



Alzheimer Ávila
AFÁVILA

MEMORIA

2024

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	5
1.3.1. Mapa de grupos de interés	5
1.3.2. Identificación de los grupos de interés	6
1.4. Organigrama	8
1.5. Órganos de gobierno	9
1.6. Socios	10
1.7. Recursos humanos	11
1.8. Personas beneficiarias	12
1.9. Recursos económicos	13
1.10. Premios y reconocimientos	15
1.11. Recursos de infraestructura	15
1.12. Contacto y Redes Sociales	16
2. Programas y servicios	16
2.1. Servicios de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias	17
2.1.1. Centro de Atención Integral a Demencias: Servicio de Estancias Diurnas	17
2.1.2. Servicios de promoción de la autonomía personal	18
2.1.3. Programas de estimulación	19
2.1.4. Servicio a ayuda a domicilio	31
2.2. Servicios de intervención con familiares de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias	33
2.2.1. Información, orientación y asesoramiento	33
2.2.2. Servicio de apoyo psicológico	34
2.3. Programas de intervención socio comunitaria	36
2.3.1. Programas de sensibilización social	36
2.3.2. Programas de voluntariado	38
2.3.3. Programa piloto envejecimiento saludable	39
3. Ampliación del centro de atención integral a demencias	41

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.

Para el cumplimiento de estos fines se llevarán a cabo los siguientes servicios y actividades:

- a.** Información, orientación y asesoramiento a los familiares.
- b.** Estimulación de las personas con deterioro cognitivo y demencia.
- c.** Apoyo a las familias en la atención de los afectados.
- d.** Grupo de autoayuda de los familiares.
- e.** Programa de envejecimiento saludable y detección precoz de la enfermedad.
- f.** Apoyo del voluntariado.
- g.** Cursos, Jornadas y Talleres Formativos.
- h.** Y cualquier otra actividad, que cumpliendo los requisitos legales exigidos en cada caso, estén relacionadas con su objeto.

La actividad de la asociación no está restringida exclusivamente a beneficiar a sus asociados, sino abierta a cualquier posible beneficiario, que reúna las condiciones y caracteres exigidos, por índole de sus propios fines.

1.1. Misión, visión y valores

MISIÓN: La Misión de la Asociación de Alzheimer de Ávila es promover actividades dirigidas a prevenir la demencia y a 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 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 reafirma su compromiso con la mejora continua y la excelencia en la atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Esta certificación avala la implementación de un sistema de gestión de calidad riguroso, basado en la optimización de procesos, la satisfacción de los usuarios y sus familias, y el cumplimiento de los más altos estándares en el sector socio-sanitario.

En Alzheimer Ávila, nuestro método de trabajo está basado en un modelo de atención integral y personalizada, desarrollado por un equipo multidisciplinar compuesto por profesionales altamente cualificados en diversas áreas como la psicología, el trabajo social, la terapia ocupacional y la fisioterapia. Este equipo trabaja de manera coordinada para ofrecer intervenciones adaptadas a las necesidades específicas de cada persona, promoviendo su bienestar físico, cognitivo y emocional a lo largo de todo el proceso de la enfermedad.

Los servicios de la entidad abarcan desde la prevención y la detección precoz de la enfermedad hasta la atención especializada para personas afectadas y el apoyo integral a sus familias. Entre estos

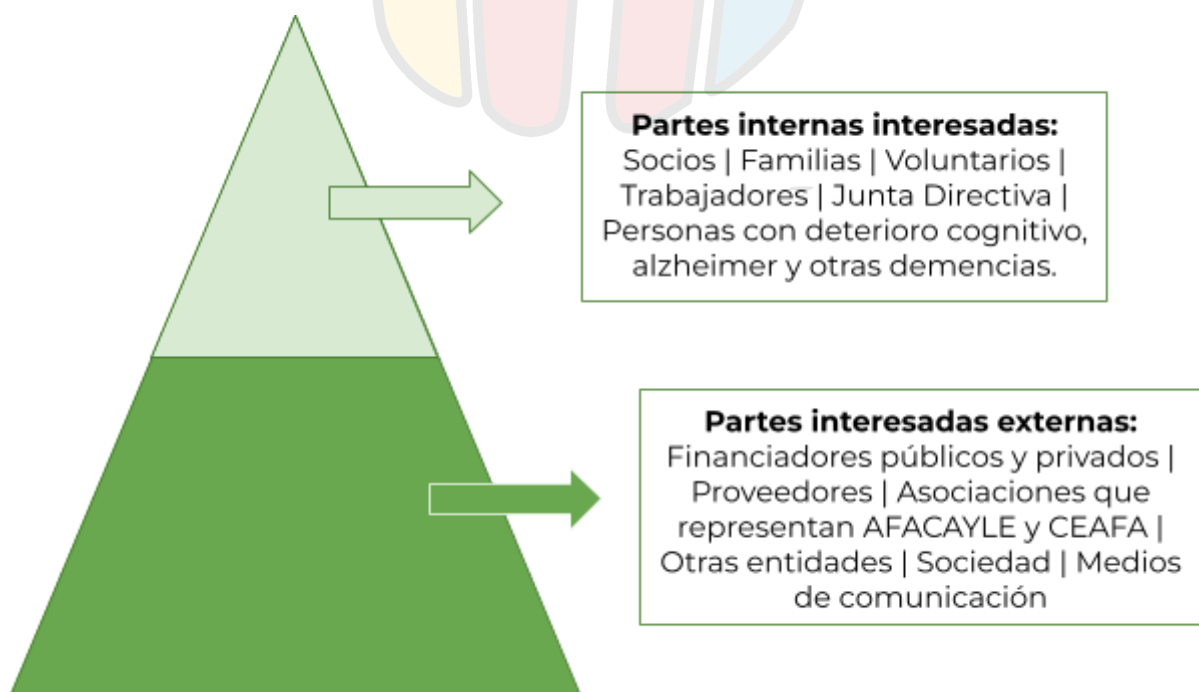
servicios, destacan la estimulación cognitiva, física y funcional, el asesoramiento y apoyo psicosocial, así como la formación y orientación para cuidadores y familiares. Además, la organización se mantiene a la vanguardia en la adopción de nuevas metodologías y enfoques terapéuticos basados en la evidencia científica, asegurando así una atención de calidad y ajustada a las necesidades cambiantes de las personas con enfermedades neurodegenerativas.

La certificación ISO 9001:2015 refleja la dedicación y el esfuerzo constante de Alzheimer Ávila en la mejora de sus procesos y en la implementación de un sistema de calidad que garantiza la excelencia en la prestación de sus servicios. Este reconocimiento no solo valida su labor diaria, sino que también impulsa a la entidad a seguir evolucionando y ofreciendo soluciones innovadoras para mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer y sus familias.

Con una filosofía basada en la humanización del cuidado y en el respeto a la dignidad de cada individuo, Alzheimer Ávila continúa consolidándose como un referente en la atención especializada a personas con demencia, reafirmando su compromiso con la calidad, la innovación y la excelencia en el ámbito socio-sanitario.

