

MEMORIA DE ACTIVIDADES AFA CANTABRIA 2021

Colaboración y financiación económica de:



#Torrelaveganízate



**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. 10
2.1. Servicios de AFA CANTABRIA.....	Pág.10
2.2. Programas subvencionados.....	Pág.17
2.2.1. Programa subvencionado por el ICASS a través del IRPF 2020 AÑO 2021.....	Pág.17
2.2.2. Programas subvencionados por el Ayto. de Santander.....	Pág.20
2.2.3. Programas subvencionados por el Ayto. de Torrelavega.....	Pág.24
2.2.4. Programa subvencionado por la Consejería de Sanidad.....	Pág.33
2.2.5. Programa subvencionado por Fundación La Caixa.....	Pág.40
2.3. Otros programas de AFAC	Pág.41
2.4. Eventos benéficos.....	Pág.44
2.5. Información y sensibilización.....	Pág.48
3. DATOS ECONÓMICOS.....	Pág.54
3.1. Fuentes de financiación.....	Pág.54
4. EVALUACIÓN.....	Pág.55
4.1. Indicadores de Evaluación.....	Pág.55
4.2. Cumplimiento de objetivos.....	Pág.56
4.3. Propuestas de futuro.....	Pág.57
5. ANEXOS.....	Pág.58

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 Nº 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 2021:

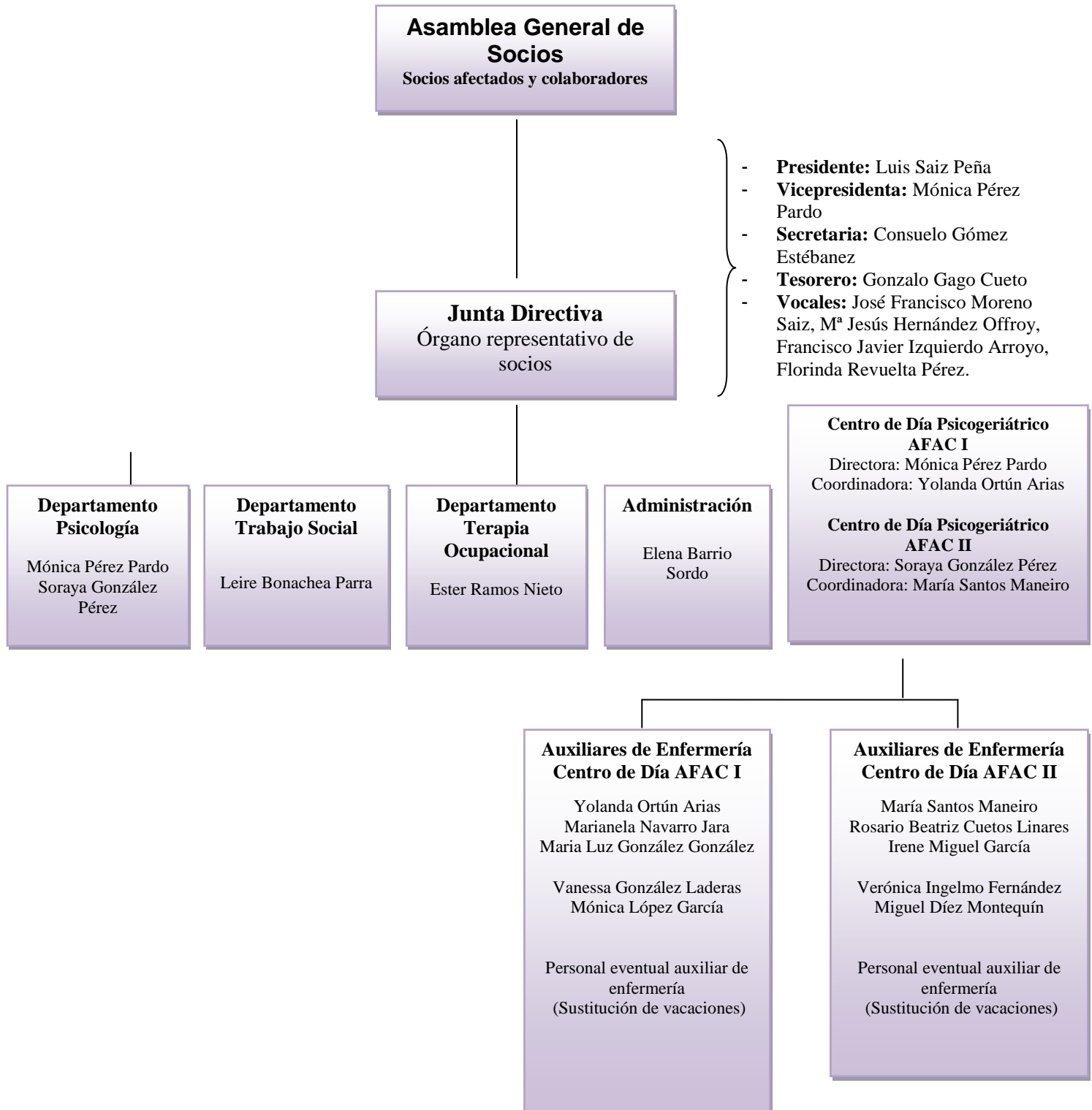
- ✓ 2 Psicólogas a jornada completa.
- ✓ 1 Trabajadora Social a jornada completa.
- ✓ 1 Terapeuta Ocupacional a jornada completa en situación de excedencia hasta diciembre de 2021.
- ✓ 1 Terapeuta Ocupacional a jornada completa eventual hasta noviembre de 2021 y a partir de esa fecha indefinida.
- ✓ 1 Auxiliar Administrativa a jornada completa.
- ✓ 16 Auxiliares de enfermería entre personal fijo, eventual, y para sustituir vacaciones, bajas, etc.
- ✓ 2 Limpiadoras a jornada parcial de 12 h/semanales.

VOLUNTARIADO:

- ✓ Disponemos de un Plan de Voluntariado conforme a la Ley 45/2015, de 14 de Octubre de Voluntariado desarrollado desde 2018.

- ✓ No se consideró oportuno retomar la inclusión del 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 externo a la organización, para poder manejar mejor el rastreo de contactos ante un posible caso de COVID-19.
- ✓ En Febrero de 2021 se procede a formalizar como voluntarios/as a 7 miembros de la Junta Directiva de AFAC para la colaboración altruista 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 CEFA (Confederación Española de Asociaciones de Personas con Alzheimer y otras demencias), y representación ante las Administraciones Públicas.
- ✓ En 2021 y como previsión para el año 2022 se trabajarán sobre los siguientes objetivos y actividades en cuanto a la formación del voluntariado interno de la entidad:
 - **Objetivos Generales**
 - ✓ Capacitar a las personas voluntarias internas de la organización para el adecuado desempeño de sus funciones y tareas en el marco de los principios y fines de la entidad.
 - ✓ Fortalecer un adecuado desarrollo organizacional a través de la formación
 - **Objetivos Específicos**
 - ✓ Garantizar la formación previa a la incorporación a la actividad de todo el personal voluntario interno de la organización.
 - ✓ Garantizar una formación básica común para todos los/as miembros de la Junta Directiva de AFAC.
 - **Actividades formativas:**
 - ✓ Regulación normativa del voluntariado (Febrero 2021)
 - ✓ Jornada técnica Manual de Prevención de Delitos (MPD) (Abril 2021)
 - ✓ Formación En Igualdad. Plan de Igualdad, Protocolos de Acoso y violencia y Registro Retributivo. (Mayo 2021).
 - ✓ Sesión formativa Manual de Prevención de Delitos (MPD). Documentación. (Septiembre 2021)
 - ✓ Censo de personas con Alzheimer y otras demencias en España. (Noviembre 2021)
 - ✓ Captación de fondos entidades privadas sin ánimo de lucro. (Noviembre 2021).

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 2021** 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.
- ✓ 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

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 afectadas por Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer y otras demencias.
- ✓ Personas con quejas y fallos de memoria, con o sin DCL sin diagnóstico clínico.
- ✓ Personas mayores de 65 años.
- ✓ Personas cuidadoras de personas dependientes afectadas por Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer y 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** totales durante todo el año 2021, teniendo en cuenta el perfil anterior, fue de **801** aproximadamente.

1.5. RELACIÓN CON OTRAS INSTITUCIONES, ADMINISTRACIONES, CONFEDERACIONES

CON CEFA (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.

Pertenece a CEFA (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 2021 destacamos las siguientes actividades de coordinación, colaboración y sensibilización:

- ✓ Participación por parte de los/as técnicos/as de AFAC como de algunas personas miembros de la Junta Directiva en las siguientes jornadas:
 - Jornada técnica Manual de Prevención de Delitos.
 - Formación En Igualdad. Plan de Igualdad, Protocolos de Acoso y violencia.
 - Registro Retributivo.
- ✓ Elaboración del Registro Retributivo de la entidad
- ✓ Elaboración del Manual de Prevención de Delitos de AFA Cantabria.
- ✓ Se continúa colaborando en el proyecto de *“CENSO de personas con Alzheimer y otras demencias en Cantabria”*. Durante el año 2021, desde CEFA se mantuvo una reunión con la Consejería de Sanidad del Gobierno de Cantabria para iniciar el proyecto a través de la colaboración con el Servicio Cántabro de Salud.
- ✓ Colaboración en la difusión del proyecto *“Red de Agentes Activos en la detección precoz del Alzheimer”* cuyo objetivo principal consiste en difundir al máximo entre sus socios clave la herramienta pre-diagnóstica www.problemamemoria.com como una manera de avanzar en la mejora del proceso diagnóstico, al tiempo que se contribuye a sensibilizar y crear conciencia de la importancia que tiene la detección precoz de la demencia.
- ✓ 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.
- ✓ Participación, colaboración y difusión de los programas y actividades del Día Mundial de Alzheimer: 21 de Septiembre de 2021.
- ✓ Este año no fue posible asistir ni participar en la Asamblea General Ordinaria de CEFA celebrada el 19 de Julio de 2021 así que desde la Junta Directiva de AFAC se decidió delegar el voto.

CON HUMV (HOSPITAL UNIVERSITARIO MARQUÉS DE VALDECILLA)

Desde la Unidad de Deterioro Cognitivo del HUMV colaboran de forma continuada 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.

Debido al nuevo nombramiento del jefe de Servicio de la Unidad de Deterioro Cognitivo del HUMV, Eloy Manuel Rodríguez Rodríguez, en 2021 se mantuvo una reunión con todo el equipo para coordinarnos e intercambiar información, experiencias y proyectos dirigidos a las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias y sus familiares/as y/o cuidadores/as.

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 a través de la plataforma SOFOS.

Fueron varias sesiones dedicadas al abordaje de la cronicidad denominada "Atención al paciente en situación de vulnerabilidad" que contó con la participación de Mónica Pérez Pardo, psicóloga de AFAC, el 12, 14 y 19 de Abril de 2021.

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

El 7 de Septiembre de 2021 se procedió a firmar el "*convenio regulador de la subvención directa de carácter nominativo que el Ayuntamiento de Torrelavega otorga a la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria A.F.A.C., para fomentar la atención a personas en situación o riesgo de exclusión social, mediante el desarrollo durante el año 2021 de actividades de información, orientación y apoyo psicológico y social a personas enfermas de Alzheimer y sus familias*".

A través del Consejo de Mayores y las Asociaciones de Mayores de Torrelavega, y en colaboración con Cantabria TV se realizó un proyecto piloto con sesiones de entrenamiento de la memoria, las cuales fueron grabadas y emitidas en la televisión regional.

Durante todo el año 2021, se mantuvieron distintas reuniones y conversaciones con todos los grupos políticos para trabajar sobre la viabilidad y puesta en marcha de un Centro de Día especializado en Alzheimer y otras demencias en Torrelavega. Todo ello con el fin de continuar manteniendo los servicios que presta la Asociación en el municipio, así como la posible organización y planificación de proyectos futuros.

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.

La Trabajadora Social es la encargada 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.

La Trabajadora Social de la entidad es 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 cubrir las, 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 enlentecer 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/as familiares en relación a la patología de la enfermedad.

SERVICIO DE FORMACIÓN

Objetivos:

- ✓ Proporcionar conocimientos a población inmigrante para el cuidado de la persona afectada.
- ✓ 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 ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA

Objetivos:

- ✓ Entrenar en estrategias y técnicas de memoria.
- ✓ Estimular los procesos básicos cognitivos.
- ✓ Promover la detección precoz de demencias.

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

Objetivos:

- ✓ Estimular y mantener las capacidades mentales de las personas afectadas.
- ✓ Evitar que la persona afectada se desconecte de su entorno.
- ✓ Incrementar la autonomía del/a 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, tres 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 dos 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.

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 2022 contamos con un total de 29 personas usuarias beneficiarias, aunque a lo largo del año 2021 se han beneficiado más personas (45). La mayoría continua en los talleres, y otras actualmente están dadas de baja del servicio, debido tanto a las circunstancias ocasionadas por la Covid-19, como a la evolución de la propia enfermedad, negación y falta de aceptación del problema, no conciencia de enfermedad, dificultades para la organización familiar en los horarios, cambio a otros recursos más adecuados, etc.

Normalmente el número total de personas beneficiarias durante el año en curso solía ser de 70. Sin embargo, debido a la pandemia Covid-19, el estado de alarma que se produjo en marzo de 2020 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% aproximadamente.

Actualmente, continuamos manteniendo las medidas marcadas por el Protocolo Sanitario Municipal del Ayuntamiento de Santander, donde se indica la necesidad de una separación de 1,5 m de distancia interpersonal entre personas usuarias, lo que supone un aforo en su mayoría reducido al 40%-50% de las plazas que se ofertaban, previo a la pandemia Covid-19.

Este servicio no está subvencionado ya que cobramos una cuota mensual a cada persona usuaria en función del número de días que acuden y se benefician de las TNF. (Ver Anexo I).

