



Alzheimer Ávila
AFÁVILA

MEMORIA

2023

ALZHEIMER ÁVILA

Índice

1.La entidad	2
1.1.Misión, visión y valores	3
1.2.Política de calidad	4
1.3.Grupos de interés	4
1.3.1.Mapa de grupos de interés.....	4
1.3.2.Identificación de los grupos de interés	5
1.4.Organigrama	6
1.5.Órganos de gobierno	6
1.6.Socios	7
1.7.Recursos humanos	7
1.8.Personas beneficiarias	8
1.9.Recursos económicos.....	8
1.10.Premios y reconocimientos.....	10
1.11.Recursos de infraestructura	11
1.12.Contacto y Redes Sociales	11
2.Programas y servicios.....	11
2.1.Servicios de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias	12
2.1.1.Centro de atención a integral a demencias: servicio de estancias diurnas	12
2.1.2.Servicios de promoción de la autonomía personal	13
2.1.3.Programas de estimulación	13
2.1.4.Servicio a ayuda a domicilio.....	18
2.2.Servicios de intervención con familiares de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias	18
2.2.1.Información, orientación y asesoramiento.....	18
2.2.2.Servicio de apoyo psicológico	19
2.3.Programas de intervención socio comunitaria	20
2.3.1.Programas de sensibilización social	20
2.3.2.Programas de voluntariado	21
2.3.3.Programa piloto envejecimiento saludable	21
2.3.4.Programa de detección precoz y atención del deterioro cognitivo y la demencia en el medio rural.....	22
3.Ampliación del centro de atención integral a demencias	23

1. La entidad

La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Ávila es una organización, que se constituye el día 24 de octubre de 1995, al amparo del artículo 22 de la Constitución Española, como una entidad sin ánimo de lucro y con capacidad jurídica y plena capacidad de obrar, ejerciendo sus fines y actividades en el ámbito territorial de la provincia de Ávila.

El día 7 de febrero de 1996 queda inscrita en el registro público, con el número 1048 CL, y en virtud de la Orden Ministerial INT/2433/2004 de 24 junio, es declarada de Utilidad Pública, según lo dispuesto en el artículo 32 de la Ley Orgánica 1/2002 de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación.

Nuestra entidad dispone de Auditoría de cuentas desde el año 2017 y Certificado de Calidad ISO 9001-2015 N°: ES134858-1 (Fecha de aprobación original: 2/02/2011 Certificado en vigor: 3/02/2023 Caducidad del certificado: 2/02/2026

Para alcanzar sus objetivos, la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Ávila lleva a cabo diversas funciones y actividades, entre las que se encuentran:

- a) Prestar asistencia psicológica y moral a los familiares de los afectados por la enfermedad.
- b) Asesorar a los familiares de las personas con Alzheimer y otras demencias en materias legales, sociológicas y económicas.
- c) Promocionar y difundir en los medios de comunicación todo lo que haga referencia al posible diagnóstico de la enfermedad y terapia de la misma, al objeto de facilitar la asistencia y el tratamiento adecuado.
- d) Facilitar, mejorar y controlar la asistencia a las personas con Alzheimer y otras demencias, para mejorar su calidad de vida al máximo posible.
- e) Estimular los estudios sobre la incidencia, evolución terapéutica y posible etiología de la enfermedad.
- f) Mantener los contactos necesarios con entidades y Asociaciones, dedicadas al estudio de la enfermedad, dentro y fuera de España, con el propósito de estar al día en los avances científicos, que se producen en esta materia y así, poder informar a los familiares, de las personas afectadas por Alzheimer.
- g) La Asociación tiene carácter benéfico y se propone hacer posible el objeto de la misma dentro de la legalidad vigente.

- h) Potenciar la participación del voluntariado en los programas desarrollados por la asociación.
- i) Formar a familiares, profesionales y sociedad en general en la atención y cuidados, que necesitan las personas con demencia.
- j) Promocionar la creación de asistencia domiciliaria, así como Centros de Día, Residencias de corta estancia y Residencias asistidas para la atención de las personas afectadas.
- k) Crear los servicios necesarios para el desarrollo de nuestros fines.
- l) Promover actuaciones de prevención y detección precoz de la enfermedad.
- m) Organización de actividades culturales recreativas y de esparcimiento de familiares y cuidadores.
- n) Participación de los socios y la Junta Directiva en las acciones de sensibilización o difusión.
- o) Establecer sinergias con entidades o instituciones cuyos objetivos y fines sean los mismos.

1.1. Misión, visión y valores

MISIÓN: La Misión de la Asociación de Alzheimer de Ávila es promover actividades para la prevención de la demencia y prestar servicios de atención a las necesidades y demandas de las personas afectadas y sus familias, con el trato exquisito, que se deriva de la sensibilidad interpersonal de sus miembros.

VISIÓN: Ser una organización líder en la prestación de servicios, para eliminar las desigualdades, de todo tipo, en las enfermedades neurodegenerativas, poniendo a disposición de los afectados los servicios y recursos sociales, infraestructuras y personal especializado, para lograr una vida digna.

VALORES:

- ✓ **RESPECTO** a la dignidad de las personas por encima de cualquier otro criterio.
- ✓ **SENSIBILIDAD** para entender los problemas y sentimientos de las familias afectadas por la enfermedad.
- ✓ **ORIENTACIÓN A LOS CLIENTES.** Las personas son el centro de nuestra actividad y su atención el objetivo de nuestro trabajo.
- ✓ **EXCELENCIA** en la realización de su actividad profesional en todos los aspectos.

- ✓ **CALIDAD Y MEJORA CONTINUA.** Nuestra labor obedece al intento de satisfacer las necesidades y demandas de las personas con Alzheimer y otras demencias, así como de sus familiares cuidadores.

