por el Ayto. de Santander.....	Pág.32
2.3. Información y sensibilización.....	Pág.36
3. EVALUACIÓN.....	Pág.38
3.1. Indicadores de Evaluación.....	Pág.38
3.2. Cumplimiento de objetivos.....	Pág.39
3.3. Propuestas de futuro.....	Pág.40
4. ANEXOS.....	Pág.41

1. PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

1.1. DATOS RELATIVOS A LA ENTIDAD

- **Nombre de la entidad:** Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria. (A.F.A.C.)
- **Domicilio a efecto de notificaciones:** C/ Rosario de Acuña 7, bajo. Santander 39008
- **Teléfono:** 942 37 08 08
- **E-mail:** afac@afacantabria.com
- **Sección y número de inscripción en el Registro de Asociaciones:** Sección Primera, nº 39/E47
- **Fecha de inscripción en el Registro:** 23 de marzo de 1.993.
- **N.I.F.:** G 39335104

CENTRO DE DÍA PSICOGERIÁTRICO AFAC I

C/Rosario de Acuña, 7 – Bajo de Santander
Teléfono: 942 37 08 08

CENTRO DE DÍA PSICOGERIÁTRICO AFAC II

C/ Virgen del Camino, 4 – Bajo de Santander
Teléfono: 942 36 75 75

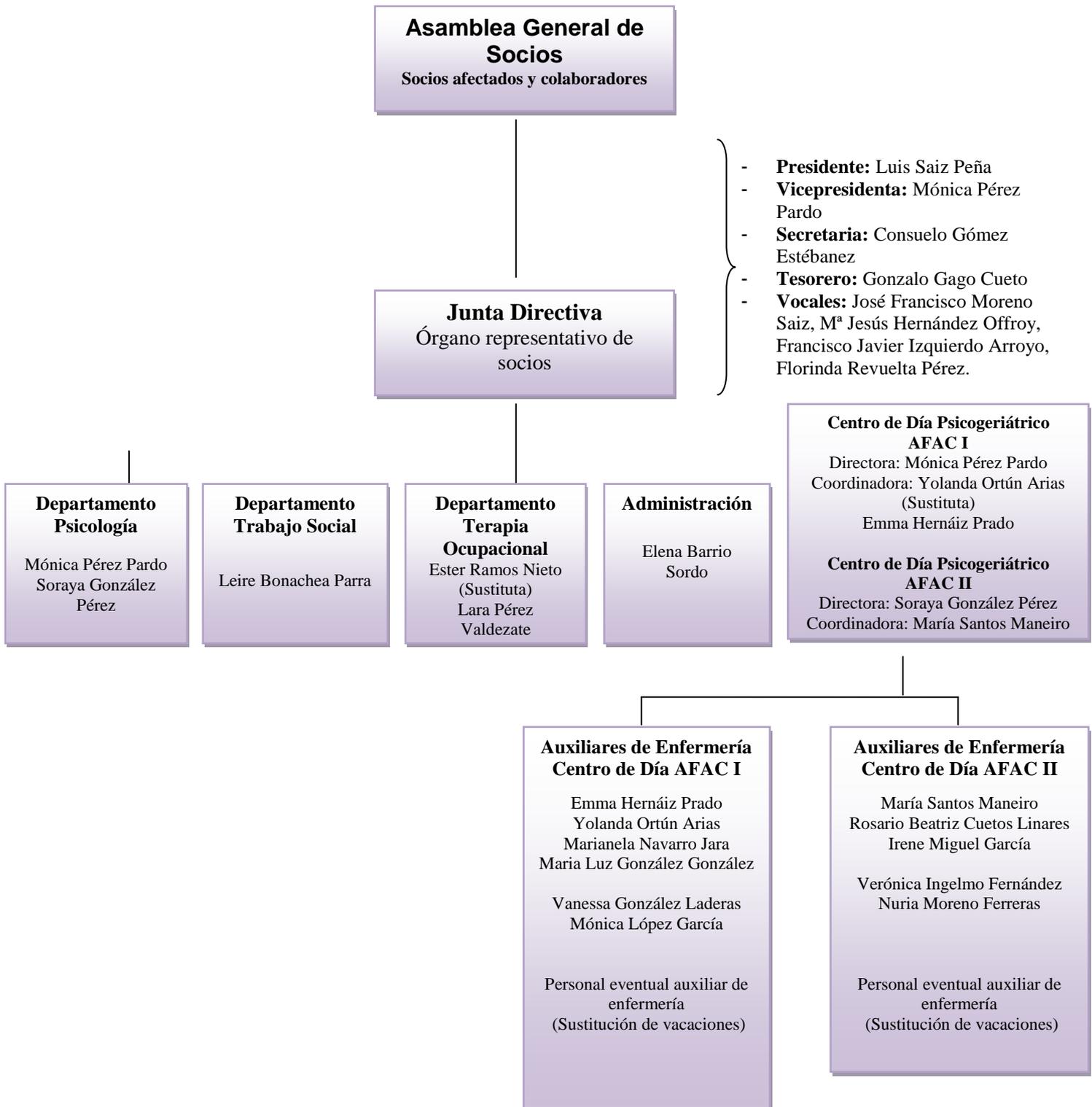
PERSONAL DE LA ENTIDAD EN 2020:

- 2 Psicólogas a jornada completa de 40 horas semanales cada una.
- 1 Trabajadora Social a jornada completa de 40 horas semanales. (1 Trabajadora Social para la sustitución temporal del personal fijo)
- 1 Terapeuta Ocupacional a jornada completa de 40 horas semanales. (1 Terapeuta Ocupacional a jornada completa para la sustitución temporal del personal fijo)
- 1 Auxiliar Administrativa a jornada completa de 40 horas semanales.
- 13 Auxiliares de enfermería entre personal fijo, eventual, y para sustituir vacaciones.

VOLUNTARIADO:

- Disponemos de un Programa de Voluntariado conforme a la Ley 45/2015, de 14 de Octubre de Voluntariado desarrollado desde 2018.
- En 2020 hemos tenido colaboraciones puntuales de voluntariado para el taller intergeneracional que se desarrolló de enero a marzo de 2020 subvencionado por el Gobierno de Cantabria en la convocatoria a entidades sin ánimo de lucro a través del IRPF.
- No se consideró oportuno incluir el voluntariado después de marzo de 2020, como medida de prevención frente a la COVID-19. Trabajamos con personas de especial vulnerabilidad y riesgo como son personas con demencia y/o Alzheimer y sus cuidadores/as y familiares. Consideramos que debemos mantener el menor contacto posible en cuanto al número de personas, y por ese motivo decidimos desde la entidad prescindir del personal voluntario, así como de servicios externos para poder manejar mejor el rastreo de contactos ante un posible caso de COVID-19.
- La Junta Directiva de la entidad siempre ha colaborado de forma altruista y voluntaria en: la semana del Día Mundial de Alzheimer, eventos para la recaudación de fondos propios para la asociación a favor de familiares y afectados/as por demencias y/o Alzheimer, participación en jornadas, charlas, y reuniones con CEAFA (Confederación Española de Asociaciones de Personas con Alzheimer y otras demencias), y representación ante las Administraciones Públicas.

1.2. ORGANIGRAMA DE LA ENTIDAD



1.3. FINES Y OBJETIVOS

La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria tiene los siguientes **fines** según sus estatutos:

- Atención Psicológica, Sanitaria, Social y Jurídico Legal a los familiares de Enfermos de Alzheimer.
- Asesoramiento integral a las familias de los afectados.
- Sensibilizar a la opinión pública y a la sociedad en general sobre la problemática que origina este tipo de demencia.
- Establecer los contactos y la coordinación adecuados con otras Entidades y Asociaciones dedicadas a la atención de los Enfermos y sus familiares.
- Realizar actividades que repercutan directa e indirectamente en la calidad de vida de los enfermos.
- Fomentar las terapias de estimulación.

Para el cumplimiento de estos fines se realizarán las siguientes **actividades**, según sus estatutos:

- Actividades de información y difusión: publicaciones, conferencias, cursos de formación, etc.
- Actividades de apoyo y ayuda a las familias: ayuda domiciliaria, grupos de ayuda mutua, apoyo psicológico, atención social, asesoría jurídica, voluntariado, etc.
- Actividades de dirección y gestión de centros de atención socio sanitaria para enfermos de Alzheimer.
- Actividades de representación y defensa de los intereses de los enfermos y de sus familiares.

Los **objetivos para 2020** han consistido en:

- Mantener los servicios básicos de la entidad: información, orientación, apoyo psicológico y social, talleres de estimulación cognitiva para personas afectadas por demencias y/o Alzheimer.
- Conseguir una ocupación de las plazas en los centros de día al 95%.
- Contar con una nueva figura profesional. Un/a fisioterapeuta de forma puntual para la ejecución de determinados programas de interés general y social subvencionados por el ICASS a través de la convocatoria del IRPF 2019 Año 2020, y entidades sin ánimo de lucro.
- Impulsar nuevos proyectos que den respuesta a las necesidades de las personas afectadas y sus familiares: envejecimiento activo en demencias y/o Alzheimer, valoración social y funcional de la independencia en actividades de la vida diaria...
- Conseguir una óptima coordinación con los centros cívicos para la mejora de la repartición de los recursos disponibles desde sus departamentos y nuestros servicios, así como la derivación de usuarios/as a AFAC.

1.4. PERFIL BENEFICIARIOS/AS

La asociación ofrece sus servicios dirigidos tanto a las personas afectadas por Alzheimer y/u otras demencias como a sus familiares, cuidadores no profesionales y sociedad en general.

El perfil mayoritario de los servicios y actividades de nuestra entidad es el siguiente:

Personas afectadas por deterioro cognitivo, Alzheimer u otras demencias y personas cuidadoras de personas dependientes afectadas por la enfermedad de Alzheimer u otras demencias.

El perfil de la persona cuidadora en nuestro país es el siguiente:

- 4 de cada 5 personas cuidadoras son mujeres
- 43% hijas, 22% esposas y 7'5% nueras
- La edad media es de 55,4 años
- El 70% de las personas cuidadoras tiene 50 o más años de edad
- En su mayoría están casados
- La mayoría comparte domicilio con la persona cuidada
- En la mayoría de los casos no hay ocupación laboral remunerada del cuidador (80%)
- Gran parte no recibe ayuda de otras personas (60%)
- La rotación familiar es bastante baja (20%)
- Una parte comparte el cuidado con otros roles familiares como cuidar de sus hijos (17%)

La Asociación recibe demandas y atiende a los siguientes grupos de personas:

- Personas cuidadoras de personas dependientes afectadas por Deterioro Cognitivo Leve (DCL), y/o la Enfermedad de Alzheimer.
- Personas cuidadoras de personas dependientes afectadas por otros tipos de demencia.
- Personas cuidadoras de personas dependientes, con discapacidad, u otras patologías.
- Profesionales sanitarios y del ámbito social.
- Profesionales cuidadores/as de personas con dependencia, discapacidad, DCL, demencias, etc.
- Estudiantes de atención socio sanitaria a personas dependientes en instituciones sociales, en el domicilio, auxiliares de enfermería... estudiantes de Integración Social, Trabajo Social, Psicología, Logopedia...
- Población en general
- Otras personas interesadas en la Enfermedad de Alzheimer.

Hablando en términos cuantitativos se estima que el número de **beneficiarios/as directos** durante todo el año 2020, considerando a estos las *personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y/u otras demencias y sus familiares* fue de **641** aproximadamente: 200 personas atendidas antes de la declaración del Estado de Alarma en Marzo de 2020, 141 beneficiarios/as durante la declaración del estado de alarma (107 atención telefónica y 34 telemáticamente), 153 personas atendidas de manera presencial, 112 atención telefónica y 35 telemáticamente después de la reanudación de las actividades en el periodo de “*nueva normalidad*”.

1.5. RELACIÓN CON OTRAS INSTITUCIONES, ADMINISTRACIONES, CONFEDERACIONES

CON CEAFA (CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE FAMILIARES DE PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS)

La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria A.F.A.C. se caracteriza por ser una entidad sin ánimo de lucro y asociación uniprovincial de referencia en demencias y/o Alzheimer en la Comunidad Autónoma de Cantabria.

Pertenecemos a CEAFA (Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer y otras demencias) la cual está compuesta por más de 300 entidades miembro y más de 83.130 asociados, y 3.863 profesionales que trabajamos en la atención integral directa y mejora de la calidad de vida de las personas afectadas por demencias y/o Alzheimer y sus familiares.

Durante 2020 destacamos las siguientes actividades de coordinación, colaboración y sensibilización:

- El 17 de Enero se mantuvo una reunión con Santiago García Blanco, Director General de Transformación Digital y relaciones con los usuarios de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Cantabria. El tema tratado en la reunión fue la creación del CENSO de personas con Alzheimer y otras demencias en la Comunidad Autónoma de Cantabria. En representación de AFAC acudió un/a miembro de Junta y un/a técnico/a, y un/a asesor/a externo de CEAFA, junto con un/a técnico de la Confederación.
- Durante el estado de alarma debido a la Covid-19, CEAFA con la colaboración de todas las AFA`s creó documentación sobre recursos, pautas y recomendaciones para la intervención con personas con Alzheimer y otras demencias.
- Desde AFA Cantabria, se prestó colaboración en la difusión sobre cualquier información actualizada del Covid-19, las guías y manuales de orientación que se elaboraron desde la Confederación con las pautas y protocolos a seguir, así como la reivindicación de la necesaria aprobación presupuestaria del Plan Nacional de Alzheimer.
- Jornada de trabajo del CENSO de personas con Alzheimer y otras demencias en Cantabria. Se realizó una reunión de forma telemática entre los/as técnicos/as de AFAC y CEAFA, junto con la Junta Directiva de la Asociación. Tuvo lugar el 15 de Mayo de 2020.
- Jornada de trabajo virtual. En Junio se llevó a cabo una formación online impartida por CEAFA y dirigida a todas las Federaciones representantes de todas las AFA`s en relación a la posibilidad de crear una nueva Fundación.

- Asistencia y participación virtual en la Asamblea General Ordinaria de CEAFA celebrada el 26 de Septiembre de 2020. Acudió Consuelo Gómez, secretaria de AFAC como representante de la asociación.
- Jornada de formación en el Manual de Prevención de Delitos y la recogida de datos para comenzar a elaborar el propio Manual de AFA Cantabria. Contó con la participación de los/as técnicos de AFAC y CEAFA, y la Junta Directiva de la Asociación. Tuvo lugar el 10 de Noviembre de 2020.
- Participación por parte de los/as técnicos/as de AFAC como oyentes en la Webinar “Residencias en tiempos de Covid-19: derechos, dignidad, demencia” organizada por CEAFA el 23 de Noviembre de 2020.
- Participación en la Jornada virtual de Conmemoración del 30 Aniversario de CEAFA que contó con la presencia virtual de su Majestad la Reina Doña Sofía. Acudió Luis Saiz Peña, Presidente de la Asociación en representación de AFA Cantabria. Tuvo lugar el 9 de Diciembre de 2020.
- Colaboración en la difusión sobre el proyecto de información y sensibilización social “Entornos Amigables y Solidarios con las Demencias”.
- Colaboración en la difusión de cualquier información de interés para afectados/as: binomio paciente-cuidador/a, familiar.