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 la persona afectada.
- ✓ Fomentar la autonomía en AVD.
- ✓ Fomentar la autoestima de la persona afectada.
- ✓ Favorecer el contacto social de la persona afectada.
- ✓ Realizar actividades de interacción con el medio.
- ✓ Fomentar salidas.

CENTROS GESTIONADOS POR AFA CANTABRIA Y CONCERTADOS CON EL INSTITUTO CÁNTABRO DE SERVICIOS SOCIALES (ICASS) DEL GOBIERNO DE CANTABRIA:

CENTRO DE DÍA PSICOGERIÁTRICO AFAC I

C/Rosario de Acuña, 7 – Bajo de Santander

Teléfono: 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 las 20 plazas concertadas (18 a jornada completa y dos a media jornada de mañana) Quedarían libres dos medias jornadas concertadas en horario de tarde y tres plazas completas de forma privada, ya que en abril de 2022 se va a producir un ingreso de forma privada a jornada completa.

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 concertadas. Actualmente están ocupadas 17 plazas a jornada completa y 2 plaza a media jornada en horario de mañana siendo un total de 19 personas usuarias. Quedan libres una plaza a jornada completa y dos plazas a media jornada 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 LOS CENTROS DE DÍA

Se trata de recursos socio sanitarios específicos para personas afectadas por Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer y otras demencias y sus familiares que ofrecen 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.

Los Centros de Día AFAC son únicos en toda la Comunidad Autónoma de Cantabria especializados en la atención de personas con Alzheimer y otras demencias. Además, cuentan con la certificación de calidad ISO: 9001, y son libres de sujeciones desde el año 2014, y con acreditación ORO certificada el 11 de Mayo de 2021. (Ver Anexo II)

En ambos Centros de Día se llevan a cabo los programas y protocolos establecidos en la Orden EPS/6/2021, de 26 de marzo, por la que se regulan los requisitos materiales y funcionales de los centros de servicios sociales especializados y los requisitos de acreditación de los centros de atención a la dependencia de la Comunidad Autónoma de Cantabria.

En 2021, desde AFAC se trabajó para mejorar y adaptarnos a los nuevos programas y protocolos que se exigían. Son los siguientes:

PROGRAMAS Y PROTOCOLOS DE LOS CENTROS DE DÍA

PROGRAMAS

- ✓ Programa de Actividades Básicas de la Vida Diaria
- ✓ Programa de Actividades Instrumentales de la Vida Diaria
- ✓ Programa de Habilidades Personales y Sociales
- ✓ Programa de Vida Comunitaria, Social y Cívica
- ✓ Programa de Intervención ante Alteraciones Conductuales
- ✓ Programa de Estimulación Cognitiva
- ✓ Programa de Mantenimiento de la Actividad Física
- ✓ Programa de Actividad Ocupacional
- ✓ Programa de Atención a la familia

PROTOCOLOS

- ✓ Protocolo de Ingreso y Acogida
- ✓ Protocolo de Baja
- ✓ Protocolo del Plan de Atención Individual
- ✓ Protocolo de Información
- ✓ Protocolo de emergencias
- ✓ Protocolo de prevención y tratamiento de la incontinencia
- ✓ Protocolo de apoyo a la alimentación
- ✓ Protocolo de administración de tratamientos pautados
- ✓ Protocolo de prevención de caídas
- ✓ Protocolo de prevención y tratamiento de úlceras por presión
- ✓ Protocolo de prevención de malos tratos
- ✓ Protocolo de manejo de alteraciones conductuales
- ✓ Protocolo de satisfacción de usuarios, familiares y trabajadores
- ✓ Protocolo de quejas, reclamaciones y sugerencias

SERVICIOS BÁSICOS

- ✓ Servicios de carácter asistencial (higiene, alimentación y cuidado personal, supervisión general continuada)
- ✓ Actividades ocupacionales y rehabilitadoras

- ✓ Actividades culturales y recreativas
- ✓ Actividades de convivencia, cooperación y autoayuda
- ✓ Atención psicológica para la persona afectada: binomio paciente-cuidador/a y resto de red de apoyo familiar y social.
- ✓ Atención social para familias y personas usuarias. (Información sobre recursos de apoyo a cuidadores/as).
- ✓ Administración
- ✓ Limpieza
- ✓ Servicio de catering

SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

- ✓ Servicio de transporte: servicio opcional. Los usuarios del grado III podrán beneficiarse de forma gratuita y los usuarios de grado I, II o sin dependencia tendrán que abonar un coste acordado con la empresa prestadora del servicio.

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 especificaron 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”.

Actualmente, en relación al protocolo Covid-19 los Centros de Día se rigen según la normativa aprobada por la Consejería de Sanidad y Dirección General de Salud Pública.

2.2. PROGRAMAS SUBVENCIONADOS

2.2.1. Programa Subvencionado por el Instituto Cántabro de Servicios Sociales a través de la convocatoria de subvenciones del IRPF 2020 Año 2021

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

OBJETIVOS

Objetivos Generales

- ✓ 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

Objetivos Específicos

- ✓ 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

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

1. **Difusión:** se realizó a través de diferentes medios de comunicación. Redes sociales de la asociación: facebook, twitter y 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 los Centros Cívicos de Santander para la cesión de los espacios adecuados para su ejecución.

Por otra parte, no fue necesaria solicitar una autorización de utilización del espacio del Centro Cívico Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega porque el Ayuntamiento ya nos tiene cedido dicho espacio durante todo el año.

Se realizaron carteles informativos. (Ver Anexo III).

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 de 2020 fueron al 50% de la capacidad del aforo total de los espacios cedidos. En 2021 continuamos manteniendo esta medida preventiva siguiendo estrictamente las indicaciones de las autoridades sanitarias competentes.

2. Asignación de horarios y días y captación de participantes: Se contactó con personas con quejas de la memoria, pero sin deterioro cognitivo que participan habitualmente en este tipo de talleres. La asignación de los horarios fue la siguiente:

- ✓ **Taller de Entrenamiento de la Memoria en el Centro Cívico “El Alisal”:** Se realizó todos los viernes de 10:00 a 11:30 horas comenzando el día 22 de enero y finalizando el viernes 26 de marzo de 2021. Se realizaron 10 sesiones de una hora y media de duración con seguimiento individualizado y entrenamiento cognitivo para casa. Participaron un total de 11 personas beneficiarias: 10 presencialmente y 1 a distancia a través de las TIC’s con seguimiento individualizado.
- ✓ **Taller de Entrenamiento de la Memoria en el Centro Cívico “El Alisal”:** Se realizó todos los viernes de 12:00 a 13:30 horas comenzando el día 22 de enero y finalizando el viernes 26 de marzo de 2021. Se realizaron 10 sesiones de una hora y media de duración con seguimiento individualizado y entrenamiento cognitivo para casa. Participaron un total de 11 personas beneficiarias.
- ✓ **Taller de Entrenamiento de la Memoria en el Centro Cívico Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega:** Se desarrolló todos los lunes de 11:30 a 13.00 horas. Se comenzó el 25 de enero finalizando el 29 de marzo de 2021. Participaron un total de 9 personas.
- ✓ **Taller de Entrenamiento de la Memoria en el Aula de Servicios Sociales de Atención Primaria del Ayuntamiento de Bezana:** Se desarrolló todos los lunes de 10:00 a 11:30 horas. Se realizó de septiembre a octubre y en diciembre de 2021 con un total de 10 sesiones. Participaron un total de 11 personas beneficiarias.

- 3. 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 “Ideas y falsos mitos sobre la memoria”)

VALORACIÓN FINAL

La valoración de los talleres de entrenamiento de la memoria fue muy positiva por parte de las personas participantes en cuanto a: expectativas, contenido, metodología, conocimientos aplicados y utilidad de los talleres de entrenamiento de la memoria en las Actividades de la Vida Diaria (AVD). Se valoró positivamente el número de sesiones, teniendo una mayor duración total en horas la estimulación y entrenamiento cognitivo desde la ampliación del programa de 8 a 10 sesiones en cada taller.

Por parte del personal que los ejecutó, se valoró de forma positiva el nivel de asistencia, participación de los distintos grupos, compromiso, responsabilidad, convivencia y relaciones sociales creadas entre las personas beneficiarias, a pesar de las circunstancias causadas y agravadas por la Covid-19.

Se trata de un programa vital para la prevención, intervención y detección precoz de: Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer, otras demencias y situaciones de exclusión social, aislamiento y soledad no deseada en este colectivo.

La financiación económica obtenida por el ICASS para la ejecución y viabilidad de este programa fue de 3.126,81 € siendo el coste total del programa 7.477,36 €

2.2.2. Programas subvencionados por el Ayuntamiento de Santander

PUESTA EN MARCHA DE TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA

OBJETIVOS

Objetivos Generales

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

Objetivos Específicos

- ✓ Realizar la primera toma de contacto con el usuario y/o familiar.
- ✓ Proporcionar información sobre la entidad.
- ✓ Proporcionar información sobre los servicios de AFAC.
- ✓ Informar sobre la enfermedad de Alzheimer. Detección precoz.
- ✓ 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

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

- ✓ **Activa y participativa:** las personas usuarias fueron protagonistas de los talleres.
 - ✓ **Flexible:** se adaptó, por un lado, a los intereses y problemáticas de los/as participantes, y por otro a los continuos cambios que se iban produciendo en el desarrollo de los talleres.
 - ✓ **Adecuada:** a través de las distintas actividades y actuaciones propuestas, así como desde la participación de los/as profesionales pertinentes.
 - ✓ **Motivadora:** atención personalizada y cercana.
 - ✓ **Adaptativa:** aplicación de sistemas de observación con carácter continuado.
 - ✓ **Abierta:** inclusión de acciones novedosas.
 - ✓ **Estructura Organizativa:** coordinación con los Centros Cívicos del Ayuntamiento de Santander.
 - ✓ **MEDIDAS DE PREVENCIÓN FRENTE A LA COVID-19:** se incluyeron como medidas sanitarias de prevención frente a la covid-19 las siguientes acciones: uso de mascarilla obligatorio, lavado de manos con hidrogel, distancia interpersonal, desinfección de los espacios, aula y material individual, compromiso de no asistir a los talleres si se presentaban síntomas víricos tanto alumnado como profesorado, mantenimiento de las aulas lo más ventiladas posibles, media hora libre entre una clase y otra, para ventilación y desinfección, no compartir ni intercambiar objetos y materiales, si algún/a alumno/a fuera positivo en covid-19, obligación y deber de informar en la mayor brevedad posible para poder realizar un rastreo rápido y efectivo, además de por supuesto seguir las indicaciones sanitarias pertinentes. (No se dio ningún caso de Covid-19).
1. **Difusión:** a través de redes sociales, correo electrónico, información a los/as socios/as de AFAC, Centros Cívicos, Servicios Sociales de Atención Primaria del Ayuntamiento de Santander, noticias en Meeting Point, etc. (Ver Anexo IV).
 2. **Captación de participantes y coordinación** con Centros Cívicos de Santander para la solicitud de cesión de espacios, adecuación, realización de inscripciones, y coordinación de medidas de prevención higiénica sanitarias frente a la Covid-19 en los distintos espacios y talleres.
 3. **Desarrollo:** planificación, organización e impartición de las sesiones elaboradas en función del estado y nivel cognitivo del grupo en general adaptando de forma específica en ocasiones las actividades a algunas personas con deterioro cognitivo o problemas visuales, etc.
- Se realizaron las siguientes actividades:
- ✓ 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 de los talleres de memoria se llevó a cabo durante 8 sesiones de hora y media de duración cada una en los 4 Talleres. En cada sesión se realizaron ejercicios para el entrenamiento cognitivo y tareas para ejecutar en el domicilio con su posterior evaluación.

Los talleres que se ejecutaron fueron los siguientes:

TM C.C. Alisal Abril-Junio 2021: Desde el viernes 7 de Mayo hasta el viernes 25 de Junio de 2021. 8 sesiones de 1 hora y media de duración todos los viernes de 10:00 a 11:30, con ejercicios para el entrenamiento cognitivo en casa. (13 personas beneficiarias)

TM C.C. Callealtero Abril-Junio 2021: Desde el jueves 6 de Mayo hasta el jueves 24 de Junio de 2021. 8 sesiones de 1 hora y media de duración todos los jueves de 16:30 a 18:00, con diferentes ejercicios para el entrenamiento cognitivo más formación en técnicas de estrategias de entrenamiento de la memoria. (10 personas beneficiarias).

TM C.C. El Alisal Octubre-Diciembre 2021: Desde el viernes 29 de octubre hasta el viernes 17 de diciembre de 2021. 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 10:00 a 11:30. (13 personas beneficiarias).

TM C.C. Callealtero Octubre-Diciembre 2021: Desde el jueves 28 de octubre hasta el jueves 16 de diciembre de 2021. 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. Callealtero de 16:30 a 18:00 (10 personas beneficiarias).