1.3. Grupos de interés

1.3.1. Mapa de grupos de interés

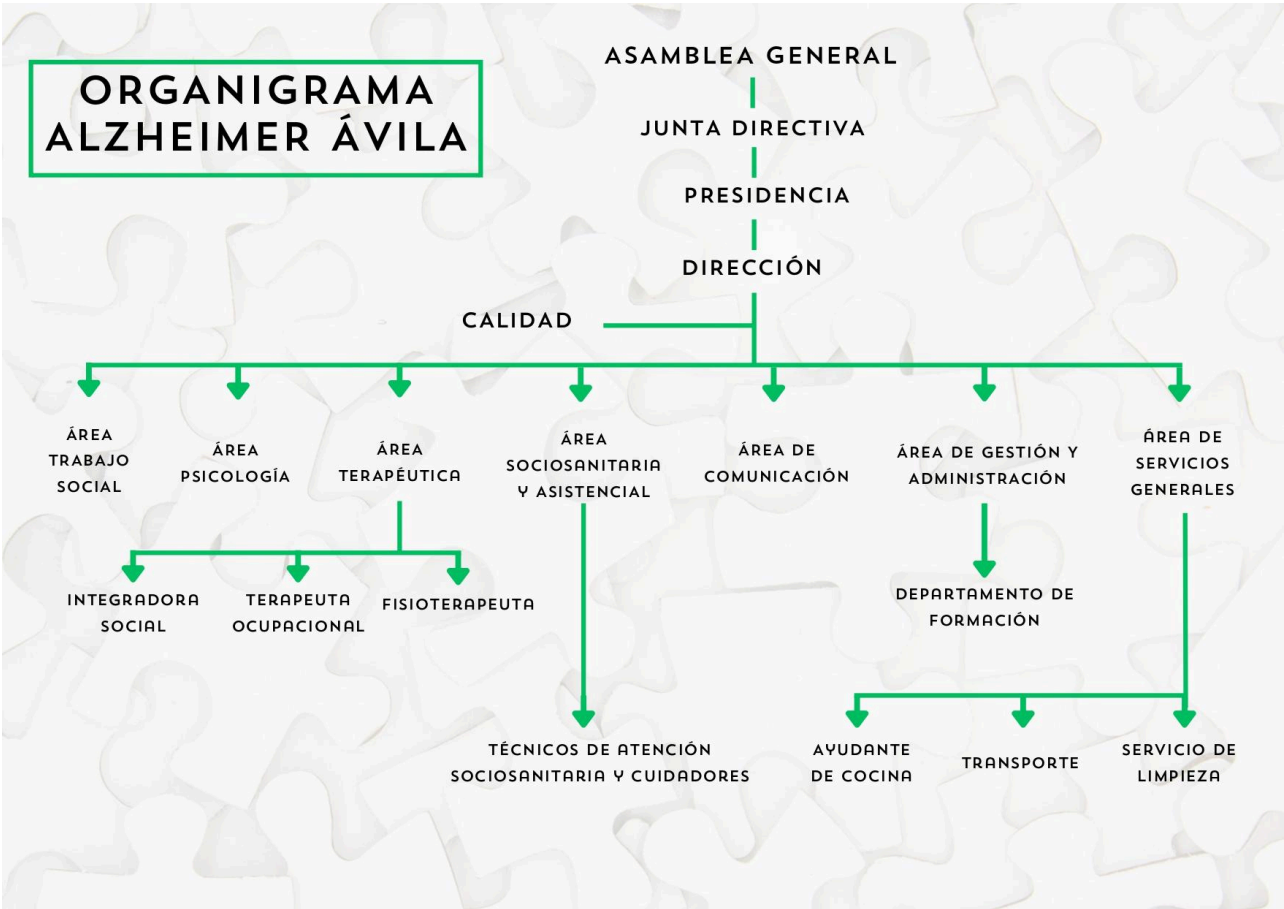


1.3.2. Identificación de los grupos de interés

- ❖ **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 especializada.
- ❖ **Trabajadores:** Profesionales comprometidos en la atención integral de las personas con deterioro cognitivo y/o demencia, así como en el apoyo de sus familias, garantizando un enfoque multidisciplinar y personalizado.
- ❖ **Profesionales de prácticas, universidades y centros de formación:** Estudiantes en formación, instituciones académicas y centros formativos comprometidos con la adquisición de competencias profesionales en la atención integral de personas con deterioro cognitivo y/o demencia, así como en el apoyo a sus familias, participando activamente en un entorno real de trabajo, que garantiza un enfoque multidisciplinar, ético, supervisado y personalizado, alineado con los valores y estándares de calidad de la organización.
- ❖ **Voluntarios:** Personas que colaboran de forma altruista y solidaria en beneficio de las personas afectadas, de sus familias y de la asociación, contribuyendo activamente a mejorar su calidad de vida.
- ❖ **Junta Directiva:** Órgano ejecutivo de la asociación, cuyos miembros desempeñan sus funciones de manera honorífica, sin intereses económicos en la explotación de la entidad, asegurando una gestión transparente y ética.
- ❖ **Socios:** La afiliación a la entidad es abierta y no requiere el cumplimiento de requisitos específicos. La organización está compuesta mayoritariamente por familiares de personas con enfermedad de Alzheimer u otras demencias, así como por colaboradores, empresarios y otros profesionales comprometidos con la causa.
- ❖ **Financiadores:** Entidades públicas y privadas que financian o colaboran con nuestra organización, con el objetivo de respaldar iniciativas que mejoren la calidad de vida de las personas atendidas y fomenten la sostenibilidad de nuestros servicios.

- ❖ **Proveedores:** Empresas especializadas que suministran materiales y servicios esenciales para garantizar la operatividad y calidad de la atención ofrecida por la entidad.
- ❖ **El delegado de protección de datos** es una parte interesada externa, que actúa como figura responsable de supervisar el cumplimiento de la normativa de protección de datos personales dentro de la organización. Su función principal es garantizar que el tratamiento de datos se realice conforme al Reglamento General de Protección de Datos (RGPD) y otras leyes aplicables, manteniendo la transparencia, seguridad y legalidad en el manejo de información personal.
- ❖ **Asociaciones que representan:** La Asociación de Alzheimer de Ávila forma parte de entidades y organismos representativos en el ámbito del Alzheimer y las demencias:
 - 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.
- ❖ **Otras entidades con las que colaboramos y trabajamos en red:** Instituciones y profesionales del ámbito sociosanitario, tanto del sector público como privado, que contribuyen al desarrollo de estrategias de atención y apoyo a las personas con demencia.
- ❖ **Medios de comunicación:** Colaboradores clave en la difusión y visibilización de la realidad de las personas con deterioro cognitivo, enfermedad de Alzheimer y otras demencias, así como en la sensibilización sobre el impacto en sus familias y cuidadores.
- ❖ **Sociedad en general:** Nuestra entidad realiza acciones de concienciación social, para difundir el conocimiento de la enfermedad, promoviendo la detección precoz y el diagnóstico temprano de la enfermedad, además de contribuir al avance en la investigación sobre enfermedades neurodegenerativas.

1.4. Organigrama



1.5. Órganos de gobierno

a) Asamblea general. Es el órgano supremo de la Asociación, en el que están representados todos los miembros de la entidad. Su función principal es garantizar el cumplimiento de los objetivos y principios de la organización, asegurando la participación democrática en la toma de decisiones.

Este órgano se reúne al menos una vez al año, con la posibilidad de convocatorias extraordinarias cuando sea necesario. Entre sus competencias se incluyen la aprobación del Plan General de Actuación, los Presupuestos anuales de la entidad, la Memoria de Actividades y la revisión y aprobación de las cuentas del ejercicio anterior. Además, la Asamblea General supervisa el cumplimiento de los estatutos, la gestión de la Junta Directiva y la toma de decisiones estratégicas para el desarrollo de la asociación.

La participación activa en la Asamblea General permite garantizar la transparencia, eficiencia y sostenibilidad de la entidad, fortaleciendo su compromiso con la mejora continua en la atención y apoyo a las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

b) Junta directiva. Los miembros de la Junta Directiva son elegidos por la Asamblea General y ejercen su mandato por un periodo de cuatro años, con posibilidad de reelección según lo establecido en los estatutos. Este órgano de gobierno es responsable de la dirección estratégica y operativa de la asociación, asegurando el cumplimiento de su misión y objetivos.

- **El presidente** es la máxima autoridad dentro de la Junta Directiva y tiene la responsabilidad de liderar y representar a la asociación. Además, convoca y preside las reuniones de la Junta Directiva y la Asamblea General, velando por el correcto funcionamiento de la entidad.
- **El vicepresidente** asiste y colabora con la Presidencia en sus funciones y asume sus responsabilidades en caso de ausencia o imposibilidad de esta, garantizando la continuidad y estabilidad en la gestión de la asociación.
- **El tesorero** es el encargado de llevar la supervisión y 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 de las actas de las reuniones de la Junta Directiva y de las Asambleas

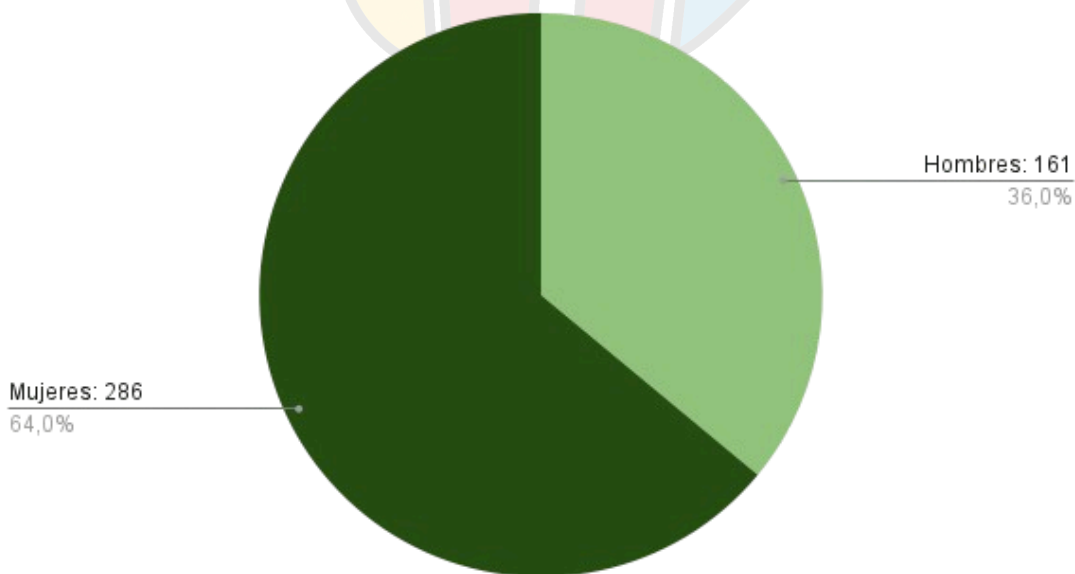
Generales, certificando los acuerdos adoptados con el visto bueno del Presidente.

