

ALZHEIMER ÁVILA

MEMORIA 2025



Alzheimer Ávila
AFÁVILA

Contenido

1. La entidad.....	1
1.1. Misión, visión y valores	2
1.2. Política de calidad	2
1.3. Grupos de interés	4
1.3.1. Mapa de grupos de interés	4
1.3.2. Identificación de los grupos de interés	4
1.4. Organigrama	6
1.5. Órganos de gobierno.....	6
1.6. Socios	7
1.7. Recursos humanos.....	8
1.7.1. Año 2025	8
1.8. Personas beneficiarias	9
1.8.1. Año 2025	9
1.9. Recursos económicos	10
1.10. Premios y reconocimientos	13
1.11. Recursos de infraestructura	13
1.12. Contacto y Redes Sociales.....	13
2. Programas y servicios	14
2.1. Servicios de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias.	14
2.1.1. Centro de atención Integral a Demencias: Servicio de estancias diurnas.	14
2.1.2. Servicios de promoción de la autonomía personal	15
2.1.2.1. Servicio de rehabilitación neuropsicológica	16
2.1.2.2. Programas de estimulación.....	19
2.1.3. Servicio de ayuda a domicilio	27
2.2. Servicios de intervención con familiares de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias.	30
2.2.1. Información, orientación y asesoramiento	30
2.2.2. Servicio de apoyo psicológico	32
2.3. Programas de intervención socio comunitaria	34
2.3.1. Programas de sensibilización social	34
2.3.2. Programas de voluntariado	35
2.3.3. Programa piloto de envejecimiento saludable	36
2.3.4. Programas de detección precoz y atención del deterioro cognitivo y la demencia en el medio rural.	37
2.3.5. Proyecto Tejiendo redes de Apoyo	38
3. Ampliación del centro de atención integral a demencias	40

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.º: 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 esta, 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 esta 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:

- ✓ **RESPETO** 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 sociosanitario.

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.

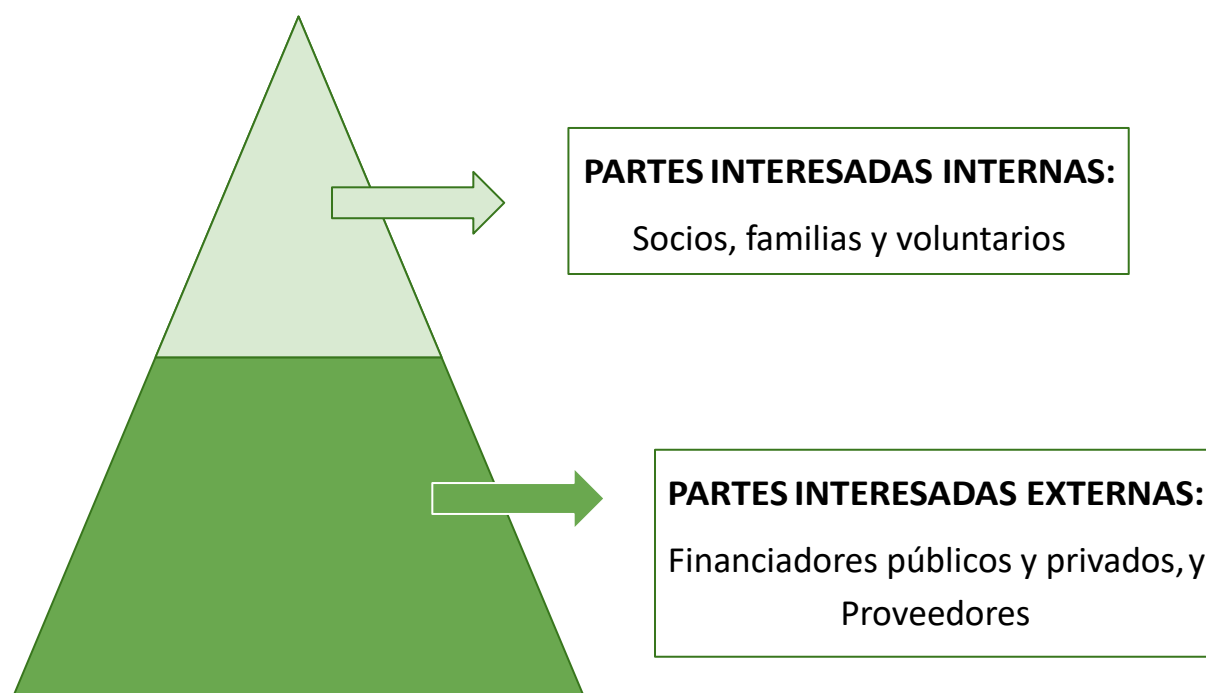
Los servicios de la entidad abarcan desde la prevención y la detección precoz de la enfermedad hasta la atención especializada para personas afectadas y el apoyo integral a sus familias. Entre estos servicios, destacan la estimulación cognitiva, física y funcional, el asesoramiento y apoyo psicosocial, 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 sociosanitario.