1.2. Política de calidad

A través de la certificación de calidad ISO 9001:2015, Alzheimer Ávila demuestra su compromiso con la mejora continua y la excelencia en la atención a las personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Esta certificación es un reconocimiento a su labor y a su dedicación en ofrecer servicios de alta calidad que cumplan con las necesidades y expectativas de los usuarios y sus familias.

En Alzheimer Ávila, se trabaja de manera multidisciplinar para ofrecer una atención integral y personalizada a cada usuario, teniendo en cuenta sus necesidades específicas y promoviendo su bienestar físico, mental y emocional.

Los servicios que ofrece nuestra entidad están dirigidos a la prevención de la enfermedad, a su detección precoz y a la atención de las personas afectadas y de sus familias mediante servicios, que se van adaptando a sus necesidades cambiantes de las personas afectadas por enfermedades neurodegenerativas a lo largo del proceso de la enfermedad, con el objetivo de mejorar su calidad de vida, manteniendo siempre un alto nivel de calidad y compromiso con la excelencia en la atención.

Su certificación de calidad es un reflejo de su dedicación y compromiso con la mejora continua en la atención a las personas con Alzheimer y otras demencias.

1.3. Grupos de interés

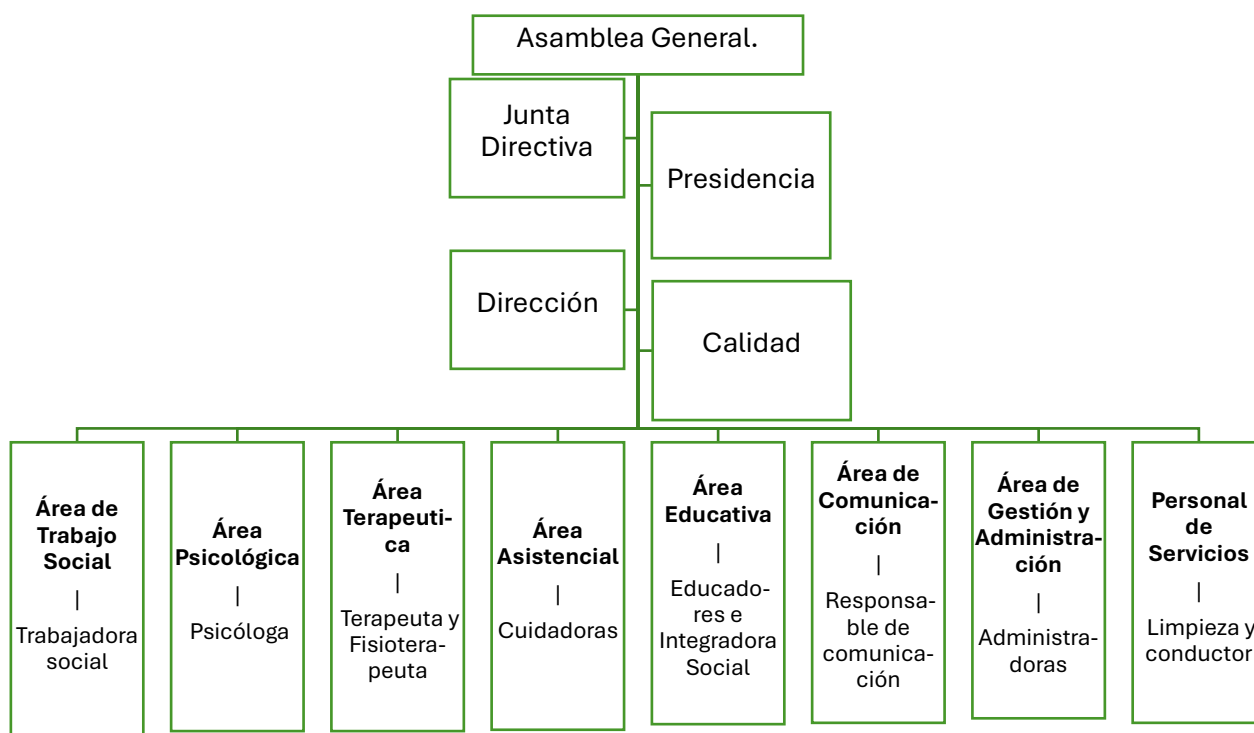
1.3.1. Mapa de grupos de interés



1.3.2. Identificación de los grupos de interés

- a) **Afectados directos por las demencias y sus familiares:** Las personas con deterioro cognitivo, enfermedad de Alzheimer u otra demencia y sus familias de la provincia de Ávila, que precisan de nuestros servicios y/o atención.
- b) **Trabajadores:** Profesionales implicados en la atención de las personas con deterioro cognitivo y/o demencia y sus familias.
- c) **Voluntarios:** Personas que colaboran de forma altruista y solidaria en beneficio de las personas afectadas, de sus familiares y de la asociación.
- d) **Junta Directiva:** La Junta Directiva es el órgano ejecutivo de la asociación. Sus miembros desempeñan cargos gratuitos y carecen de interés en los resultados económicos de la explotación, por sí mismo o persona interpuesta.
- e) **Socios:** Esta organización no exige el cumplimiento de ningún requisito para poder acceder a ella en calidad de socio. Nuestra entidad está compuesta, en su mayoría, por familiares de personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer u otra demencia, así como por otros colaboradores, empresarios, etc.
- f) **Financiadores:** Entidades públicas y privadas, que financian o colaboran con nuestra entidad, con el fin de contribuir con su apoyo a mejorar la calidad de vida de las personas a las que atendemos.
- g) **Proveedores:** Empresas que proporcionan materiales y servicios.
- h) **Asociaciones que representan:** La Asociación de Alzheimer de Ávila forma parte de:
 - Consejo Estatal de Mayores.
 - CEAFA: Confederación Nacional de Asociaciones de Familiares de Enfermos de Alzheimer
 - AFACAYLE: Federación de Asociaciones de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Castilla y León
 - Consejo Provincial de Personas con Discapacidad.
 - Consejo Municipal de Personas con Discapacidad.
- i) **Otras entidades con las que colaboramos o trabajamos en red:** Profesionales sociosanitarios de distintas entidades públicas y privadas.
- j) **Medios de comunicación:** Colaboran dando visibilidad a la situación que padecen las personas afectadas por deterioro cognitivo, enfermedad de Alzheimer y otras demencias, así como la de sus familiares.
- k) **Sociedad en general:** Nuestra entidad realiza acciones de sensibilización social, para difundir el conocimiento de la enfermedad, promoviendo su detección precoz y diagnóstico temprano y contribuyendo al avance en la investigación sobre las enfermedades neurodegenerativas.