El programa fue dirigido a estimular aquellos factores que favorecen la recuperación de la información, para ello se ejercitó 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 Y VALORACIÓN FINAL

- ✓ 46 personas beneficiarias directas totales.
- ✓ 98-138 Personas beneficiarias de forma indirecta.
- ✓ Se valoraron a las 46 personas usuarias beneficiarias de los 4 Talleres.
- ✓ Se detectaron un total de 2 casos de personas con diagnóstico clínico de demencia, 2 casos con sospecha de demencia para derivación a servicios especializados, y 4 casos de personas con Deterioro Cognitivo Leve (DCL) con necesidad de seguimiento y valoración. Un 17,40% del total de participantes.
- ✓ Se observó la existencia de otros casos de Deterioro Cognitivo Leve (DCL) asociados a la propia edad con fallos de memoria, dificultades en la atención dividida, y enlentecimiento en la velocidad de procesamiento en general, los cuales notaron mejoría con las sesiones de entrenamiento cognitivo en su vida diaria.
- ✓ Se calcula que aproximadamente la mitad de todas las personas participantes precisa de ayuda especializada al menos a nivel preventivo en cuanto a los fallos de memoria.
- ✓ Se realizaron más valoraciones cognitivas iniciales previas a la participación en los talleres, en las cuales se derivó a las personas usuarias a los servicios especializados de AFAC directamente.
- ✓ 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 realizaron 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 4.690 € siendo el presupuesto total de 8.377,08 €

GRUPOS DE APOYO A CUIDADORES NO PROFESIONALES DE PERSONAS DEPENDIENTES

Desde el Ayto. de Santander nos concedieron **1.700 €** para la ejecución de **2 Grupos de Ayuda Mutua** dirigidos a cuidadores/as y/o familiares de personas con dependencia. Se ejecutaron de abril a junio de 2021 y de octubre a diciembre de 2021 todos los lunes en el Centro Cívico Juan Carlos Calderón del Río 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. Participaron un total de 10 personas beneficiarias (3 en el primer grupo y 7 en el segundo) 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.

2.2.3. Programas subvencionados por el Ayuntamiento de Torrelavega

SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN, APOYO PSICOLÓGICO Y SOCIAL

CONTEXTO: Se ejecutó a través del “*Convenio regulador de la subvención directa de carácter nominativo que el Ayuntamiento de Torrelavega otorga a la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria A.F.A.C., para fomentar la atención a personas en situación o riesgo de exclusión social, mediante el desarrollo durante el año 2021 de actividades de información, orientación y apoyo psicológico y social a personas enfermas de Alzheimer y sus familias*”. (Ver Anexo V).

OBJETIVOS

Objetivos Generales

- ✓ Prevenir situaciones de dependencia y discapacidad.
- ✓ Mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer u otras demencias, y la de sus cuidadores/as y familiares, personas mayores y otras personas en situación de dependencia

Objetivos Específicos

- ✓ Realizar la primera toma de contacto con la persona usuaria/ entorno familiar.
- ✓ Proporcionar información sobre la entidad.
- ✓ Proporcionar información sobre los servicios de AFAC.
- ✓ Derivar a otros/as profesionales de AFAC.
- ✓ Informar sobre la enfermedad de Alzheimer.
- ✓ Informar sobre la patología del/a cuidador/a.
- ✓ Informar sobre técnicas de afrontamiento.

- ✓ Formar sobre cómo manejar las situaciones y/o alteraciones de conducta producidas debido a las consecuencias y síntomas que la enfermedad ocasiona en la persona afectada, provocando la incompreensión por parte del/a familiar y/o cuidador/a sobre cómo intervenir.
- ✓ Derivar a otros servicios comunitarios.
- ✓ Proporcionar información sobre servicios de la comunidad.
- ✓ Informar sobre servicios socio-sanitarios de apoyo a cuidadores.
- ✓ Informar sobre aspectos éticos, institucionales y legales

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN

La persona usuaria accede a los servicios a través de consulta telefónica, correo electrónico o cita previa para realizar una primera toma de contacto de manera presencial en el C.C. Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega.

- ✓ **Se notifica a la profesional responsable del servicio, en este caso, la psicóloga, la demanda inicial planteada:** se acuerda una cita previa para realizar la entrevista inicial de manera presencial, o, en su defecto, se solventa la demanda de manera telefónica, o se deriva a la atención específica con otro/a profesional: Trabajadora Social, Terapeuta Ocupacional, etc.
- ✓ **Recepción de la persona usuaria por parte de la profesional de manera concreta.** La Psicóloga, Trabajadora Social y Terapeuta Ocupacional, reciben a la persona usuaria y la guían hasta el lugar de la entrevista.
- ✓ **Exposición de la demanda por parte de la persona usuaria** Se facilita un clima agradable, en el cual la persona usuaria pueda exponer cómodamente su problema o consulta.
- ✓ **Valoración por parte de la Psicóloga, Trabajadora Social, y/o Terapeuta Ocupacional:** Tras escuchar a la persona usuaria, la profesional valora la consulta de la persona usuaria dando solución a su demanda, o bien, derivándole a otro servicio de la entidad, y/o profesional en caso de que lo haya considerado necesario.
- ✓ **Intervención** → Recogida de datos. Registro de la demanda e intervención. Resolución de la demanda planteada, Seguimiento y evaluación si procedía y se consideraba oportuno.
- ✓ **Derivación si procede:** a otros servicios de la entidad o fuera de ésta.

SERVICIO DE APOYO SOCIAL

La persona usuaria puede acceder al servicio a través de una derivación por parte de la Psicóloga encargada de la zona de Torrelavega, o bien, a través de la propia Trabajadora Social que ha fijado una cita inicial previa y/o de seguimiento.

- ✓ **Notificación de demanda del servicio.** Si es una primera consulta, la derivación del/a usuario/a se hará desde el Servicio de Información y Orientación. En el caso de atender primeras consultas la psicóloga o Terapeuta Ocupacional, son éstas quienes derivan a la persona usuaria hacia el Servicio de Apoyo Social con la Trabajadora Social.
- ✓ **Recepción de la persona usuaria por parte de la Trabajadora Social.** Se recibe a la persona usuaria y se la guía hasta el despacho donde tiene lugar la entrevista.
- ✓ **Exposición de la demanda.** Se facilita un clima agradable, en el cual la persona usuaria puede exponer cómodamente su problema social o su consulta.
- ✓ **Valoración Social por parte de la Trabajadora social.** A partir de la información recogida, la Trabajadora Social establece los objetivos generales y pautas a seguir para la intervención social a través de una primera impresión diagnóstica. Si se precisa seguimiento, se establece un acuerdo en base al proceso a seguir para completar la información necesaria para la apertura del expediente nuevo de la persona usuaria y unidad familiar. Se establece el diagnóstico Social y la propuesta de intervención con el pronóstico de la situación social. La recogida de datos se realiza en el registro general e individualizado de demanda e intervención.
- ✓ **Información y orientación sobre servicios y recursos:** La Trabajadora Social informa sobre otros recursos comunitarios existentes a los cuales pueda acceder la persona usuaria.
- ✓ **Seguimiento y coordinación**

Además de utilizar esta metodología, también se informa a toda persona que puntualmente tenga una consulta telefónica y/o a través del correo electrónico, redes sociales, página web, etc.

Periódicamente se envía a todas las personas asociadas cartas por correo ordinario y a través del correo electrónico y redes sociales, donde se les informa de las ayudas a las que se pueden acoger, las distintas actividades que va a realizar la Asociación, los actos de la semana del Día Mundial de Alzheimer, las últimas novedades en relación a investigación social y clínica, y cualquier aspecto de interés relacionado con la enfermedad, su diagnóstico, tratamiento, etc.

SERVICIO DE ASESORAMIENTO EN AUTONOMÍA PERSONAL

- ✓ **Notificación de demanda del servicio:** Normalmente son los/as propios/as familiares y/o cuidadores/as quienes solicitan ayuda en este ámbito para conseguir el fomento de autonomía en las actividades de la vida diaria (AVD), de las personas afectadas, y por tanto mejorar la calidad de vida tanto del/a usuario/a como de la familia. Suele ser la Trabajadora Social quien deriva al familiar y/o usuario/a a este servicio.
- ✓ **Recepción de la persona usuaria por parte de la Terapeuta Ocupacional (T.O.):** La Terapeuta Ocupacional recibe a la persona usuaria y la guía hasta el despacho donde se desarrolla la entrevista para recoger información. Suele ser un familiar y/o cuidador/a no profesional que atiende a una persona con DCL, Alzheimer u otras demencias.
- ✓ **Exposición de la demanda por parte de la persona usuaria:** Normalmente el/la familiar expone las dificultades y dependencia que presenta la persona afectada en su vida diaria y solicita orientación para solventar la situación en ese aspecto. Esta entrevista con el/la familiar y/o cuidador/a se realiza previa a la valoración de la persona afectada directamente.
- ✓ **Valoración por parte de la Terapeuta Ocupacional:** Puede realizar una valoración general del estado cognitivo de la persona usuaria y de su autonomía para las Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD) y Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD) si lo considera oportuno citando posteriormente en una segunda entrevista al familiar y persona afectada para completar la valoración de la dependencia/independencia para la vida diaria.
Fundamentalmente, se encarga de orientar al familiar sobre técnicas para fomentar la autonomía del/a usuario/a e informa sobre las ayudas técnicas existentes, productos de apoyo más recomendables y más adecuados para el caso concreto.
- ✓ **Coordinación y/o derivación si procede.** Sobre todo, con la propia Trabajadora Social de la entidad para intervenir sobre la situación familiar de forma integral, y en su caso será la Trabajadora Social quien se encarga de informar sobre las ayudas económicas y requisitos para el acceso y ayuda en su gestión y tramitación derivando a los servicios y recursos comunitarios existentes.

SERVICIO DE APOYO PSICOLÓGICO

- ✓ **Notificación de demanda del servicio.** Se deriva a la psicóloga para que valore y atienda la demanda del servicio. Aunque en la mayoría de los casos, directamente la psicóloga propone una cita previa para una entrevista inicial, y/o valoración cognitiva inicial, en el caso de las personas afectadas directamente por DCL, Alzheimer u otras demencias en estadios iniciales.
- ✓ **Recepción de la persona usuaria por parte de la psicóloga.** La psicóloga recibe a la persona usuaria y la guía hasta el despacho donde se desarrolla la entrevista.
- ✓ **Exposición de la demanda por parte de la persona usuaria.** La psicóloga escucha la consulta que le plantea el/la usuario/a con el objetivo de formarse una idea sobre su problemática.
- ✓ **Valoración por parte de la psicóloga.** A partir de la información recogida, la psicóloga ha ido realizando valoraciones de las situaciones reales de cada caso. En el caso de las personas afectadas por la enfermedad directamente, se realiza una valoración cognitiva inicial a través de una batería de test: Mini examen Cognoscitivo (MEC), fototest, test del reloj, T@M, etc.
- ✓ **Diagnóstico de la psicóloga.** Normalmente ha intervenido en asesoramiento individualizado generalmente sobre técnicas y manejo y afrontamiento de la enfermedad y normalmente se han derivado a los/as familiares/as y cuidadores/as no profesionales con sobrecarga física, emocional y psicológica hacia Grupos de Ayuda Mutua especializados de AFAC, charlas sobre la enfermedad, etc.
- ✓ **Derivar a otros servicios y coordinación tanto públicos como privados:** Se ha realizado en colaboración con la Trabajadora Social.

RESULTADOS OBTENIDOS Y VALORACIÓN FINAL

Se atendieron a un total de 50 personas con intervención individualizada y seguimiento continuo en el C.C. Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega.

El perfil de personas beneficiarias fue el siguiente:

- ✓ 16 personas afectadas por Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer y otras demencias de las cuales 10 fueron mujeres y 6 hombres. Todas se benefician de Terapias No Farmacológicas (TNF), como el Servicio de Talleres de Estimulación Cognitiva para personas afectadas por DCL, Alzheimer u otras demencias en estadios iniciales en Torrelavega.
- ✓ 24 personas cuidadoras de personas dependientes afectadas por DCL, la Enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia de las cuales fueron 19 mujeres y 5 hombres.

- ✓ 10 personas cuidadoras de personas mayores de 65 años.

Otras personas atendidas fueron:

- ✓ Socios/as de la entidad.
- ✓ Otras personas interesadas en la Enfermedad de Alzheimer.
- ✓ Población en general

En algunas ocasiones las personas beneficiarias que atendemos desde la entidad en Torrelavega, acuden inicialmente con demandas de información y orientación puntuales ya que presentan resistencia y/o rechazo para acudir directamente a entrevistas presenciales, aunque exista una clara necesidad de intervención por parte de profesionales especializados de la asociación. En estos casos, se les atiende por teléfono o correo electrónico para intentar retomar posteriormente la intervención con un seguimiento en las diferentes fases de evolución de la enfermedad. En estos casos no se suelen recoger datos cuantitativos al respecto valoradas las circunstancias de cada caso.

En general, se trata de una intervención muy compleja y sensible donde el primer contacto para la familia suele ser muy difícil y no quieren aportar muchos datos. Desde AFAC consideramos que lo más importante en nuestro protocolo de acogida es la escucha activa, empatía e intervención con información y asesoramiento sobre las demandas planteadas en cada caso concreto. No siempre el familiar vuelve o quiere tener un contacto continuado por no estar bien emocional y psicológicamente y no querer aceptar la ayuda ni la enfermedad en ese preciso momento, hasta que ésta evoluciona más...Esto es lo que dificulta la recogida de datos en la burocracia dificultando la relación de confianza que hay que establecer con la familia y la persona afectada para ofrecerle el apoyo y acompañamiento que necesita, algo que consideramos fundamental desde AFAC y es uno de los valores vitales de la entidad a lo cual damos prioridad respetando los tiempos de cada persona.

Por ese motivo, los datos cuantitativos son orientativos, ya que atendemos a muchas más personas y familias en estas difíciles circunstancias, estimando que las personas beneficiarias del programa en la ciudad de Torrelavega pueden llegar a ser 80 anuales de manera aproximada.