CON HUMV (HOSPITAL UNIVERSITARIO MARQUÉS DE VALDECILLA)

Desde la Unidad de Deterioro Cognitivo del HUMV colaboran de forma continua con la asociación en la derivación de personas afectadas por deterioro cognitivo, demencias y/o Alzheimer y sus familiares a los Servicios de la asociación.

CON EL SERVICIO CÁNTABRO DE SALUD

A petición del Servicio Cántabro de Salud, colaboramos en la formación continuada dirigida a profesionales del equipo de atención primaria de los Centros de Salud: médicos/as, enfermeros/as, auxiliares, trabajadores/as sociales.... Se trata de un curso formativo que se ejecuta todos los años, y en 2020 tuvo que ser sustituido por jornadas virtuales de formación.

Fue una sesión dedicada al abordaje de la cronicidad que contó con la participación de Mónica Pérez Pardo, psicóloga de AFAC, el 22 de Octubre de 2020.

CON SERVICIOS SOCIALES DE ATENCIÓN PRIMARIA DEL AYUNTAMIENTO DE SANTANDER

Se mantiene la siguiente colaboración continua con los Servicios Sociales de Atención Primaria (SSAP) del Ayto. de Santander:

- Información a las personas afectadas y sus familiares sobre el diagnóstico y proceso de la enfermedad, e información sobre los recursos y servicios específicos prestados desde la entidad: talleres de memoria, estimulación cognitiva para personas con deterioro cognitivo leve, apoyo a cuidadores, etc.
- Colaboración en la difusión de los diferentes programas de la entidad.
- Información a personas afectadas y sus familiares sobre los servicios y prestaciones de la asociación.

CON EL AYUNTAMIENTO DE TORRELAVEGA

Durante el año 2020 en los meses de Marzo y Julio se mantuvieron varias reuniones con Javier López Estrada, Alcalde del Ayuntamiento de Torrelavega, así como con distintas Concejalías del mismo para continuar manteniendo los servicios que presta la Asociación en el municipio así como la posible organización y planificación de proyectos futuros.

Además el 5 de Febrero se llevó a cabo una Rueda de Prensa en el municipio con la presencia del Ayuntamiento de Torrelavega, el *Club de Rotarios* y representantes de AFA Cantabria. Se recaudaron 1.000 € como donativo por parte del *Club de Rotarios de Torrelavega* los cuales fueron destinados al mantenimiento de los servicios y actividades de la asociación en el municipio.

2. TRABAJO DE LA ENTIDAD

2.1. SERVICIOS DE AFA CANTABRIA

SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN SOCIOFAMILIAR

Responsable del Servicio: Trabajadora Social

Es un servicio básico y suele ser el primero que se solicita.

Objetivos:

- Realizar la primera toma de contacto con la persona usuaria.
- Proporcionar información sobre la entidad.
- Proporcionar información sobre los servicios de AFAC.
- Derivar a otros profesionales de AFAC.
- Recoger datos para la historia multidisciplinar.

El/la Trabajador/a Social es el/la encargado/a de realizar la acogida de las personas usuarias que vienen por primera vez y a los que acceden a nuestros servicios de forma habitual.

Se ofrece información sobre la Asociación, sobre los servicios y sobre aspectos relacionados con la enfermedad.

Derivará a otros profesionales en función de la demanda y será responsable de recoger los datos sociales y abrirá una ficha social en los casos que corresponda.

SERVICIO DE APOYO PSICOLÓGICO

Responsables del Servicio: Psicólogas

Objetivos:

- Informar sobre la Enfermedad de Alzheimer.
- Informar sobre la patología del cuidador.
- Informar sobre técnicas de afrontamiento.
- Formar sobre el manejo del enfermo.
- Derivar a otros servicios.

Las psicólogas de la entidad son las encargadas de informar sobre la evolución de la enfermedad de Alzheimer y de la repercusión sobre la salud del cuidador. Igualmente proveerán al familiar de técnicas de afrontamiento adecuadas y le formarán sobre el manejo del enfermo.

La asistencia puede ser puntual o continuada y puede consistir en terapias individuales y/o de grupo.

SERVICIO DE APOYO SOCIAL

Responsable del Servicio: Trabajadora Social

Objetivos:

- Proporcionar información sobre los servicios de la comunidad.
- Informar sobre los servicios y recursos socio sanitarios de apoyo a cuidadores.
- Informar sobre aspectos éticos, institucionales y legales.

El/la trabajador/a social de la entidad es el/la responsable de proporcionar información sobre recursos sociosanitarios de apoyo a cuidadores así como de otros servicios que ofrezca la comunidad. Igualmente está encargado de dar información sobre los aspectos éticos, institucionales y legales que rodean a la enfermedad de Alzheimer.

La atención social irá encaminada al análisis de las necesidades sociales y a como cubrirlas, tanto de familiares como de pacientes, así como el seguimiento y análisis de la adecuación de los recursos sociales recomendados a las necesidades de las familias.

SERVICIO DE ASESORAMIENTO EN TERAPIA OCUPACIONAL

Responsable del Servicio: Terapeuta Ocupacional

Objetivos:

- Fomentar la autonomía de las personas en las actividades de la vida diaria, ya sean básicas, instrumentales o avanzadas.
- Mantener/mejorar su autoestima a través del mantenimiento de dicha autonomía
- Estimular las diferentes funciones mentales superiores, con el fin de mantenerlas el mayor tiempo posible y entretener el deterioro.
- Fomentar las relaciones sociales a través de tareas grupales y actividades en la comunidad.
- Mantener/mejorar sus habilidades motoras tanto finas como gruesas.
- Reducir la sobrecarga del cuidador manteniendo la autonomía de los enfermos de Alzheimer el mayor tiempo posible y aportando técnicas para que ésta se fomente desde el domicilio.
- Adaptar el ambiente en el que la persona actúa, así como aportar las ayudas técnicas necesarias con el fin de compensar los déficits y maximizar su nivel de independencia.
- Mejorar la calidad de vida tanto de la persona como de su familia.

El asesoramiento supone atender las consultas de los familiares en relación a la patología de la enfermedad.

El asesoramiento sanitario suele realizarse por teléfono o por medio de consulta directa.

SERVICIO DE FORMACIÓN

Objetivos:

- Proporcionar conocimientos a población inmigrante para el cuidado del/a enfermo/a.
- Proporcionar conocimientos a los/as familiares para el cuidado de la persona con diagnóstico de la enfermedad.
- Proporcionar conocimientos a los/as profesionales para el cuidado óptimo de la persona afectada: binomio paciente-cuidador/a, familiar.
- Proporcionar conocimientos sobre la enfermedad de Alzheimer a la población en general.

GRUPOS DE AYUDA MUTUA

Objetivos:

- Facilitar información acerca de la enfermedad y procurar un intercambio de experiencias.
- Ayudar en el proceso de aceptación de la enfermedad y la expresión de emociones.
- Aumentar la capacidad para hacer frente a situaciones difíciles.
- Crear un espacio de encuentro y participación que prevenga el aislamiento.

TALLERES DE MEMORIA

Objetivos:

- Entrenar en estrategias y técnicas de memoria.
- Estimular los procesos básicos cognitivos.
- Detección precoz de demencias.

TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA PARA PERSONAS AFECTADAS POR DETERIORO COGNITIVO LEVE, DEMENCIAS Y/O ALZHEIMER EN ESTADIOS INICIALES

Objetivos:

- Estimular y mantener las capacidades mentales de las personas afectadas.
- Evitar que el enfermo se desconecte de su entorno.
- Incrementar la autonomía del paciente.
- Estimular la autonomía y la autoestima.
- Disminuir las reacciones anómalas que padecen estas personas.
- Mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por demencias y/o Alzheimer, y sus familias.

Desde AFA CANTABRIA desarrollamos estos talleres durante todo el año, cinco días a la semana a lo largo de una hora de duración en Santander. En Torrelavega se ejecutan dos días a la semana: lunes y miércoles.

La metodología de trabajo consiste en lo siguiente: Se divide a las personas usuarias en tres grupos de trabajo en función de sus capacidades cognitivas, necesidades, perfil y nivel de independencia.

Dependiendo del caso y situación social, en primer lugar, se realiza una entrevista familiar por la Trabajadora Social, y después una valoración inicial a nivel cognitivo y en relación a su autonomía e independencia, con la persona usuaria realizada por las psicólogas y/o terapeuta ocupacional de la asociación.

Siempre se realizan valoraciones iniciales para asignar a cada persona usuaria a un grupo de trabajo específico adaptado a sus capacidades. A continuación, se le asigna un grupo u otro. El grupo de los lunes, miércoles y viernes de una hora de duración en horario de 10:00 a 11:00, o de 11:30 a 12:30. O el grupo de los martes y jueves en horario de 10:00 a 11:00.

En estos talleres se realizan ejercicios de cálculo, lectura, escritura, atención, concentración, praxis, esquema corporal, lenguaje, orientación a la realidad, reminiscencia, actividades de la vida diaria, razonamiento lógico, actividades lúdicas, laborterapia, juegos, etc.

En Torrelavega desarrollamos también este servicio todos los lunes y miércoles de 10 a 11.

Comenzamos a ofrecer el servicio en el año 2016 en la 1ª Planta del Centro Cívico Lázaro Baroque. Actualmente continuamos allí ofreciendo tanto la estimulación cognitiva los lunes y miércoles de 10 a 11, como el Servicio de Información, orientación, apoyo psicológico y social todos los lunes bajo cita previa en horario de 9 a 15 horas.

Actualmente a febrero de 2021 contamos con un total de 28 usuarios/as beneficiarios/as aunque a lo largo del año 2020 se han beneficiado más personas, las cuales actualmente están dadas de baja del servicio, muchas de ellas de forma permanente, y otras temporal debido a las circunstancias ocasionadas por la Covid-19, y por la evolución de la propia enfermedad. Normalmente el número total de personas beneficiarias durante el año en curso suele ser de 70. Sin embargo, debido a la pandemia Covid-19, el estado de alarma que se produjo en marzo con un confinamiento total, y las nuevas medidas restrictivas en el periodo de “*nueva normalidad*” obligaron a tomar medidas preventivas higiénico sanitarias para evitar al máximo la propagación del coronavirus. Por ese motivo, se redujeron sustancialmente los aforos en las aulas, limitando las plazas al 50%.

Este servicio no está subvencionado ya que cobramos una cuota mensual a cada usuario/a.

SERVICIO DE CENTRO DE DÍA PSICOGERIÁTRICO ESPECIALIZADO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS

Objetivos:

- Disminuir el nivel de sobrecarga de las familias.
- Realizar terapias no farmacológicas para el enfermo.
- Fomentar la autonomía en AVD.
- Fomentar la autoestima del enfermo.
- Favorecer el contacto social del enfermo.
- Realizar actividades de interacción con el medio.
- Fomentar salidas.

CENTROS GESTIONADOS POR AFA CANTABRIA Y CONCERTADOS CON EL GOBIERNO DE CANTABRIA:

CENTRO DE DÍA PSICOGERIÁTRICO AFAC I

C/Rosario de Acuña, 7 – Bajo de Santander

Teléfono y FAX: 942 37 08 08

Plazas: (20 concertadas y 4 privadas. Hemos tenido que eliminar una plaza privada por la Covid-19). Actualmente el Centro tiene completas casi todas sus plazas concertadas. Quedaría libre media jornada concertada en horario de tarde y una plaza completa + media plaza de forma privada.

Horario de 10:00 a 18:00 horas según el concierto con el ICASS de lunes a domingo, festivos incluidos excepto el 25 de Diciembre y el 1 de Enero que el centro permanece cerrado.

CENTRO DE DÍA PSICOGERIÁTRICO AFAC II

C/ Virgen del Camino, 4 – Bajo de Santander

Teléfono: 942 36 75 75

Plazas: 20. Actualmente están ocupadas todas las plazas, siendo un total de 20 usuarios/as. Se disponen de medias plazas concertadas. Actualmente quedan libres dos medias plazas en horario de tarde. Sin embargo no hay plazas privadas.

Horario de 10:00 a 18:00 horas según el concierto con el ICASS de lunes a domingo, festivos incluidos excepto el 25 de Diciembre y el 1 de Enero que el centro permanece cerrado.

INFORMACIÓN SOBRE CENTRO DE DÍA

Se trata de un recurso socio sanitario específico para enfermos de Alzheimer y sus familiares que ofrece una estancia diurna con programas de atención preventiva, educativa, sociocultural y rehabilitadora, adaptados a las características de cada paciente, los cuales promueven la autonomía del mismo y su permanencia en su entorno habitual.

SERVICIOS QUE SE PRESTAN

Atención sanitaria

Control de constantes vitales, higiene, administración de medicamentos, seguimiento de enfermedades crónicas, etc.

Atención psicológica

Para el enfermo y los familiares.

Atención social

Información sobre recursos de apoyo a cuidadores

Programas de estimulación

Estimulación Cognitiva, Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria, Terapia Ocupacional, Orientación en la Realidad, Animación Sociocultural, actividades Lúdicas y Salidas, etc. (Específicos para cada enfermo como parte del tratamiento no farmacológico de la enfermedad de Alzheimer)

PROTOCOLO COVID-19

Debido a la situación generada con la pandemia Covid-19 se permitió la reapertura de los Centros de Día en Junio de 2020 estableciendo unas medidas de seguridad y prevención. Éstas se especificaron inicialmente en un Plan de Acción que se elaboró para la reapertura de los Centros de Día y reincorporación de las personas usuarias de forma escalonada, con la aprobación del Instituto Cántabro de Servicios Sociales.

También se elaboró de un Plan de Contingencia en el cual se especifican los siguientes apartados: infraestructura de los Centros de Día, características de las personas usuarias, recursos humanos, plan de continuidad de la actividad ante posibles bajas del personal como consecuencia de la epidemia, protocolo ante infección por COVID de algún/a usuario/a, material de desinfección y de protección disponible, y el plan de funcionamiento y medidas adoptadas.

Todo el personal de los dos Centros de Día recibió formación específica sobre la Covid-19 durante el Estado de Alarma, así como en los periodos previos a la reapertura de los Centros de Día, y después en los propios Centros, una vez recuperada la "nueva normalidad".

2.2. PROGRAMAS SUBVENCIONADOS

2.2.1. Programa Subvencionado por el Instituto Cántabro de Servicios Sociales a través de la convocatoria de subvenciones a entidades privadas sin ánimo de lucro 2020

1. Servicio de Talleres de Entrenamiento de la Memoria

Los objetivos de este programa fueron los siguientes:

Objetivos Generales

- Mejorar la calidad de vida.
- Mantener la capacidad funcional.
- Conseguir una autonomía e independencia de los sujetos mayores de 65 años con problemas de memoria asociados a la edad.