1.4. Organigrama



1.5. Órganos de gobierno

a) Asamblea general.

Es el órgano supremo de la Asociación y en él están representadas todas las personas que componen la entidad.

La Asamblea se reúne al menos una vez al año y entre sus funciones está la de aprobar el Plan General de Actuación de la asociación, los Presupuestos de la entidad, la Memoria de actividades y las cuentas del ejercicio anterior.

b) Junta directiva.

Los miembros de la Junta Directiva son elegidos por la Asamblea General, ejerciendo su mandato por un periodo de cuatro años, pudiendo ser reelegido según establecen los estatutos.

- **El presidente** es el responsable de liderar y representar a la asociación, convocar y presidir las reuniones de la Junta Directiva y la Asamblea General.
- **El vicepresidente** asiste y colabora con la presidencia en sus funciones, y asume sus responsabilidades en caso de ausencia o imposibilidad de la presidencia.
- **El tesorero** es el encargado de llevar el control de los recursos de la asociación, con la finalidad de someterlos a la Junta Directiva y a la Asamblea General correspondiente.
- **El secretario** se encarga de la custodia de la documentación de la Asociación, la redacción las actas de las reuniones de la Junta

Directiva y de las Asambleas Generales y certificará los acuerdos que se adopten, con el visto bueno del presidente.

- **Los Vocales** son miembros de la Junta Directiva y colaboran en las tareas y decisiones de la misma.

1.6. Socios

Personas mayores de edad y con capacidad de obrar, que estén interesadas en las finalidades de la asociación y deseen formar parte de ella, cuyos derechos y deberes son detallados en los Estatutos Sociales de la entidad.

Hombres: 278 | Mujeres 152



1.7. Recursos humanos

Categoría profesional		
Fijo	Directora	1
	Trabajadora Social	1
	Psicóloga	1
	Terapeuta ocupacional	1
	Fisioterapeuta	1
	Jefe administrativo	1
	Administrativo	1
	Cuidadoras	8
	Conductor	1
	Total	16
Eventual	Directora	1
	Trabajador social	2
	Psicóloga	3
	Responsable de comunicación	1
	Terapeuta ocupacional	1
	Educador social	1
	Integrador social	1
	Monitora	1
	Cuidadoras	7
	Conductor	2
Total	20	
TOTAL	36	

1.8. Personas beneficiarias

Denominación servicio/ programa	Nº de personas beneficiarias
Centro de Estancias Diurnas	62
Promoción de la Autonomía Personal	68
Ayuda Domiciliaria Especializada	13
Información y Asesoramiento	350
Apoyo Psicológico y Social al Familiar Cuidador	148
Grupo de Apoyo a familias	27
Sensibilización Social	Población de Ávila, El Barraco, Burgoondo, Candeleda y Arenas de San Pedro
Voluntariado (39 Personas voluntarias)	178 participantes en servicios de atención
Transformación Digital y Envejecimiento Saludable	36
Detección precoz y Atención Temprana en el Medio Rural	54
Total	936

1.9. Recursos económicos

ENTIDAD COLABORADORA	PROGRAMA
ENTIDADES PÚBLICAS	
AUTONÓMICAS	
<p>Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León</p>  <p>Secretaría del IRPF</p>	<p>Prevención de la Dependencia y Promoción del Envejecimiento Activo</p> <p>Permanencia de las Personas Mayores en su domicilio</p> <p>Apoyo a Familias</p> <p>Apoyo al Voluntariado</p> <p>Obras de Rehabilitación y Mejora del Centro</p>
<p>Gerencia de Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León</p> 	<p>Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia. Individual</p> <p>Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia y del Entorno</p> <p>Plazas Concertadas de Centro de Estancias Diurnas</p>
<p>Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León</p> 	<p>“ACTÍVATE”: Proyecto de Digitalización del Envejecimiento Activo</p>
<p>Servicio Público de Empleo de la Junta de Castilla y León</p> 	<p>Salud, Calidad de Vida, Promoción y Mantenimiento de las Actividades de la Vida Diaria</p>
LOCALES	
<p>Diputación Provincial de Ávila</p> 	<p>Promoción de Envejecimiento Saludable y Sensibilización</p> <p>Programa de Detección Precoz y Atención Temprana</p>
<p>Excmo. Ayuntamiento de Ávila</p> 	<p>Apoyo asociativo</p> <p>Actividades divulgativas del Consejo Municipal de Personas con Discapacidad</p>

ENTIDADES PRIVADAS	
FUNDACIONES Y ENTIDADES BANCARIAS	
CAIXABANK 	Programa Formativo de Asistencia Personal
Fundación Ávila y CAIXABANK  	Proyecto artístico-terapéutico “Teatro para el recuerdo”
Fundación Obra Social “la Caixa” 	“Creando sendas”: Detección precoz del deterioro cognitivo y la atención de la demencia
UNIVERSIDADES	
Universidad Católica de Ávila Centro Universitario Superior Europeo	Formación
OTROS COLABORADORES	
Ayuntamientos: <ul style="list-style-type: none"> - Candeleda Burgohondo - Arenas de San Pedro El Barraco - Maello Padiernos - Martiherrero 	<ul style="list-style-type: none"> - Programa de Detección Precoz y Atención Temprana - Envejecimiento Saludable
Socios de honor: <ul style="list-style-type: none"> - Julián Sánchez Melgar - Miguel Ángel García Nieto - Alicia García Rodríguez - Olga Váñez Rodríguez 	
Cuotas socios	
Cuotas usuarios	
Donativos	
Actividades divulgativas y de sensibilización	
Actividades formativas	

1.10. Premios y reconocimientos

- ✓ Premios CEOE – Premio Ayuntamiento de Ávila a la Solidaridad (2022).