- **Los Vocales** son miembros de la Junta Directiva que participan activamente en la toma de decisiones y en el desarrollo de las estrategias de la asociación. Su labor es fundamental para fortalecer la gestión y garantizar la ejecución eficaz de los programas y actividades de la entidad.

1.6. Socios

Podrán formar parte de la asociación aquellas personas mayores de edad y con plena capacidad de obrar, que compartan y se identifiquen con los objetivos y finalidades de la entidad. La adhesión a la asociación implica la aceptación de los Estatutos Sociales, donde se detallan los derechos y deberes de los miembros, así como su participación en las actividades y decisiones de la organización. La incorporación de nuevos socios contribuye al fortalecimiento de la misión de la entidad, fomentando la colaboración, el compromiso y la implicación activa en el desarrollo de iniciativas destinadas a la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas y sus familias.

Total Socios: 447



1.7. Recursos humanos

FIJO	Categoría Profesional	
	Directora	1
	Trabajadora Social	1
	Psicóloga	1
	Terapeuta Ocupacional	1
	Fisioterapeuta	1
	Jefe Administrativo	1
	Administrativo	2
	Técnicos de Atención Sociosanitaria	11
	Responsable de Comunicación	1
	Conductor	1
	Integradora Social	1
	TOTAL	22
EVENTUAL	Categoría Profesional	
	Directora	1
	Trabajadora Social	1
	Psicóloga	4
	Integradora Social	1
	Terapeuta Ocupacional	1
	Técnicos de Atención Sociosanitaria	4
	Conductor	3
	Auxiliar de transporte	1
	Personal de Limpieza	4
	Ayudante de Cocina	1
	TOTAL	21
TOTAL 43 PERSONAS		

1.8. Personas beneficiarias

Servicio / Programa	Nº de personas beneficiarias
Centro de Estancias Diurnas	72
Promoción de la Autonomía Personal	56
Ayuda Domiciliaria Especializada	14
Información y Asesoramiento	354
Apoyo Psicológico y Social al Familiar Cuidador	265
Grupo Apoyo a Familias	39
Sensibilización Social	Población de Ávila, Maello, Martiherrero, El Fresno, Padiernos, El Barraco, Burgohondo, Tornadizos, Candeleda, Arenas de San Pedro, El Arenal, Gavilanes, Mijares, Pedro Bernardo y Villarejo del Valle, Navaluenga, La Serrada, Fontiveros, Crespos, Robledillo, Baterna, Villaviciosa, Solosancho, Piedrahita. 202
Voluntariado (48 personas voluntarias)	Participantes en servicios de atención 104
Envejecimiento Saludable	74
Detección Precoz y Atención Temprana en el Medio Rural	85
Apoyo a Familias en el Medio Rural	
TOTAL	1063

1.9. Recursos económicos



ENTIDAD COLABORADORA

PROGRAMA

ENTIDADES PÚBLICAS




AUTONÓMICAS

<p>Consejería de Familias e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León</p>  <p>Subvencionado con cargo a la asignación tributaria del IRPF</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Promoción de la Autonomía de las personas afectadas. ❖ Permanencia de las Personas Mayores en su domicilio. ❖ Apoyo a familias. ❖ Promoción del Voluntariado. ❖ Obras de Rehabilitación y Mejora del Centro.
<p>Consejería de Familias e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Promoción de la Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia Individual. ❖ Promoción de la Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia y del Entorno. ❖ Plazas Concertadas del Centro de Estancias Diurnas.
<p>Consejería de Familias e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mejora de centros.
<p>Servicios Públicos de Empleo de la Junta de Castilla y León</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Salud, Calidad de Vida, Promoción y Mantenimiento de actividades de la vida diaria. ❖ Salud y Calidad de Vida.
<p>Diputación Provincial de Ávila</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Programa de formación itinerante en el Medio Rural. ❖ Programa de Atención Temprana en el Medio Rural.

<p>Excmo. Ayuntamiento de Ávila</p>  <p>Ayuntamiento de Ávila <small>Del Rey · De los Leales · De los Caballeros</small></p> 	<p>❖ Apoyo Asociativo.</p>
---	----------------------------

ENTIDADES PRIVADAS

FUNDACIONES Y ENTIDADES BANCARIAS

<p>Fundación Obra Social “la Caixa”</p>  <p><u>Fundación “la Caixa”</u></p>	<p>❖ Programa Formativo de Asistencia Personal.</p>
<p>Fundación Ávila y CaixaBank</p> 	<p>❖ Proyecto terapéutico “La voz de la memoria”.</p>
<p>Fundación Obra Social “la Caixa”</p>  <p><u>Fundación “la Caixa”</u></p>	<p>❖ “Avanzamos creando sendas”: Detección precoz del deterioro cognitivo y la atención de la demencia.</p>

UNIVERSIDADES

<p>Universidad católica de Ávila</p> <p>Universidad Internacional de la Empresa (UNIE)</p> <p>Universidad Internacional de la Rioja (UNIR)</p> <p>Universidad I de Burgos</p>	<p>❖ Formación</p>
---	--------------------

OTROS COLABORADORES

<p>Ayuntamientos:</p> <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:

- ❖ Julián Sánchez Melgar
- ❖ Miguel Ángel García Nieto
- ❖ Alicia García Rodríguez
- ❖ Olga Vallez Rodríguez

Cuota 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 vehículos de **transporte colectivo** 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:** <https://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 2024 la Asociación de Alzheimer de Ávila ha seguido la trayectoria de años anteriores, ofreciendo los siguientes servicios:

- ❖ 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.
 - Servicio de Atención Especializada en el domicilio y Asistencia Personal.
- ❖ Servicios de Intervención con Familiares de Personas con enfermedad de Alzheimer y otras Demencias:
 - Información, Orientación y Asesoramiento.
 - Servicio de Apoyo Psicológico.
- ❖ Programas de Intervención Socio comunitaria:
 - Programa de Sensibilización Social.
 - Programa de Voluntariado.
 - Programa piloto Envejecimiento Saludable.
 - 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 Integral a Demencias: Servicio de Estancias Diurnas

El Centro de Estancias Diurnas es un recurso especializado diseñado para proporcionar una atención integral y personalizada a personas con deterioro cognitivo o demencia. Su enfoque multidisciplinar busca preservar y mejorar las capacidades cognitivas, físicas, emocionales y sociales de los usuarios a través de programas terapéuticos estructurados.

El centro ofrece una amplia variedad de actividades terapéuticas y recreativas adaptadas a las necesidades individuales de cada usuario, que están orientadas a retrasar el deterioro, favorecer el mantenimiento de la autonomía y fomentar la socialización y el bienestar emocional.

El equipo de profesionales del Centro de Estancias Diurnas está conformado por especialistas cualificados, como psicólogos, trabajador social, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, educador social, integrador social y técnicos sociosanitarios, que trabajan de manera coordinada para ofrecer un seguimiento personalizado de cada usuario, adaptando las intervenciones y terapias a sus necesidades y capacidades.

El centro no solo atiende a las personas afectadas, sino que también pretende abordar la problemática presentada por la enfermedad desde los ámbitos personal, familiar y social, brindando un sólido respaldo a los familiares y cuidadores, mediante intervenciones a nivel individual, grupal y familiar, con el objetivo de proporcionar estrategias y herramientas que faciliten 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.

El Centro de Estancias Diurnas representa un recurso esencial en la atención de personas con deterioro cognitivo y demencia. Su enfoque integral y personalizado no solo mejora la calidad de vida de los usuarios, sino que también brinda apoyo fundamental a las familias y cuidadores. A través de un equipo interdisciplinar y programas terapéuticos específicos, se busca preservar la autonomía y bienestar de la persona el mayor tiempo posible, ofreciendo una respuesta adecuada y adaptada a cada situación particular.

2.1.2. Servicios de promoción de la autonomía personal

La intervención en personas con enfermedad de Alzheimer puede llevarse a cabo de manera individual o grupal, permitiendo una personalización según las necesidades, capacidades y etapa de la enfermedad en la que se encuentre cada paciente. Estos programas buscan preservar y fortalecer las habilidades cognitivas, físicas y emocionales, así como fomentar la autonomía en las actividades de la vida diaria, lo que contribuye significativamente a la calidad de vida de los afectados.