1.3. Grupos de interés

1.3.1. Mapa de grupos de interés

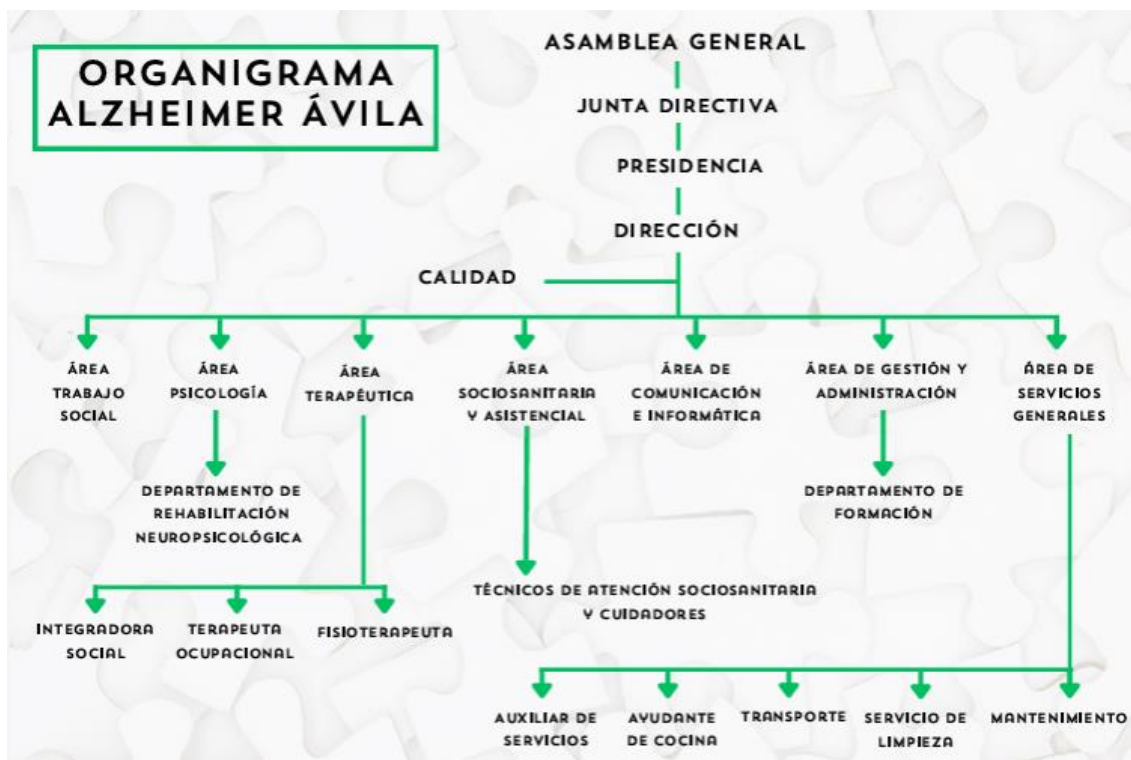


1.3.2. Identificación de los grupos de interés

- ❖ **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.
- ❖ **Personas en prácticas, universidades y centros de formación:** Estudiantes e instituciones académicas comprometidas con la formación especializada y el desarrollo de competencias en la atención integral de las personas con deterioro cognitivo y/o demencia, contribuyendo a la generación de conocimiento y a la mejora continua de la atención desde un enfoque multidisciplinar y personalizado.
- ❖ **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.
- ❖ **Delegado de protección de datos:** La entidad dispone de un servicio externo de delegado de Protección de Datos (DPD), encargado de supervisar el cumplimiento de la normativa vigente en materia de protección de datos personales, especialmente del Reglamento General de Protección de Datos (RGPD) y de la legislación nacional aplicable.
- ❖ **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.
- ❖ **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

- 1. 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.