Objetivos Específicos

- Evaluar y diagnosticar la pérdida de memoria asociada a la edad diferenciando los déficits reales de lo que solamente son “quejas de memoria”.
- Diferenciar las personas con pérdida de memoria asociada a la edad de aquellos cuyos trastornos de memoria son causados por alteraciones como demencia y depresión.
- Realizar un programa de entrenamiento adaptado a la población de cantabria para compensar y disminuir déficits amnésicos.
- Dar a conocer el funcionamiento básico de la memoria.
- Cambiar las actitudes y estereotipos negativos sobre la irreversibilidad de las alteraciones o el déficit de memoria.
- Entrenar en estrategias y técnicas de memoria.
- Estimular el proceso básico de atención.
- Estimular otros procesos básicos cognitivos como: percepción, lenguaje, capacidad lógica etc.
- Aplicar las estrategias adecuadas para resolver los fallos de memoria de la vida diaria.
- Promover la transferencia de los conocimientos y hábitos adquiridos en el entrenamiento a la vida diaria

El resumen de la actividad realizada es el siguiente:

- **Difusión:** No fue necesaria mucha difusión, ya que debido a las nuevas medidas restrictivas en los periodos de “*nueva normalidad*” ocasionadas por la COVID-19, completamos las plazas de los talleres al 100%, dejando a personas interesadas fuera en lista de espera para próximas ediciones. Las plazas que se ofertaron en el taller de entrenamiento de la memoria después de la alerta sanitaria, y estando en estado de alarma, fueron al 50% de la capacidad del aforo total del espacio cedido por el Ayuntamiento de Santander. Se adjunta en anexos cartel informativo del programa para la difusión realizada en: página web, redes sociales...
- **Asignación de horarios y días y captación de participantes:** Se buscó por un lado a personas con quejas de la memoria, pero sin deterioro cognitivo, y por otro lado a personas con deterioro cognitivo leve, y/o demencia en estadios iniciales. La asignación de los horarios fue la siguiente:
 - **Taller de Entrenamiento de la Memoria en el Centro Cívico Callealtero de Santander.** Se realizó desde el 20 de Octubre al 29 de Diciembre de 2020. 10 sesiones de una hora y media de duración cada una en horario de 16:30 a 18:00 horas. Participaron un total de 10 usuarios/as. Normalmente este tipo de talleres tiene mucha demanda con listas iniciales de inscritos/as de hasta 20-25 personas interesadas, quedando incluso usuarios/as en lista de espera para próximas ediciones. Sin embargo, la situación de alerta sanitaria provocada por la pandemia en todo el país, y en especial en la Comunidad Autónoma de Cantabria dio lugar a que se publicasen en el Boletín Oficial de Cantabria nuevas restricciones por parte de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Cantabria en noviembre de 2020. Esto también fue un motivo importante por el cual muchas de las personas interesadas en participar, no quisieron hacerlo por miedo al contagio. A pesar de necesitar participar en este tipo de programas, muchas de estas personas decidieron quedarse en casa ante las nuevas circunstancias evitando participar en cualquier tipo de actividad, pero recalando el interés y necesidad de hacerlo para el próximo año 2021. Igualmente, debido al cumplimiento estricto que se realizó para evitar al máximo el contagio de Covid-19, el aforo máximo permitido según el espacio cedido por el Ayuntamiento de Santander en el Centro Cívico Callealtero, fue de 10 personas, quedando completo por tanto dicho programa con las personas beneficiarias que participaron en el mismo. La entidad archiva el documento de la protección de datos firmado para la autorización de la comunicación de sus datos personales al ICASS, Servicios Sociales y Centros Cívicos.

- **Desarrollo de la actividad:** Se desarrollaron varias sesiones adaptadas a las características de las personas beneficiarias en el taller, impartiendo los contenidos siguientes:
 - Introducción
 - ¿Cómo funciona la memoria?,
 - Evaluación inicial,
 - Memoria visual, memoria auditiva, y memoria semántica.
 - Lenguaje, fluidez verbal, y vocabulario.
 - Atención. Razonamiento y funciones ejecutivas.
 - Categorización, asociación, y comprensión.
 - Cálculo.
 - Orientación Espacial
 - Visualización
 - Funciones Ejecutivas
 - Evaluación Final (Encuesta)

En cada sesión se plantearon una batería de actividades en las que se trabajó:

- Memoria visual, memoria auditiva.
 - Lenguaje, fluidez verbal, vocabulario.
 - Atención
 - Percepción
 - Razonamiento y funciones ejecutivas
 - Categorización, asociación y comprensión, etc.
- **Valoración final.** El desarrollo del taller fue muy positivo por el grado de satisfacción de los/as participantes, el nivel de participación y la demanda existente para su continuidad.

La financiación económica obtenida por el ICASS para la ejecución y viabilidad de este programa fue de 1.377,70 €

2.2.2. Programas Subvencionados por el Instituto Cántabro de Servicios Sociales a través de la convocatoria de subvenciones del IRPF 2019 Año 2020

1. ESCUELA DE CUIDADORES

Programa de Apoyo y descanso para familiares y/o cuidadores/as de personas con Deterioro Cognitivo Leve, demencias y/o Alzheimer en Cantabria

Se realizaron dos Escuelas de Cuidadores online con los **Objetivos Generales** de:

- Ofrecer información, conocimientos, estrategias y consejos sobre los aspectos relacionados con la enfermedad de Alzheimer, las necesidades y los cuidados a los/as cuidadores/as de una persona con demencia.
- Proporcionar técnicas, herramientas y habilidades para que los/as cuidadores/as y familiares de las personas con demencia puedan enfrentarse al proceso de cuidado de la mejor manera posible.
- Potenciar las buenas prácticas en el entorno familiar.
- Mejorar la atención a los/as pacientes dentro del entorno familiar.

Objetivos Específicos

- Proporcionar formación e información acerca de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias
- Fomentar el aprendizaje, comprensión y manejo de las alteraciones conductuales de enfermos/as de Alzheimer y/u otras demencias.
- Promover el conocimiento en familiares y/o cuidadores sobre técnicas de comunicación con la persona con Alzheimer y otras demencias.
- Ofrecer orientación y asesoramiento para fomentar la autonomía de la persona que tienen a su cuidado.
- Enseñar a los/as cuidadores técnicas de cuidado para la persona con demencia.
- Informar, orientar y asesorar sobre los recursos socio sanitarios y comunitarios existentes en la Comunidad Autónoma de Cantabria.
- Ofrecer información sobre las figuras legales existentes
- Proporcionar a los/as cuidadores/as estrategias de auto cuidado

La metodología utilizada fue la siguiente:

- **Difusión del proyecto.** Se comunicó a los/as cuidadores/as y familiares de personas con demencias y/o Alzheimer que participan en actividades, programas y servicios de la asociación, socios/as, etc. Se realizó difusión a través de cartelería en las redes sociales: facebook, twitter, página web.
- **Captación de usuarios/as:** fueron beneficiarios/as del proyecto los familiares y/o cuidadores de personas afectadas por deterioro cognitivo, Alzheimer y/u otras demencias, personas mayores con o sin deterioro cognitivo, o con otras

patologías que generen dependencia, discapacidad...y cuidadores profesionales, auxiliares de enfermería, socio sanitarios, encargados/as del cuidado de personas con demencias. (41 personas beneficiarias totales en el programa)

- **Desarrollo de las actividades:** se realizaron 10 sesiones por cada curso formativo. Se realizó una Escuela de Cuidadores online (con personas beneficiarias de Torrelavega), y otra Escuela de Cuidadores online (con personas beneficiarias de Santander y otras localidades).

En cada sesión se entregó de forma individual a cada participante un resumen del contenido tratado con información, recomendaciones, pautas a seguir, elaborados por los/as profesionales del programa.

Se adjuntan en anexos los dos carteles de las dos Escuelas de Cuidadores, las encuestas de satisfacción y evaluación dirigidas a las personas asistentes, y los programas de los contenidos técnicos detallados de las sesiones impartidas en las Escuelas de Cuidadores.

- **El contenido de las sesiones fue el siguiente:**
 - Demencias y Enfermedad de Alzheimer
 - Tratamiento Farmacológico y No Farmacológico
 - Alteraciones de la conducta de la persona afectada
 - Recomendaciones básicas para el manejo y comunicación con las personas afectadas
 - Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria. El papel del/a Terapeuta Ocupacional.
 - Movilización de pacientes y productos de apoyo.
 - Fisioterapia con personas con demencias y/o Alzheimer. Transferencias y movilizaciones. Tratamiento postural adecuado
 - Recursos socio sanitarios de apoyo a personas afectadas y familiares. El papel del/a Trabajador/a Social. La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria A.F.A.C. Servicios que se prestan. Modelo de Atención Centrada en la persona.
 - Medidas legales. Proceso de Incapacitación Judicial. Tutela, Curatela, Defensor judicial, guarda de hecho.
 - Autocuidado: ¿Qué significa cuidar de uno mismo?
 - Sesión final de evaluación: entrega del material, diplomas, documentación, encuestas de satisfacción, resolución de dudas.
- **Evaluación de la actividad:** Se pasó a los/as asistentes unos cuestionarios de valoración y evaluación. Además, se tuvo en cuenta la asistencia y continuidad de los/as participantes, así como su participación durante cada curso de la Escuela de Cuidadores.

La financiación económica obtenida por el ICASS para la ejecución y viabilidad de este programa fue de 7.827,90 €

2. TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA Y TALLERES INTERGENERACIONALES COMO PREVENCIÓN DE SITUACIONES DE DEPENDENCIA, DETERIORO COGNITIVO Y/O DEMENCIAS

OBJETIVOS GENERALES

Talleres de entrenamiento de la memoria:

- Mantener el funcionamiento correcto de la memoria en la vejez
- Facilitar el establecimiento de un diagnóstico precoz en el caso de la existencia de sospecha de demencia

Programa Intergeneracional con Centros de Educación Infantil

- Normalizar la relación entre los niños pequeños y las personas con demencia

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Talleres de entrenamiento de la memoria:

- Diferenciar las personas con pérdida de memoria asociada a la edad de aquellos cuyos trastornos de memoria son causados por alteraciones como demencia y depresión.
- Dar a conocer el funcionamiento básico de la memoria.
- Cambiar las actitudes y estereotipos negativos sobre la irreversibilidad de las alteraciones o el déficit de memoria.
- Entrenar en estrategias y técnicas de memoria
- Estimular el proceso básico de atención.
- Estimular otros procesos cognitivos básicos como: percepción, lenguaje, capacidad lógica etc.
- Aplicar las estrategias adecuadas para resolver los fallos de memoria de la vida diaria.
- Promover la transferencia de los conocimientos y hábitos adquiridos en el entrenamiento a la vida diaria

Programa Intergeneracional con Centros de Educación Infantil

PARA LAS PERSONAS CON DETERIORO COGNITIVO, ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS

- Mejorar su autoestima
- Fomentar un estado de ánimo positivo
- Promover las relaciones sociales, tanto entre iguales como con los niños
- Estimular todas las capacidades cognitivas
- Incrementar la motivación en la realización de actividades
- Crear vínculos entre niños y mayores y fomentar las relaciones afectivas entre ambos
- Incrementar la calidad de vida a través de la reducción del aislamiento

PARA EL ALUMNADO

- Fomentar el establecimiento de relaciones sociales con personas de otra generación
- Promover la aceptación de personas diferentes
- Adquirir un nuevo concepto de "abuelo": personas con quienes podemos divertirnos y hacer actividades incluso ayudarnos mutuamente, no solo aquel que nos cuida cuando no están nuestros padres.
- Trabajar todas las capacidades adquiridas de acuerdo con el nivel de desarrollo
- Aumentar la motivación
- Promover el respeto por las personas mayores

METODOLOGÍA UTILIZADA

Talleres de entrenamiento de la memoria:

- **Difusión:** se realizó a través de los medios de comunicación. Se colgó en la plataforma virtual de Meeting Point del Ayuntamiento de Santander donde la asociación está inscrita. Se envió toda la información por correo electrónico a la coordinación de todas las Unidades de Trabajo Social pertenecientes a los Servicios Sociales de Atención Primaria del Ayuntamiento de Santander, y se estableció contacto con la coordinación de los centros cívicos de Santander para la cesión de los espacios adecuados para su ejecución. Por otra parte, se solicitó autorización de utilización de espacios en el "Espacio Mujer" de Torrelavega coordinándonos para ello con dicho organismo perteneciente a la Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Torrelavega. Se realizaron carteles informativos. No fue necesaria más difusión, ya que debido a las nuevas medidas restrictivas en los periodos de "nueva normalidad" ocasionados por la COVID-19, completamos las plazas de los talleres al 100%, dejando a personas interesadas fuera en lista de espera para próximas ediciones. Las plazas que se ofertaron en los talleres de entrenamiento de la memoria después de marzo cuando se pudo reanudar el programa, fueron al 50% de la capacidad del aforo total de los espacios cedidos.
- **Asignación de horarios y días y captación de participantes:** Las personas beneficiarias fueron aquellas que ya estaban apuntadas e interesadas en este tipo de talleres previamente. Cuando pudimos reanudar el programa después del confinamiento provocado por la alerta sanitaria del Estado de Alarma por la COVID-19, contamos con la participación de las personas que no pudieron finalizar sesiones de entrenamiento de la memoria en marzo de 2020. Para el inicio del nuevo taller, se contó también con la participación de personas beneficiarias que anteriormente habían participado.

- **Desarrollo de la actividad:** Se desarrollaron varias sesiones adaptadas a las características de las personas beneficiarias de los distintos talleres, impartiendo los contenidos que se detallan a continuación:
 - Introducción ¿Cómo funciona la memoria?
 - Evaluación inicial
 - Memoria visual, memoria auditiva, y memoria semántica.
 - Lenguaje, fluidez verbal, y vocabulario.
 - Atención, percepción
 - Razonamiento y funciones ejecutivas.
 - Categorización, asociación, y comprensión.
 - Cálculo, concentración.
 - Orientación
 - Orientación Espacial
 - Visualización
 - Funciones Ejecutivas
 - Evaluación Final (Encuestas de satisfacción y cuestionario de evaluación)
 - **Talleres de Entrenamiento de la Memoria en Espacio Mujeres de Torrelavega, y en el Centro Cívico Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega:** El primero se ejecutó los miércoles de 11.30 a 13.00h. Comenzó el día 4 de marzo y su finalización estaba planteada para el 22 de abril, sin embargo sólo se pudieron llevar a cabo 2 sesiones (4 y 11 de Marzo). Se finalizó este taller con la realización de 8 sesiones más, en lugar de las 6 restantes que quedaban desde marzo, entre los meses de octubre a diciembre de 2020. En el Espacio Mujeres de Torrelavega acudieron 20 personas. En los meses de octubre a diciembre en el Centro Cívico Pedro Lázaro Baruque acudieron 12 personas. (Debido a las medidas preventivas establecidas con aforo del 50% por la COVID-19 para poder mantener una distancia interpersonal adecuada no se pudieron aceptar a más personas para el taller). El total de sesiones realizadas sumando ambos talleres fue de 10. El total de personas beneficiarias sumando ambos talleres fue de 32.
 - **Taller de Entrenamiento de la Memoria en Santander en el Centro Cívico Callealtero:** Se desarrolló en el Centro Cívico Callealtero de Santander los jueves de 11.00 a 12.30h. Comenzó el 30 de enero finalizando el 12 de marzo, quedando pendiente 1 sesión por impartir. Acudieron 19 personas. La sesión que quedó por impartir se envió por correo electrónico para realizarla de forma telemática.
 - **Taller de Entrenamiento de la Memoria en Santander en el Centro Cívico El Alisal:** Se ejecutó desde el 19 de octubre hasta el 4 de diciembre de 2020. 8 sesiones de una hora y media de duración más entrenamiento cognitivo en el domicilio con seguimiento. Horario de 10:00 a 11:30 todos los viernes. Participaron 12 personas beneficiarias.
- **Valoración final.** El desarrollo de los talleres fue muy positivo por el grado de satisfacción de los/as beneficiarios/as, el nivel de participación y la demanda existente para su continuidad.