Para maximizar la efectividad de las estrategias de intervención éstas deben implementarse de forma regular y sistemática, asegurando la continuidad y progresión de los beneficios obtenidos. Las actividades diseñadas incluyen estimulación cognitiva, terapia ocupacional, fisioterapia, estimulación sensorial y de hortoterapia, entre otras. Además, la creación de un entorno seguro, estructurado y amigable es esencial para que las personas con Alzheimer se sientan cómodas, motivadas y dispuestas a participar activamente en las sesiones.

Es imprescindible que los profesionales que llevan a cabo estas intervenciones estén capacitados y en constante actualización sobre las técnicas y terapias más innovadoras en el abordaje del Alzheimer. Asimismo, el papel de los familiares y cuidadores es crucial en el proceso de intervención. La educación y el apoyo a estos factores fundamentales permiten mejorar la comprensión de la enfermedad, reducir la sobrecarga emocional y fortalecer la relación con la persona afectada. Estrategias como el entrenamiento en el manejo de síntomas conductuales y emocionales, así como el acceso a grupos de apoyo, pueden marcar una diferencia significativa en la experiencia del cuidado.

La intervención no farmacológica en la enfermedad de Alzheimer es un componente esencial dentro del abordaje integral de la enfermedad. Su objetivo principal es mejorar la calidad de vida de las personas afectadas y promover su autonomía mediante programas estructurados que estimulan las funciones cognitivas, físicas, funcionales, emocionales y sociales. Si bien estas estrategias no sustituyen el tratamiento médico, representan una alternativa complementaria con beneficios tangibles tanto para los pacientes como para sus familiares y cuidadores. La combinación de un enfoque profesionalizado y el compromiso del entorno cercano resulta clave para proporcionar una atención más humana, efectiva y centrada en la persona.

2.1.3. Programas de estimulación

Tanto en el Centro de Día como en el Servicio de Promoción de la Autonomía Personal, se implementan una variedad de programas diseñados para la estimulación integral de las personas afectadas. Estos programas tienen como principal objetivo mantener y potenciar sus capacidades cognitivas, físicas, funcionales, emocionales y sociales durante el mayor tiempo posible, contribuyendo así a mejorar su calidad de vida y fomentar su independencia en las actividades de la vida diaria.

Las estrategias de intervención están basadas en enfoques terapéuticos que se adaptan a las necesidades individuales de cada persona.

a) Programa de estimulación cognitiva:

La estimulación cognitiva es la estrategia terapéutica no farmacológica más utilizada en el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Su propósito principal es reforzar y ejercitar aquellas capacidades cognitivas que aún conserva la persona afectada, promoviendo la activación de las áreas cerebrales funcionales mediante la ejercitación de las funciones cognitivas correspondientes. Esta intervención busca retrasar el deterioro progresivo de la enfermedad, optimizar la autonomía del paciente y mejorar su calidad de vida.

Los programas de estimulación cognitiva incluyen una variedad de técnicas y recursos diseñados para mantener y potenciar las funciones intelectuales del usuario. Estas estrategias se adaptan a las

capacidades residuales de cada persona, permitiendo un abordaje personalizado según el nivel de deterioro cognitivo.

Metodología y Enfoques de Intervención

Las metodologías más utilizadas incluyen:

- ❖ **Ejercicios en formato escrito:** Uso de fichas de actividades personalizadas y evaluables que trabajan funciones cognitivas específicas, como memoria, atención, cálculo y lenguaje.
- ❖ **Trabajo grupal con interacción oral:** Dinámicas de grupo diseñadas para fomentar la comunicación, la reminiscencia y la resolución de problemas en un ambiente colaborativo.
- ❖ **Estimulación digital y tecnología aplicada:** Uso de dispositivos electrónicos como ordenadores, tablets y pantallas interactivas, que permiten adaptar el grado de dificultad de los ejercicios a la evolución del paciente y registrar datos para evaluar su desempeño de manera objetiva.

Objetivos específicos del programa de estimulación cognitiva:

1. **Preservar y estimular las capacidades mentales y cognitivas** para mantener activas las funciones intelectuales el mayor tiempo posible.
2. **Favorecer la autonomía personal en las Actividades de la Vida Diaria (AVD)**, promoviendo la independencia funcional y el fortalecimiento de la autoestima.
3. **Prevenir trastornos psicológicos y del comportamiento**, reduciendo síntomas como la ansiedad, la apatía y la irritabilidad asociados a la progresión de la enfermedad.
4. **Fomentar la interacción social y la integración comunitaria**, evitando el aislamiento y la soledad y reforzando el sentido de pertenencia, mediante la participación en actividades grupales.
5. **Brindar apoyo y orientación a los familiares y cuidadores**, ofreciendo herramientas y estrategias para afrontar los desafíos emocionales y prácticos del cuidado de una persona con Alzheimer.

Áreas de Trabajo en la Estimulación Cognitiva

El programa de intervención se centra en estimular diversas funciones cognitivas, abordando las siguientes áreas clave:

- ❖ Orientación temporo-espacial y personal.
- ❖ Estimulación del lenguaje y tratamiento de sus alteraciones.
- ❖ Potenciar las praxias.
- ❖ Activación de la memoria.
- ❖ Mantenimiento del cálculo y reconocimiento numérico.
- ❖ Ejercitar la capacidad de percepción y reconocimiento.
- ❖ Estimular el razonamiento lógico y abstracto.

La estimulación cognitiva representa una herramienta fundamental en el abordaje no farmacológico del Alzheimer, proporcionando múltiples beneficios que contribuyen a la ralentización del deterioro, la mejora de la calidad de vida y el mantenimiento de la autonomía. La combinación de técnicas personalizadas, el uso de la tecnología y la integración de la familia y el entorno en el proceso de intervención resultan clave para optimizar los efectos de esta terapia. Un enfoque multidisciplinar y adaptado a las necesidades individuales de cada persona permite maximizar el impacto positivo de la estimulación cognitiva en las distintas etapas de la enfermedad.

b) Programa de estimulación física:

El **programa de estimulación física** es una estrategia terapéutica fundamental dentro de la intervención no farmacológica en personas con enfermedad de Alzheimer (EA) y otras patologías neurodegenerativas. Su propósito es preservar y potenciar las capacidades físicas del usuario, atenuando el impacto del deterioro motor y promoviendo su bienestar general. A través de métodos y técnicas específicas, este programa busca paliar disfunciones musculoesqueléticas, mejorar la movilidad y la coordinación, prevenir complicaciones secundarias y fomentar la autonomía en las actividades de la vida diaria.

Objetivos del Programa de Estimulación Física:

Los objetivos principales de la estimulación física en personas con EA se pueden dividir en tres grandes áreas:

1. **Optimización y mantenimiento de las capacidades motrices**
 - Preservar las habilidades motoras y sensomotoras a través de ejercicios adaptados.
 - Potenciar la movilidad y coordinación para mantener la independencia en las actividades cotidianas.

- Evitar el deterioro acelerado de las funciones físicas y retrasar la progresión de la discapacidad.
- 2. **Prevención de complicaciones asociadas a la EA y al envejecimiento**
 - Reducir el riesgo de caídas mediante el fortalecimiento muscular y el entrenamiento del equilibrio.
 - Prevenir atrofas musculares, contracturas y rigideces articulares a través de movilización activa y pasiva.
 - Mejorar la circulación sanguínea y la oxigenación de los tejidos para evitar complicaciones cardiovasculares.
- 3. **Intervención en enfermedades intercurrentes**
 - Incorporar estrategias para tratar afecciones musculoesqueléticas y enfermedades crónicas asociadas a la edad.
 - Adaptar los ejercicios a las necesidades individuales de cada usuario, considerando sus patologías previas y limitaciones funcionales.

Enfoques Terapéuticos en la Estimulación Física

El programa de estimulación física emplea diversas estrategias terapéuticas para abordar de manera integral el deterioro motor. Entre los enfoques más utilizados destacan:

- ❖ **Cinesiterapia:** Consiste en la aplicación de movimientos activos o pasivos con el fin de mejorar la movilidad articular, fortalecer la musculatura y reeducar patrones motores alterados.
- ❖ **Mecanoterapia:** Uso de dispositivos mecánicos diseñados para la rehabilitación funcional, mejorando la fuerza, el rango de movimiento y la coordinación.
- ❖ **Ejercicio terapéutico:** Implementación de rutinas adaptadas que incluyen estiramientos, ejercicios de fortalecimiento muscular, equilibrio y coordinación.
- ❖ **Psicomotricidad:** Técnicas que integran el movimiento con funciones cognitivas y emocionales para optimizar la relación entre el cuerpo y el entorno.