Conclusiones

1. La valoración del desarrollo del programa Servicio de información, orientación, apoyo psicológico y social fue muy positiva ya que se cumplieron los objetivos y los/as beneficiarios/as mostraron su satisfacción con las atenciones recibidas y las respuestas de intervención a sus demandas planteadas de forma específica en cada caso. En su mayoría fueron familiares y cuidadores/as no profesionales de personas afectadas por deterioro cognitivo, demencias y/o Alzheimer que llegan a nuestros servicios muy perdidos con poca o mucha información mal gestionada, y muchos déficits en aspectos sociales, familiares, emocionales y psicológicos para afrontar el proceso de la enfermedad. En su mayoría también necesitan tanto información sobre recursos y servicios, como apoyo y acompañamiento en la gestión y trámites de dichos recursos debido al estado emocional y psicológico en el que se encuentran.
2. Con respecto al Servicio de Apoyo Social y el Servicio de Apoyo Psicológico individual, la valoración fue positiva ya que cada vez existen más personas que demandan los servicios, siendo imprescindible continuar con ellos dado el gran apoyo que suponen para los familiares de enfermos/as de Alzheimer y otras demencias sobre todo de desahogo emocional, comprensión, fuente de información y cambio a través del aprendizaje de nuevas estrategias de afrontamiento ante el estrés, ansiedad y depresión ocasionados por la sobrecarga del cuidado de personas con demencias.
3. El Servicio de Asesoramiento en Autonomía Personal fue valorado muy positivo ayudando sobre todo al familiar y cuidador/a a comprender como fomentar la autonomía e independencia del/a paciente en su vida diaria en todos los aspectos.
4. Muy buena coordinación con las Asociaciones de Mayores de Torrelavega para organizar charlas y talleres de entrenamiento de la memoria, otros programas clave para la prevención y detección precoz de Alzheimer y otras demencias en Torrelavega.

De forma general **los aspectos más positivos del programa fueron los siguientes:**

- ✓ La prevención de situaciones que ocasionan una mayor dependencia de las personas afectadas (pacientes con demencias y cuidadores/as y familiares), en un corto espacio de tiempo por una mala gestión.
- ✓ La planificación y organización del cuidado que es fundamental para evitar las sobrecargas de cuidado y las institucionalizaciones innecesarias.
- ✓ La información y formación en ciertas cuestiones muy relevantes en cuanto lo que supone atender y cuidar a una persona afectada por la Enfermedad del Alzheimer.
- ✓ La acogida y orientación y apoyo social recibido puntual y/o continuado dependiendo de cada caso y demanda.
- ✓ El apoyo psicológico dirigido a los familiares de personas con demencias y/o Alzheimer.

- ✓ El **equipo multidisciplinar** compuesto por Trabajadora Social, Psicóloga y Terapeuta Ocupacional y la coordinación y trabajo conjunto entre todas las partes implicadas en el proceso, ya que se ofrece gratuitamente y de forma continuada una atención multidisciplinar durante todo el año en Torrelavega.
- ✓ El alcance del servicio en términos cuantitativos debido a la gran cantidad de beneficiarios que pueden llegar a acceder.
- ✓ La difusión sobre los servicios y recursos de la asociación, ya que cada año se intentan introducir mejoras en el programa, estableciendo contacto con distintos profesionales para profundizar en la difusión de los programas y servicios de AFAC.

La financiación económica obtenida para este programa fue de 4.000 €, siendo el coste total 7.885,37 €

TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA A TRAVÉS DE CANTABRIA TV

CONTEXTO:

Debido a las circunstancias ocasionadas con la Covid-19, y la necesidad de las Asociaciones de Mayores de Torrelavega de retomar las actividades rutinarias que venían realizando con anterioridad a la pandemia, el Ayuntamiento de Torrelavega junto con AFAC y Cantabria TV trabajó conjuntamente para ejecutar este proyecto piloto como medida alternativa a los talleres de entrenamiento de la memoria que se desarrollaban siempre en los locales de las asociaciones de mayores en Torrelavega.

OBJETIVOS

General

- ✓ Ofrecer una alternativa virtual al proyecto de talleres de entrenamiento de la memoria en la ciudad de Torrelavega.

Específicos

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

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

Se desarrollaron 6 sesiones de entrenamiento de la memoria, las cuales fueron grabadas a través de Cantabria TV gracias a la coordinación y colaboración del Ayuntamiento de Torrelavega. Fueron emitidas tanto en la televisión regional, como en el canal de Youtube.

Se elaboraron cuadernos de estimulación cognitiva para el entrenamiento de la memoria, dirigido a través de las sesiones emitidas en TV por una de las psicólogas de AFAC. Se repartieron 100 cuadernos beneficiando a todas aquellas personas que previamente solían apuntarse presencialmente a este tipo de actividad. (Ver Anexo VI)

La psicóloga expuso en cada sesión nociones acerca del entrenamiento cognitivo, cómo trabajar la pérdida de memoria, los mitos y falsas creencias sobre la misma, así como estrategias para mejorar y mantener la memoria a corto plazo en las Actividades de la Vida Diaria.

RESULTADOS OBTENIDOS Y VALORACIÓN FINAL

- ✓ Se consiguió alcanzar a un gran número de personas beneficiarias al emitirse en un programa de televisión y ser grabado para poder visualizarlo con posterioridad.
- ✓ Se mantuvo la capacidad funcional de las personas mayores sin deterioro cognitivo que participaron en el mismo a través de la emisión del programa, así como con los cuadernos de estimulación cognitiva individuales que se pusieron a disposición de todas aquellas personas que lo solicitaran de forma totalmente gratuita.
- ✓ Se facilitó el acceso a ejercicios de estimulación cognitiva que mejoraron la independencia en la vida diaria de las personas beneficiarias.
- ✓ Se dieron a conocer algunos de los principales servicios y recursos especializados de AFA Cantabria en Torrelavega
- ✓ Se sensibilizó y concienció acerca de los fallos de memoria, el Deterioro Cognitivo y la enfermedad de Alzheimer en particular.

La financiación económica obtenida para este programa fue de
3.200 €

2.2.4. Programa subvencionado por la Consejería de Sanidad

“SENSIBILIZATE CON EL ALZHEIMER”: CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y/O CUIDADOR/A EN CANTABRIA

OBJETIVOS

Objetivos Generales

- ✓ Fomentar el auto cuidado del paciente afectado por la enfermedad de Alzheimer u otras demencias.
- ✓ Capacitar a los familiares y/o cuidadores/as 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.
- ✓ Promover la capacitación digital de personas con Deterioro Cognitivo Leve, Alzheimer u otras demencias y sus familiares y/o cuidadores/as.

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.
- ✓ Informar y formar en herramientas digitales.

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES:

1. **Difusión y campaña de sensibilización:** A través de carteles informativos, redes sociales, correo electrónico y contactos telefónicos. Se estableció coordinación con la Escuela Técnico Profesional Hernán Cortes de Santander. Se adjuntan los carteles de las charlas en Anexos. Se inició la campaña **“Sensibilízate con el Alzheimer”** a través de una cartelería que se instaló en los Mupis de determinadas paradas de autobús del Transporte Urbano del Ayuntamiento de Santander (20 Mupis), para visibilizar la importancia de esta enfermedad y la asociación como recurso especializado que ofrece atención y Terapias No Farmacológicas para este colectivo, durante el mes de septiembre y octubre, aprovechando la celebración del 21 de septiembre Día Mundial del Alzheimer. Se adjunta en Anexo VII una muestra de la cartelería.
2. **Captación de usuarios/as:** Por una parte, 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... en

cuanto a las charlas organizadas para familiares y cuidadores/as de personas con Alzheimer y otras demencias.

Por otra parte, se seleccionaron como personas beneficiarias a estudiantes y profesionales de: atención sociosanitaria a personas dependientes en instituciones sociales, técnico de cuidados auxiliares de enfermería, integración social... 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.

- 3. Desarrollo de las actividades y temporalización:** se impartieron 9 charlas formativas de 1 hora y media de duración, siendo una de ellas específica sobre capacitación digital sobre el CRE Alzheimer (Centro de Referencia Estatal de Atención a personas con Enfermedad de Alzheimer y otras demencias) incluyendo de esta manera el acceso en igualdad de oportunidades a las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC'S) de las personas cuidadoras y/o familiares de personas con Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer y otras demencias. (Ver documentación del programa en Anexo VII)

En cada charla 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. Además, se le entregó a cada asistente una guía dirigida específicamente a familiares y/o cuidadores de personas con Alzheimer elaborada por CEAFA (Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer y otras demencias) y financiada por Obra Social Caja Madrid. Se trata de una publicación cuyo objetivo es proporcionar información y conocimientos a los afectados por la enfermedad de Alzheimer, de un modo especial a los/as cuidadores/as, para afrontar esta dura patología, y poder hacer frente al cuidado diario de las personas que padecen la enfermedad de Alzheimer, y hacer frente a todas las situaciones que se van encontrando durante la evolución de la enfermedad.

- ✓ **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 un aula de la sede de la Escuela Técnico Profesional Hernán Cortes de Santander situada en C/Hernán Cortes Nº 41, el jueves 18 de febrero de 2021 de 10:00 a 11:30. Las personas beneficiarias fueron un total de 20. En su mayoría fueron mujeres (95%), (5% de hombres), con edad media de 25 años, estudiantes de Técnico de Cuidados Auxiliares de Enfermería de primer curso (Grado Medio), con estudios básicos previos de Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O.) (70%), y algunos con bachiller (15%) y Formación Profesional de Grado Superior (15%).

- ✓ **Jornada II Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Enfermedad de Alzheimer. Comunicación, manejo y Terapias No Farmacológicas (TNF)”**. Se llevó a cabo en un aula de la sede de la Escuela Técnico Profesional Hernán Cortes de Santander situada en C/Hernán Cortes Nº 41, el jueves 18 de febrero de 2021 de 15:30 a 17:00. Las personas beneficiarias fueron un total de 12 con edad media de 28 años. En un 83,33% fueron mujeres y un 16,67% hombres. El 83,34% con estudios básicos previos de Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O.), EL 8,33% con estudios previos de formación profesional de Grado Superior, y el 8,33% restante con estudios de bachillerato.
- ✓ **Jornada III Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Fomento de la Autonomía y autocuidado de la persona con Alzheimer y otras demencias”**. Se llevó a cabo en un aula de la sede de la Escuela Técnico Profesional Hernán Cortes de Santander situada en C/Hernán Cortes Nº 41, el miércoles 24 de febrero de 2021 de 17:00 a 19:00. Las personas beneficiarias fueron un total de 18 con edad media de 28 años. En un 83,33% fueron mujeres y un 16,67% hombres, todos con estudios previos de formación profesional de Grado Medio.
- ✓ **Jornada IV Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “La enfermedad de Alzheimer y las consecuencias de la pandemia Covid-19”**. Se llevó a cabo en un aula de la sede de la Escuela Técnico Profesional Hernán Cortes de Santander situada en C/Hernán Cortes Nº 41, el martes 9 de noviembre de 2021 de 10:00 a 12:00. Las personas beneficiarias fueron un total de 30 con edad media de 25 años: 76,67% de mujeres, y 23,33% de hombres. El 23,33% con estudios previos de bachillerato, el 3,33% con Formación Profesional de Grado Superior, y el 73,34% restante con Formación Profesional de Grado Medio.
- ✓ **Jornada V Educando en la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias. “Servicios y recursos de atención socio sanitarios para personas con Alzheimer y otras demencias”**. Se llevó a cabo en un aula de la sede de la Escuela Técnico Profesional Hernán Cortes de Santander situada en C/Hernán Cortes Nº 41, el martes 9 de noviembre de 2021 de 16:00 a 17:30. Las personas beneficiarias fueron un total de 23 con edad media de 24 años: 69,57% de mujeres, y 30,43% de hombres. El 47,83% con estudios previos de bachillerato, el 8,70% con estudios previos de Grado Superior en Educación Infantil, 8,70% con estudios previos universitarios, y un 4,35% con estudios previos de Monitor/a de Ocio y Tiempo Libre, siendo el 30,42% restante con estudios previos de Formación Profesional de Grado Medio.

✓ **Ciclo de 4 charlas dirigidas a familiares y/cuidadores/as de personas con Deterioro Cognitivo Leve (DCL), Alzheimer y otras demencias.**

Se llevaron a cabo en el Centro Cívico Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega los lunes de noviembre (15, 22 y 29 de noviembre) y el 13 de diciembre en horario de 11:30 a 13:00. Participaron 8 familiares de personas con diagnóstico de Alzheimer. Fueron en su mayoría mujeres (75%), y un 25% de hombres. La mayoría de personas beneficiarias presentaban síndrome de burnout por prestar cuidados a personas dependientes con excesiva sobrecarga emocional y dificultades en la comprensión y el manejo de las alteraciones conductuales propias de la enfermedad de Alzheimer.

✓ **Capacitación digital CRE Alzheimer**

Dentro del ciclo de charlas dirigido a familiares y cuidadores/s no profesionales de personas con Alzheimer y otras demencias, se llevó a cabo en el Centro Cívico Pedro Lázaro Baruque de Torrelavega, una formación digital en el uso de la página web del CRE Alzheimer, para fomentar la independencia en la vida diaria del/a paciente a través de la formación digital del/a cuidador/a y familiar en relación a algunas Terapias No Farmacológicas.

El objetivo de esta capacitación trato de promover la Autonomía del/a paciente a través del uso de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación con el desarrollo y aplicación de algunas Terapias No Farmacológicas que aparecen en la página web del CRE Alzheimer.

Para ello se trató de formar y capacitar a los/as familiares cuidadores/as para que supieran manejar la página web del CRE Alzheimer y acceder a las distintas Terapias No Farmacológicas (TNF) que aparecen en la plataforma, dando indicaciones y recomendaciones sobre cómo aplicar esas TNF en la vida y rutina diaria de la persona afectada, y navegando por la web y otras plataformas para poner en práctica algunos ejercicios para el entrenamiento cognitivo.