- ✓ Accésit Premios ALARES a la labor de conciliación y Responsabilidad Social (2011).
- ✓ Premio Ciudad de Ávila a la Solidaridad y a los Derechos Humanos (2010).
- ✓ IV Distinción Pablo Iglesias al compromiso social (2008).
- ✓ Medalla de Oro de Honor de la Hermandad de Donantes de Sangre (2007).
- ✓ Distinción León de Ávila a los Valores Humanos (2003).

1.11. Recursos de infraestructura

- **Sede Social y Centro de Atención Integral a Demencias de Ávila** - C/Antonio Veredas, 84 Ávila.
- **Estimulación Cognitiva para personas con Alzheimer u otras Demencias** - C/Antonio Veredas, 84 Ávila.
- **Servicio de Promoción de la Autonomía Personal de Arenas de San Pedro** - Centro de Mayores: C/ Pintor Martínez nº 11.
- **Servicio de Promoción de la Autonomía Personal de Candeleda** - Edificio de Usos Múltiples: C/ Nueva, s/n.
- La Asociación dispone de: Dos **transportes colectivos** adaptados con plataforma elevadora y anclajes para sillas de ruedas cada uno de ellos, de 9 y 17 plazas.

1.12. Contacto y Redes Sociales

- **Dirección:** C/Antonio Veredas, 84, 05004, Ávila
- **Teléfonos:**
 - Fijo: 920700409
 - Móvil: 615098246
- **E-mail:** secretaria@alzheimeravila.com
- **Página WEB:** www.alzheimeravila.com
- **Facebook:** <https://es-es.facebook.com/alzheimer.avila.afavila/>
- **Twitter:** <https://twitter.com/AlzheimerAvila>
- **Instagram:** https://instagram.com/alzheimer_avila
- **YouTube:** <https://www.youtube.com/channel/UCWK0XUf7H3zsdHmKt5niCQQ>
- **Presidente/a:** Montserrat Cortés Pinilla

2. Programas y servicios

Durante el año 2023 la Asociación de Alzheimer de Ávila ha seguido la trayectoria de años anteriores, ofreciendo los siguientes servicios:

- a) Servicios de Atención a Personas con enfermedad de Alzheimer y otras Demencias.
 - Centro de Atención Integral a Demencias.

- Servicios de Promoción de la Autonomía Personal.
 - Programas de estimulación desarrollados
 - Servicio de Atención Especializada en el domicilio.
- b) Servicios de Intervención con Familiares de Personas con enfermedad de Alzheimer y otras Demencias:
- Información, Orientación y Asesoramiento
 - Servicio de Apoyo Psicológico.
- c) Programas de Intervención Socio comunitaria:
- Programa de Sensibilización Social.
 - Programa de Voluntariado.
 - Programa piloto Envejecimiento Saludable:
 - Programa de Transformación Digital.
 - Programa de Detección Precoz y Atención del deterioro cognitivo y la demencia en el Medio rural.

2.1. Servicios de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias

2.1.1. Centro de atención a integral a demencias: servicio de estancias diurnas

El Centro de Estancias Diurnas ofrece actividades y talleres que buscan mantener y mejorar las habilidades cognitivas, físicas y emocionales de las personas que presentan deterioro cognitivo o demencia. Estas actividades incluyen terapias de estimulación cognitiva, terapia ocupacional, fisioterapia, actividades recreativas y sociales, entre otras.

El equipo de profesionales del Centro de Estancias Diurnas está compuesto por psicólogo, trabajador social, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, educador social, integrador social y técnicos sociosanitarios. Cada uno de ellos realiza un seguimiento personalizado de cada paciente, adaptando las intervenciones y terapias a sus necesidades y capacidades.

Se pretende abordar la problemática presentada por la enfermedad desde los ámbitos personal, familiar y social, atendiendo las necesidades del paciente y del familiar, brindando apoyo y asesoramiento a las familias y en especial a los cuidadores, de forma individual, grupal y familiar, ofreciendo recursos y herramientas para que puedan afrontar de manera adecuada el cuidado en el hogar.

Además, una de las funciones del Centro de Día es desarrollar un programa preventivo y rehabilitador, poniendo en marcha estrategias activas, para afrontar el desempeño de las Actividades de la Vida Diaria, así como la mejora del estado de ánimo de los usuarios por medio del entretenimiento y la estimulación integral.

En resumen, el Centro de Estancias Diurnas es un recurso fundamental para abordar la problemática de la enfermedad, proporcionando atención integral a los afectados, apoyo a las familias y contribuyendo a mantener la autonomía y su calidad de vida el mayor tiempo posible. Se trata de ofrecer una respuesta adecuada a cada persona en particular, por lo que las funciones de cada profesional se abordan desde una doble vertiente: la familia/cuidadores y las personas afectadas.

2.1.2. Servicios de promoción de la autonomía personal

La intervención se puede realizar de forma individual o grupal, adaptándose a las necesidades y capacidades de cada persona. Se busca mantener y fortalecer las habilidades cognitivas, físicas y emocionales, así como promover la autonomía en las actividades de la vida diaria.

Los programas y actividades se realizan de forma regular y constante, para lograr un mayor impacto en las habilidades y capacidades de las personas afectadas. Además, se busca generar un ambiente seguro y amigable, donde se sientan cómodas y motivadas para participar.