El programa de estimulación física en personas con enfermedad de Alzheimer es una herramienta clave para mejorar la calidad de vida y la autonomía funcional. A través de enfoques terapéuticos especializados, se busca preservar la movilidad, prevenir

complicaciones secundarias y fomentar la participación activa del usuario en su entorno. La intervención sistemática y adaptada a cada fase de la enfermedad permite optimizar el bienestar físico y emocional de la persona, promoviendo su independencia el mayor tiempo posible.

c) Programa de estimulación funcional

El **Programa de Estimulación Funcional** engloba un conjunto de intervenciones diseñadas para mantener y desarrollar las capacidades funcionales de la persona, facilitando la realización de las **Actividades de la Vida Diaria (AVD)** y promoviendo su autonomía el mayor tiempo posible. Estas actividades incluyen desde el autocuidado (alimentación, higiene, vestido) hasta tareas instrumentales más complejas, como la gestión del hogar y la movilidad en la comunidad.

Este enfoque terapéutico se basa en la personalización de las estrategias según las habilidades preservadas del individuo, utilizando técnicas adaptadas que permitan reforzar sus capacidades residuales y fomentar su participación activa en el entorno.

La **Terapia Ocupacional** desempeña un papel esencial dentro del programa de estimulación funcional. Su objetivo es potenciar las habilidades aún conservadas por la persona, utilizando sus fortalezas como base para estimular el aprendizaje, la adaptación y la independencia en la vida cotidiana.

Dentro de la estimulación funcional, la **ergoterapia** juega un rol fundamental en la rehabilitación física y psicosocial de las personas con deterioro funcional. Esta disciplina se basa en la realización de actividades manuales con un propósito definido, utilizando el trabajo como medio terapéutico para estimular capacidades motoras, cognitivas y emocionales.

Las intervenciones de ergoterapia incluyen:

- ❖ **Actividades ocupacionales personalizadas:** Basadas en los intereses, aficiones y experiencia profesional del usuario.
- ❖ **Trabajo manual con un proceso estructurado:** Fomentando el aprendizaje o la reactivación de habilidades mediante la elaboración de productos concretos.
- ❖ **Rehabilitación a través de la práctica:** Enfocada en recuperar o mantener habilidades motoras finas y gruesas.

- ❖ **Fomento de la socialización y la autoestima:** La participación en actividades con un propósito claro ayuda a reforzar la identidad, la motivación y el sentido de logro.

Objetivos del Programa de Estimulación Funcional

1. **Mantener y potenciar la autonomía en las AVD**, permitiendo que la persona conserve su independencia en el desempeño de tareas esenciales.
2. **Optimizar las capacidades motoras y cognitivas**, ralentizando el deterioro funcional y promoviendo la rehabilitación de habilidades afectadas.
3. **Favorecer la participación social y la integración comunitaria**, evitando el aislamiento y fomentando la interacción en entornos significativos.
4. **Incrementar la autoestima y el bienestar emocional**, proporcionando actividades que generen satisfacción y un propósito personal.
5. **Facilitar la adaptación del entorno y el uso de ayudas técnicas**, mejorando la seguridad y accesibilidad en la vida diaria.

El **Programa de Estimulación Funcional** representa una intervención clave para mejorar la calidad de vida de las personas con deterioro funcional. A través de la combinación de **Terapia Ocupacional y Ergoterapia**, se logra fortalecer las habilidades preservadas, fomentar la independencia y proporcionar herramientas para afrontar los desafíos de la vida diaria. La personalización del programa, basada en los intereses y capacidades de cada individuo, permite que la intervención sea más efectiva y significativa, promoviendo no solo la funcionalidad, sino también el bienestar emocional y social.

d) Programa de estimulación sensorial

El **Programa de Estimulación Sensorial** es una intervención terapéutica que busca activar y reforzar la percepción sensorial en personas con deterioro cognitivo, promoviendo su bienestar físico y emocional. Su objetivo principal es proporcionar **experiencias sensoriales agradables y significativas** mediante la estimulación de los sentidos primarios: **vista, audición, tacto, gusto y olfato**.

Este tipo de estimulación se realiza en un entorno controlado y adaptado, generando un ambiente positivo, relajante y seguro, lo que

favorece la exploración, la interacción con el entorno y la regulación emocional.

Las **salas multisensoriales**, también conocidas como **salas Snoezelen**, son espacios interactivos diseñados específicamente para la estimulación sensorial controlada. Estas salas integran diversos estímulos para potenciar la percepción y la integración sensorial, utilizando:

- ❖ **Iluminación y colores** para activar la percepción visual y favorecer la relajación.
- ❖ **Aromaterapia** para estimular el sentido del olfato y evocar recuerdos o emociones.
- ❖ **Música y sonidos ambientales** que refuerzan la audición y pueden inducir estados de calma o alerta.
- ❖ **Superficies y materiales con diferentes texturas** para activar la percepción táctil y mejorar la integración sensorial.
- ❖ **Terapia con sabores y estimulación gustativa**, favoreciendo la conexión con experiencias placenteras y la memoria sensorial.

Estos entornos multisensoriales están diseñados para generar una sensación de **seguridad, protección y bienestar**, favoreciendo la interacción y la exploración del usuario sin la exigencia de una respuesta concreta.

La **terapia multisensorial** ha demostrado ser especialmente eficaz en el tratamiento no farmacológico de enfermedades neurodegenerativas como **el Alzheimer y el Parkinson**, ya que aprovecha las capacidades sensoriomotoras residuales del paciente para generar respuestas emocionales y conductuales positivas.

Sus principales beneficios incluyen:

1. **Estimulación de los sentidos y la percepción sensorial**, mejorando la adaptación al entorno.
2. **Reducción de la ansiedad, el estrés y la agitación**, generando estados de calma y relajación.
3. **Promoción de la comunicación y la interacción**, facilitando la expresión emocional.
4. **Estimulación de la memoria sensorial y emocional**, evocando recuerdos a través de experiencias sensoriales.
5. **Mejora del estado de ánimo y la calidad de vida**, fomentando el bienestar general del usuario.

6. **Disminución de conductas no adaptativas**, como la agresividad, la apatía o la agitación psicomotriz.

La terapia multisensorial es beneficiosa en **todas las fases de la demencia**, ajustándose a las necesidades específicas de cada etapa.

El **Programa de Estimulación Sensorial** representa una herramienta terapéutica de gran valor en el abordaje no farmacológico de enfermedades neurodegenerativas, permitiendo mantener la conexión del individuo con su entorno y mejorar su bienestar emocional. A través de un enfoque **individualizado y no directivo**, esta intervención facilita la relajación, la comunicación y la evocación de recuerdos, promoviendo una mayor calidad de vida tanto para la persona afectada como para sus cuidadores y familiares.

La implementación de entornos multisensoriales, junto con estrategias adaptadas a cada fase de la enfermedad, permite potenciar los beneficios de esta terapia y generar experiencias significativas que trascienden las limitaciones impuestas por la demencia.

e) Programa de motivación social

El programa integra una variedad de actividades innovadoras diseñadas no solo para cumplir una función terapéutica en la estimulación de las capacidades cognitivas, sino también para fomentar un estado de bienestar emocional y potenciar la motivación en la ejecución de nuevas tareas. Estas actividades, fundamentadas en enfoques interdisciplinarios y estrategias basadas en evidencia, buscan generar un entorno enriquecedor en el que los participantes se sientan incentivados a explorar y aprender.

Asimismo, el programa promueve activamente las relaciones interpersonales, facilitando la interacción social y el fortalecimiento de vínculos a través de dinámicas colaborativas. De este modo, se refuerza la confianza, la comunicación y el sentido de comunidad, contribuyendo al bienestar integral de los participantes.

❖ Programa radiofónico “La voz de la memoria”:

La estimulación cognitiva desempeña un papel fundamental en los centros especializados en demencias, ya que combate los efectos del

deterioro cognitivo asociado a las enfermedades neurodegenerativas. Sin embargo, este enfoque debe ir más allá de la estimulación cognitiva tradicional, innovando y creando programas novedosos que, además de cumplir una función terapéutica en la estimulación de las capacidades cognitivas, generen bienestar emocional y fomenten la motivación en la realización de nuevas tareas.

En esa línea, el programa "La voz de la memoria" nace de la necesidad de dar voz a las personas, permitiéndoles expresar sus sentimientos y deseos y mostrarle al mundo, que todavía tienen mucho que decir y aportar. Para ello y teniendo en cuenta que la radio ha estado muy ligada a la generación de los que hoy son nuestros mayores, hemos convertido nuestro proyecto en una ventana a un pasado lleno de recuerdos, evocando en ellos emociones y experiencias únicas.