Programa Intergeneracional con el Centro Concertado “La Anunciación”

- **Difusión.** Se informó a los/as familiares y personas afectadas y usuarios/as que acudían a los talleres de estimulación cognitiva de la asociación, para afectados/as en estadios iniciales, así como a los/as socios/as afectados/as y familiares de AFA Cantabria.
- **Captación de usuarios/as y planificación:** para esta parte del proyecto se tuvo en cuenta el estado cognitivo de la persona afectada, priorizando y adaptando las actividades y sesiones en función de las capacidades cognitivas de cada usuario/a y el nivel de cada alumno/a. La planificación se realizó a través de una primera reunión entre el equipo multidisciplinar y La Anunciación, para establecer una lista de posibles actividades a realizar y los/as posibles candidatos/as (tanto los/as afectados/as por demencia, como los/as niños/as del centro).
- **Desarrollo de las actividades:** se llevaron a cabo distintas actividades organizadas y dirigidas por la Trabajadora Social y la psicóloga especializadas en la enfermedad de Alzheimer y en la monitorización de talleres. Participaron los/as usuarios/as que conservan hábitos de trabajo, actitudes personales y sociales suficientes y unas capacidades cognitivas que les permitían seguir una tarea más o menos compleja y duradera. 9 usuarios/as y 20 niños/as de 9 y 11 años. Se llevó a cabo una sesión mensual en relación a una temática concreta. Por separado tanto los/as niños/as como los/as mayores trabajaron sobre cada tema para después llevar a cabo la actividad de forma conjunta. La actividad estaba planteada hasta final de curso pero debido a la COVID-19 sólo se pudieron realizar las visitas en enero, febrero y marzo.
Las actividades que se realizaron fueron las siguientes:
 - Enero: Recordando canciones de antes con los niños
 - Febrero: Juegos de mesa. Jugaron juntos a distintos juegos de mesa tradicionales: parchís, oca, cartas...
 - Marzo: Taller de primavera. Realizaron juntos una manualidad en la que fabricaron flores decorativas
- **Valoración:** Se trabajó con aquellos usuarios/as que mantenían mayores capacidades cognitivas a través del programa intergeneracional con el Centro La Anunciación. Es una actividad que siempre ha dado muy buenos resultados. Sin embargo, debido a las circunstancias ocasionadas por la COVID-19 se consideró oportuno interrumpir temporalmente la actividad para evitar que las personas más vulnerables, como son las personas mayores con demencias, estén en contacto estrecho en un aula con el alumnado.

La financiación económica obtenida por el ICASS para la ejecución y viabilidad de este programa fue de 4.192,90 €

3. ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN DEMENCIAS Y/O ALZHEIMER EN CANTABRIA

OBJETIVOS GENERALES

- Potenciar la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo, demencias y/o Alzheimer.
- Potenciar el crecimiento y desarrollo personal.
- Fomentar la integración y participación en el ámbito familiar, social, y cultural de su entorno.
- Promover la independencia en la vida diaria.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Mantener y/o mejorar el bienestar físico, psíquico y social de personas con deterioro cognitivo, demencias y/o Alzheimer.
- Promover hábitos de vida saludables: alimentación y ejercicio físico.
- Mejorar la red de apoyo social de las personas afectadas por deterioro cognitivo, demencias y/o Alzheimer.
- Mantener y/o fomentar la autoestima y autonomía en la vida diaria.

METODOLOGÍA UTILIZADA

- **Difusión del programa:** Se realizó una campaña de divulgación, con el objetivo de captar a los/as posibles destinatarios/as. Desde la asociación se realizó la difusión del programa a través de carteles, folletos informativos, y carta a los/as asociados/as de la entidad, tanto a las personas afectadas por demencias y/o Alzheimer como a sus familiares y/o cuidadores no profesionales, teniendo en cuenta también a los/as cuidadores/as profesionales. También nos pusimos en contacto con la coordinación de los centros cívicos de la ciudad de Santander y con las distintas Unidades de Trabajo Social de la ciudad a través de la coordinación de las mismas. Las cuales, nos derivan casos los cuales atendemos bajo cita previa a través de otro de los programas de la entidad. Se adjunta en anexos el cartel informativo del programa.
- **Asignación de horarios y días:** se formaron dos grupos homogéneos en base a las capacidades remanentes de las personas seleccionadas, y se planteó que cada uno de ellos acudiera al taller un día a la semana. Los días de impartición fueron martes y jueves de 16:00 h a 17:00 h. Sin embargo, debido a la alerta sanitaria provocada por la COVID-19 sólo se pudieron realizar sesiones hasta el 13 de marzo. Se replanteó el cronograma de tal forma que tuviera la misma carga horaria y los/as trabajadores/as dedicados/as a él, invirtieran las mismas horas planteadas inicialmente. En la segunda quincena de junio se dedicó a replantear la actividad y retomar el contacto con las personas seleccionadas en marzo, y se reevaluó la situación de cada una de ellas.

La impartición del segundo semestre se realizó desde julio hasta diciembre (se adjunta cartel informativo). Se llevaron a cabo dos sesiones semanales todos los martes y jueves de 16:30 a 18:00 (1 hora y media de duración para cada sesión). (17 personas beneficiarias)

- **Evaluación de participantes:** Se realizó una valoración cognitiva inicial a todos/as los/as participantes pre-seleccionados. De este modo se seleccionó a aquellos/as afectados/as por deterioro cognitivo, demencias y/o Alzheimer (con diagnóstico clínico, y/o que ya participen en actividades de estimulación cognitiva de la asociación previamente). El 100% de las personas seleccionadas contaba con confirmación de diagnóstico clínico.
- **Evaluación:** se realizó una evaluación inicial, una evaluación continua en la que hubo que reformular de nuevo el programa tal y como se especificó en la memoria de seguimiento enviada en julio de 2020, y por último una evaluación final. En cuanto a las personas beneficiarias se les realizó una evaluación inicial y final, y encuestas de satisfacción.

La financiación económica obtenida por el ICASS para la ejecución y viabilidad de este programa fue de 3.617,90

2.2.3. Programa subvencionado por la Consejería de Sanidad

EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y/O CUIDADOR/A EN CANTABRIA

Objetivos Generales

- Fomentar el autocuidado del paciente afectado por la enfermedad de Alzheimer u otras demencias.
- Capacitar a los familiares y/o cuidadores de enfermos/a de Alzheimer u otras demencias frente a la autonomía del/a propio paciente.
- Potenciar la difusión de la problemática que originan las demencias.
- Dar a conocer la enfermedad de Alzheimer a la población en general.

Objetivos Específicos

- Ofrecer información y formación que permita desarrollar comportamientos, habilidades y competencias para cuidar a las personas con demencia y/o Alzheimer que tienen limitaciones físicas, psíquicas y sociales y/o que les impiden realizar las Actividades de la Vida Diaria por sí solas.
- Informar sobre la Enfermedad de Alzheimer u otras demencias.
- Informar y formar a los familiares para el cuidado del enfermo.
- Enseñar técnicas de afrontamiento ante determinadas situaciones.

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES:

- **Difusión del proyecto:** A través de carteles informativos, redes sociales, correo electrónico y contactos telefónicos. Se adjuntan los carteles de las charlas en anexos.
- **Captación de usuarios/as:** Se tuvo en cuenta de forma prioritaria que la persona interesada tuviera un familiar o persona cercana con demencia y/o Alzheimer, deterioro cognitivo, persona mayor a su cargo... Por otra parte, se consideró oportuno y necesario incluir también como beneficiarios/as del proyecto a estudiantes y profesionales de atención socio sanitaria a personas dependientes en instituciones sociales, profesionales de atención socio sanitaria a personas dependientes en ayuda a domicilio, y auxiliares de enfermería, dado que son potenciales cuidadores/as de personas con demencias y/o Alzheimer. Y por último se dejó abierta la participación hacia la población en general para formar y sensibilizar acerca de la problemática social que originan las demencias, y en especial la enfermedad de Alzheimer. De este modo se consiguió una repercusión positiva en las personas afectadas por demencia y/o Alzheimer en general.
- **Desarrollo de las actividades y temporalización:** se impartieron 5 charlas formativas de 2 horas y media de duración aproximadamente. En cada jornada realizada se repartieron folletos de la asociación con información sobre los servicios y recursos de atención de AFAC, así como información sobre terapias no farmacológicas dirigidas a personas afectadas.

Debido a las circunstancias ocasionadas por la COVID-19, tres de las cinco charlas fueron realizadas online de forma telemática, haciendo llegar presencialmente el material de las jornadas.

- **Jornada I Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Acercamiento a la Enfermedad de Alzheimer: claves para el cuidado”.** Se llevó a cabo en la sede de Cruz Roja de Santander situada en C/Los Acebos Nº 1, 39011, el viernes 2 de octubre de 10:00 a 12:30. Las personas beneficiarias fueron un total de 25. En su mayoría fueron mujeres, algunas con quejas y fallos de memoria, síndrome de burnout por haber cuidado a personas dependientes durante largos periodos de tiempo, otras eran personas mayores autónomas sin dependencia pero con preocupación e interés sobre la enfermedad de Alzheimer.
- **Jornada II Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Acercamiento a la Enfermedad de Alzheimer: claves para el cuidado”.** Se llevó a cabo en la sede de Cruz Roja de Santander situada en C/Los Acebos Nº 1, 39011, el viernes 2 de octubre de 12:30 a 15:00. Las personas beneficiarias fueron un total de 25.
- **Jornada III Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Acercamiento a la Enfermedad de Alzheimer: claves para el cuidado”.** Debido a las circunstancias ocasionadas por la Covid-19, se realizó online. La situación de alerta sanitaria provocada por la pandemia en todo el país, y en especial en la Comunidad Autónoma de Cantabria dio lugar a que se publicasen en el Boletín Oficial de Cantabria nuevas restricciones por parte de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Cantabria. Para evitar en la medida de lo posible el contacto físico y/o presencial con las personas beneficiarias del programa, así como para poder abarcar un número amplio de beneficiarios/as, se decidió realizarlo online y de forma telemática a través de la plataforma google meet. Se llevó a cabo el viernes 13 de noviembre de 12:30 a 15:00. Las personas beneficiarias fueron un total de 31. Todas ellas fueron estudiantes de atención socio sanitaria a personas dependientes en el domicilio y en instituciones sociales. Se llevó a cabo en colaboración con el Centro de Formación Profesional María Inmaculada de Santander.
- **Jornada IV Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Servicios y cuidados en las demencias y/o Enfermedad de Alzheimer”.** Debido a las circunstancias ocasionadas por la Covid-19, explicadas con anterioridad, se realizó online. Se llevó a cabo el viernes 20 de noviembre de 11:30 a 14:00. Las personas beneficiarias fueron un total de 22. Todas ellas fueron estudiantes de atención socio sanitaria a personas dependientes en el domicilio y en instituciones sociales. Se llevó a cabo en colaboración con el Centro de Formación Profesional María Inmaculada de Santander.

- **Jornada V Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “La Enfermedad de Alzheimer y Consecuencias de la pandemia”.** Debido a las circunstancias ocasionadas por la Covid-19, se realizó online. Se llevó a cabo el miércoles 2 de Diciembre de 15:00 a 17:30. Las personas beneficiarias fueron un total de 18. Todas ellas fueron estudiantes del grado de logopedia de la Escuela Universitaria de Fisioterapia Gimbernat-Cantabria de Torrelavega. En esta misma jornada se contó con la posibilidad de tener a un/a paciente afectado/a por demencia, para poder realizar una valoración cognitiva y mantener conversación con el alumnado, con la autorización de la familia.

El contenido de la temática que se trató en todas las jornadas fue el siguiente:

o Acercamiento a la Enfermedad de Alzheimer: claves para el cuidado y el manejo de los trastornos de conducta

- Evolución Histórica, definición y factores de riesgo
- Diferencias entre envejecimiento normal, deterioro cognitivo leve y demencia
- Tipos de demencia
- Enfermedad de Alzheimer
- Detección Precoz
- Síntomas y características
- Diagnóstico
- Fases y evolución
- Escala de Deterioro Global
- Tratamiento y prevención de la Enfermedad de Alzheimer
- Recomendaciones generales para las alteraciones conductuales, e información sobre el Tratamiento No Farmacológico.
- Recomendaciones generales hacia los/as familiares y/o cuidadores/as no profesionales de personas con demencias y/o Alzheimer.
- Necesidad de Apoyo psicológico grupal como terapia

o Fomento de la autonomía y auto cuidado de la persona afectada

- Actividades de la Vida Diaria (AVD)
- Clasificación de las AVD
- Autonomía VS Independencia
- Alteraciones en las demencias que afectan a la autonomía e independencia
- Objetivos en el mantenimiento de la independencia
- Recomendaciones generales para fomentar la autonomía e independencia en personas con demencias
- Productos de Apoyo y su utilización
 - Alimentación
 - Baño y aseo personal
 - Vestido
- Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD)
 - Manejo de medicación
 - Compras
 - Manejo del dinero

o Servicios y cuidados en las demencias y/o Enfermedad de Alzheimer:

Servicios y recursos de atención socio sanitarios

- Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia. (Prestaciones y Catálogo de servicios de atención del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia).
- Grado de discapacidad. Procedimiento solicitud y Beneficios
- Servicio de Accesibilidad y Ayudas Técnicas
- Servicio de Préstamo de Productos de Apoyo
- Prestación Económica Individual para la promoción de la vida autónoma
- Prestaciones Sanitarias
- Cartera de Servicios de la Ley 2/2007, de derechos y servicios sociales
- Movimiento Asociativo.
- Servicios y recursos de atención en AFA CANTABRIA
- Procedimiento Incapacitación Judicial. Conceptos clave.

El resto del mes de diciembre se entregó el material de todas las jornadas y se realizaron las evaluaciones tanto de conocimientos, como de satisfacción, así como la valoración final del programa.

- **Evaluación y valoración:** La valoración del desarrollo del programa fue positiva ya que se cumplieron los objetivos generales y específicos. Sería recomendable realizar más actividades de difusión y sensibilización para promover la concienciación social sobre la problemática social que originan las demencias.

La financiación económica obtenida por la Consejería de Sanidad para este programa fue de 1.500 € que exclusivamente fueron para gastos materiales

2.2.4. Programas subvencionados por el Ayuntamiento de Santander

PUESTA EN MARCHA DE TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA

Objetivo General

- Mejorar la calidad de vida
- Mantener la capacidad funcional
- Conseguir una autonomía e independencia de las personas mayores con problemas de memoria asociados a la edad.

Objetivos Específicos

- Evaluar y diagnosticar la pérdida de memoria asociada a la edad diferenciando los déficits reales de lo que solamente son “quejas de memoria”.
- Diferenciar las personas con pérdida de memoria asociada a la edad de aquellos cuyos trastornos de memoria son causados por alteraciones como demencia y depresión.
- Realizar un programa de entrenamiento adaptado a la población de cantabria para compensar y disminuir déficits mnésicos.
- Comprobar la utilidad del programa.
- Dar a conocer el funcionamiento básico de la memoria.
- Cambiar las actitudes y estereotipos negativos sobre la irreversibilidad de las alteraciones o el déficit de memoria.
- Entrenar en estrategias y técnicas de memoria
- Estimular el proceso básico de atención.
- Estimular otros procesos básicos cognitivos como: percepción, lenguaje, capacidad lógica etc.
- Aplicar las estrategias adecuadas para resolver los fallos de memoria de la vida diaria.
- Promover la transferencia de los conocimientos y hábitos adquiridos en el entrenamiento a la vida diaria
- Conocer el funcionamiento de la propia memoria.
- Mejorar la autoestima.
- Facilitar la comunicación entre los participantes del programa.