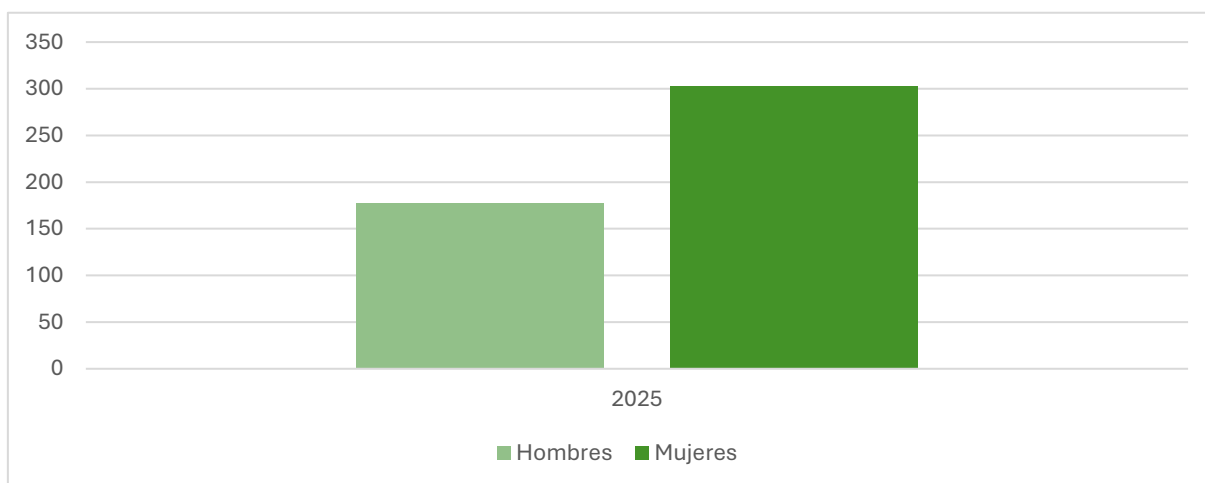
- 2. Junta directiva.** Los miembros de la Junta Directiva son elegidos por la Asamblea General y ejercen su mandato por un periodo de cuatro años, con posibilidad de reelección según lo establecido en los estatutos. Este órgano de gobierno es responsable de la dirección estratégica y operativa de la 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 2025: 480 | Mujeres: 303 | Hombres: 177



1.7. Recursos humanos

1.7.1. Año 2025

FIJO	CATEGORIA PROFESIONAL	
	Directora	1
	Trabajadora Social	1
	Psicóloga	2
	Terapeuta ocupacional	1
	Fisioterapeuta	1
	Jefe administrativo	1
	Administrativo	1
	Educadora Social	1
	Técnico de Atención Sociosanitaria	11
	Conductor	1
	Comunicación	1
	Integrador Social	1
	Ayudante cocina	1
	Total	24

EVENTUAL	CATEGORIA PROFESIONAL	
	Trabajadora Social	1
	Psicóloga	2
	Informático	1
	Aux. de servicios generales	1
	Administrativo	1
	Educadora Social	1
	Técnico de Atención Sociosanitaria	7
	Conductor	2

	Limpiadoras	5
	Operario de mantenimiento	3
	Total	21
	TOTAL	45

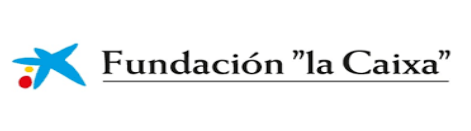
1.8. Personas beneficiarias

1.8.1. Año 2025

Denominación servicio/ programa	N.º de personas beneficiarias
Centro de Estancias Diurnas	76
Promoción de la Autonomía Personal	46
Servicio de Rehabilitación Neuropsicológica	12
Ayuda Domiciliaria Especializada	17
Información y Asesoramiento	332
Apoyo Psicológico y Social al Familiar Cuidador	257
Grupo de Apoyo a familias	43
Sensibilización Social	Población de Ávila, Burgohondo, El Barraco, Crespos, Fontiveros, Piedrahita, Lanzahíta, Navaluenga, Martiherrero, Padiernos, Maello, Las Berlanas, El Fresno, San Pedro del Arroyo, Santa María del Tiétar, Casillas y La Adrada.
Voluntariado (46 Personas voluntarias)	306
	participantes en servicios de atención
Envejecimiento Saludable	128
Detección precoz y Atención Temprana en el Medio Rural	184
Apoyo a Familias en el Medio Rural	100
Total 1195	