Se trató sobre el acceso en la web del CRE Alzheimer en relación a las siguientes TNF:

- ✓ Programa de Activación cognitiva integral en personas con demencia tipo Alzheimer (PACID)
- ✓ Terapia de Orientación a la realidad (TOR)
- ✓ Reminiscencia
- ✓ Entrenamiento de las Actividades de la Vida Diaria (AVD)
- ✓ Intervención Asistida con Animales
- ✓ Musicoterapia
- ✓ Terapias de Intervención Cognitiva
- ✓ Robototerapia

El contenido de la temática que se trató en 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 (DCL), 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 *Enfermedad de Alzheimer. Comunicación, manejo y Terapias No Farmacológicas (TNF)*

- ✓ Enfermedad de Alzheimer: sintomatología
- ✓ Características y tipos de lenguaje
- ✓ Niveles de comunicación
- ✓ Recomendaciones y técnicas para mejorar el lenguaje no verbal y la comunicación con las personas con Alzheimer y otras demencias
 - Escucha Activa
 - Técnica de validación
- ✓ Ejemplos, situaciones y formas de actuar
- ✓ Cuidar y mejorar el entorno
- ✓ Definición y características de las TNF
- ✓ Objetivos
- ✓ TNF:
 - Terapia de validación
 - Terapia de orientación a la realidad
 - Reminiscencia
 - Estimulación cognitiva
 - Psicomotricidad
 - Terapia asistida con animales
 - Laborterapia
 - Musicoterapia
 - Método montessori

o Fomento de la autonomía y auto cuidado de la persona con Alzheimer y otras demencias

- ✓ 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 La enfermedad de Alzheimer y las consecuencias de la pandemia Covid-19

- ✓ Envejecimiento normal vs demencia
- ✓ Deterioro Cognitivo Leve (DCL)
- ✓ Tipos de demencias
- ✓ Enfermedad de Alzheimer (EA): detección, diagnóstico, fases, escala de Deterioro Global, síntomas, principales trastornos de conducta.
- ✓ Tratamiento y prevención de EA
- ✓ Manejo de las alteraciones conductuales de las personas con Alzheimer.
- ✓ Los efectos del confinamiento en las personas con Alzheimer y otras demencias debido a la pandemia Covid-19.

o Servicios y recursos de atención socio sanitarios para personas con Alzheimer y otras demencias.

- ✓ Sistema Público de Servicios Sociales. Unidades de Trabajo Social y Servicios Sociales Municipales
- ✓ Buenas prácticas de la Atención Centrada en la Persona (ACP) en el cuidado de personas con Alzheimer y otras demencias.
- ✓ 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
- ✓ Movimiento Asociativo. Servicios y recursos de atención en AFA CANTABRIA.
- ✓ Medidas de Apoyo a las personas con discapacidad para el ejercicio de su capacidad jurídica.

VALORACIÓN FINAL

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 2.200 € que exclusivamente fueron para gastos materiales, siendo el coste total del programa 6.382,68 €

2.2.5. Programa subvencionado por Fundación La Caixa

El objetivo general de este proyecto consistió en adecuar y mejorar el mobiliario geriátrico de ambos Centros de Día.

De forma paralela en los Centros de Día se trabaja diariamente para la consecución de los siguientes objetivos:

- Disminuir el nivel de sobrecarga de las familias.
- Realizar terapias no farmacológicas para las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias
- Fomentar la autonomía en Actividades de la Vida Diaria (AVD)
- Fomentar la autoestima del/a enfermo/a.
- Favorecer el contacto social de la persona usuaria.
- Realizar actividades de interacción con el medio.
- Fomentar salidas.

Los objetivos específicos de la inversión en el mobiliario geriátrico fueron:

- Mejorar la calidad de vida de las personas usuarias de los dos Centros de Día.
- Promover la adquisición de mobiliario adaptado en base al Modelo ACP.
- Facilitar la ejecución de las Actividades Básicas de la Vida Diaria de las personas usuarias.
- Proporcionar el equipamiento necesario a todo el equipo multidisciplinar favoreciendo la ejecución de determinadas funciones y tareas en la rutina diaria de los Centros de Día.

Se compraron un total de 44 sofás reclinables tapizados con poli piel especial para ambos Centros de Día: 24 para el Centro de Día AFAC I de los cuales 4 fueron con ruedas, y 20 para el Centro de Día AFAC II.

Desde Fundación La Caixa colaboraron en el proyecto financiándolo con la aportación económica de **5.000 €** para ambos Centros de Día.



2.3. OTROS PROGRAMAS DE AFAC

Envejecimiento Activo saludable en entornos rurales

“Prevención y detección precoz de demencias y soledad no deseada en el medio rural”

OBJETIVOS

Objetivos Generales

- ✓ Mejorar la calidad de vida, bienestar personal y social de las personas mayores y/o familias en municipios en riesgo de despoblamiento de Cantabria.
- ✓ Conseguir una autonomía e independencia de las personas mayores de 65 años con problemas de memoria asociados a la edad, o menores de 65 años con problemas o quejas de memoria benignas.
- ✓ Promover la detección precoz de demencias.
- ✓ Facilitar el autocuidado y acceso a servicios de apoyo de las mujeres mayores del entorno rural.
- ✓ Reducir el aislamiento social provocado por la soledad no deseada.

Objetivos Específicos

- ✓ Promover la independencia en la vida diaria.
- ✓ 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 rural en riesgo de despoblamiento 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
- ✓ Mejorar la red de apoyo social de las personas beneficiarias del programa.
- ✓ Mantener y/o fomentar la autoestima y autonomía en la vida diaria.

METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES:

- ✓ **Planificación y difusión del programa:** Desde AFAC se seleccionaron dos localizaciones de los municipios de Cantabria en riesgo de despoblamiento según la Orden HAC/04/2021, de 26 de febrero, por la que se aprueba la relación de Municipios que tienen la condición de Zona Rural de Cantabria en Riesgo de Despoblamiento para el ejercicio 2021. Fueron Selaya y Santiurde de Toranzo. Nos pusimos en contacto con los Servicios Sociales de Atención Primaria de los Ayuntamientos seleccionados con los objetivos de: dar a conocer el programa, recoger información sobre las necesidades sociales de la población del entorno rural identificadas por los Servicios Sociales de Atención Primaria, adaptar el programa y propuesta de actividades a sus necesidades y situación, coordinar, y realizar la captación y selección de las personas beneficiarias. Se solicitó la cesión de los espacios necesarios en cada municipio para la impartición de las actividades previstas con el programa de envejecimiento activo que se implementó en el entorno rural con riesgo de despoblamiento.

A través de carteles y folletos informativos (Ver Anexo VIII), se realizó la difusión del programa para darlo a conocer y captar al perfil de personas beneficiarias, previa inscripción en los Servicios Sociales de Atención Primaria del Ayuntamiento correspondiente, o a través de la propia asociación bien por teléfono o correo electrónico

- ✓ **Captación de participantes:** El perfil de personas participantes fue de:
 - Personas mayores de 65 años con problemas de memoria asociados a la edad.
 - Personas menores de 65 años con problemas o quejas de memoria benignas.
 - Personas incluidas dentro del grupo de la tercera edad, con quejas de pérdida de memoria sin deterioro cognitivo.
 - Mujeres mayores de 65 años del entorno rural.
 - Mujeres cuidadoras de personas dependientes y/o con discapacidad, personas mayores, y/o con demencias y/o Alzheimer o deterioro cognitivo, con quejas de pérdida de memoria sin deterioro cognitivo.
 - Mujeres cuidadoras o ex cuidadoras con quejas de pérdida de memoria sin deterioro cognitivo.
 - Personas mayores de 65 años que vivan solas.
- ✓ **Desarrollo de los talleres:**
 - **Taller de Entrenamiento de la Memoria en Selaya** Se realizó en el Salón de Actos del Ayto. de Selaya todos los martes de 16:00 a 17:30 de septiembre a noviembre con un total de 8 sesiones de una hora y media de duración cada sesión. Participaron un total de 10 usuarios/as.
 - **Taller de Entrenamiento de la Memoria en Santiurde de Toranzo.** Se realizó en las Escuelas de Iruz todos los miércoles de 16:00 a 17:30 de septiembre a noviembre con un total de 8 sesiones de una hora y media de duración cada sesión. Participaron un total de 15 usuarios/as.

- ✓ Contenido tratado en los talleres: 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

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 de los talleres fue muy positivo por el grado de satisfacción de los/as participantes, el nivel de participación y la demanda existente para su continuidad. Sin embargo, este programa no obtuvo la financiación económica solicitada al ICASS, el cual lo denegó por llevarse a cabo dentro del horario del Centro de Día.

Por ese motivo, para la ejecución y viabilidad del programa desde AFAC se decidió reformularlo y acortar su duración a 8 sesiones, en lugar de las 11 que estaban planteadas inicialmente.

2.4. EVENTOS BENÉFICOS A FAVOR DE LAS PERSONAS AFECTADAS POR ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS, Y SUS FAMILIARES

El Ayuntamiento de Torrelavega y la empresa Bridgestone colaboraron un año más en la organización de la tercera edición del “Fotomaratón Bridgestone” que en el año 2021 tuvo un carácter solidario, ya que la recaudación por las inscripciones se destinó a la Asociación de Familiares de Alzheimer de Cantabria (AFAC).

La actividad se llevó a cabo el domingo 14 de noviembre desde las nueve y media de la mañana hasta las 12 de la noche.

Se trató de una iniciativa solidaria que venía a reforzar las actividades que desde la concejalía de Cultura se realizaron en Torrelavega, contribuyendo a dinamizar la vida cultural y social de la ciudad, además de colaborar con la Asociación de familiares de Alzheimer en la realización de sus distintas actividades.

Todas las personas interesadas mayores de edad que quisieron participar voluntariamente, se presentaron el mismo día del concurso a las 10 de la mañana en el Boulevard Demetrio Herrero de Torrelavega para abonar los cuatro euros por inscripción que fueron donados íntegramente a AFAC.

Al recoger las inscripciones, a cada uno de los participantes se les entregó una mochila que incluía los temas de las fotos y un peto identificativo.

Los tres mejores álbumes recibieron premios de 200 euros más un carrito de la compra valorado en otros 200 euros para el primero y de 150 euros más un anillo de luz Led con soporte para el móvil y 100 euros en metálico para el segundo y tercero respectivamente. Además, los dos últimos recibieron un pack de productos Bridgestone.

En el Fotomaratón Bridgestone colaboraron la Cámara de Comercio de Torrelavega, el Centro Comercial Bulevar, la asociación Stella Fotográfica y el estudio de fotografía Pepe Terán.

3 FOTOMARATÓN BRIDGESTONE

A FAVOR DE AFAC-AFA CANTABRIA

AFAC
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES
DE ALZHEIMER CANTABRIA

-  UN DÍA
-  TRES TEMAS
-  4 IMÁGENES

TORRELAVEGA
DOMINGO 14 DE NOVIEMBRE a las 10h en el Boulevard Luciano Demeterio Herrero

ORGANIZA: BRIDGESTONE INSCRÍBETE EN: WWW.FOTOMARATONBRIDGESTONE.COM

**PREPARA TU CÁMARA O MÓVIL
Y PARTICIPA!**

Colaboran  AYUNTAMIENTO TORRELAVEGA  ALTAMIRA CENTRO COMERCIAL  Hospital de Torrelavega  www.pepiterbar.es  Cámara Torrelavega  alsa Medio oficial  EL DIARIO MONTAÑÉS



FOTOGRAFÍAS GANADORAS DEL CONCURSO

PRIMER PREMIO “Reflejo en el tiempo” Marcos Lorca



SEGUNDO PREMIO “Papelera” María Luz Revuelta



TERCER PREMIO “Protección” Rodrigo Solana



2.5. INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

SEMANA DÍA MUNDIAL ALZHEIMER 2021

Con motivo de la celebración del día mundial de Alzheimer (21 de septiembre), AFAC organizó una semana de actividades dedicada al Alzheimer en Cantabria.



21/9/2021 | DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER



DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER 2021



AFACantabria

C/ Rosario de Acuña N° 7 Bajo Santander
Teléfono: 942 07 55 33/ 942 37 08 08

E-mail: afac@afacantabria.com
@AFACantabria
[facebook.com/afa.cantabria](https://www.facebook.com/afa.cantabria)
www.afacantabria.com

*** LUNES 20 de Septiembre:**

Jornada online vía streaming en https://www.youtube.com/watch?v=u7_C5Tg-JfY. “El diagnóstico como base para garantizar la calidad de vida de las personas con Demencia” de 11 a 14h, organizada por CEAFA.




*** MARTES 21 de Septiembre:**

- **MESAS INFORMATIVAS** de 10 a 14horas, situadas en la Plaza del Ayuntamiento de Santander y en Torrelavega, en los soportales de la Plaza Mayor (esquina de las calles José María Pereda y Francisco Díaz).
- **PANCARTAS CONMEMORATIVAS** en los distintos **Ayuntamientos Solidarios** de Cantabria: Bezana, Laredo, Camargo, Piélagos, Torrelavega y Santander.



*** MIÉRCOLES 22 de Septiembre**

- **CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN** del Proyecto “*Entornos amigables y solidarios con las Demencias*” que se ubicarán en el antiguo Ayuntamiento de Torrelavega, Bulevar Luciano Demetrio 4, que se podrán visibilizar del **22 al 30 de Septiembre**. <https://www.ceafa.es/es/que-hacemos/proyectos-con-entidades/entidades-amigables-y-solidarias-con-las-demencias>

Este año el lema escogido por la Confederación Española de Alzheimer a la cual pertenecemos, con motivo del Día Mundial del Alzheimer 2020 fue “**Cero Omisiones, Cero Alzheimer**”. Con este motivo la Confederación Española de Alzheimer (CEAFA) y AFA Cantabria (AFAC) planteamos unas reivindicaciones y propuestas, que se extendieron hasta el mes de noviembre, con la celebración del [IX Congreso Nacional de Alzheimer](#), que tuvo lugar en Vitoria-Gasteiz.