Objetivos

- ❖ **Promover el empoderamiento de las personas**, ofreciéndoles la oportunidad de participar en actividades que respondan a sus intereses y preferencias.
- ❖ **Potenciar la estimulación de las personas afectadas mediante actividades innovadoras y motivadoras.**
- ❖ **Proporcionar un espacio donde puedan expresar sus ideas**, experiencias y recuerdos, fomentando la comunicación y el intercambio social.
- ❖ **Estimular la creatividad y fortalecer la autoestima**, promoviendo la participación activa.
- ❖ **Mejorar el estado anímico y canalizar los sentimientos** a través de la expresión oral y artística.

Dado que el mundo de la comunicación es un organismo vivo en constante evolución, en la actualidad existe un formato de gran popularidad que ha revitalizado el interés por la radio: el **podcast**. Basándonos en este fenómeno, nuestro proyecto pretende estimular la reminiscencia y el acceso a los recuerdos de toda una vida, permitiendo a los participantes compartir sus experiencias de forma enriquecedora. No solo se tratará de rememorar vivencias personales, sino que también se fomentará la expresión de opiniones, debates, lectura de poemas e interpretaciones teatrales en formato radiofónico.

La actividad de **radioteatro** será el eje central de esta iniciativa. A través de la narración, los efectos sonoros y la música, los participantes

podrán dar vida a historias que serán difundidas a través de plataformas digitales. Esta experiencia no sólo favorecerá la expresión emocional, sino que también sensibiliza a la sociedad sobre la realidad de las personas con deterioro cognitivo, contribuyendo a su inclusión y reconocimiento.

La posibilidad de escuchar estos contenidos en cualquier dispositivo digital permitirá que las historias trasciendan el ámbito de los centros especializados y lleguen a un público más amplio. Así, esta actividad no solo brinda como un espacio de expresión a los participantes, sino que también se convertirá en un vehículo para **normalizar la enfermedad**, derribar estigmas y generar conciencia sobre la importancia de la memoria y la identidad en la vida de las personas.

Las grabaciones radiofónicas y los podcasts generados en el marco de **"La Voz de la Memoria"** no solo se presentan como un recurso terapéutico innovador para mantener vivos los recuerdos y expresar emociones, sino también como una herramienta de sensibilización y conexión intergeneracional. Este proyecto reafirma la importancia de ofrecer espacios donde las personas con deterioro cognitivo puedan seguir participando activamente en la sociedad, demostrando que la memoria y la creatividad siguen siendo fuentes inagotables de riqueza personal y colectiva.

❖ Programa de hortoterapia

En el marco de un enfoque integral y personalizado, hemos desarrollado un **Programa de Horticultura y Jardinería**, mediante experiencias **significativas y enriquecedoras para los usuarios**, conectándose con su historia de vida, sus recuerdos y la cultura tradicional de su entorno.

El contacto con la naturaleza, el trabajo con las manos y la participación activa en el cuidado de los cultivos proporcionan **beneficios físicos, cognitivos, emocionales y sociales**, convirtiendo esta iniciativa en una herramienta esencial dentro del abordaje no farmacológico del deterioro cognitivo y otras condiciones asociadas al envejecimiento.

Objetivos del Programa

1. **Estimular la memoria y la reminiscencia**, vinculando las actividades con experiencias de vida pasadas.

2. **Favorecer la motricidad fina y gruesa**, mejorando la coordinación y fortaleciendo la musculatura.
3. **Promover el bienestar emocional**, reduciendo la ansiedad, el estrés y la apatía.
4. **Fomentar la socialización**, potenciando el trabajo en equipo y la comunicación interpersonal.
5. **Despertar los sentidos y mejorar la percepción sensorial**, a través del contacto con la tierra, las texturas de las plantas, los aromas naturales y los colores del entorno.
6. **Contribuir a la conservación del medio ambiente y la biodiversidad**, promoviendo la siembra y el cuidado de especies autóctonas.
7. **Adaptar las actividades a las necesidades físicas y cognitivas de cada usuario**, asegurando su accesibilidad y disfrute.

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.

Conscientes de las limitaciones físicas de los participantes, se ha diseñado un **huerto en altura**, facilitando el acceso y la manipulación de las plantas sin requerir esfuerzos posturales excesivos. Esta adaptación permite que personas con movilidad reducida puedan disfrutar plenamente de la actividad sin riesgo de caídas o sobrecargas musculares.

Esta iniciativa no sólo dota al centro de un **espacio al aire libre** diseñado para la estimulación de los participantes, sino que también se integra como una estrategia complementaria dentro del **Programa de Estimulación Cognitiva, Física, Funcional y Socioafectiva** de la entidad.

El **Programa de Horticultura y Jardinería** representa un enfoque innovador dentro de la intervención no farmacológica para personas con deterioro cognitivo. A través del contacto con la naturaleza, la reminiscencia y la estimulación multisensorial, esta iniciativa favorece el bienestar integral de los usuarios, proporcionándoles experiencias placenteras y significativas que refuercen su identidad, autonomía y calidad de vida.

❖ 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.

Objetivos Generales del Programa

1. **Fomentar el desarrollo y mantenimiento de habilidades sociales clave.**
2. **Mejorar la autonomía en la vida diaria** a través de la práctica de conductas sociales que contribuyen a una mayor integración en la comunidad y en el entorno familiar.
3. **Promover la integración social**, facilitando la participación activa en actividades sociales y culturales que refuercen el sentimiento de pertenencia al grupo y previenen el aislamiento.
4. **Fomentar la autoestima y la autoconfianza**, utilizando actividades interactivas y vivenciales que potencian la percepción positiva que el individuo tiene sobre sí mismo.
5. **Estimular la memoria autobiográfica**, reforzando el sentido de identidad y la conexión emocional con el entorno social a través de la reminiscencia y la evocación de experiencias pasadas significativas.
6. **Ofrecer un espacio seguro y adaptado para la participación activa en eventos** fuera del centro, promoviendo el acceso a diferentes entornos sociales y culturales cercanos, favoreciendo una mayor integración a nivel comunitario.

2.1.4. Servicio a ayuda a domicilio

El Servicio de Ayuda a Domicilio Especializada es un programa integral diseñado para ofrecer asistencia y cuidados personalizados a personas que requieren apoyo en su vida diaria dentro de su propio hogar. Este servicio está dirigido a mejorar la calidad de vida de los afectados y sus familias, promover su autonomía y facilitar su permanencia en un entorno familiar y conocido.

El SAD abarca una amplia variedad de servicios adaptados a las necesidades individuales de cada usuario, garantizando una atención holística que incluye los siguientes aspectos:

1. Atención Personalizada

El servicio proporciona asistencia en las actividades esenciales de la vida diaria, tales como:

- ❖ Aseo personal e higiene.
- ❖ Apoyo en el vestido y arreglo personal.
- ❖ Ayuda en la alimentación.
- ❖ Movilización y transferencias dentro del hogar para personas con movilidad reducida.
- ❖ Acompañamiento en la realización de actividades diarias dentro y fuera del domicilio.

2. Apoyo Psicosocial y Acompañamiento

El bienestar emocional y social del usuario es una prioridad dentro del servicio. Por ello, se brindan estrategias de apoyo para fortalecer la salud mental y las relaciones interpersonales:

- ❖ Compañía y socialización para prevenir la soledad y el aislamiento.
- ❖ Escucha activa y apoyo emocional en momentos de crisis o vulnerabilidad.
- ❖ Ejercicios de estimulación cognitiva para favorecer la memoria, la atención y otras funciones cerebrales.

3. Asesoramiento y Apoyo a Cuidadores

El Servicio de Ayuda Domiciliaria también tiene en cuenta la sobrecarga emocional y física que pueden experimentar los cuidadores principales, en su mayoría familiares. Para ello, se ofrecen:

- ❖ Asesoramiento sobre técnicas de cuidado y manejo de la dependencia.
- ❖ Información sobre recursos y servicios de apoyo disponibles en la comunidad.
- ❖ Programas de respiro familiar para evitar el agotamiento del cuidador y garantizar su bienestar.

La implementación de este servicio especializado tiene un impacto positivo tanto en las personas beneficiarias como en sus familias, proporcionando:

- ❖ **Mayor autonomía y dignidad**, permitiendo que la persona en situación de dependencia mantenga el control sobre su vida en la medida de lo posible.
- ❖ **Mejora de la calidad de vida**, al recibir una atención adaptada a sus necesidades en un ambiente familiar y seguro.
- ❖ **Reducción del estrés y la sobrecarga familiar**, al contar con un apoyo profesional que complementa la labor del cuidador principal.
- ❖ **Prevención de la institucionalización**, facilitando la permanencia en el hogar.