1.9. Recursos económicos

ENTIDADES PÚBLICAS	
ENTIDAD COLABORADORA	PROGRAMA
Consejería de Familias De Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León  Subvencionado con cargo a la asignación tributaria del IRPF	❖ 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.
Consejería de Familias e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León 	❖ Promoción de la Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia Individual. ❖ Promoción de la Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia y del Entorno.
Servicio Público de Empleo de la Junta de Castilla y León 	❖ Calidad de Vida, Inclusión y Accesibilidad. ❖ Dependencia y Bienestar.
Diputación Provincial de Ávila 	❖ Programa de formación itinerante en el Medio Rural.
Excmo. Ayuntamiento de Ávila 	❖ Apoyo Asociativo.

ENTIDADES PRIVADAS	
FUNDACIONES Y ENTIDADES BANCARIAS	
ENTIDAD COLABORADORA	PROGRAMA
Fundación Obra Social “la Caixa” 	“UNIENDO SENDAS”: Prevención, detección precoz y atención del deterioro cognitivo y las demencias en el medio rural
Fundación Banco Santander 	❖ Tejiendo Redes de Apoyo: Promover las relaciones sociales, prevenir la dependencia y favorecer la autonomía.
Hermanidad Ntra. Sra. de la Esperanza, En colaboración con la Peña Salud y Esperanza y CAIXABANK 	El Rincón de la Esperanza: Equipamiento Saala multisensorial y programa itinerante de estimulación sensorial
Fundación KERBEST 	Cesión uso de vehículo de transporte colectivo
Caja Rural de Salamanca 	Luces de la Memoria

UNIVERSIDADES	
Universidad Católica de Ávila	Formación
Universidad Isabel I	
Universidad Alfonso X El Sabio	
Centro Universitario Superior Europeo UNIR	
Centro Integrado de Formación Profesional de Ávila	
FOREMCYL	
Acción Laboral	

OTROS COALBORADORES	
AYUNTAMIENTOS: ❖ Navaluenga ❖ Burgohondo ❖ El Barraco ❖ Piedrahíta ❖ Maello ❖ Padiernos ❖ Martiherrero	❖ 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	

1.10. Premios y reconocimientos

- Reconocimiento de buenas prácticas al proyecto “La voz de la memoria”. Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León (2025).
- Premios CEOE – Premio Ayuntamiento de Ávila a la Solidaridad (2022).
- Accésit Premiso 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.
- ❖ 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/UCWK0XUf7H3zsdHmKt5niC> QQ
- ❖ **Presidente/a:** Montserrat Cortés Pinilla

2. Programas y servicios

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 de Envejecimiento Saludable.
 - Programa de Detección Precoz y Atención del deterioro cognitivo y la demencia en el Medio rural.
 - Proyecto Tejiendo Redes de Apoyo

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 constituye un recurso sociosanitario especializado dirigido a personas con deterioro cognitivo y/o demencia, cuyo objetivo es promover su autonomía personal, bienestar y calidad de vida mediante una atención integral, individualizada y centrada en la persona.

Su intervención se fundamenta en un modelo de atención multidisciplinar que contempla las dimensiones cognitiva, funcional, física, emocional y social, desarrollando programas terapéuticos adaptados a las características y necesidades específicas de cada usuario. A través

de estas intervenciones se pretende mantener las capacidades preservadas, ralentizar el avance del deterioro y favorecer la permanencia de la persona en su entorno habitual en las mejores condiciones posibles.