El eje central de estas reivindicaciones y propuestas se centró en la **importancia del diagnóstico precoz**, como punto de partida básico e imprescindible para llegar a tiempo no sólo en la detección de casos, sino, sobre todo, para poder poner en marcha los necesarios procesos de **intervención terapéutica** que han de dirigirse al conjunto de la familia afectada por el Alzheimer u otro tipo de demencia. Igualmente, el diagnóstico es la herramienta imprescindible para **reducir las alarmantes cifras que representa el infra diagnóstico** de esta enfermedad neurodegenerativa que, de acuerdo con la Sociedad Española de Neurología, puede alcanzar alrededor del 30% de casos sin diagnosticar

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

Hasta ahora los ayuntamientos comprometidos con la enfermedad son: el Ayuntamiento de Camargo, el Ayuntamiento de Laredo, el Ayuntamiento de Torrelavega, el Ayuntamiento de Bezana, el Ayuntamiento de Piélagos y el Ayuntamiento de Santander.



Gema Igual (alcaldesa del Ayto. de Santander), Álvaro Lavín Muriente (concejal de Familia, Servicios Sociales, Igualdad y Autonomía Personal), Noemí Méndez Fernández (concejala de Juventud, Educación y Salud), Luis Saiz Peña (presidente AFAC), Mónica Pérez Pardo (vicepresidenta, Psicóloga y directora del Centro de Día AFAC I), M^a Jesús Hernández Offroy (Vocal AFAC)

A través de la colaboración del Ayuntamiento de Santander, y con la financiación económica de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Cantabria pudimos colocar cartelería informativa (Mupis) en las distintas paradas de autobús del Transporte Urbano de Santander (T.U.S.) para complementar la campaña de sensibilización y dar a conocer los servicios y recursos especializados de AFAC.

AFA  **CANTABRIA**

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER ... CANTABRIA

21 DE SEPTIEMBRE
DÍA MUNDIAL DE ALZHEIMER

✉ afac@afacantabria.com
 f [facebook.com/afa.cantabria](https://www.facebook.com/afa.cantabria)
 🌐 www.afacantabria.com
 🐦 [@AFACantabria](https://twitter.com/AFACantabria)

C/ Rosario de Acuña N° 7 Bajo Santander
 ☎ **942 07 55 33 - 942 37 08 08**



ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

LUNES 20 de Septiembre:

- ✓ Jornada online vía streaming en https://www.youtube.com/watch?v=u7_C5Tg-JfY
 “El diagnóstico como base para garantizar la calidad de vida de las personas con Demencia” de 11 a 14h, organizada por CEAFA.

DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER 2021

JORNADA 0 **CERO OMISIONES
CERO ALZHEIMER**

EL DIAGNÓSTICO COMO BASE PARA GARANTIZAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS CON DEMENCIA

LUNES, 20 DE SEPTIEMBRE, de 11:00 a 14:00 h.

MADRID, Sala Ernest Lluch - Congreso de los Diputados

11:00h. Bienvenida y presentación de la Jornada

- D^a Meritxell Batet, Presidenta del Congreso de los Diputados
- D^a Cheles Cantabrana, Presidenta de CEAFA

11:10h. Reivindicaciones y propuestas elaboradas por la Confederación Española de Alzheimer

- D^a Cheles Cantabrana, Presidenta de CEAFA

11:30h. Luces y sombras del diagnóstico precoz y certero

- Dr. Enrique Arrieta, Médico de atención primaria. Grupo de Neurología de SEMERGEN. Miembro del Panel de Expertos Médicos de CEAFA
- D. José Antonio García, miembro del PEPA-Panel de Expertos de Personas con Alzheimer
- Presenta: D^a Cheles Cantabrana, Presidenta de CEAFA

12:15h. Pausa café

12:45h. Estrategias y avances hacia el diagnóstico precoz

- Dr. Guillermo García Ribas, Neurólogo del Hospital Ramón y Cajal de Madrid
- D. Curro Jordano, Farmacéutico Comunitario especializado en Salud Mental
- D^a Cheles Cantabrana, Presidenta de CEAFA
- Presenta: D^a Concha Porras, Brand Manager Pharma de Laboratorios Neuraxpharm

13:45h. Clausura de la Jornada y principales conclusiones

- D^a Cheles Cantabrana, Presidenta de CEAFA
- D^a Isabel Campo, Directora gerente del Centro de Referencia Estatal de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias



MARTES 21 de Septiembre:

- ✓ **MESA INFORMATIVA** de 10 a 14 horas, situada en los soportales de la Plaza Mayor (esquina de las calles José María Pereda y Francisco Díaz) de Torrelavega.



Laura Romano (Concejala de Bienestar Social del Ayuntamiento de Torrelavega), Borja Sainz Ahumada (Concejal de Sanidad del Ayuntamiento de Torrelavega), Consuelo Gómez Estébanez (Secretaria AFAC), y Soraya González Pérez (Psicóloga y Directora del Centro de Día AFAC II)

MIÉRCOLES 22 de Septiembre

- ✓ **TOTEMS INFORMATIVOS** del Proyecto de información y sensibilización social “*Entornos amigables y solidarios con las Demencias*” que se ubicaron en el antiguo Ayuntamiento de Torrelavega, Bulevar Luciano Demetrio 4, donde se pudieron visibilizar del 22 al 30 de septiembre de 2021. <https://www.ceafa.es/es/que-hacemos/proyectos-con-entidades/entidades-amigables-y-solidarias-con-las-demencias> (Ver Anexo IX)

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, en el avance y deterioro de las personas afectadas: personas con Alzheimer y/o demencia y sus familiares y cuidadores/as.

En definitiva, se mantuvieron 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.

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.

En los Centros de Día de la entidad concertados con el ICASS, también se trabajó sobre la sensibilización acerca del lema promocional del año 2021, “**Cero Omisiones, Cero Alzheimer**”.



Trabajadoras de los Centros de Día concertados con el ICASS

3. DATOS ECONÓMICOS

3.1. FUENTES DE FINANCIACIÓN

PÚBLICAS	IMPORTE	PRIVADAS	IMPORTE
Total Subvenciones ICASS IRPF 2020 AÑO 2021	3.126,81 €	Cuota Socios/as anual	10.656 € para 296 socios ¹
		Actividades cívico talleres	24.420 €²
Total Subvenciones Ayto. de Santander	6.390 €	<i>Total recaudado eventos:</i> Bridgestone 14 de Noviembre	300 €
Ayuntamiento de Torrelavega	7.200 €		
Subvención Consejería de Sanidad	2.200 €	Lotería de Navidad	1.000 €
		Fundación La Caixa	5.000 €
TOTAL	18.916,81 €	TOTAL	41.376 €

¹ Estos datos son estimados teniendo en cuenta el número de personas asociadas durante el año 2021 y la cuota anual que deben aportar. La cuantía económica se confirmará en marzo de 2022 cuando se realice el cierre de cuentas con el balance anual de ingresos y gastos del año 2021 de la entidad.

² Teniendo en cuenta que durante 2021 participaron un total de 45 personas usuarias en los talleres: 21 de ellas acudieron tres días a la semana, y 24 dos días semanales, se estiman estos ingresos anuales. Sin embargo, estos datos económicos se confirmarán en marzo de 2022 cuando se realice el cierre de cuentas con el balance anual de ingresos y gastos del año 2021 de la entidad.

4. EVALUACIÓN

4.1. 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 Leve
- ✓ Nº de personas afectadas por demencias y/o Alzheimer
- ✓ Nº de familiares de personas afectadas por Deterioro Cognitivo Leve
- ✓ 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

4.2. CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS

- ✓ Se han conseguido mantener los servicios básicos de la asociación: información, orientación, apoyo psicológico y social.
- ✓ Se han conseguido mantener 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 ha tenido que mantener la reducción en cuanto al número de plazas debido a los aforos y todas las medidas de prevención y seguridad que se han implantado.
- ✓ En términos generales se ha conseguido mantener una media-alta ocupación de los Centros de Día durante todo el año 2021. Sin embargo, la evolución de la pandemia Covid-19 ha promovido un aumento progresivo de los gastos mensuales de ambos Centros, lo que, unido a las cuarentenas y aislamientos preventivos que se han decidido seguir implementando para evitar la propagación del Covid-19 dentro de los Centros, ha supuesto una disminución de los ingresos económicos mensuales en algunas ocasiones, por las no asistencias continuadas debido a esos periodos de aislamiento por enfermedad y/o prevención.

- ✓ Por otra parte, se ha notado una disminución en la ocupación de plazas privadas en el Centro de Día AFAC I, y un descenso en el último trimestre del año, en las derivaciones para ingresos con plazas concertadas en ambos Centros de Día.
- ✓ En general, se considera y valora de forma positiva el trabajo que se ha desarrollado desde AFA CANTABRIA durante 2021, ya que a pesar de la pandemia Covid-19 y el progresivo aumento de gastos fijos de personal en la entidad, se han 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.

4.3. 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 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 de Santander.
- ✓ Trabajar en el proyecto de un Centro de Día Especializado en Torrelavega.
- ✓ Promover el apoyo y la colaboración con el HUMV, en relación a todos los proyectos relacionados con la investigación, detección precoz y tratamiento sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.
- ✓ Aumentar y/o mantener el número de personas asociadas y voluntariado.
- ✓ Trabajar en la búsqueda de nuevas vías de financiación.
- ✓ Mejorar la calidad y transparencia en los servicios, actividades y programas que se desarrollan.
- ✓ Recuperar la organización de galas y eventos para recaudar fondos como recursos propios para la sostenibilidad de todos los servicios, actividades y programas que se ejecutan anualmente.
- ✓ Mantener el contacto y colaboración con los Ayuntamientos Solidarios y las Empresas Solidarias.
- ✓ Conseguir más Ayuntamientos Solidarios con el Alzheimer.



A.F.A.C.
N.I.F. 9335104
Rosillo de Aeuña, 7 bajo
Teléfono 942 37 08 08
39008 SANTANDER

Fdo. Luis Saiz Peña

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



ANEXOS

1. ANEXO I. TARIFAS Y FOLLETOS TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA PARA PERSONAS AFECTADAS POR DETERIORO COGNITIVO LEVE (DCL), ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS



TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA SANTANDER

(GRUPOS Y TARIFAS)

- **Días:** LUNES – MIÉRCOLES – VIERNES
- **Horario:**
 - GRUPO A: 10:00 a 11.00H
 - GRUPO B: 11.30 a 12.30h
- **Lugar:** CENTRO CÍVICO "CALLEALTERO"
- **Coste mensual:** Socios : 60€ Día suelto: 8€
No socios: 80€

Cuota de socio de la Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer de Cantabria **36€ anuales**





TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

- **LUNES Y MIERCOLES**
- **HORARIO: 10:00 A 11:00 Horas**
- **Lugar:** Centro Cívico "PEDRO LÁZARO BARUQUE", 1º planta
- **Coste mensual:** Socios : 40€ No socios : 60€

Cuota de socio de la Asociación de Familiares de enfermos de Alzheimer de Cantabria : **36€ anuales**

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





TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

PARA PERSONAS CON DETERIORO COGNITIVO O EN ESTADIOS INICIALES DE DEMENCIA

TELÉFONOS DE INFORMACIÓN:

942 37 08 08

CORREO: afac@afacantabria.com

LUGAR :

CENTRO CÍVICO PEDRO LÁZARO BARUQUE

C/ Juan XXIII



AYUNTAMIENTO TORRELAVEGA



OBJETIVOS DE LOS TALLERES

- Estimular y mantener las capacidades cognitivas.
 - Evitar la desconexión con el entorno.
- Estimular e incrementar su autonomía y autoestima.
 - Disminuir los trastornos del comportamiento.
- Mejorar la calidad de vida del usuario y sus familias.

METODOLOGÍA DEL TALLER

- Se realizan actividades individualizadas y adaptadas a las necesidades de cada persona, en las que se potencian las distintas capacidades cognitivas como el cálculo, escritura, lectura, atención y concentración, lenguaje, orientación a la realidad, reminiscencia, razonamiento lógico, etc.