Es fundamental que los profesionales encargados de la intervención estén capacitados y actualizados en las últimas técnicas y terapias relacionadas con el Alzheimer. También es importante el apoyo y la colaboración de los familiares y cuidadores, quienes juegan un papel fundamental en el bienestar de las personas con esta enfermedad.

En conclusión, la intervención no farmacológica en el Alzheimer se centra en mejorar la calidad de vida y promover la autonomía de las personas afectadas a través de programas y actividades que estimulan tanto a nivel cognitivo como físico y emocional. Es una intervención complementaria al tratamiento médico y busca generar un ambiente de apoyo y contención, tanto para las personas con Alzheimer como para sus cuidadores y familiares.

2.1.3. Programas de estimulación

Tanto en el servicio de Centro de Día como en el Servicio de Promoción de la Autonomía Personal se desarrollan distintos tipos de programas dirigidos a la estimulación de las personas afectadas, con el fin de mantener sus capacidades durante el mayor tiempo posible y mejorar su calidad de vida.

a) Programa de estimulación cognitiva:

La estimulación cognitiva es la disciplina más utilizada como tratamiento no farmacológico de la enfermedad de Alzheimer. Es una estimulación, que persigue reforzar y ejercitar aquellas capacidades cognitivas, que todavía preserva el enfermo. Pretende activar las áreas cerebrales, que todavía

están sanas mediante el ejercicio de las funciones cognitivas correspondientes.

Es un programa en el que se recogen distintas técnicas y recursos para estimular las funciones intelectivas, según las capacidades que aún mantiene, a través del entrenamiento y la ejercitación. Estas técnicas pueden basarse en un sistema con fichas de ejercicios por escrito (adaptadas individualmente y evaluables), en un método grupal de trabajo oral o más recientemente en programas de estimulación con el apoyo de ordenadores, tablets o pantallas interactivas (que facilitan aplicar el grado de dificultad de los ejercicios a la evolución de la persona y al mismo tiempo permite la evaluación de esos resultados).

Los **objetivos** específicos de este servicio son:

1. Estimular y mantener las capacidades mentales y cognitivas del usuario.
2. Mejorar la autonomía personal del afectado en las Actividades de la Vida Diaria, favoreciendo su independencia y autoestima.
3. Prevenir trastornos psicológicos y del comportamiento.
4. Promover la participación social y la integración comunitaria, buscando fomentar la interacción social y el sentido de pertenencia, evitando el aislamiento y la soledad.
5. Brindar apoyo y orientación a los familiares y cuidadores, para hacer frente a los desafíos emocionales y prácticos que implica el cuidado de una persona con demencia.

Las áreas a trabajar son:

- Orientación temporoespacial y personal.
- Estimulación del lenguaje y el tratamiento de sus alteraciones.
- Potenciar las praxias.
- Activar las funciones de memoria.
- Mantener el cálculo y el reconocimiento numérico.
- Ejercitar la capacidad de percepción y reconocimiento.
- Estimular la capacidad de razonamiento lógico y abstracto.

b) Programa de estimulación física:

El programa de estimulación física utiliza métodos y técnicas dirigidos a paliar las disfunciones de los órganos o aparatos que forman el ser humano, a compensar una deficiencia motriz o a mantener las capacidades o aptitudes que le son propias, desde el propio cuerpo y desde el entorno físico.

Tiene como objetivo mejorar la calidad de vida del usuario y su independencia funcional, normalizando sus funciones sensomotoras, previniendo las futuras complicaciones inherentes al desarrollo de la EA y optimizando sus capacidades físicas (las no afectadas y las ya deterioradas). Y, por otro lado, tratar las enfermedades intercurrentes asociadas a la edad.

Mientras que mediante la cinesiterapia se trata promover la reeducación motora, a través del movimiento corporal, basado en la movilización activa o pasiva y la mecanoterapia. El objetivo general es mejorar o compensar una discapacidad motriz o funcional, manteniendo la vitalidad de los miembros afectados, en un intento de recuperar la máxima movilidad.

c) Programa de estimulación funcional

Recoge todas aquellas actuaciones dirigidas a desarrollar o mantener un óptimo grado funcional respecto a sus capacidades para realizar las Actividades de la Vida Diaria.

La contribución de la Terapia Ocupacional en este campo se centra en la utilización y potenciación de aquellas habilidades que aún permanecen intactas, es decir, valerse de los puntos fuertes de cada persona para estimularle, intentando mantener durante el mayor tiempo posible su autonomía personal.

Por su parte, la ergoterapia es un programa que engloba actividades tendentes a la ocupación y, según los casos, a la rehabilitación física. Mediante la realización de labores que requieran un proceso de elaboración buscamos el aprendizaje, la reinstauración o el recuerdo de técnicas de trabajo que tienen como objetivo final un producto, basándonos en sus aficiones y en su experiencia profesional.

El objetivo principal es conseguir la ocupación en una labor útil, en la cual, durante su desarrollo, pueda observarse la evolución del trabajo y el resultado final, con el objeto de estimular la socialización, su participación en actividades, la realización de una tarea que puede resultarle gratificante y así, aumentar su autoestima e independencia en la ejecución de actos cotidianos y sociales.

d) Programa de estimulación sensorial

La Estimulación Multisensorial consiste en una intervención, que proporciona estímulos sensoriales agradables, en un ambiente positivo y relajado, a los sentidos primarios de la vista, la audición, el tacto, el gusto y el olfato.

Las salas multisensoriales o salas Snoezelen son espacios interactivos diseñados para estimular los sentidos y generar experiencias, que ayuden a

los usuarios a dar significado a lo que perciben, mejorando su adaptación al entorno. A través de la iluminación, aromas, música, sonidos o texturas, se recrea una atmósfera de calma, seguridad y protección, que invita a la exploración.