El Servicio de Ayuda a Domicilio Especializada representa un recurso esencial para la atención de personas en situación de dependencia, proporcionando cuidados personalizados y un acompañamiento integral en su entorno habitual. Gracias a este servicio, se fomenta el mantenimiento de la autonomía, se refuerza la inclusión social y se mejora el bienestar tanto del usuario como de su entorno familiar. Con una atención centrada en la persona y un enfoque multidisciplinar, el recurso es una solución efectiva para garantizar el derecho a una vida digna dentro del hogar.

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 finalidad brindar apoyo integral a las familias de personas afectadas por deterioro cognitivo o demencia. Su propósito es dotar a los cuidadores de conocimientos, estrategias y recursos esenciales para afrontar los desafíos asociados a la progresión de la enfermedad, garantizando un entorno de cuidado más seguro, comprensivo y adaptado a las necesidades del afectado.

1. Atención Personalizada y Apoyo Integral

El programa se desarrolla a través de entrevistas individuales y sesiones de orientación en las que se proporciona:

- ❖ **Información especializada** sobre la naturaleza del deterioro cognitivo, su evolución y las estrategias de manejo.
- ❖ **Asesoramiento clínico y conductual** para afrontar los síntomas y cambios de comportamiento asociados a la demencia.
- ❖ **Identificación y acceso a recursos y servicios** de apoyo disponibles a nivel comunitario y sanitario. –
- ❖ **Apoyo emocional y estrategias de afrontamiento** para cuidadores, con el fin de reducir la carga psicológica y prevenir el síndrome del cuidador quemado.

Dado que la progresión de la enfermedad implica transformaciones continuas en la dinámica familiar y en las necesidades del afectado, el programa ofrece asesoramiento adaptativo en todas las etapas, ajustándose a la evolución de cada caso particular.

La implementación de este programa especializado ofrece una serie de beneficios tanto para las personas con demencia como para sus familias y cuidadores:

- ❖ **Mayor empoderamiento y seguridad** en el manejo del cuidado diario.

- ❖ **Reducción del estrés y la sobrecarga emocional**, promoviendo el bienestar del cuidador.
- ❖ **Mejor calidad de vida para la persona afectada**, mediante estrategias que favorezcan su autonomía y dignidad.
- ❖ **Fortalecimiento del vínculo familiar**, mejorando la comunicación y el entendimiento entre el afectado y sus seres queridos.
- ❖ **Acceso a redes de apoyo y recursos especializados**, optimizando la atención integral del paciente.

El **Programa de Información, Orientación y Asesoramiento** constituye un recurso fundamental para la atención y el acompañamiento de las familias que enfrentan el reto del deterioro cognitivo y la demencia. A través de un enfoque multidisciplinar basado en la educación, el apoyo emocional y la capacitación continua, este programa garantiza que tanto las personas afectadas como sus cuidadores cuenten con las herramientas necesarias para afrontar la enfermedad con confianza y resiliencia.

Con un modelo de atención centrado en la persona y su entorno, este programa contribuye significativamente a la mejora de su calidad de vida y fomenta una atención más humanizada y eficaz.

2.2.2. Servicio de apoyo psicológico

La labor de cuidado conlleva una gran carga emocional y física, lo que puede derivar en agotamiento, estrés crónico, ansiedad o depresión en los cuidadores. A través de este servicio, se busca prevenir el desgaste psicológico y brindar estrategias de afrontamiento que permitan mejorar la calidad de vida tanto del cuidador como de la persona afectada, contribuyendo a retrasar la institucionalización prematura del paciente, que puede surgir debido a la complejidad del cuidado y a las dificultades emocionales y asistenciales asociadas a la enfermedad.

El servicio se adapta a las necesidades específicas de cada familia, brindando apoyo en todas las fases de la enfermedad. Para ello, se estructura en tres enfoques principales:

a. Terapia Individual para Cuidadores

Dirigida a aquellos cuidadores que atraviesan momentos críticos de estrés emocional, esta intervención personalizada permite:

- ❖ Brindar un espacio seguro para la expresión y canalización de emociones.
- ❖ Facilitar el proceso de aceptación del diagnóstico y sus implicaciones.
- ❖ Identificar y modificar patrones de conducta disfuncionales en la dinámica de cuidado.
- ❖ Prevenir la aparición de trastornos psicológicos como ansiedad, depresión o síndrome del cuidador.
- ❖ Ofrecer herramientas para gestionar conflictos y mejorar la comunicación dentro del entorno familiar.

b. **Terapia Familiar**

El impacto de la demencia no solo afecta al paciente y al cuidador principal, sino a todo el núcleo familiar. La terapia familiar tiene como finalidad:

- ❖ Mejorar la comunicación y la cooperación entre los miembros de la familia.
- ❖ Repartir responsabilidades para evitar la sobrecarga de un solo cuidador.
- ❖ Gestionar conflictos y fomentar dinámicas de apoyo mutuo.
- ❖ Proporcionar educación sobre la enfermedad y sus implicaciones en la vida cotidiana.

c. **Atención Grupal: Espacios de Encuentro y Apoyo**

Los grupos de apoyo para familiares de personas con demencia permiten compartir experiencias y generar redes de apoyo que fortalezcan el afrontamiento de la enfermedad. Entre sus principales beneficios se encuentran:

- ❖ **Identificación y validación emocional:** Los cuidadores encuentran en el grupo un espacio donde compartir sus vivencias con personas que atraviesan situaciones similares.
- ❖ **Reducción del aislamiento:** Fomenta el sentido de pertenencia y solidaridad entre los participantes.
- ❖ **Intercambio de estrategias y recursos:** Se comparten herramientas prácticas para afrontar los desafíos del cuidado.
- ❖ **Fortalecimiento del bienestar emocional:** Disminuye la sensación de sobrecarga y favorece la resiliencia.

El **Servicio de Apoyo Psicológico a Familias y Cuidadores** se basa en la premisa de que cuidar al cuidador es fundamental para garantizar la calidad de vida del paciente. A través de un enfoque integral, se busca acompañar a las familias en todo el proceso de la enfermedad, brindando el apoyo necesario para afrontar los desafíos emocionales, sociales y asistenciales que implica el cuidado de una persona con demencia.

2.3. Programas de intervención socio comunitaria

2.3.1. Programas de sensibilización social

La **Asociación de Alzheimer de Ávila** desarrolla en la provincia de Ávila un amplio abanico de actividades orientadas a la sensibilización y difusión de información sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Estas iniciativas buscan concienciar a la población general y a los profesionales sociosanitarios sobre la problemática a la que se enfrentan las personas con demencia y sus familias.

Con el objetivo de visibilizar la enfermedad y sus implicaciones, la Asociación organiza diversas actividades :

- ❖ **Charlas informativas y mesas divulgativas.**
- ❖ **Reuniones con profesionales sociosanitarios.**
- ❖ **Actividades conmemorativas del Día Mundial del Alzheimer,** que incluyen eventos de sensibilización, encuentros con familias y campañas de difusión en medios de comunicación.
- ❖ **Acciones solidarias y eventos de recaudación de fondos,** realizados en el municipio de Ávila y en distintos puntos de la provincia.

A través de estas iniciativas, busca no solo informar y sensibilizar, sino también proporcionar herramientas de apoyo y acompañamiento a quienes conviven con la enfermedad, promoviendo un enfoque más humano y accesible para todos.

Con este objetivo, se han llevado a cabo una serie de actividades benéficas y de sensibilización, en el año 2024:

a) En Ávila

- Teatro Solidario Hierbabuena.
- Espectáculos de baile "Pasión Pura" y "Ójala".
- Cineforum "Memoria Infinita".
- Colaboración en grabación de cortometraje-documental "Más allá del Alzheimer".
- Muestra de pintura y danza y Certamen de Danza Javier del Real.
- Celebración del Día Mundial de Alzheimer (Misa, Mesas de cuestación, alumbrado de Cuatro Postes, Master Class de Zumba, cena y carrera).
- Desayuno y Juegos Intergeneracionales.
- II Marcha Nocturna "Huellas Solidarias".
- III Carrera de la Escuela de Policía.
- Participación en Feria Bienvenida USAL.
- Presentación del Libro "Carlo y Memorín".
- Realización de la Jornada "El Facilitador procesal, figura de apoyo en discapacidad y Alzheimer".
- Jornadas Jurídicas a favor de Alzheimer Ávila.
- Curso de Asistente Personal.
- Cursos de formación a cuidadores.

b) En la provincia:

- Charlas informativas realizadas en 24 localidades de la provincia de Maello, Martiherrero, El Fresno, Padiernos, El Barraco, Burgohondo, Tornadizos, Candeleda, Arenas de San Pedro, El Arenal, Gavilanes, Mijares, Pedro Bernardo, Villarejo del Valle, Navaluenga, Fontiveros, Crespos, Piedrahíta, Lanzahíta, La Serrada, Solosancho y 3 municipios anejos(Robledillo, Baterna y Villaviciosa).
- Campeonato GolfStarts en Candeleda.
- Ruta Ciclista Nocturna en Burgohondo.
- Chocolate en Villarejo del Valle.
- Carrera Solidaria en Villatoro.
- Carrera Solidaria en Arenas de San Pedro a favor de FevaFa Alzheimer (Federación Valenciana de Asoc. de Alzheimer).
- Mercadillo Solidario en Urraca Miguel.
- Charla informativa en Centro Penitenciario de Brieva.