LUGAR DE IMPARTICIÓN:

CENTRO CÍVICO PEDRO LÁZARO BARUQUE

1º PLANTA

LUNES Y MIERCOLES de 10:00 a 11:00h



AYUNTAMIENTO TORRELAVEGA

2. ANEXO II. ACTO DE ACREDITACIÓN ORO COMO CENTROS LIBRES DE SUJECCIONES REALIZADO EL 11 DE MAYO DE 2021



Gema Igual (Alcaldesa del Ayuntamiento de Santander), Álvaro Lavín Muriente (Concejal de Familia, Servicios Sociales, Igualdad y Autonomía Personal), Noemí Méndez Fernández (Concejala de Juventud, Educación y Salud), Eduardo Rodríguez Rovira (Presidente de Honor de CEOMA), Teresa del Vigo Fernández (Subdirectora de dependencia del ICASS), Antonio A. Burgueño (Director Médico del Programa “Desatar al anciano y al enfermo de Alzheimer”), Luis Saiz Peña (Presidente AFAC), Mónica Pérez Pardo (Psicóloga y Directora del Centro de Día AFAC I), Soraya González Pérez (Psicóloga y Directora del Centro de Día AFAC II), y Leire Bonachea (Trabajadora Social AFAC)



Gema Igual (Alcaldesa del Ayuntamiento de Santander)



Soraya González Pérez
Psicóloga y Directora Centro de Día AFAC II



Mónica Pérez Pardo
Psicóloga y Directora Centro de Día AFAC I

3. ANEXO III. CARTELERÍA PROGRAMA SUBVENCIÓN IRPF 2021 TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA COMO PREVENCIÓN DE SITUACIONES DE DEPENDENCIA, DETERIORO COGNITIVO Y/O DEMENCIAS

4. ANEXO IV. CARTELERÍA PROGRAMA PUESTA EN MARCHA DE TALLERES DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA EN SANTANDER



Tengo que recordar algo

AFA C CAN TA BRIA
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC

SUBVENCIONADO POR : Convocatoria Subvenciones sin ánimo de lucro
Proyectos de Carácter Social Año 2021
(Pendiente de solicitar subvención)

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 ALISAL

HORARIO: VIERNES de 10:00 a 11:30 horas. (8 Sesiones)

FECHAS: Del 7 de Mayo al 25 de Junio de 2021

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria



Tengo que recordar algo

AFA C CAN TA BRIA
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC

SUBVENCIONADO POR : Convocatoria Subvenciones sin ánimo de lucro
Proyectos de Carácter Social Año 2021
(Pendiente de solicitar)

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 CALLEALTERO

HORARIO Y DÍA DE LA SEMANA: Jueves de 16:30 a 18:00

FECHAS: Del 6 de Mayo al 24 de Junio de 2021

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria



Tengo que recordar algo

AFA C CAN TA BRIA
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC

SUBVENCIONADO POR : Convocatoria Subvenciones sin ánimo de lucro
Proyectos de Carácter Social Año 2021

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 ALISAL

HORARIO: VIERNES de 10:00 a 11:30 horas. (8 Sesiones)

FECHAS: Del 29 de Octubre al 17 de Diciembre de 2021

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria



Tengo que recordar algo

AFA C CAN TA BRIA
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA AFAC

SUBVENCIONADO POR : Convocatoria Subvenciones sin ánimo de lucro
Proyectos de Carácter Social Año 2021

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 CALLEALTERO

HORARIO Y DÍA DE LA SEMANA: Jueves de 16:30 a 18:00

FECHAS: Del 28 de Octubre al 16 de Diciembre de 2021

IMPARTIDO POR Profesionales de AFA Cantabria

5. ANEXO V. DOCUMENTACIÓN CONVENIO TORRELAVEGA

FIRMA DEL CONVENIO REGULADOR CON EL AYUNTAMIENTO DE TORRELAVEGA EL 7 DE SEPTIEMBRE DE 2021



Javier López Estrada (Alcalde del Ayuntamiento de Torrelavega), Luis Saiz Peña (Presidente de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria A.F.A.C.), Consuelo Gómez Estébanez (Secretaria de AFAC), y Soraya González Pérez (Psicóloga de AFAC y Directora del Centro de Día AFAC II)

El alcalde, Javier López Estrada; y el presidente de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria (AFAC), Luis Saiz Peña; han firmado el convenio de colaboración entre ambas entidades que permitirá a AFAC desarrollar durante 2021 actividades de información, orientación y apoyo psicológico y social a personas enfermas de Alzheimer y a sus familias, siendo, según se establece en el convenio, prioritaria la atención, en igualdad de condiciones, para las personas que sean vecinas de Torrelavega. En virtud de este convenio, AFAC recibirá una subvención de 4.000 euros.

López Estrada ha tenido palabras de reconocimiento al "importante trabajo" que viene realizando esta asociación en ayudas a personas enfermas de Alzheimer y a sus familias. Y ha reiterado el "compromiso" municipal con la labor que desarrollan, así como su "apoyo" para que puedan continuar en esta línea.

FOLLETO INFORMATIVO



EN TORRELAVEGA:

CENTRO CÍVICO PEDRO LÁZARO BARUQUE,
LUNES y MIÉRCOLES
Pedir cita previa en el
942 36 75 75

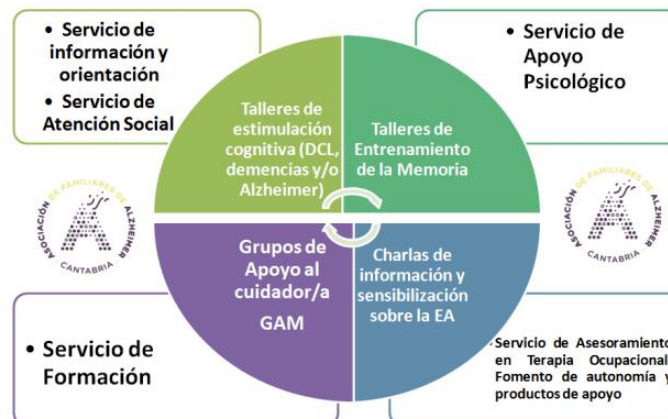


- Servicio de Información, orientación y apoyo psicológico
- Talleres de estimulación Cognitiva para personas con deterioro cognitivo leve
- Talleres de entrenamiento de la memoria

AYUNTAMIENTO  TORRELAVEGA



SERVICIOS PRESTADOS AFAC



SI NECESITAS ASESORAMIENTO Y ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN DEMENCIAS CONTACTA CON NOSOTROS

Correo electrónico: afac@afacantabria.com
Página web: www.afacantabria.com
Facebook: afa.cantabria
Twitter: @AFACantabria



 **ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER CANTABRIA**

6. ANEXO VI. CUADERNO DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA AYTO. DE TORRELAVEGA – CANTABRIA TV



Impartido por:

SORAYA GONZÁLEZ PÉREZ. PSICÓLOGA AFAC



TALLER DE ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA



Financiado por:



CONCEJALIA DE MAYORES

A. A. M. M de Torrelavega



SESIÓN PRIMERA

1. EJERCICIO DE ACTIVIDADES BÁSICAS DE LA VIDA DIARIA.

Coloca y numera los siguientes pasos en el orden lógico para realizar las siguientes actividades.

PARA VESTIRTE

- Ponerme el abrigo
- Ponerme los calcetines
- Ponerme el jersey
- Ponerme la ropa interior
- Ponerme la camisa
- Ponerme los zapatos
- Mirar qué tiempo hace
- Ponerme el pantalón
- Elegir la ropa

PARA DARTE UN BAÑO

- Cerrar el grifo
- Meterme en la ducha
- Jabonarme el pelo
- Mojarme
- Aclararme
- Quitarme la ropa
- Salir de la ducha
- Secarme con la toalla
- Jabonarme el cuerpo
- Abrir el grifo
- Echar jabón en la esponja

RECOMENDACIONES PARA MANTENER ACTIVA SU MEMORIA

- ♦ **EVITE EL AISLAMIENTO SOCIAL:** No se quede en casa, salga con los amigos, participe en actividades grupales, vaya al cine...
- ♦ **FIJESE EN SUS FALLOS DE MEMORIA:** olvidar donde ha puesto las cosas, olvidar nombres... y emplee las estrategias aprendidas.
- ♦ **PRESTE ATENCIÓN A LO QUE ESTÁ HACIENDO Y DÍGALO EN VOZ ALTA:** por ejemplo "apago el gas", para no tener que comprobarlo dos veces.
- ♦ **RELACIONE LO QUE QUIERE APRENDER CON LO YA CONOCIDO (ASOCIAR):** por ejemplo, el nombre Rosa con la flor, el nombre Julio con ese mes...
- ♦ **VISUALICE:** Transforme lo que quiere recordar en imágenes, como si fuese una película.
- ♦ **ORGANICE LA INFORMACIÓN:** podemos ayudarnos de categorías para recordar listas de cosas o hacer un relato con las palabras.

BIBLIOGRAFÍA

- ♦ **PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN** Una herramienta dirigida a los profesionales para el trabajo diario con personas con Alzheimer u otras demencias. Guía elaborada por CEAFA y AFA Cantabria en el año 2019



7. ANEXO VII. DOCUMENTACIÓN DEL PROGRAMA “SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER” CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y/O CUIDADOR/A EN CANTABRIA

ENCUESTA

“PROGRAMA SENSIBILIZATE CON EL ALZHEIMER: CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA”

SEXO	HOMBRE	MUJER	EDAD	
NIVEL DE ESTUDIOS			SITUACIÓN LABORAL	
FORMACIÓN COMPLEMENTARIA				

1. ¿CONOCES LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER? Si respondes que sí, ¿QUÉ SÍNTOMAS Y CONSECUENCIAS TIENE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER?

2. ¿QUÉ TIPO DE AYUDAS, RECURSOS PÚBLICOS Y PRIVADOS, Y PROGRAMAS O ACTIVIDADES CONOCES PARA PERSONAS CON ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS?

3. EVALUACIÓN DE CONTENIDO. CONTESTA A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:

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

SI NO NS/NC

2. LA DEMENCIA TIPO ALZHEIMER SOLO AFECTA A LA MEMORIA

SI NO NS/NC

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

SI NO NS/NC

4. EL DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER ES MUY IMPORTANTE QUE SE HAGA LO ANTES POSIBLE

SI NO NS/NC

5. EL ÚNICO BENEFICIO QUE TIENE EL ENTRENAMIENTO EN ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA (AVD), ES EL MANTENIMIENTO DE LA INDEPENDENCIA

SI NO NS/NC

6. LA RESIDENCIA ES EL ÚNICO RECURSO QUE EXISTE CUANDO LA PERSONA ESTÁ EN UN ESTADIO MODERADO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER.

SI NO NS/NC

4. EVALUACIÓN DE SATISFACCIÓN. Contesta del 1 al 5 siendo 5 la puntuación más alta

1. LA DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD ME HA PARECIDO ADECUADA

1 2 3 4 5

2. EL ESPACIO EN EL QUE SE HA DESARROLLADO ME PARECE IDÓNEO.

1 2 3 4 5

3. CONSIDERO QUE EL/LA O LOS/LAS PROFESIONAL/ES TIENEN LOS CONOCIMIENTOS SUFICIENTES PARA IMPARTIR LA FORMACIÓN.

1 2 3 4 5

4. LOS TEMAS TRATADOS ME HAN PARECIDO CORRECTOS.

1 2 3 4 5

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

CARTELERÍA CICLO DE CHARLAS

PROGRAMA "SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER"
CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA"

JORNADA I AÑO 2021

Alzheimer

"ACERCAMIENTO A LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER: CLAVES PARA EL CUIDADO"

USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA

GOBIERNO de CANTABRIA
CONSEJERÍA DE SANIDAD

ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA
LUGAR: ESCUELA TÉCNICO PROFESIONAL HERNÁN CORTES (SANTANDER)
DÍA: 18 de FEBRERO
HORA: 10:00 a 11:30 horas

PROGRAMA "SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER"
CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA"

JORNADA II AÑO 2021

Alzheimer

"ENFERMEDAD DE ALZHEIMER. COMUNICACIÓN, MANEJO Y TERAPIAS NO FARMACOLÓGICAS"

USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA

GOBIERNO de CANTABRIA
CONSEJERÍA DE SANIDAD

ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA
LUGAR: ESCUELA TÉCNICO PROFESIONAL HERNÁN CORTES (SANTANDER)
DÍA: 18 de FEBRERO
HORA: 15:30 a 17:00 horas

PROGRAMA "SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER"
CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA"

JORNADA III AÑO 2021

Alzheimer

"FOMENTO DE LA AUTONOMÍA Y AUTOCUIDADO DE LA PERSONA CON ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS"

USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA

GOBIERNO de CANTABRIA
CONSEJERÍA DE SANIDAD

ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA
LUGAR: ESCUELA TÉCNICO PROFESIONAL HERNÁN CORTES (SANTANDER)
DÍA: 24 de FEBRERO
HORA: 17:00 a 19:00 horas

PROGRAMA "SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER"
CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA"

JORNADA IV AÑO 2021

Alzheimer

"LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y LAS CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID-19"

USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA

GOBIERNO de CANTABRIA
CONSEJERÍA DE SANIDAD

ACTIVIDAD SUBVENCIONADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

CHARLA GRATUITA
LUGAR: ESCUELA TÉCNICO PROFESIONAL HERNÁN CORTES (SANTANDER)
DÍA: 9 DE NOVIEMBRE
HORA: 10:00 a 12:00 horas

CARTELERÍA CICLO DE CHARLAS

PROGRAMA "SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER"
CICLO DE CHARLAS EDUCANDO EN LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS AL PACIENTE, FAMILIAR Y CUIDADOR/A EN CANTABRIA

JORNADA V AÑO 2021

"SERVICIOS Y RECURSOS DE ATENCIÓN SOCIO SANITARIOS PARA PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS"

AFA C CAN TA BRIA
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

Escuela Técnico Profesional Hernán Cortés

GOBIERNO de CANTABRIA
CONSEJERÍA DE SANIDAD

ACTIVIDAD SUBVENCIÓNADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA

CHARLA GRATUITA

LUGAR: ESCUELA TÉCNICO PROFESIONAL HERNÁN CORTES (SANTANDER)

DÍA: 9 DE NOVIEMBRE

HORA: 16:00 a 17:30 horas

"SENSIBILÍZATE CON EL ALZHEIMER"

CHARLAS PARA CUIDADORES de personas con Deterioro Cognitivo, Alzheimer y otras demencias

GRATUITO

LOS LUNES 15,22 y 29 de NOVIEMBRE

13 DE DICIEMBRE

11:30h a 13h

CENTRO CÍVICO PEDRO

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

INSCRIPCIONES e INFORMACIÓN
942 36 75 75

ACTIVIDAD SUBVENCIÓNADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

Con la colaboración de **AYUNTAMIENTO TORRELAVEGA**

CARTELERÍA MUPIS PARADAS DEL TUS DE SANTANDER

AFA C CAN TA BRIA
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ALZHEIMER · CANTABRIA

21 DE SEPTIEMBRE
DÍA MUNDIAL DE ALZHEIMER

✉ afac@afacantabria.com
f [facebook.com/afa.cantabria](https://www.facebook.com/afa.cantabria)
www.afacantabria.com
@AFACantabria

C/ Rosario de Acuña N° 7 Bajo Santander
☎ 942 07 55 33 - 942 37 08 08

CEAFA **Desafiar y Ayudar** **ceoma** **GOBIERNO de CANTABRIA** CONSEJERÍA DE SANIDAD