En la actualidad, la terapia multisensorial ha adquirido un papel protagonista en el tratamiento no farmacológico de la enfermedad de Alzheimer (EA) y/o Parkinson, aprovechando las capacidades sensoriomotoras residuales de estos pacientes, a través de un enfoque no directivo y facilitador, con la finalidad de promover comportamientos positivos, reducir conductas no adaptativas y favorecer la interacción y la comunicación.

Esta terapia es utilizada desde las primeras etapas de la demencia, donde aparece el deterioro de los sentidos, el movimiento, así como el procesamiento de la integración sensorial; hasta las últimas etapas, donde lo fundamental es la estimulación basal, la estimulación de emociones y recuerdos, para llegar a los centros primitivos del cerebro (últimos sistemas del cuerpo que se ven afectados por la demencia).

e) Programa de motivación social

El programa incluye actividades innovadoras que, además de cumplir con la función terapéutica de estimular las capacidades cognitivas, producen un bienestar emocional y la motivación a la hora de realizar tareas nuevas, a la vez que promueva las relaciones interpersonales.

- Programa de teatro y reminiscencia

El Teatro de la Reminiscencia es una recopilación de historias adquiridas a través de testimonios de personas mayores, que se convierten en una obra teatral, cuya puesta en escena fue llevada a cabo por actores profesionales y por los mayores.

La técnica de reminiscencia se basa en esforzarse para ofrecer elementos evocadores, que estimulen los sentidos y que estos elementos tengan significado y relación directa con el relato de vida. Nuestros sentidos nos ayudan a interpretar el entorno y nuestro entorno nos ofrece todo aquello que nos será significativo, por eso la estimulación sensorial es una herramienta básica, útil y accesible para conectar con las personas que tienen algún tipo de deterioro cognitivo o demencia.

La técnica de la reminiscencia es una herramienta para los profesionales y familiares o amistades que acompañan a personas mayores, con o sin deterioro cognitivo, y su fuerza está en el valor que da a la historia de vida como elemento imprescindible en la atención

a personas mayores, tomando más relevancia cuando se trata de personas que conviven con algún tipo de deterioro cognitivo.

Tanto la dramaterapia como la técnica de la reminiscencia son herramientas poderosas para mejorar la calidad de vida de las personas mayores y promover su bienestar emocional y cognitivo. Al relacionarse con su propia historia de vida y conectarse con los demás a través de la expresión creativa y la nostalgia compartida, las personas mayores pueden experimentar una sensación de satisfacción, significado y conexión que les ayuda a vivir con mayor plenitud y disfrute.

- **Programa de hortoterapia**

Desarrollamos un programa de Horticultura y Jardinería, con el fin de conseguir, que todas las actividades que realizamos, además de ser terapéuticas, sean, sobre todo, significativas para los usuarios, relacionadas con la cultura tradicional y con su historia de vida, bajo la guía del modelo de atención centrada en la persona.

El programa incluye diferentes actividades relacionadas con el cultivo y cuidado de plantas, como la siembra, el trasplante, el riego y la recolección de hortalizas y verduras. También se realizan talleres de jardinería y se promueve la conservación de las especies autóctonas de la zona.

Teniendo en cuenta las limitaciones físicas, que presentan los beneficiarios a la hora de realizar el cultivo y cuidado de los huertos, se ha diseñado un huerto en altura, adaptándolo así a sus necesidades.

La iniciativa dota al centro de un espacio al aire libre, donde llevar a cabo la estimulación de las personas afectadas, despertar sus sentidos, percepciones, emociones y recuerdos, aprovechando así los recursos y beneficios, que aporta a las personas con demencia dicha estimulación. Se trata de una línea de trabajo complementaria al actual Programa de Estimulación Cognitiva, Física, Funcional y Socioafectiva de la entidad.

- **Programa socio comunitario**

Este programa está dirigido a afianzar la ejecución de comportamientos cotidianos, a mantener y desarrollar las habilidades sociales básicas necesarias para la interacción y la comunicación con los demás, a fomentar la autoestima y a potenciar la integración del usuario en el entorno.

El objetivo principal es producir la integración en el recurso de la manera más positiva posible, desarrollando y estimulando las habilidades sociales que aún mantiene, a través de nuevas vivencias, permitiendo que el usuario acceda al entorno social más o menos próximo, mediante su participación en actividades, como excursiones, exposiciones, visitas a pueblos y a cualquier otra que se ofrezca la comunidad.

2.1.4. Servicio a ayuda a domicilio

El Servicio Ayuda a Domicilio Especializa (SADE) es un programa que ofrece apoyo y atención personalizada a personas que requieren asistencia en sus hogares. Este servicio se puede solicitar tanto para personas mayores como para personas con discapacidad o dependencia.

El SADE brinda atención personal, cubriendo las necesidades básicas de la persona como el aseo, el vestido, alimentación y acompañamiento. Además, también se encarga de facilitar apoyo a los usuarios del servicio, con la finalidad de fomentar el mantenimiento de su autonomía en las actividades básicas de la vida diaria (Limpieza de la vivienda, elaboración de alimentos, lavado, planchado y organización del hogar, etc.).

El aspecto psicosocial también es clave en el SADE, ya que se proporciona apoyo emocional y social a la persona y a su familia. Esto implica brindar compañía, escucha activa, actividades de estimulación cognitiva y apoyo en la resolución de conflictos familiares.

Por otro lado, el SADE también ofrece información y apoyo a las personas cuidadoras, que suelen ser familiares cercanos. Les proporciona asesoramiento sobre los cuidados a realizar, recursos y servicios disponibles, así como descansos puntuales para evitar el agotamiento físico y emocional.

En conclusión, el Servicio de Ayuda a Domicilio Especializada proporciona atención personalizada y apoyo tanto a la persona que requiere cuidados en su hogar como a su entorno familiar. Gracias a este servicio, se busca mejorar la calidad de vida de las personas en situación de dependencia, fomentando su autonomía y bienestar en su propio entorno.