ACTIVIDADES REALIZADAS

- Información y orientación sobre los servicios y recursos de AFAC.
- Información y orientación sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.
- Recogida de datos personales y demandas planteadas.
- Difusión de la actividad y coordinación con Servicios Sociales de Atención Primaria y la coordinación de centros cívicos para la selección de las personas participantes.
- Presentación de los talleres.

- El entrenamiento se llevó a cabo durante 6 sesiones de hora y media de duración cada una en 2 Talleres, en otro Taller fueron 8 sesiones de hora y media de duración, y en el cuarto taller se realizarán 12 sesiones de 1 hora y media de duración cada una con ejercicios para el entrenamiento cognitivo en el domicilio y su posterior evaluación.

Los talleres que se ejecutaron fueron los siguientes:

TM C.C. Numancia Febrero-Marzo de 2020: Desde el martes 4 de febrero hasta el martes 10 de marzo de 2020. No se realizaron más sesiones debido a la alerta sanitaria provocada por la COVID-19. 6 Sesiones de 1 hora y media de duración todos los martes de 11:30 a 13:00, con ejercicios para el entrenamiento cognitivo en casa. (18 beneficiarios/as)

TM C.C. El Alisal Febrero-Marzo 2020: Desde el viernes 7 de febrero hasta el viernes 13 de marzo de 2020. No se realizaron más sesiones debido a la alerta sanitaria provocada por la COVID-19. 6 Sesiones de 1 hora y media de duración cada sesión con diferentes ejercicios para el entrenamiento cognitivo más formación en técnicas de estrategias de entrenamiento de la memoria. Se realizaron en el C.C. El Alisal en horario de 11:30 a 13:00 con un grupo de refuerzo que ya había participado anteriormente. (24 beneficiarios/as)

TM C.C. El Alisal Octubre-Diciembre 2020: Desde el 30 de octubre hasta el 18 de diciembre de 2020. Se ejecutaron 8 sesiones de 1 hora y media de duración cada sesión con diferentes ejercicios para el entrenamiento cognitivo más formación en técnicas de estrategias de entrenamiento de la memoria. Se realizaron en el C.C. El Alisal en horario de 12:00 a 13:30 con un grupo de refuerzo que ya había participado anteriormente y realizamos seguimiento y con algunas nuevas incorporaciones. (9 beneficiarios/as)

TM C.C. Numancia Enero-Abril 2021: Debido a la situación generada por la COVID-19 no fue posible comenzar y ejecutar los 4 talleres de entrenamiento de memoria en el año en curso en 2020, situación que se explicó en el formulario de solicitud de la subvención y fue aprobada al conceder la financiación en la resolución efectuada por el Ayuntamiento de Santander. Por ese motivo se ha organizado y planificado el inicio de este taller de entrenamiento de la memoria que corresponde al ejercicio de 2020, en 2021 con 12 sesiones de una hora y media de duración cada una, y ejercicios cognitivos para entrenamiento en casa a través de seguimiento individualizado. Se ha considerado aumentar las sesiones de este taller para completar las horas de impartición de sesiones que se deben de realizar, ya que en marzo de 2020 debido a la situación del estado de alarma generada por la COVID-19 no fue posible realizar dos sesiones en dos talleres de entrenamiento de memoria distintos (el del C.C. Numancia y el C.C. El Alisal). (10 beneficiarios/as)

El programa va dirigido a estimular aquellos factores que favorecen la recuperación de la información, para ello ejercitamos cada uno los procesos que intervienen en las etapas de la memoria: adquisición o registro, almacenamiento o retención y recuerdo o evocación.

Procesos estimulados:

1. Atención/concentración
2. Percepción
3. Lenguaje
4. Lógica...

Conceptos de memoria: aportar conocimientos sobre:

1. Tipos y fases de memoria
2. Memoria y tercera edad
3. Influencia de otros factores
4. Ayudas externas...

Aplicaciones a la vida diaria: resolver los problemas de memoria que con mayor frecuencia manifiestan los mayores empleando los conocimientos y las estrategias aprendidas y practicadas en las sesiones.

RESULTADOS OBTENIDOS.

- 61 personas beneficiarias totales.
- 122 Personas beneficiarias de forma indirecta.
- Todas las personas que participaron consideraron beneficioso este tipo de actividad y demandaron mayor duración y/o talleres de memoria a lo largo del año.
- Se realizan todas las sesiones que estaban planificadas. Total de 32 sesiones divididas en 4 Talleres de entrenamiento cognitivo.

Indicadores cualitativos:

- El nivel de participación de las personas beneficiarias fue alto ya que mostraron interés y colaboraron activamente.
- El grado de adecuación de las sesiones a las capacidades cognitivas y perfil de los/as participantes fue adecuado.
- El grado de satisfacción de las personas usuarias que participaron en el taller fue muy bueno ya que la monitora y los/as propios/as participantes percibieron, en general, una mejoría según iban avanzando las sesiones consiguiendo los objetivos propuestos.

La financiación económica obtenida por el Ayto. de Santander para la ejecución y viabilidad de este programa fue de 6.030 €

GRUPOS DE APOYO A CUIDADORES NO PROFESIONALES DE PERSONAS DEPENDIENTES

Desde el Ayto. de Santander nos concedieron **850 €** para la ejecución de **1 Grupo de Ayuda Mutua** dirigido a cuidadores/as y/o familiares de personas con dependencia. Se ejecutó de octubre a diciembre de 2020 todos los lunes en el Centro Cívico Juan Carlos Calderón del Rio de la Pila de Santander en horario de 16:00 a 18:00 horas. El curso fue impartido por una de las psicólogas de la asociación, con la colaboración de la Terapeuta Ocupacional y la Trabajadora Social de AFAC. Se inscribieron 10 personas beneficiarias respetando las medidas de prevención frente a la Covid-19, el aforo del aula, distancia social, uso obligatorio de mascarilla, toma de temperatura a la entrada con un termómetro de no contacto, etc. Finalmente solo participaron del grupo 3 personas beneficiarias que se mantuvieron durante las 12 sesiones.

2.3. INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

SEMANA DÍA MUNDIAL ALZHEIMER 2020

Debido a las circunstancias ocasionadas por la pandemia Covid-19 no se pudo celebrar el programa y las actividades que se suelen realizar en conmemoración al 21 de Septiembre, Día Mundial de Alzheimer.

Adaptándonos a la *“nueva normalidad”*, se realizaron varias entrevistas para prensa y radio el 21 de Septiembre para visibilizar la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias, y sobre todo las consecuencias que ha tenido la Covid-19 y el confinamiento en el avance y deterioro de las personas afectadas: personas con Alzheimer y/o demencia y sus familiares y cuidadores/as.

En definitiva, se han mantenido relaciones con los medios de comunicación (prensa escrita, anuncios A.F.A.C., radio y TV), con el fin de dar a conocer la enfermedad y sensibilizar a la opinión pública y a la sociedad en general sobre la problemática que origina este tipo de demencia.

Este año el lema escogido por la Confederación Española de Alzheimer a la cual pertenecemos, con motivo del Día Mundial del Alzheimer 2020 fue **“La Dependencia fuera de la Ley”**. En la edición del año 2019 una de las reivindicaciones fue **#EvoluciónDependencia** y este año se centraron las reivindicaciones en la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de Dependencia, en cómo afecta a nuestro colectivo y en qué aspectos específicos deben articularse medidas que mejoren la atención a las personas con Alzheimer y otras demencias (binomio paciente-persona cuidadora) y no se queden fuera de la aplicación correcta y equitativa de esta Ley.

Los conceptos contemplados en esta Ley se centran, como no podía ser de otra manera, en la atención y protección de la persona que tiene el problema concreto que causa dependencia (edad, enfermedad, discapacidad), añadiendo, también, su carácter permanente.

En demencia en general y en Alzheimer en particular se dan una serie de circunstancias específicas que deben ser consideradas y sobre las que CEAFA insta a reflexionar y actuar:

- El concepto de autonomía debería ser objeto de atención para las personas con demencia; hasta la fecha no lo son, puesto que las valoraciones iniciales se producen en momentos en que la enfermedad está ya evolucionada, por lo que no se contempla la posibilidad de impulsar procesos que permitan prolongar periodos de vida con calidad para aquellas personas con un diagnóstico temprano y que, por lo tanto, conservan todavía buena parte de sus capacidades.

Siendo esto así, y reconociendo, además, la importancia y necesidad del diagnóstico precoz, **debería valorarse, reconocerse y otorgarse los beneficios de la Ley de promoción de la autonomía personal y atención a la Dependencia desde el momento mismo del diagnóstico**, independientemente de la fase o estado de evolución de la enfermedad.

- Igualmente, **asociado al diagnóstico, se debería potenciar la valoración de discapacidad de las personas con demencia**, otorgándoles los beneficios a los que pudieran tener derecho.
- A la hora de desarrollar las sesiones de valoración, en el caso de demencia debería establecerse **mecanismos específicos que se centraran en el estudio no sólo del paciente, sino también de su cuidador principal**, pues éste se ve en muchas ocasiones inmerso en situaciones que limitan enormemente su autonomía y lo hacen dependiente de la persona a la que cuida. Igual no es tanto cuestión de una valoración para la prestación de recursos, como de un reconocimiento formal de su figura.

JORNADA VIRTUAL DEL DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER 2020 "LA DEPENDENCIA FUERA DE LA LEY"

CEAFA no olvida su papel reivindicativo, y por eso el lunes día 21 de septiembre a las organizó e impartió una Jornada virtual en la que la Presidenta de CEAFA, Cheles Cantabrana junto a expertos del área sanitaria y social abordaron temas como la Dependencia fuera de la Ley, el Estado actual de aplicación de la Ley de Dependencia, las Consecuencias del COVID-19 en las personas con la enfermedad de Alzheimer y sus familiares cuidadores y se compartieron las reivindicaciones y propuestas de la Confederación para todas las personas que padecen la enfermedad de Alzheimer y de sus familiares cuidadores.

Los/as técnicos/as y Junta Directiva de AFAC participamos también en esta jornada.

A través de la colaboración del Ayuntamiento de Santander, pudimos colocar cartelería informativa (Muppies) en las distintas paradas de autobús del Transporte Urbano de Santander (T.U.S.), así como la emisión de un video de la Asociación en los autobuses del TUS. (Se adjunta noticia en prensa en anexos).

Como todos los años a solicitud de AFAC, los *"Ayuntamientos Solidarios con el Alzheimer"* desplegaron su pancarta con el objetivo de dar visibilidad a los problemas y graves consecuencias que padecen las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias: binomio paciente-cuidador/a.

Se dio difusión sobre todo en la semana del Día Mundial de Alzheimer a través de redes sociales: Facebook, Twitter, página web, plataforma de Meeting Point del Ayuntamiento de Santander, etc.

3. EVALUACIÓN

3.1. INDICADORES DE EVALUACIÓN

Para evaluar los servicios, actividades y programas de la entidad, se suelen tomar como referencia en términos generales, los siguientes indicadores:

INDICADORES CUANTITATIVOS

- Nº de beneficiarios/as directos
- Nº de beneficiarios/as indirectos
- Nº de personas afectadas por deterioro cognitivo
- Nº de personas afectadas por demencias y/o Alzheimer
- Nº de familiares de personas afectadas por deterioro cognitivo
- Nº de familiares de personas afectadas por demencias y/o Alzheimer
- Nº de usuarios/as sin deterioro cognitivo, y con quejas de memoria
- Nº de cuidadores/as y/o familiares de personas dependientes con cualquier tipo de patología
- Nº de demandas atendidas clasificadas según el tipo de motivo de la solicitud del servicio (toma de contacto, información general de la entidad, de los servicios, sobre la enfermedad de Alzheimer, patología del cuidador, técnicas de afrontamiento, manejo del enfermo, servicios comunitarios, socio sanitarios existentes, apoyo a cuidadores, etc.).
- Nº de derivaciones establecidas hacia otros servicios comunitarios, socio-sanitarios.
- Nº de derivaciones establecidas hacia los Servicios Sociales de Atención Primaria, Centros de Salud...
- Nº de usuarios/as y familiares que tras la demanda inicial, participan activamente en otros programas y servicios de la entidad.
- Nº de usuarios/as y familiares que se han beneficiado de los servicios, actividades y programas de forma positiva.
- Nº de sesiones impartidas en cada actividad, taller, programa
- Nº de usuarios/as que han aprendido técnicas y estrategias de memoria
- Nº de usuarios/as que han aprendido, conservado y/o mejorado los procesos cognitivos básicos: atención, percepción, memoria, lenguaje, capacidad lógica, etc.
- Nº de usuarios/as que han conservado y/o mejorado sus capacidades.
- Nº de usuarios/as que han mantenido y/o mejorado su independencia y autonomía.
- Nº de cuidadores y/o familiares de usuarios/as y/o media del número de personas que asisten regularmente a las sesiones de cada Grupo de Ayuda Mutua (GAM)
- Nº de cuidadores y/o familiares de usuarios/as al finalizar cada GAM.

- Nº de cuidadores y/o familiares de usuarios/as que han aprendido técnicas y estrategias para afrontar determinadas situaciones relacionadas con el síndrome de sobrecarga del/a cuidador/a.
- Nº de cuidadores y/o familiares de usuarios/as que han aprendido técnicas y estrategias para el manejo adecuado del/a enfermo/a.
- Nº de cuidadores y/o familiares de usuarios/as que han aumentado su autoestima y establecido relaciones positivas dentro de cada GAM.
- Nº de socios/as. Altas y bajas.
- Nº de localidades en las que la entidad está presente con actividades tanto permanentes como puntuales de forma anual.

INDICADORES CUALITATIVOS

- Resultados beneficiosos obtenidos en cada servicio, actividad, programa...
- Grado de satisfacción tanto de los/as beneficiarios/as, como de los/as profesionales.
- Nivel de participación en los servicios, programas y actividades de la asociación.
- Nivel de coordinación establecida con otros servicios y recursos comunitarios
- Grado de adecuación de los contenidos de las actividades, charlas, servicios programas a las necesidades, demandas y expectativas de los/as participantes.
- Grado de adecuación de las actividades propuestas en relación con los objetivos planteados.
- Sacar a la luz una problemática latente

3.2. CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS

- Se han conseguido mantener los servicios básicos de la asociación: información, orientación, apoyo psicológico y social.
- Se han conseguido reanudar todos los Talleres de Estimulación Cognitiva para personas afectadas por Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer u otras demencias en estadios iniciales, así como los Talleres de Entrenamiento de la Memoria a pesar de la pandemia Covid-19. Sin embargo, se han tenido que reducir sustancialmente el número de plazas debido a los aforos al 50% y todas las medidas de prevención y seguridad que se han implantado.
- Es difícil evaluar el alcance en términos cuantitativos y si ha existido un aumento en cuanto al número de personas beneficiarias de los servicios y actividades de la entidad. El motivo principal se debe a que en primer lugar no existe un censo en Cantabria de personas afectadas, y en muchas ocasiones las personas y/o familiares que acuden a la entidad no aportan informe clínico, o no existe diagnóstico previo...Esta dificultad se suma a que muchas intervenciones se realizan de forma telefónica e informática recogiendo datos personales e informando, orientando, escuchando y asesorando vía telefónica o correo electrónico...dificultando la cuantificación efectiva para el estudio de la realidad social. Esta situación se ha convertido en *"la nueva normalidad"* y metodología de trabajo debido a la pandemia Covid-19 durante todo el Estado de Alarma, y posteriormente de forma

prioritaria en la reanudación de todos los programas y servicios de la Asociación. Por ese motivo, no podemos valorar de forma comparativa en términos cuantitativos con respecto a años anteriores, si ha existido un aumento en el alcance en cuanto al número de beneficiarios/as y/o afectados/as.