ACTIVIDAD SUBVENCIÓNADA POR EL GOBIERNO DE CANTABRIA

8. ANEXO VIII CARTELERÍA DEL PROGRAMA “ENVEJECIMIENTO ACTIVO SALUDABLE EN ENTORNOS RURALES”

  <p>ENVEJECIMIENTO ACTIVO SALUDABLE EN ENTORNOS RURALES</p>  <p>ACTIVA TU MEMORIA</p> <p>LUGAR: SALÓN DE ACTOS AYTO. SELAYA</p> <p>HORARIO Y DÍA DE LA SEMANA: LUNES de 16:00 a 17:30H DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DE 2021 (11 SESIONES)</p> <p>IMPARTIDO POR PROFESIONALES DE AFA CANTABRIA</p> <p>GRATUITO</p> <p>PLAZAS LIMITADAS INSCRIPCIONES EN el SERVICIO DE LUDOTECA de 9 a 14h O EN LOS TELÉFONOS DE CONTACTO DE AFAC 942 37 08 08 / 942 36 75 75</p> <p>O, enviando un correo electrónico indicando nombre, apellidos, DNI y teléfono de contacto a afac@afacantabria.com (Se confirmará la inscripción por riguroso orden de recepción)</p>  <p>SUBVENCIONADO POR:  </p> <p>ESPACIO CEDIDO POR: </p>	  <p>ENVEJECIMIENTO ACTIVO SALUDABLE EN ENTORNOS RURALES</p>  <p>ACTIVA TU MEMORIA</p> <p>LUGAR: ESCUELA DE IRUZ (SANTIURDE DE TORANZO)</p> <p>HORARIO Y DÍA DE LA SEMANA: MIERCOLES de 16:00 a 17:30H DE SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE DE 2021 (11 SESIONES)</p> <p>IMPARTIDO POR PROFESIONALES DE AFA CANTABRIA</p> <p>GRATUITO</p> <p>PLAZAS LIMITADAS CONTACTO DE AFAC</p> <p>942 37 08 08 / 942 36 75 75</p> <p>afac@afacantabria.com</p>  <p>SUBVENCIONADO POR:  </p> <p>ESPACIO CEDIDO POR: </p>
--	---

9. ANEXO IX. CARTELERÍA DÍA MUNDIAL DE ALZHEIMER 2021



INTRODUCCIÓN

Bajo el lema “Cero omisiones. Cero Alzheimer”, la Confederación Española de Alzheimer plantea sus reivindicaciones y propuestas con motivo del Día Mundial del Alzheimer, que extenderá hasta el mes de noviembre, con la celebración del IX Congreso Nacional de Alzheimer, que tendrá lugar en Vitoria-Gasteiz entre los días 10 y el 13 de dicho mes.

El eje central de estas reivindicaciones y propuestas se centra en la importancia del diagnóstico precoz, como punto de partida básico e imprescindible para llegar a tiempo no sólo en la detección de casos, sino, sobre todo, para poder poner en marcha los necesarios procesos de intervención terapéutica que han de dirigirse al conjunto de la familia afectada por el Alzheimer u otro tipo de demencia. Igualmente, el diagnóstico es la herramienta imprescindible para reducir las alarmantes cifras que representa el infra diagnóstico de esta enfermedad neurodegenerativa que, de acuerdo con la Sociedad Española de Neurología, puede alcanzar alrededor del 30% de casos sin diagnosticar.

Sin embargo, antes de entrar en materia, y siguiendo el lema escogido, se quiere hacer un repaso por determinadas cuestiones que deben estar siempre también encima de la mesa, es decir, aspectos sobre los que no hay que callarse, que no hay que omitir en las reivindicaciones, actuales y futuras, que puedan lanzarse desde el movimiento asociativo y que seguro podrán ser asumidas también por el resto de agentes -públicos y privados- que intervienen en la lucha contra el Alzheimer y otras demencias.

Así, pues, el paquete de reivindicaciones y propuestas que CEAFA va a presentar y defender se articula en dos grandes bloques:

- Qué es lo que no debemos omitir ni callar en las cualquier reivindicación que se lance desde el colectivo Alzheimer, buscando siempre las mejores condiciones de calidad de vida de las personas afectadas por esta condición o por otro tipo de demencia. Si bien el grueso de estos asuntos está presente en el ADN del tejido asociativo, no está nunca de más recordarlos para, en la medida de lo posible, buscar puntos de interrelación y apoyo con las reivindicaciones y propuestas más particulares que, en cada caso, puedan lanzarse.

1 Cuando se habla de personas afectada por Alzheimer u otro tipo de demencia, se hace referencia siempre al binomio inseparable constituido por la persona enferma y quien le cuida en el entorno familiar, ambos son afectados directamente por los efectos de la enfermedad y, por lo tanto, han de tenerse (se tienen) en consideración en un marco de igualdad de condiciones. 3



- El diagnóstico como punto de partida y factor clave para iniciar cualquier proceso de abordaje integral del Alzheimer que busque, entre otras cosas, la intervención temprana y eficaz como manera de ampliar los periodos de calidad de vida de las personas afectadas, y como medio, también, de luchar contra los diagnósticos tardíos y/o el infra diagnóstico al que ya se ha hecho referencia más arriba.

QUÉ NO DEBEMOS OMITIR NI OLVIDAR EN NUESTRAS REIVINDICACIONES

Los aspectos que no debemos omitir se agrupan en las siguientes categorías:

- Área sociosanitaria
- Derechos de las personas
- Entorno/marco local
- Las AFAs y el abordaje integral del Alzheimer
- Los nuevos perfiles de personas diagnosticadas
- Los costes de la enfermedad y su impacto en la sociedad
- La Estrategia de Enfermedades Neurodegenerativas y el Plan Nacional/Integral de Alzheimer

La Confederación Española de Alzheimer ya se ha hecho eco de esta nueva realidad y ha impulsado la constitución del Panel de Expertos de Personas con Alzheimer, el PEPÁ, que integra personas jóvenes con demencia, que actúan asesorando los planes de la Confederación, realizando propuestas y orientando en parte, las políticas de futuro de la entidad. Este Panel revisó también el Plan Integral de Alzheimer y otras Demencias 2019-2023, valorándolo de manera positiva. El PEPÁ surge siguiendo ejemplos ampliamente contrastados a nivel internacional, como el European Working Group of People with Dementia²⁵ impulsado por Alzheimer Europa o la Dementia Alliance International²⁶, promovida a nivel mundial por personas con demencia. En definitiva, este va a ser el mayor logro del diagnóstico precoz y certero: favorecer que las personas puedan ser diagnosticadas lo antes posible y que tengan amplios periodos de calidad de vida. Ni que decir tiene que el diagnóstico precoz favorece la puesta en marcha de manera inmediata de todas las baterías de terapias no farmacológicas que también contribuyen a ralentizar la evolución de la enfermedad y, por tanto, a ampliar esos mismos periodos de calidad de vida en todas las personas con Alzheimer u otro tipo de demencia.

Porque todos nuestros esfuerzos deben dirigirse a apoyar a las personas con Alzheimer y otras demencias, debemos reivindicar bien alto el valor del diagnóstico y no omitir absolutamente nada que pueda conducir hacia una sociedad libre de Alzheimer

“Cero omisiones. Cero Alzheimer”

EXPOSICIÓN DEL PROYECTO “ENTORNOS AMIGABLES Y SOLIDARIOS CON LAS DEMENCIAS” EN TORRELAVEGA



Representantes del Ayuntamiento de Torrelavega y de AFA Cantabria

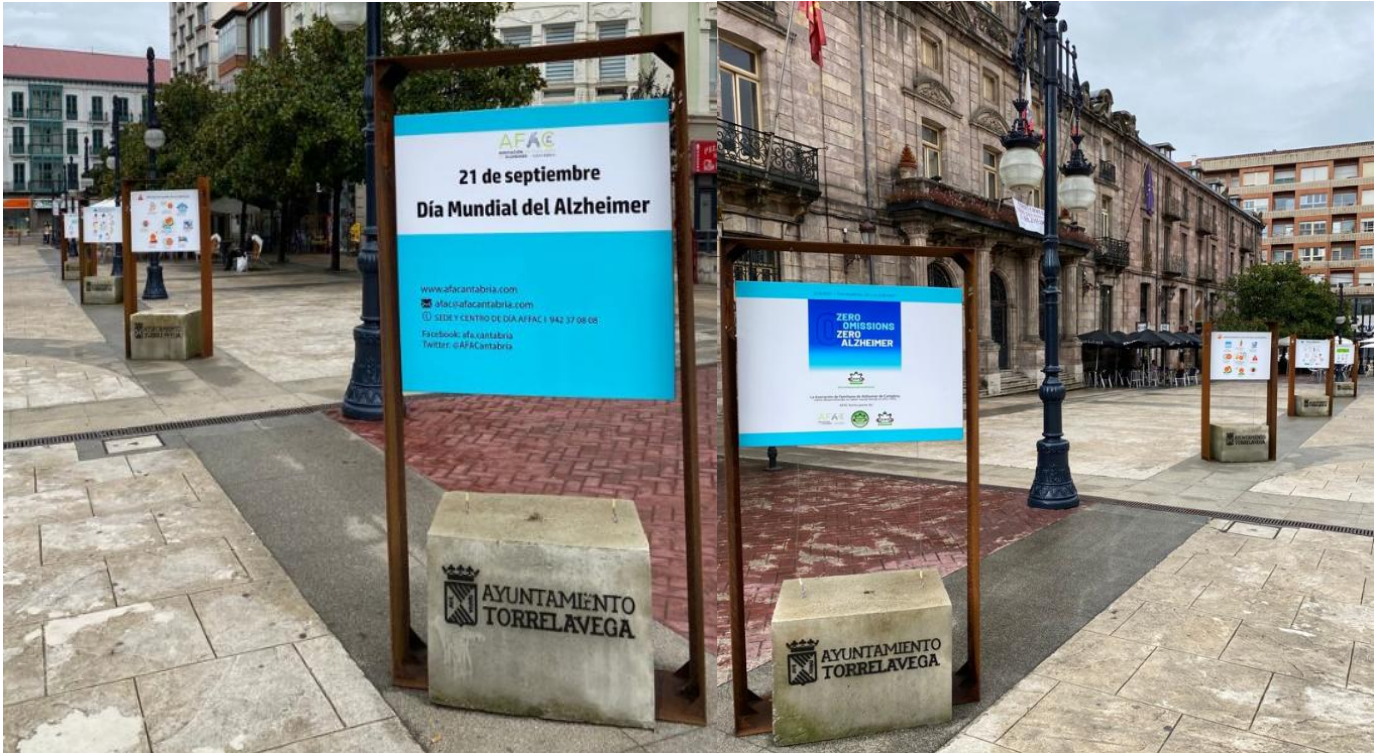
Hasta el próximo 30 de septiembre se puede visitar en el Boulevard Demetrio Herrero la exposición ‘Entornos amigables y solidarios con las demencias’, una actividad enmarcada dentro del Día Mundial del Alzheimer que se celebró ayer, 21 de septiembre, y que en esta edición tiene como lema ‘Cero omisiones. Cero Alzheimer’. Su objetivo, “visibilizar” las demencias y dar “consejos” a la población sobre cómo detectar estas enfermedades y cómo actuar ante personas que las padezcan en diferentes situaciones cotidianas.

Al acto ha asistido el concejal de Sanidad, Borja Sainz; y representantes de los grupos municipales de la Corporación y de la Asociación de Familiares de Alzheimer de Cantabria.

Durante la inauguración, Sainz Ahumada ha agradecido a AFA Cantabria que organicen en Torrelavega este tipo de iniciativas y ha reiterado el “apoyo” del Ayuntamiento a todas aquellas acciones dirigidas a ayudar a familiares y enfermos. En este sentido, ha recordado que en 2015 Torrelavega fue declarada ‘Ciudad Solidaria con el Alzheimer’.

Por su parte, el presidente de AFA Cantabria, Luis Saiz; y la psicóloga de la asociación, Soraya González; ha animado a toda la población a visitar esta exposición y a contribuir entre todos a “hacer de Torrelavega una ciudad más amigable con las demencias”.

EXPOSICIÓN DÍA MUNDIAL ALZHEIMER, 21 DE SEPTIEMBRE



En Torrelavega:

**CENTRO CÍVICO PEDRO LÁZARO BARUQUE
LUNES Y MIÉRCOLES**

Pedir cita en el 942 36 75 75

- Servicio de información, orientación y apoyo psicológico.
- Talleres de estimulación cognitiva para personas con deterioro cognitivo leve.
- Talleres de entrenamiento de la memoria.

Proyecto promovido por:



Colaboran:



ENTORNOS AMIGABLES Y SOLIDARIOS CON LAS DEMENCIAS

ENTORNOS AMIGABLES Y SOLIDARIOS CON LAS DEMENCIAS



LA DESORIENTACIÓN Y LAS DEMENCIAS
CÓMO ACTUAR CON UNA PERSONA CON DEMENCIA DESORIENTADA



Acércate de manera tranquila y relajada



Háblale de forma suave y tranquilizadora

Pregúntale educadamente si puedes ayudarle



Revisa si lleva algún identificador para contactar con su familia o persona cuidadora



Evita en todo momento la confrontación



Si se pone nerviosa/o déjale espacio para desahogarse



112

Avisa al 112



SÍNTOMAS DE ALARMA EN LAS DEMENCIAS



Desorientación en el tiempo y en el espacio



Problemas con el vocabulario, tanto en el lenguaje oral como escrito



Dificultad para resolver problemas del día a día



Dificultad para percibir y comprender imágenes visuales



Pérdidas de memoria que dificultan la vida cotidiana y las rutinas



Dejar objetos fuera de su lugar



Disminución del buen juicio para la toma de decisiones



Cambios de humor y personalidad



Falta de iniciativa en el trabajo y las actividades sociales