2.2. Servicios de intervención con familiares de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias

2.2.1. Información, orientación y asesoramiento

El programa de Información, Orientación y Asesoramiento tiene como objetivo principal brindar apoyo y recursos a las familias de los afectados por deterioro

cognitivo o demencia, para que puedan afrontar de manera efectiva los desafíos que surgen a lo largo del proceso de la enfermedad. A través de este programa, se busca mejorar la calidad de vida, tanto de las personas afectadas como de sus cuidadores, proporcionándoles los conocimientos y herramientas necesarias para hacer frente a la enfermedad de manera adecuada.

Se realiza mediante entrevistas, en las que se proporciona orientación sobre el manejo de los síntomas y cambios asociados a la demencia, así como asesoramiento sobre recursos y servicios disponibles para ayudarles a abordar de manera efectiva los desafíos que se van produciendo. También se les ofrece apoyo emocional y se les enseñan estrategias para mejorar la comunicación con la persona afectada.

Esta información, que ayuda a las familias a comprender mejor la enfermedad y a tomar decisiones informadas en cuanto al cuidado y manejo de la situación, es especialmente importante inmediatamente después del diagnóstico, aunque se mantiene esta necesidad a lo largo del proceso de la enfermedad, porque la situación física, social, familiar o laboral de cada familia puede variar sustancialmente.

El programa también incluye actividades de formación y capacitación para los familiares, con el objetivo de dotarlos de habilidades y conocimientos específicos para el cuidado de la persona con demencia. Estas actividades pueden incluir talleres sobre técnicas de cuidado, manejo del estrés, resolución de problemas y manejo de conflictos.

2.2.2. Servicio de apoyo psicológico

A través del Servicio de Apoyo Psicológico a Familias y Cuidadores, la asociación busca brindar atención personalizada y apoyo emocional a los cuidadores, con el objetivo de garantizar el bienestar del usuario y familia. Esto se logra a través de terapias individuales, familiares y grupales.

Con el Servicio de Apoyo Psicológico a Familias y Cuidadores sentamos las bases de la atención a las personas con demencia, ya que cuidando al cuidador nos aseguramos de que la persona afectada estará bien cuidada y evitaremos de esta forma, tanto la necesidad de su institucionalización temprana, como la negligencia, el abandono o el abuso en el que pueden caer los pacientes, dadas las dificultades asistenciales y de convivencia, que plantea la enfermedad a lo largo de su curso.

El objetivo que se persigue es ofrecer a cada familia atención y apoyo personalizado, en función de sus necesidades individuales, en todas las fases, con que cursa la enfermedad.

La ejecución de este servicio se articula desde tres perspectivas diferenciadas:

Terapia individual

Esta intervención es muy efectiva en un momento puntual de crisis personal en el cuidador. Y se dirige a:

- Ofrecer un apoyo humano para que el cuidador pueda canalizar y expresar sus emociones.
- Favorecer el proceso de aceptación de la nueva situación.
- Tratar los conflictos y modificar las conductas inadecuadas.
- Prevenir las alteraciones psicológicas perjudiciales, proponiendo respuestas alternativas y compatibles con el cuidado.

Atención grupal

En la que habitualmente participa un grupo de familiares con una situación común, de forma que permita a cada familiar identificarse con otras personas, que experimentan la misma realidad. Por otro lado, se produce un fuerte sentimiento de pertenencia grupal y un gran sentido de solidaridad.

2.3. Programas de intervención socio comunitaria

2.3.1. Programas de sensibilización social

La Asociación de Alzheimer de Ávila ha llevado a cabo diversas actividades de sensibilización y difusión de información sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Estas actividades tienen como objetivo concienciar a la población en general y a los profesionales sociosanitarios sobre la problemática que enfrentan las personas con demencia y sus familias.

Entre las actividades realizadas se encuentran charlas informativas, mesas divulgativas y reuniones con profesionales de centros de salud y de servicios especializados.

También se han organizado actividades conmemorativas del Día Mundial de Alzheimer y actividades solidarias, tanto en el municipio de Ávila, como en algunos municipios de la provincia.

Además, la asociación ha desarrollado proyectos y actividades dirigidas a la sensibilización e información en municipios de la provincia de Ávila, donde el acceso a la información y al diagnóstico es más limitado debido a la distancia con la capital. Se han realizado charlas y reuniones con profesionales sociosanitarios para proporcionar información, orientación, asesoramiento y apoyo psicológico a las personas que lo necesitan.

En resumen, la Asociación de Alzheimer de Ávila realiza diversas actividades de sensibilización y difusión de información sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, tanto en la capital como en la provincia. Estas actividades tienen como objetivo crear conciencia, informar y proporcionar apoyo a las personas afectadas por la enfermedad y sus familias.

Además, con estos mismos objetivos, se han llevado a cabo una serie de actividades benéficas y de sensibilización, en el año 2023:

a) En Ávila

- Celebración del Día Mundial de Alzheimer (Misa, Mesa de cuestación, alumbrado de Cuatro Postes, Cena y Carrera)
- Visionado cortometraje "Paris 70" en Centro de Alzheimer de Ávila y en I.E.S. El Tiemblo.
- Luces de la Memoria.
- Venta de Vino Solidario "Mi recuerdo".
- Participación en el Concurso Municipal de Belenes.
- Venta de merchandising (bastones, pulseras, pañoletas, etc.).
- Yoga facial solidario.
- Marcha Nocturna "Huellas Solidarias".
- Cena Benéfica Club Rotary.

b) En la provincia

- Mesas de cuestación en la provincia (Burgohondo, el Barraco, Candeleda y Arenas de San Pedro).
- Representación teatral en Navalperal de Pinares.
- Chocolatada en Villarejo del Valle.

2.3.2. Programas de voluntariado

La labor del voluntariado en AFAVILA ha sido fundamental para lograr los objetivos de la asociación, participando tanto en las actividades de estimulación de las personas afectadas asistentes a nuestros servicios, dedicando su tiempo y esfuerzo para ofrecerles, junto con los profesionales, una atención personalizada y de calidad, como participando en eventos y actividades dentro y fuera del centro, con el fin de contribuir en la tan necesaria labor de sensibilización social.