- Se ha conseguido una ocupación de los Centros de Día al 100% existiendo una alta demanda y un mayor movimiento en las altas y bajas de las personas usuarias por diferentes motivos.
- Se ha contado con una nueva figura profesional. Un/a fisioterapeuta de forma puntual para la ejecución de determinados programas de interés general y social subvencionados por el ICASS a través de la convocatoria del IRPF 2019 Año 2020, y entidades sin ánimo de lucro.
- Se ha impulsado un nuevo proyecto dando respuesta a las necesidades de las personas afectadas y sus familiares: envejecimiento activo en demencias y/o Alzheimer en Cantabria.
- En general, consideramos y valoramos de forma positiva el trabajo que se ha desarrollado desde AFA CANTABRIA durante 2020, ya que a pesar de la pandemia Covid-19 hemos podido mantener todos los programas y servicios de la Asociación, continuar con nuevos protocolos de funcionamiento en los Centros de Día para dar cobertura al mayor número de personas usuarias posible, sensibilizar a la sociedad sobre la problemática que originan las demencias y en concreto la Enfermedad de Alzheimer, y mantener la plantilla de personal sin tener que haber recurrido a ERTES, etc.

3.3. PROPUESTAS DE FUTURO

- Mantener los servicios básicos de la entidad: información, orientación, apoyo psicológico y social, talleres de estimulación cognitiva para personas afectadas por demencias y/o Alzheimer.
- Mantener en la medida de lo posible los Talleres de Entrenamiento de la Memoria, charlas de información, jornadas de formación y sensibilización hacia cuidadores/as, familias y población en general.
- Mantener la ocupación de las plazas en los centros de día al 100%.
- Aumentar el nº de socios/as.
- Mantener el contacto y colaboración con los Ayuntamientos Solidarios y las Empresas Solidarias.
- Conseguir más Ayuntamientos Solidarios con el Alzheimer.

Fdo. Luis Saiz Peña

Presidente Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria A.F.A.C.



ANEXOS

1. ANEXO I. CARTEL TALLER DE MEMORIA SUBVENCIÓN ICASS SIN ÁNIMO DE LUCRO



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA



GRATUITOS , PLAZAS LIMITADAS

INSCRIPCIÓN EN EL C.C. CALLEALTERO y por teléfono en:
942 37 08 08 - 942 36 75 75

LUGAR: CENTRO CÍVICO CALLEALTERO
SALA DE ENCUENTRO

HORARIO: MARTES 16:30 h a 18 h

DURACIÓN 10 Sesiones desde el 20-10-2020 hasta finales de Diciembre de 2020

SUBVENCIÓNADO POR :



AYUNTAMIENTO DE
SANTANDER



GOBIERNO
de
CANTABRIA



2. ANEXO II. DOCUMENTACIÓN PROGRAMA ESCUELA DE CUIDADORES



ESCUELA ONLINE DE CUIDADORES

Dirigido a familiares y/o cuidadores de personas con dependencia,
con demencias y con enfermedad de Alzheimer .

IMPARTIDO POR AFAC: Trabajadora Social , Terapeuta Ocupacional ,
Psicóloga y Fisioterapeuta.



PLATAFORMA: GOOGLE MEET
DIAS: MARTES Y JUEVES
HORARIO: 11h a 13h
COMIENZO: Jueves 30 de julio 2020
FIN: Jueves 27 de agosto 2020

CURSO GRATUITO

INSCRIPCIONES EN:
942 37 08 08 / 942 36 75 75
correo: afac@afacantabria.com



Programa de Interés social financiado con cargo a la
asignación tributaria del IRPF

TEMARIO ESCUELA CUIDADORES 2020

FECHA INICIO: 30 DE JULIO

FECHA FINALIZACIÓN: 1 DE SEPTIEMBRE

- **SESIÓN 1** jueves 30 de Julio: Demencias y Enfermedad de Alzheimer.
- **SESIÓN 2** martes 4 de agosto: Comunicación con el enfermo de Alzheimer. Alteraciones de la conducta del enfermo y su manejo.
- **SESIÓN 3** jueves 6 de agosto: Tratamiento Farmacológico y no Farmacológico
- **SESIÓN 4** martes 11 de agosto: Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria. El papel de/a Terapeuta Ocupacional
- **SESIÓN 5** jueves 13 de agosto: Movilización de pacientes y productos de apoyo.
- **SESIÓN 6** martes 18 de agosto: Fisioterapia con personas con demencias y/o Alzheimer. Transferencias y movilizaciones. Tratamiento postural adecuado.
- **SESIÓN 7** jueves 20 de agosto: Recursos socio sanitarios de apoyo a personas afectadas y familiares. La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria. Servicios que se prestan. Modelo de atención centrada en la persona.
- **SESIÓN 8** martes 25 de agosto: Medidas legales. Proceso de Incapacitación judicial, tutela, curatela, defensor judicial, guarda de hecho etc.
- **SESIÓN 9** jueves 27 de agosto: Auto cuidado: ¿Qué significa cuidar de uno mismo?
- **SESIÓN 10** martes 1 de septiembre: Entrega de diplomas, de material, resolución de dudas, ejemplos prácticos, evaluación final, encuestas de satisfacción, recogida de documentación protección de datos, etc.

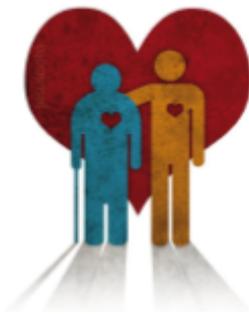
SESIÓN 1: JUEVES 30 JULIO DEMENCIAS Y EA	SESIÓN 6: MARTES 18 DE AGOSTO FISIOTERAPIA CON PERSONAS CON DEMENCIA Y/O EA
SESIÓN 2: MARTES 4 AGOSTO COMUNICACIÓN CON EL ENFERMO DE EA Y ALTERACIONES DE CONDUCTA	SESIÓN 7: JUEVES 20 AGOSTO SERVICIOS Y RECURSOS DE ATENCIÓN, SERVICIOS ASOCIACIÓN,
SESIÓN 3: JUEVES 6 DE AGOSTO TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO Y NO FARMACOLÓGICO	SESIÓN 8: MARTES 25 DE AGOSTO MEDIDAS LEGALES E INCAPACITACIÓN JUDICIAL
SESIÓN 4: MARTES 11 DE AGOSTO AUTONOMÍA AVD TERAPEUTA OCUPACIONAL	SESIÓN 9: JUEVES 27 AGOSTO AUTOCUIDADO
SESIÓN 5: JUEVES 13 DE AGOSTO MOVILIZACIÓN Y PRODUCTOS DE APOYO	SESIÓN 10: 1 DE SEPTIEMBRE ENTREGA DE DIPLOMAS ENTREGA DEL MATERIAL RESOLUCIÓN DE DUDAS Evaluación final Cuestionarios de satisfacción
PSICÓLOGA	TERAPEUTA OCUPACIONAL
FISIOTERAPEUTA	TRABAJADORA SOCIAL



ESCUELA ONLINE DE CUIDADORES

Dirigido a familiares y/o cuidadores de personas con dependencia, con demencias y con enfermedad de Alzheimer .

IMPARTIDO POR AFAC: Trabajadora Social ,Terapeuta Ocupacional , Psicóloga y Fisioterapeuta.



PLATAFORMA: GOOGLE MEET

DÍAS: MARTES Y JUEVES

HORARIO: 11h a 13h

COMIENZO: Jueves 12 de Noviembre 2020

FIN: Jueves 17 de Diciembre 2020

CURSO GRATUITO

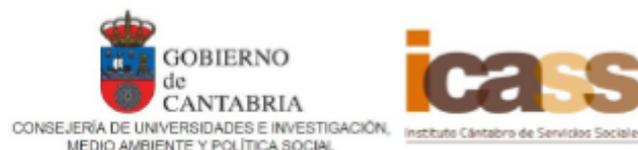
INSCRIPCIONES EN:

942 37 08 08 / 942 36 75 75

correo:afac@afacantabria.com



SUBVENCIONADO POR ICASS



Programa de interés social financiado con cargo a la asignación tributaria del IRPF

TEMARIO ESCUELA CUIDADORES 2020

FECHA INICIO: 12 DE NOVIEMBRE

FECHA FINALIZACIÓN: 17 DE DICIEMBRE

- **SESIÓN 1** jueves 12 de noviembre: Demencias y Enfermedad de Alzheimer.
- **SESIÓN 2** martes 17 de noviembre: Comunicación con el enfermo de Alzheimer. Alteraciones de la conducta del enfermo y su manejo.
- **SESIÓN 3** jueves 19 de noviembre: Tratamiento Farmacológico y no Farmacológico
- **SESIÓN 4** martes 24 de noviembre: Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria. El papel de/a Terapeuta Ocupacional
- **SESIÓN 5** martes 24 de noviembre: Movilización de pacientes y productos de apoyo.
- **SESIÓN 6** jueves 26 de noviembre: Fisioterapia con personas con demencias y/o Alzheimer. Transferencias y movilizaciones. Tratamiento postural adecuado.
- **SESIÓN 7** martes 1 de diciembre: Recursos socio sanitarios de apoyo a personas afectadas y familiares. La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria. Servicios que se prestan. Modelo de atención centrada en la persona.
- **SESIÓN 8** jueves 3 de diciembre: Medidas legales. Proceso de Incapacitación judicial, tutela, curatela, defensor judicial, guarda de hecho etc.
- **SESIÓN 9** jueves 10 de diciembre: Auto cuidado: ¿Qué significa cuidar de uno mismo?
- **SESIÓN 10** martes 15 de diciembre y jueves 17 de diciembre: Entrega de diplomas, de material, resolución de dudas, ejemplos prácticos, evaluación final, encuestas de satisfacción, recogida de documentación protección de datos, video cuidadores/as etc.

SESIÓN 1: JUEVES 12 DE NOVIEMBRE DEMENCIAS Y EA	SESIÓN 6: JUEVES 26 DE NOVIEMBRE FISIOTERAPIA CON PERSONAS CON DEMENCIA Y/O EA
SESIÓN 2: MARTES 17 DE NOVIEMBRE COMUNICACIÓN CON EL ENFERMO DE EA Y ALTERACIONES DE CONDUCTA	SESIÓN 7: MARTES 1 DE DICIEMBRE SERVICIOS Y RECURSOS DE ATENCIÓN, SERVICIOS ASOCIACIÓN,
SESIÓN 3: JUEVES 19 DE NOVIEMBRE TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO Y NO FARMACOLÓGICO	SESIÓN 8: JUEVES 3 DE DICIEMBRE MEDIDAS LEGALES E INCAPACITACIÓN JUDICIAL
SESIÓN 4: MARTES 24 DE NOVIEMBRE AUTONOMÍA AVD TERAPEUTA OCUPACIONAL	SESIÓN 9: JUEVES 10 DE DICIEMBRE AUTOCUIDADO
SESIÓN 5: MARTES 24 DE NOVIEMBRE MOVILIZACIÓN Y PRODUCTOS DE APOYO	SESIÓN 10: MARTES 15 Y JUEVES 17 DE DICIEMBRE ENTREGA DE DIPLOMAS ENTREGA DEL MATERIAL RESOLUCIÓN DE DUDAS Evaluación final Cuestionarios de satisfacción
PSICÓLOGA	TERAPEUTA OCUPACIONAL
	FISIOTERAPEUTA
	TRABAJADORA SOCIAL



Programa de interés social financiado con cargo a la asignación tributaria del IRPF

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

1. El curso ha cumplido mis expectativas

1 2 3 4 5

2. La duración de la actividad me ha parecido adecuada

1 2 3 4 5

3. El espacio en el que se ha desarrollado el curso me parece idóneo.

1 2 3 4 5

4. Considero que los/as profesionales tienen los conocimientos suficientes para impartir este curso.

1 2 3 4 5

5. Los temas tratados me han parecido correctos.

1 2 3 4 5

6. En este apartado puedes añadir los comentarios que consideres oportunos. Como por ejemplo, algún tema que te hubiera gustado que se tratara.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

CLÁUSULA DE PROTECCIÓN DE DATOS

De conformidad con lo establecido en la Ley orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que sus datos personales serán incluidos dentro de un fichero automatizado bajo responsabilidad de ASOCIACION DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DE CANTABRIA (AFAC), con la finalidad de poder atender los compromisos derivados de la relación que mantenemos con usted. Así mismo, le informamos que pueden ejercer sus derechos de acceso, cancelación, rectificación y oposición mediante escrito a la dirección, C/ Rosario de Acuña 7, bajo. Mientras no nos comunique lo contrario, entenderemos que sus datos no han sido modificados, que usted se compromete a notificarnos cualquier variación y que tenemos el consentimiento para utilizarlos a fin de poder fidelizar la relación entre las partes. También solicitamos su consentimiento para la comunicación de los datos a otras empresas o entidades cuando esta comunicación sea necesaria para la ejecución del presente servicio o suponga una mejora del mismo.

EVALUACIÓN POSTERIOR “ESCUELA CUIDADORES”

1. ÚNICAMENTE LAS PERSONAS MAYORES PUEDEN PADECER LA DEMENCIA TIPO ALZHEIMER

SI NO NS/NC

2. ÉL ÚNICO TRATAMIENTO EXISTENTE Y EFICAZ ES EL FARMACOLÓGICO

SI NO NS/NC

3. LA DEMENCIA TIPO ALZHEIMER SOLO AFECTA A LA MEMORIA

SI NO NS/NC

4. LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER AFECTA EXCLUSIVAMENTE A LA PERSONA ENFERMA

SI NO NS/NC

5. LOS TRATAMIENTOS REDUCEN EL AVANCE DE LA ENFERMEDAD

SI NO NS/NC

6. EL NEURÓLOGO ES EL ÚNICO ESPECIALISTA QUE PUEDE HACER UN SEGUIMIENTO DE UN ENFERMO DE ALZHEIMER

SI NO NS/NC

CLÁUSULA DE PROTECCIÓN DE DATOS

De conformidad con lo establecido en la Ley orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que sus datos personales serán incluidos dentro de un fichero automatizado bajo responsabilidad de ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DE CANTABRIA (AFAC), con la finalidad de poder atender los compromisos derivados de la relación que mantenemos con usted. Así mismo, le informamos que pueden ejercer sus derechos de acceso, cancelación, rectificación y oposición mediante escrito a la dirección, C/ Rosario de Acaña 7, bajo. Mientras no nos comuniquen lo contrario, entenderemos que sus datos no han sido modificados, que usted se compromete a notificarnos cualquier variación y que tenemos el consentimiento para utilizarlos a fin de poder fidelizar la relación entre las partes. También solicitamos su consentimiento para la comunicación de los datos a otras empresas o entidades cuando esta comunicación sea necesaria para la ejecución del presente servicio o suponga una mejora del mismo.