2.3.2. Programas de voluntariado

El voluntariado en Alzheimer Ávila desempeña un papel esencial en la consecución de los objetivos de la asociación, contribuyendo de manera activa, tanto en la atención a las personas afectadas por demencia y deterioro cognitivo, como en la sensibilización social sobre esta realidad. Su dedicación y esfuerzo permiten complementar la labor de los profesionales, ofreciendo una atención más cercana, personalizada y de calidad a los usuarios y sus familias.

En el ámbito de la intervención directa, los voluntarios participan en actividades de estimulación cognitiva, social y funcional dirigidas a las personas afectadas que asisten a nuestros servicios. Su apoyo es clave en la implementación de ejercicios diseñados para mantener las capacidades preservadas y mejorar el bienestar emocional de los usuarios, fomentando la interacción y evitando el aislamiento social.

Además, los voluntarios tienen un papel fundamental en la organización y desarrollo de eventos y actividades tanto dentro como fuera del centro, con el objetivo de visibilizar la enfermedad y sensibilizar a la sociedad sobre la importancia del apoyo a las personas con demencia y sus cuidadores. Estas acciones de concienciación son esenciales para romper estigmas y generar una mayor comprensión sobre la realidad de quienes conviven con este tipo de patologías.

Para garantizar el adecuado desempeño de su labor, los voluntarios reciben formación específica sobre la enfermedad, sus manifestaciones y el impacto en la vida diaria de los afectados y sus familias. Asimismo, se les capacita en estrategias de comunicación efectiva y en herramientas para proporcionar apoyo emocional y acompañamiento, asegurando que su intervención sea adecuada y beneficiosa para los usuarios.

La implicación del voluntariado en la entidad es un pilar clave para la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas y sus familiares, fortaleciendo la red de apoyo y humanizando la atención. En el año 2024, la asociación contó con la colaboración de 48 voluntarios, cuyo compromiso y solidaridad han sido esenciales para continuar con esta importante labor.

2.3.3. Programa piloto envejecimiento saludable

En el año 2022, se lanzó en el municipio de Ávila el programa "Entrena tu Memoria", el cual ha seguido desarrollándose de manera continua a lo largo de los años, con el objetivo de promover la participación activa en actividades destinadas a la prevención del deterioro cognitivo y al fomento del envejecimiento saludable. Este programa está dirigido tanto a los ayuntamientos de la provincia como a diversas entidades relacionadas con la atención y el bienestar de las personas mayores.

El enfoque del programa se fundamenta en la premisa de que la estimulación cognitiva, el bienestar emocional, el mantenimiento de las relaciones sociales y la práctica regular de ejercicio físico son pilares esenciales para la prevención de enfermedades neurodegenerativas, incluyendo la demencia.

Los talleres han sido diseñados e impartidos por profesionales especializados en psicología, quienes han adaptado los contenidos y metodologías a las necesidades específicas de cada localidad y grupo de participantes. Esta adaptabilidad permite ofrecer un servicio flexible en cuanto a horarios y duración de las sesiones, garantizando una mayor accesibilidad y participación de la comunidad.

El impacto del programa en la comunidad ha sido significativo, no solo por la mejora en las capacidades cognitivas de los participantes, sino también por la generación de un entorno de apoyo social y emocional que favorece el bienestar integral de las personas mayores.

Mediante estas iniciativas, que en el año 2024, se han llevado a cabo en los municipios de Maello, Martiherrero, Padiernos y El Barraco, se busca mitigar el aislamiento social y fomentar un envejecimiento activo en las personas mayores del ámbito rural, proporcionándoles estrategias y recursos que favorezcan su integración, estimulación cognitiva y bienestar emocional. Además, se promueve la creación de redes de apoyo comunitario, facilitando su participación en actividades que refuercen su autonomía y conexión con el entorno social y cultural.

Esta iniciativa reafirma el compromiso con la promoción de un envejecimiento activo y saludable, consolidándose como un recurso clave en la prevención del deterioro cognitivo.

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

Este proyecto está orientado a la detección temprana y la atención integral del deterioro cognitivo y las demencias, con el objetivo de dar respuesta a las necesidades asistenciales de los municipios de Burgothondo, Candeleda, Arenas de San Pedro, Navaluenga, Fontiveros, Crespos, Piedrahita y Lanzahíta, así como de sus localidades cercanas.

El primer paso en la implementación del proyecto consiste en un proceso divulgativo exhaustivo para identificar a las personas afectadas, derivarlas a los servicios sanitarios pertinentes y acercar los recursos especializados a la zona. A través de esta estrategia, se busca concienciar a la población sobre la importancia de la prevención y la detección precoz de la enfermedad, transmitiendo el mensaje de que una intervención temprana es clave para mejorar la calidad de vida de los afectados. Para ello, se llevarán a cabo charlas, talleres y diversas actividades informativas en los municipios y sus alrededores, proporcionando información detallada sobre los factores de riesgo, los síntomas iniciales y los recursos disponibles para abordar estas patologías.

En el ámbito de la atención directa, el proyecto contempla la prestación de servicios especializados como estimulación cognitiva, evaluación psicológica y seguimiento continuo de los pacientes, con el fin de contribuir a un diagnóstico precoz. Además, se ofrecerá apoyo psicológico y se organizarán grupos de apoyo para los familiares de personas afectadas, proporcionando orientación y formación sobre el manejo de la enfermedad y el cuidado de los seres queridos.

Este proyecto también busca reducir la brecha existente entre los servicios especializados disponibles en las grandes ciudades y la limitada accesibilidad en las zonas rurales. Se pretende garantizar que todas las personas afectadas, sin importar su lugar de residencia, puedan acceder a los recursos y servicios necesarios para enfrentar estas enfermedades y mejorar su calidad de vida.

Asimismo, se busca ofrecer información, asesoramiento y apoyo a toda la provincia, asegurando que las personas afectadas y sus familiares dispongan de los conocimientos y herramientas necesarias para afrontar la enfermedad de la mejor manera posible, de esta forma, se

han realizado un programa de formación itinerante dirigido a las localidades de Maello, Martiherrero, El Fresno, Padiernos, El Barraco, Burgoondo, Tornadizos, Candeleda, Arenas de San Pedro, El Arenal, Gavilanes, Mijares, Pedro Bernardo, Villarejo del Valle, Navaluenga, Fontiveros, Crespos, Piedrahíta, Lanzahíta, La Serrada, Solosancho y 3 municipios anejos (Robledillo, Baterna y Villaviciosa).

3. Ampliación del centro de atención integral a demencias

Es voluntad de **Alzheimer Ávila** avanzar y mejorar continuamente sus servicios y actividades, con el objetivo de ofrecer una atención cada vez más eficaz y de calidad. Para ello, la entidad ha llevado a cabo diversas iniciativas de ampliación y modernización de sus instalaciones, garantizando un entorno adecuado para la atención de personas con demencias.

En 2020, se finalizaron las obras de ampliación del **Centro de Atención Integral a Demencias**, un proyecto esencial para la organización. Esta importante obra pudo iniciarse en 2018 gracias al apoyo económico de diversas instituciones: la **Junta de Castilla y León**, **Fundación MAPFRE** y **Red Solidaria Bankia**, que brindaron el respaldo necesario para llevar a cabo la ampliación.

Durante los años 2021 y 2022, nuestra entidad continuó con el desarrollo de este proyecto, enfocado en el equipamiento de la nueva ampliación. La **Junta de Castilla y León** volvió a colaborar económicamente, mientras que **CAIXABANK** contribuyó con una donación de mobiliario. Esta colaboración permitió que la nueva ampliación quedará completamente equipada.

En 2023, la entidad llevó a cabo nuevas reformas en la primera planta del centro, adaptándola para la creación de una nueva **Unidad de Convivencia y en el año 2024 se realizó el equipamiento de dicha estancia**. Este espacio ha sido diseñado para ofrecer un entorno adecuado que favorezca la convivencia y el bienestar de las personas atendidas, reforzando el enfoque integral de la atención que caracteriza a Alzheimer Ávila.

Estas iniciativas reflejan el compromiso de **Alzheimer Ávila** con la mejora continua y la excelencia en la atención a las personas con demencia, asegurando que sus instalaciones y servicios estén siempre a la vanguardia para satisfacer las necesidades de los usuarios y sus familias.