El centro ofrece un conjunto de actividades terapéuticas, preventivas y rehabilitadoras orientadas al mantenimiento de las Actividades de la Vida Diaria (AVD), la estimulación cognitiva, la mejora de la condición física, la promoción del bienestar emocional y el fortalecimiento de las relaciones sociales, contribuyendo así a prevenir el aislamiento y fomentar una participación activa en la comunidad.

La atención es prestada por un equipo interdisciplinar integrado por profesionales especializados en psicología, neuropsicología, trabajo social, fisioterapia, terapia ocupacional, integración social y atención sociosanitaria, que trabajan de forma coordinada para diseñar y ejecutar planes de intervención personalizados, ajustados a la evolución y necesidades de cada persona usuaria.

Asimismo, el Centro de Estancias Diurnas reconoce el papel fundamental de las familias y personas cuidadoras en el proceso de atención, ofreciendo orientación, acompañamiento y apoyo a través de intervenciones individuales y grupales, con el fin de dotarlas de recursos y estrategias que faciliten el cuidado y contribuyan a mejorar su calidad de vida.

De este modo, el centro se configura como un recurso de referencia en la atención a personas con deterioro cognitivo y/o demencia, proporcionando respuestas especializadas y adaptadas a cada situación, favoreciendo la permanencia en el entorno comunitario y promoviendo una atención integral que sitúa a la persona y a su red de apoyo en el centro de la intervención.

2.1.2. Servicios de promoción de la autonomía personal

La intervención no farmacológica constituye un pilar fundamental en la atención integral a las personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Su finalidad es preservar las capacidades conservadas, promover la autonomía personal y mejorar la calidad de vida de las personas afectadas, adaptando las actuaciones a las necesidades, preferencias y fase evolutiva de la enfermedad de cada usuario.

Las intervenciones pueden desarrollarse tanto de forma individual como grupal, permitiendo una atención personalizada y centrada en la persona. A través de programas específicos se pretende estimular las funciones cognitivas, físicas, emocionales y sociales, favoreciendo el mantenimiento de las Actividades de la Vida Diaria (AVD) y la participación activa en su entorno.

Para garantizar la efectividad de estas intervenciones, resulta esencial su aplicación continuada y sistemática, asegurando la consolidación y progresión de los beneficios obtenidos. Entre las principales actuaciones desarrolladas se incluyen programas de estimulación cognitiva, terapia ocupacional, fisioterapia, estimulación sensorial, hortoterapia y otras actividades terapéuticas orientadas al mantenimiento funcional y al bienestar integral de la persona.

Asimismo, la creación de entornos seguros, accesibles y adaptados constituye un elemento clave para favorecer la participación, el confort y la motivación de las personas usuarias, promoviendo una experiencia terapéutica positiva y significativa.

La calidad de la intervención requiere la participación de profesionales especializados y en formación continua, capacitados para aplicar metodologías basadas en la evidencia científica y las mejores prácticas en el abordaje de las demencias. El trabajo interdisciplinar y la coordinación entre profesionales permiten ofrecer respuestas ajustadas a la evolución y necesidades de cada persona.

Del mismo modo, las familias y personas cuidadoras desempeñan un papel esencial en el proceso de atención. Por ello, se desarrollan actuaciones de información, orientación y apoyo destinadas a mejorar el conocimiento sobre la enfermedad, facilitar estrategias de afrontamiento y reducir la sobrecarga asociada al cuidado. La formación en el manejo de síntomas conductuales y emocionales, así como la participación en grupos de apoyo, contribuyen significativamente al bienestar de las familias y a la calidad de los cuidados proporcionados.

En definitiva, la intervención no farmacológica representa una estrategia complementaria y esencial en el abordaje integral de la enfermedad de Alzheimer, favoreciendo el mantenimiento de la autonomía, la participación social y el bienestar de las personas afectadas, al tiempo que proporciona apoyo y recursos a sus familias y cuidadores desde un modelo de atención humanizado y centrado en la persona.

2.1.2.1. Servicio de rehabilitación neuropsicológica

El Departamento de Neuropsicología de Alzheimer Ávila está dedicado a la evaluación, rehabilitación y estimulación cognitiva de pacientes que padecen una variedad de patologías neurológicas, tanto neurodegenerativas como adquiridas. Nuestro objetivo es ofrecer tratamientos efectivos y personalizados que mejoren la calidad de vida de los pacientes, ayudándoles a recuperar o mantener sus capacidades cognitivas, emocionales y funcionales.