7. EL DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER ES MUY MPORTANTE QUE SE HAGA LO ANTES POSIBLE

SI NO NS/NC

8. EN LA VIVIENDA DE LA PERSONA ENFERMA DE ALZHEIMER, PUEDE SER ÚTIL REALIZAR REFORMAS PARA ADAPTAR EL DOMICILIO A LOS DÉFICITS QUE PLANTEA LA PERSONA ENFERMA Y EL/LA CUIDADOR/A

SI NO NS/NC

9. LO QUE LES DECIMOS A LAS PERSONAS ENFERMAS ES IGUAL DE IMPORTANTE QUE CÓMO SE LO DECIMOS

SI NO NS/NC

10. LA DEPENDENCIA ES IGUAL QUE EL GRADO DE DISCAPACIDAD

SI NO NS/NC

11. LA RESIDENCIA ES LA ÚNICA AYUDA QUE NOS PUEDEN PRESTAR DESDE LOS SERVICIOS SOCIALES

SI NO NS/NC

12. LA TUTELA ES UNA FIGURA DE PROTECCIÓN HACIA LA PERSONA Y DE REPRESENTACIÓN CUANDO ESTA NO TIENE CAPACIDAD DE OBRAR

SI NO NS/NC

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

CLÁUSULA DE PROTECCIÓN DE DATOS

De conformidad con lo establecido en la Ley orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que sus datos personales serán incluidos dentro de un fichero automatizado bajo responsabilidad de ASOCIACION DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DE CANTABRIA (AFAC), con la finalidad de poder atender los compromisos derivados de la relación que mantenemos con usted. Así mismo, le informamos que pueden ejercer sus derechos de acceso, cancelación, rectificación y oposición mediante escrito a la dirección, C/ Rosario de Azaña 7, bajo. Mientras no nos comuniquen lo contrario, entenderemos que sus datos no han sido modificados, que usted se compromete a notificarnos cualquier variación y que tenemos el consentimiento para utilizarlos a fin de poder fidelizar la relación entre las partes. También solicitamos su consentimiento para la comunicación de los datos a otras empresas o entidades cuando esta comunicación sea necesaria para la ejecución del presente servicio o suponga una mejora del mismo.

ANEXO III.DOCUMENTACIÓN PROGRAMA TALLERES DE MEMORIA Y TALLER INTERGENERACIONAL


#Torrelaveganizate



TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA

 **AYUNTAMIENTO
TORRELAVEGA**

AFAC
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES
DE ALZHEIMER · CANTABRIA

 **GOBIERNO
de
CANTABRIA**
CONSEJERÍA DE EMPLEO
Y POLÍTICAS SOCIALES

 **icass**
Instituto Cantabro de Servicios Sociales

Programa de interés social financiado con cargo a la
asignación tributaria del IRPF

LUGAR: Espacio Mujeres (Frente a IES Zapatón)

DURACION: MIÉRCOLES DE 11.30 A 13.00H

FECHA DE COMIENZO: 4 DE MARZO

INSCRIPCIÓN: Espacio Mujeres



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA



GRATUITOS , PLAZAS LIMITADAS

LUGAR: CENTRO CÍVICO PEDRO LÁZARO BARUQUE

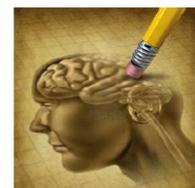
1º PLANTA, AULA 5

HORARIO: LUNES 11:30 h a 13 h

FECHAS: Del Lunes 19 de Octubre hasta el Lunes 14 de Diciembre de 2020



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA



GRATUITOS , PLAZAS LIMITADAS

INSCRIPCIÓN EN EL C.C. CALLEALTERO y por teléfono en:

942 37 08 08 - 942 36 75 75

LUGAR: CENTRO CÍVICO CALLEALTERO

AULA RAMIRO , 1º PLANTA

HORARIO: JUEVES 11:00 h a 12:30 h

FECHAS: Del Jueves 30 de Enero hasta el Jueves 19 de Marzo de 2020





TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC



SUBVENCIONADO POR :



GRATUITO
PLAZAS LIMITADAS

INSCRIPCIONES EN
942 37 08 08
942 36 75 75

LUGAR: Centro Cívico ALISAL

HORARIO: VIERNES de 10 a 11:30 horas.

FECHAS: Del 16 OCTUBRE al 4 DICIEMBRE de 2020

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria

ANEXO IV. CARTEL PROGRAMA ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN DEMENCIAS Y/O ALZHEIMER EN CANTABRIA



ENVEJECIMIENTO ACTIVO SALUDABLE

LUGAR: CENTRO CÍVICO CALLEALTERO
(Sala Ramiro 1ª Planta)

DIAS: TODOS LOS MARTES Y JUEVES

HORARIO: De 16:30 a 18:00 horas

FECHAS

Del 3 al 12 de Marzo 2020

De Julio a Diciembre de 2020

TOTALMENTE GRATUITO / PLAZAS LIMITADAS

TELÉFONOS DE INFORMACIÓN Y CONTACTO

942 37 08 08

942 36 75 75

IMPORTANTE:

SE ASIGNARÁN LAS PLAZAS EN
FUNCIÓN DEL CUMPLIMIENTO
DE REQUISITOS Y PREVIA
VALORACIÓN INICIAL POR
PROFESIONALES DE AFAC

SUBVENCIONADO POR:



CONSEJERÍA DE UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN,
MEDIO AMBIENTE Y POLÍTICA SOCIAL



Instituto Cantabro de Servicios Sociales

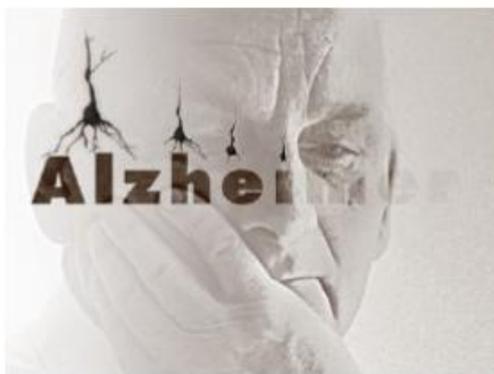
Programa de interés social financiado con cargo a la
asignación tributaria del IRPF



AYUNTAMIENTO DE
SANTANDER

ANEXO V. DOCUMENTACIÓN PROGRAMA EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y/O CUIDADOR/A EN CANTABRIA

PROGRAMA “EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA”



“ACERCAMIENTO A LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER: CLAVES PARA EL CUIDADO”



ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA
LUGAR: CRUZ ROJA SANTANDER
C/ LOS ACEBOS 1 39011
DÍA: VIERNES 2 DE OCTUBRE
HORARIO: 10:00 A 12:30 HORAS

PROGRAMA “EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA”



“ACERCAMIENTO A LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER: CLAVES PARA EL CUIDADO”

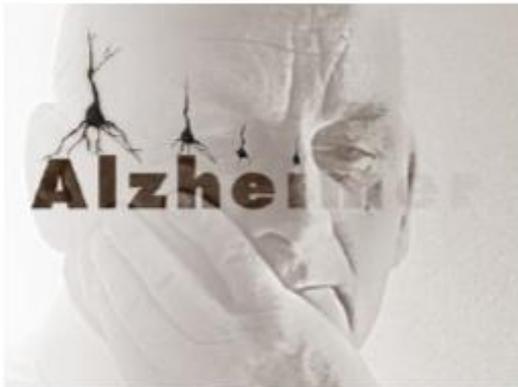


ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA
LUGAR: CRUZ ROJA SANTANDER
C/ LOS ACEBOS 1 39011
DÍA: VIERNES 2 DE OCTUBRE
HORARIO: 12:30 A 15:00 HORAS

PROGRAMA “EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA”

JORNADA III



“ACERCAMIENTO A LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER: CLAVES PARA EL CUIDADO”



ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL
GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA

LUGAR: ONLINE

DÍA: VIERNES 13 DE NOVIEMBRE

HORA: 12:30 A 15:00 HORAS

PROGRAMA “EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA”

JORNADA IV



“SERVICIOS Y CUIDADOS EN LAS DEMENCIAS Y/O ENFERMEDAD DE ALZHEIMER”



ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL
GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA

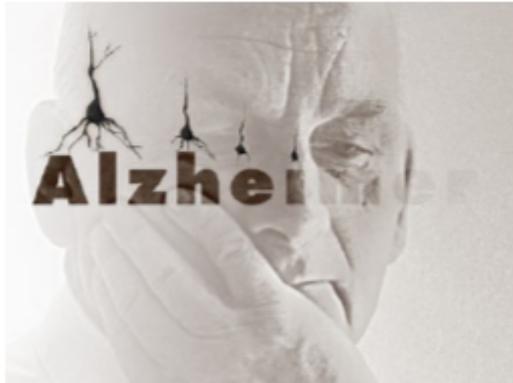
LUGAR: ONLINE

DÍA: VIERNES 20 DE NOVIEMBRE

HORARIO: 11:30 A 14:00 HORAS

PROGRAMA “EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA”

JORNADA V



“LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER y CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA”



ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

**CHARLA GRATUITA
ONLINE**

DÍA: MIERCOLES 2 DE DICIEMBRE

HORARIO: 15:00 A 17:30 HORAS



"Actividad Subvencionada por el Gobierno de Cantabria"

EVALUACIÓN PREVIA

"PROGRAMA EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA"

SEXO		EDAD	
CUIDAS A:		¿QUÉ ENFERMEDAD, DIAGNÓSTICO O PATOLOGÍA TIENE LA PERSONA A LA QUE CUIDAS?	
NIVEL DE ESTUDIOS		SITUACIÓN LABORAL	

- ¿QUÉ ESPERAS DE ESTA JORNADA FORMATIVA?

- ¿ACTUALMENTE ESTÁS CUIDANDO A ALGUIEN? Si respondes que sí, especifica a quien cuidas, el motivo y desde hace cuánto tiempo.

- ¿QUÉ TIPO DE AYUDA NECESITAS PARA MEJORAR EL CUIDADO DE LA PERSONA QUE TIENES A TU CARGO? Si no tienes a nadie a tu cargo, ¿QUÉ ACTIVIDADES O TALLERES CREES QUE PUEDEN AYUDARTE PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA EN TU DÍA A DÍA?

{ 1 }



"Actividad Subvencionada por el Gobierno de Cantabria"

EVALUACIÓN POSTERIOR

"PROGRAMA EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA"

FECHA:

- ÚNICAMENTE LAS PERSONAS MAYORES PUEDEN PADECER LA DEMENCIA TIPO ALZHEIMER
 SI NO NS/NC
- LA DEMENCIA TIPO ALZHEIMER SOLO AFECTA A LA MEMORIA
 SI NO NS/NC
- LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER AFECTA EXCLUSIVAMENTE A LA PERSONA ENFERMA
 SI NO NS/NC
- EL DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER ES MUY IMPORTANTE QUE SE HAGA LO ANTES POSIBLE
 SI NO NS/NC
- EL ÚNICO BENEFICIO QUE TIENE EL ENTRENAMIENTO EN ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA (AVD), ES EL MANTENIMIENTO DE LA INDEPENDENCIA
 SI NO NS/NC
- LA RESIDENCIA ES EL ÚNICO RECURSO QUE EXISTE CUANDO LA PERSONA ESTÁ EN UN ESTADO MODERADO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER.
 SI NO NS/NC

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

{ 1 }

MEMORIA ANUAL AÑO 2020



"Actividad Subvencionada por el Gobierno de Cantabria"

- ¿ÚLTIMAMENTE HAS NOTADO QUE TIENES PÉRDIDA DE MEMORIA EN TU VIDA COTIDIANA?

 - ¿OLVIDAS CON FRECUENCIA LAS SIGUIENTES CUESTIONES? Contesta sí o no en cada una de ellas.
 - OLVIDAS LAS LLAVES, GAFAS _____
 - TOMAR LOS MEDICAMENTOS _____
 - OLVIDAS A MEDIO CAMINO POR QUÉ VAS A UN LUGAR DETERMINADO _____
 - TE OLVIDAS DE APAGAR EL GAS, DE SACAR LA ROPA DE LA LAVADORA, DE LA HORA DE UNA CITA _____
 - TE OLVIDAS DE CIERTAS COMPRAS U OBLIGACIONES _____
 - TE OLVIDAS DE SI HAS PAGADO LAS FACTURAS _____
- Observaciones que quieras hacer al respecto: _____
- ¿CONOCES LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER? Si respondes que sí, ¿QUÉ SÍNTOMAS Y CONSECUENCIAS TIENE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER?

 - ¿QUÉ TIPO DE AYUDAS Y RECURSOS PÚBLICOS Y PRIVADOS CONOCES PARA PERSONAS CON DEPENDENCIA Y/O DISCAPACIDAD? ¿CUÁLES UTILIZAS TÚ?

 - ¿SOBRE QUÉ TEMAS TE GUSTARÍA RECIBIR MÁS INFORMACIÓN?

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

{ 2 }



"Actividad Subvencionada por el Gobierno de Cantabria"

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN DEL PROGRAMA

Puntuar del 1 al 5, siendo el 1 la puntuación más baja, y 5 la más alta.

- La jornada ha cumplido mis expectativas
1 2 3 4 5
- La duración de la actividad me ha parecido adecuada
1 2 3 4 5
- El espacio en el que se ha desarrollado me parece idóneo.
1 2 3 4 5
- Considero que el/la o los/las profesional/es tienen los conocimientos suficientes para impartir la formación.
1 2 3 4 5
- Los temas tratados me han parecido correctos.
1 2 3 4 5
- En este apartado puedes añadir los comentarios que consideres oportunos. Como por ejemplo, algún tema que te hubiera gustado que se tratara.

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

ANEXO VI. . CARTELES TALLERES DE MEMORIA AYUNTAMIENTO DE SANTANDER



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER CANTABRIA

TALLER DE MEMORIA

Dirigido a población sana con quejas de memoria
sin deterioro cognitivo

LUGAR: CENTRO CÍVICO NUMANCIA



DIAS: TODOS LOS MARTES

HORARIO: 11:30h a 13:00h

FECHAS: Del 4 de Febrero al 24 de Marzo de 2020

PLAZAS LIMITADAS

**INSCRIPCIONES EN
C.C. Callealtero
C.C. Numancia
Y EN LOS SIGUIENTES
TELÉFONOS DE CONTACTO**

942 37 08 08

942 36 75 75

CURSO GRATUITO



**AYUNTAMIENTO DE
SANTANDER**



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC



GRATUITO
PLAZAS LIMITADAS

INSCRIPCIONES EN C.C. CALLEALTERO
942 20 30 15
Y EN TELÉFONOS DE CONTACTO AFAC
942 37 08 08 / 942 36 75 75

LUGAR: Centro Cívico ALISAL

HORARIO: VIERNES de 11:30 a 13:00 horas. (8 Sesiones)

FECHAS: Del 7 de Febrero al 27 de Marzo de 2020

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC

SUBVENCIONADO POR :



GRATUITO

**INSCRIPCIONES EN TELÉFONOS
DE CONTACTO AFAC**

PLAZAS LIMITADAS

942 37 08 08 / 942 36 75 75

LUGAR: Centro Cívico ALISAL

HORARIO: VIERNES de 12 a 13:30 horas.