Para el desarrollo de sus funciones han recibido la capacitación necesaria sobre el desarrollo de su actividad y acerca de la enfermedad, con el fin de que puedan entender mejor las necesidades de las personas con deterioro cognitivo o demencia y sus familias y brindarles el apoyo adecuado.

Se trata de una labor crucial en la consecución del objetivo de la mejora de la calidad de vida de las familias afectadas por esta enfermedad neurodegenerativa, para cuyo desarrollo en el año 2023 se ha contado con 39 personas.

2.3.3. Programa piloto envejecimiento saludable

Durante el año 2022, se implementó el programa "Entrena tu Memoria" en el municipio de Ávila, con el propósito de fomentar la participación en actividades orientadas a la prevención del deterioro cognitivo y el envejecimiento activo, dirigido tanto a los ayuntamientos de la provincia como a otras entidades del ámbito de las personas mayores.

Este programa se basa en la premisa de que la estimulación cognitiva, el cuidado de las emociones, las relaciones sociales y el ejercicio físico son fundamentales para prevenir enfermedades como la demencia. Los talleres son impartidos por profesionales de la psicología, quienes adaptan el programa a las necesidades de cada localidad o grupo, ofreciendo flexibilidad en cuanto a horarios y sesiones.

2.3.3.1. Programa de transformación digital

Estas actividades tienen como objetivo principal fomentar el aprendizaje y la utilización de las Nuevas Tecnologías entre la población mayor, así como facilitar el acceso a la información y promover la comunicación y la interacción social.

Para ello, se ofrecen talleres de estimulación cognitiva, inteligencia emocional y TIC, a la vez que se han llevado a cabo actividades de formación en el uso de las Nuevas Tecnologías, con el fin de dotar a los participantes de las habilidades necesarias para su manejo.

Para asegurar el éxito de estos proyectos, se están estableciendo alianzas con diferentes entidades y organismos, como asociaciones de vecinos, centros educativos, ayuntamientos y empresas de tecnología, que colaboran en la implementación de las actividades y en la adquisición de los dispositivos necesarios.

A través de estas iniciativas, se pretende combatir el aislamiento social y mejorar la calidad de vida de las personas mayores en el ámbito rural, proporcionándoles herramientas para mantenerse activos y conectados con su entorno.

En resumen, el programa de transformación digital en el medio rural de la provincia de Ávila busca promover el envejecimiento activo a través del uso de las Nuevas Tecnologías, facilitando el acceso a la información y fomentando la participación social de los mayores en actividades que contribuyan a mejorar su calidad de vida, por medio del uso de pizarras digitales, tablets y teléfonos inteligentes, en diversos talleres de estimulación cognitiva, inteligencia emocional y TIC en los municipios de Padiernos, Martiherrero y Maello.

2.3.4. Programa de detección precoz y atención del deterioro cognitivo y la demencia en el medio rural

Es un proyecto dirigido a la detección precoz y atención del deterioro cognitivo y las demencias, que pretende dar respuesta a las necesidades de atención de los municipios de Burgohondo, El Barraco, Candeleda y Arenas de san Pedro, así como a las localidades cercanas.

Partimos de la realización de un proceso divulgativo, con el fin de identificar a las personas afectadas, derivarlas a los servicios sanitarios y acercar los servicios especializados a la zona, por medio del cual se pretende facilitar información a la población a cerca de la importancia de la prevención y detección precoz de la enfermedad, con la finalidad de trasladarles la idea de la necesidad de actuar cuanto antes. Para ello, se llevarán a cabo charlas, talleres y otras actividades divulgativas en los municipios y localidades cercanas, con el fin de informar a la comunidad sobre los factores de riesgo, los síntomas y los recursos disponibles para hacer frente a estas enfermedades.

En cuanto a la atención directa, se ofrecerán servicios como estimulación cognitiva, evaluación cognitiva y seguimiento, contribuyendo al diagnóstico precoz, apoyo psicológico y grupos de apoyo. Además, se brindará apoyo a las familias y cuidadores, proporcionando información, orientación y formación sobre cómo afrontar mejor la enfermedad y cuidar adecuadamente a sus seres queridos.

Se busca reducir la brecha existente entre los servicios especializados de las grandes ciudades y las zonas rurales, donde la atención a las demencias es menos accesible. El objetivo es garantizar que todas las personas afectadas, independientemente de su lugar de residencia, tengan acceso a los recursos y servicios que necesitan para hacer frente a estas enfermedades y mejorar su calidad de vida.

Teniendo como finalidad detectar de manera temprana y atender el deterioro cognitivo y las demencias en los municipios de Burgohondo, El Barraco, Candeleda, y Arenas de San Pedro y en las localidades cercanas, así como ofrecer a toda la provincia la información y asesoramiento que necesitan las personas afectadas y sus familiares.

3. Ampliación del centro de atención integral a demencias

Es voluntad de AFAVILA avanzar y mejorar sus servicios y actividades, procurando una mejora continua.

En el año 2020 finalizaron las obras de ampliación del Centro de Atención Integral a Demencias. Esta importante obra de ampliación pudo dar comienzo gracias al apoyo económico de la Junta de Castilla y León, de Fundación MAPFRE y de Red Solidaria Bankia, en el año 2018.

Durante el año 2021 y 2022, se dio continuidad al proyecto, realizando el equipamiento de esta nueva ampliación, gracias al apoyo económico de la Junta de Castilla y León y a la donación de mobiliario por parte de CAIXABANK, encontrándose en la actualidad totalmente equipado y pendiente de su apertura. Y en el año 2023, se han realizado obras de adaptación de la primera planta, donde se ha creado una nueva Unidad de Convivencia.