FECHAS: Del 30 Octubre al 18 Diciembre 2020

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC

SUBVENCIONADO POR :

Convocatoria Subvenciones sin ánimo de lucro
Proyectos de Carácter Social Año 2020



GRATUITO

**PLAZAS LIMITADAS
USO OBLIGATORIO DE
MASCARILLA**

**INSCRIPCIONES EN C.C. CALLEALTERO
942 20 30 15
Y EN TELÉFONOS DE CONTACTO AFAC
942 37 08 08 / 942 36 75 75**



LUGAR: Centro Cívico NUMANCIA

HORARIO Y DÍA/S DE LA SEMANA: A determinar

COMIENZO: De Enero a Abril de 2021

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria

ANEXO VII. CARTELERÍA Y NOTICIA DÍA MUNDIAL DE ALZHEIMER

21/9/2020 | DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

21/9/2020 | DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER



LA DEPENDENCIA FUERA DE LA LEY



LA DEPENDENCIA FUERA DE LA LEY

LUNES, 21 DE SEPTIEMBRE, de 17:00 a 18:30 h.

VIDEOCONFERENCIA VÍA ZOOM

INSCRIPCIÓN GRATUITA, hasta completar aforo (500 participantes)

PROGRAMA

17:00h. Presentación y Bienvenida

Dña. Cheles Cantabrana Alutiz. Presidenta de CEAFA

17:10h. Mesa redonda: La Dependencia fuera de la Ley



Consecuencias del Covid-19 en las personas con la enfermedad de Alzheimer y sus familiares cuidadores

Dr. Guillermo García Ribas. Neurólogo del Servicio de Neurología del Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid



Estado actual de aplicación de la Ley de dependencia

D. José Manuel Ramírez Navarro. Presidente de la Asociación Estatal de Directores y Gerentes de Servicios Sociales de España



LA DEPENDENCIA FUERA DE LA LEY. La pandemia tras la pandemia

Dña. Cheles Cantabrana Alutiz. Presidenta de CEAFA

18:10h. Hablemos con los expertos. Rondas de preguntas de los participantes (vía chat)

18:25h. Cierre y clausura

Dña. Cheles Cantabrana Alutiz. Presidenta de CEAFA

SERVICIOS SOCIALES Y SALUD

Commemoración del Día Mundial del Alzheimer para visibilizar la enfermedad

ALERTA / SANTANDER

El Ayuntamiento de Santander se sumó a la celebración del Día Mundial del Alzheimer visibilizando la enfermedad y apoyando la labor de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria (AFAC) con el despliegue de una banderola en el balcón del Consistorio.

La alcaldesa, Gema Igual, y el presidente de AFACantabria, Luis Saiz, fueron los encargados de colgar junto a los concejales de Salud y Servicios Sociales, Noemí Méndez y Alvaro Lavín, el cartel conmemorativo que este año lleva por lema 'La dependencia fuera de la ley' con el objetivo de dar visibilidad a los problemas que padecen las personas con Alzheimer y sus familiares.

Desde AFACantabria reclaman que el Alzheimer y sus

consecuencias se valoren de forma integral y global, es decir, en todos sus aspectos sociales, sanitarios y económicos, y teniendo en cuenta a todos los actores, enfermos y familiares.

Con el hashtag #EvoluciónDependencia pretenden que la ley incluya todas las particularidades de esta enfermedad y se tenga en cuenta la complejidad de las demencias.

Como cada año, el Ayuntamiento de Santander colabora con la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer en la visibilización de la enfermedad y apoyo de sus actividades con el despliegue de la banderola, así como con la cesión de un circuito de marquesinas para la difusión de la campaña 'La dependencia fuera de la ley' y emitiendo vídeos de la asociación en las autobuses municipales.

Además, cabe recordar que en



Colocando una pancarta en el balcón del Ayuntamiento. / ALERTA

2019, el ayuntamiento contribuyó con 6.000 euros de subvención para la puesta en marcha de talleres de entrenamiento de la memoria.

La alcaldesa ha resaltado la labor que desarrolla la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer desde 1993, «dando visibilidad a la enfermedad, movilizandolos recursos sociales para acercar esta afeción a los ciudadanos y prestando un apoyo imprescindible tanto a los enfermos como a sus familias».

Y ha recordado además que Santander es, desde 2014, 'Ciudad solidaria con el Alzheimer', un gesto

pionero para apoyar la sensibilización y concienciación de los vecinos en torno a la enfermedad.

Por su parte, la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA) celebró una videoconferencia, 'La dependencia fuera de la ley'.

AFAC es una organización de carácter social cuyo objetivo principal es mejorar la calidad de vida del enfermo de Alzheimer y sus familiares, ofreciendo recursos que satisfagan las necesidades de sus asociados y de la sociedad cántabra en general.

AFA Cantabria es una asociación

pertenciente a CEAFA, la Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Alzheimer, una organización no gubernamental de ámbito nacional, cuya meta reside en trabajar para poner el Alzheimer en la agenda política nacional, buscando el necesario compromiso social y poniendo en valor el conocimiento para representar y defender los intereses, necesidades y derechos de todas las personas que conviven con el Alzheimer.

ATENCIÓN DIRECTA A LOS ENFERMOS. La asociación ha orientado sus esfuerzos hacia la atención directa a enfermos de Alzheimer y sus familias, ofreciendo los siguientes servicios: información y orientación sobre la enfermedad y recursos, apoyo psicológico y social, Centro de Día Psico geriátrico AFAC I y Centro de Día Psico geriátrico AFAC II, grupos de apoyo al cuidador, Escuela de Cuidadores Profesionales y Familiares, Talleres preventivos de entrenamiento de la memoria, Talleres de Estimulación Cognitiva para personas sintomas iniciales de demencia o con deterioro cognitivo y todas aquellas actividades que repercuten de forma directa en los afectados por la enfermedad y sus familias.

**ANEXO VIII. DONACIÓN DE MATERIAL HIGIÉNICO SANITARIO POR PARTE
DEL REGIMIENTO DE INFANTERÍA
#regimientoinfanteriagallerano45**



Desde la ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DE CANTABRIA A.F.A.C. queremos agradecer a la Asociación de vecinos del barrio y al [#regimientoinfanteriagallerano45](#) por el donativo de productos contra la Covid-19 que nos hicieron en el año 2020



ANEXO IX. CARTELERÍA Y DOCUMENTACIÓN COVID-19



MEDIDAS A TENER EN CUENTA:

- Uso de mascarilla obligatorio.
- Lavado de manos con el hidrogel.
- Distancia interpersonal.
- Compromiso de no asistir con síntomas víricos
- Mantener el aula lo más ventilada posible.
- Media hora libre entre clases, para ventilación y desinfección.
- No compartir ni intercambiar objetos y materiales.
- Toma de temperatura a la entrada con un termómetro de no contacto.
- Si algún alumno/a es positivo/a en covid-19, debe informar a la mayor brevedad posible para poder realizar un rastreo rápido y efectivo.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



CITA PREVIA Presencial o Videollamada

USO DE MASCARILLA OBLIGATORIA



Se han tomado las medidas higiénicas y de distanciamiento social recomendadas con motivo de la COVID-19:

- Toma de temperatura
- Gel hidroalcohólico
- Felpudos desinfectantes
- Mamparas de separación

Si desea ser atendido por las profesionales de la Asociación tiene que llamar al 942 37 08 08 o solicitar la cita por correo electrónico: afac@afacantabria.com Puede ser presencial o por videollamada.



¿Qué es el nuevo coronavirus SARS-CoV-2?

Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas.

El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Este nuevo virus puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19.

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob



¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?

Los síntomas más comunes de la nueva enfermedad por coronavirus (COVID-19) son:

Fiebre



Tos



Sensación de falta de aire



El 80% de los casos presenta síntomas leves

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob



¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?

La transmisión se produce por contacto directo de las mucosas de nariz, ojos o boca con las gotas respiratorias que emite una persona enferma al toser o estornudar; o a través de las manos contaminadas con esas gotas, al tocarse dichas mucosas.

Parece poco probable la transmisión a través de estas gotas respiratorias a distancias mayores de dos metros.

La evidencia actual sobre la enfermedad COVID-19 muestra que existe transmisión de la infección a partir de casos asintomáticos o casos en fase presintomática.



¿Existe tratamiento para el nuevo coronavirus?

No existe un tratamiento específico pero se están empleando algunos antivirales que han demostrado cierta eficacia en estudios recientes.



Sí existen tratamientos para el control de sus síntomas.

Al ser una infección producida por virus, los antibióticos NO deben ser utilizados como medio de prevención o tratamiento. Sin embargo, es posible que a los pacientes con COVID-19 se les administre por indicación médica antibióticos porque podrían padecer coinfecciones provocadas por bacterias.



12 junio 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob



7 mayo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob



¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.msbs.gob.es
@sanidadgob



¿Debo utilizar mascarilla para protegerme del nuevo coronavirus?

La población general sana **no necesita utilizar mascarillas.**

Las mascarillas ayudan a prevenir la transmisión del virus si las llevan quienes están enfermos.

Los profesionales sanitarios indicarán el uso de mascarillas en aquellas situaciones en las que se considere necesario.



Consulta fuentes oficiales para informarte
www.msbs.gob.es
@sanidadgob



Nuevo coronavirus: Qué hacer si tienes síntomas

Si presentas alguno de estos **síntomas**

Fiebre



Tos



Sensación de falta de aire



Y

Has estado recientemente en una zona de riesgo

O



Has tenido contacto estrecho con una persona que sea un caso confirmado

Quédate en casa y llama al **112**

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.msbs.gob.es
@sanidadgob



6 marzo 2020

¿Cuándo llamo al 112?

En relación al nuevo coronavirus, llama al 112 si:

Fiebre



presentas los siguientes **síntomas**:

Tos



Sensación de falta de aire



Y

Has estado recientemente en una zona de riesgo

O



Has tenido contacto estrecho con una persona que sea un caso confirmado

**El 112 es un teléfono de atención de urgencias
Su buen uso requiere la colaboración de todos**

Para dudas e información general, consulte los teléfonos disponibles en msbs.gob.es

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.msbs.gob.es
@sanidadgob



6 marzo 2020

RECOMENDACIONES PARA RESIDENCIAS DE MAYORES Y CENTROS SOCIO-SANITARIOS SOBRE EL NUEVO CORONAVIRUS

El nuevo coronavirus produce una enfermedad que se llama COVID-19. Este virus fue detectado por primera vez en China en diciembre de 2019.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas más comunes son:

- Fiebre
- Tos
- Sensación de falta de aire

El 80% de los casos presenta síntomas leves. Los grupos más vulnerables son las personas de edad avanzada o que padecen alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, del pulmón o problemas de inmunidad.

Medidas de prevención

- Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca
- Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado
- Usa pañuelos desechables y tíralos tras su uso
- Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto con otras personas

¿Puedo hacer visitas?

Reduce las visitas al mínimo

- Cumple las medidas de prevención

Hay residentes vulnerables

Y recuerda que:



Si tienes síntomas respiratorios

No debes realizar la visita

11 marzo 2020



¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Mantén 1-2 metros de distancia entre personas



Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación. Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

17 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob



¿Has estado en contacto con alguien con síntomas de COVID-19?

Si has sido un contacto "estrecho", es decir:

- Has sido cuidador/a de esa persona
- Has tenido un contacto a menos de 2 metros de forma continuada

#Cuarentena EnCasa

No debes salir en 14 días salvo:

- Necesidad de asistencia sanitaria
- Indicación por trabajar en servicio esencial

Y si tienes síntomas

#Aíslate Quédate en tu habitación

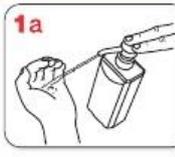
Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad
www.mscbs.gob.es

26 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

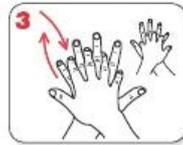
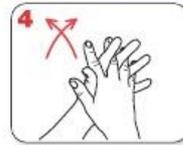
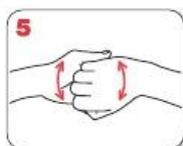


¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?




1a 1b

Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



2 Frótese las palmas de las manos entre sí.

3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.

4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.

7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



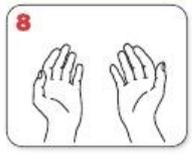


8 Enjuáguese las manos con agua.

9 Séquelas con una toalla de un solo uso.

10 Utilice la toalla para cerrar el grifo.

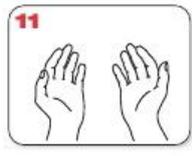
 20-30 segundos



8

Una vez secas, sus manos son seguras

 40-60 segundos



11

Sus manos son seguras.

WORLD ALLIANCE
for PATIENT SAFETY

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material. Octubre de 2008, versión 1

Organización Mundial de la Salud

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para garantizar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado no distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización.

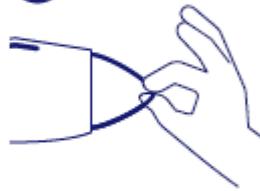
— ¿Cómo se coloca una mascarilla?

1



Lávate las manos durante 40-60 segundos antes de manipularla.

2



Toca solo las gomas de la mascarilla.

3



Póntela sobre nariz y boca, asegurándote de que no quedan grandes espacios entre tu cara y la mascarilla.

4



Pasa las bandas elásticas por detrás de tus orejas.

5



Pellizca la pinza nasal para ajustarla bien a la nariz.

6



Evita tocar la parte exterior de la mascarilla. Si lo haces, lávate las manos antes y después.

7



Antes de quitarte la mascarilla, lávate las manos.

8



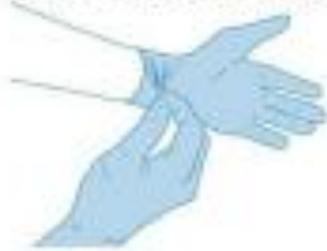
Retírala tocando sólo las bandas elásticas.

9

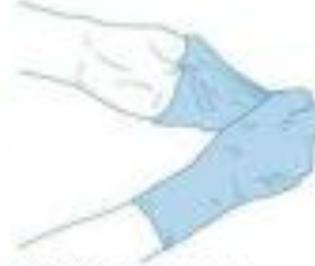


Para desecharla, introdúcela en una bolsa de plástico. Depositála cerrada en la basura y lávate las manos.

CÓMO QUITARSE LOS GUANTES CON SEGURIDAD



1 Pellizca el guante en la muñeca. Evita tocar la piel.



2 Retira el guante totalmente.



3 Recoge el guante con la otra mano manteniéndolo sujeto y arrugado.



4 Deslizamos dos dedos dentro del segundo guante. No tocar la parte exterior del guante.



5 Retiramos el segundo guante.



6 Una vez nos quitamos los guantes, los desecharmos en una papelera con bolsa de plástico y la cerramos. Lavamos las manos.

FUENTE: INRS
A. MATILLA | EL MUNDO GRÁFICOS