Población Destinataria

Nuestro departamento ofrece atención a diversos grupos de pacientes, incluyendo:

1. Pacientes con Enfermedades Neurodegenerativas:
 - Enfermedad de Alzheimer y otras demencias (Demencia Frontotemporal, Demencia por Cuerpos de Lewy, Demencia Vascular, Parkinson, Afasia Progresiva Primaria, etc.).
 - Deterioro Cognitivo Leve y condiciones relacionadas.
2. Pacientes con Daño Cerebral Adquirido (DCA):
 - Ictus (accidentes cerebrovasculares), traumatismos craneoencefálicos, encefalitis (por infecciones), hipoxia cerebral, secuelas de neurocirugía, secuelas post-COVID19, etc.
3. Pacientes con Otras Patologías Neurológicas y Psiquiátricas:
 - Esclerosis Múltiple, Esquizofrenia, trastornos afectivos (depresión, trastorno obsesivo-compulsivo), Fibromialgia, epilepsia y otras alteraciones cognitivas asociadas a trastornos del estado de ánimo, entre otras.

4. Población Sana que Desea Realizarse una Revisión Cognitiva:

- Evaluación cognitiva para personas sanas que deseen conocer su estado cognitivo actual, tener una base de comparación para futuras evaluaciones y/o que buscan trabajar para prevenir la posible aparición de enfermedades neurodegenerativas.

Enfoque del Departamento: Evaluación y Tratamiento Personalizado

Nuestro servicio se basa en una evaluación exhaustiva inicial, que permite detectar los déficits cognitivos y las secuelas que afectan la calidad de vida de los pacientes. A partir de esta evaluación, diseñamos programas de intervención personalizados. Las sesiones de tratamiento y estimulación cognitiva se centran en la rehabilitación de las funciones cognitivas y la mejora del bienestar emocional y funcional.

Modalidades de Intervención

1. Evaluación Neuropsicológica Inicial:

- Objetivo: Detectar y cuantificar los déficits cognitivos y funcionales provocados por diversas patologías.
- Contenido:
 - Entrevista clínica con el paciente y sus familiares.
 - Realización de pruebas neuropsicológicas para evaluar áreas cognitivas como memoria, atención, lenguaje y funciones ejecutivas, entre otras.
 - Revisión de la historia médica y otros estudios complementarios.

2. Daño Cerebral Adquirido, Programas de Rehabilitación Cognitiva y Estimulación:

- Objetivo: Mejorar o mantener las capacidades cognitivas, funcionales y emocionales, así como promover la autonomía e independencia de los pacientes con daño cerebral adquirido.

3. Enfermedades neurodegenerativas, Talleres de Estimulación Cognitiva y Memoria:

- Objetivo: Mejorar o mantener el funcionamiento cognitivo general o algunos de sus procesos como la atención, memoria, lenguaje, funciones ejecutivas, etc, en personas con enfermedades neurodegenerativas. Fomentar la participación activa de los pacientes con enfermedades neurodegenerativas en actividades grupales que estimulen las funciones cognitivas, mejorando su bienestar emocional y social, para evitar el aislamiento.

4. Intervención Familiar y Psicoeducación:

- Objetivo: Proporcionar formación y herramientas a los familiares y cuidadores para mejorar el manejo de las conductas difíciles y el apoyo emocional al paciente.

5. Detección temprana de enfermedades neurodegenerativas

- Objetivo: Detectar de manera temprana los signos de enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer, la demencia frontotemporal, el Parkinson, entre otras, para intervenir antes de que los síntomas se agraven.

6. Talleres de prevención o envejecimiento saludable

- Objetivo: Promover hábitos y estrategias que favorezcan un envejecimiento saludable, previniendo el deterioro cognitivo y fomentando el bienestar general.

Modalidades de Tratamiento

1. Tratamiento Individualizado:

- Dirigido a pacientes que requieren una atención más centrada en su situación específica, con ejercicios diseñados en función de su perfil cognitivo y emocional.

2. Tratamiento Grupal:

- En pacientes con afecciones similares o que no necesiten una atención tan específica, se ofrecen sesiones grupales de estimulación cognitiva. Estos grupos permiten la interacción social y el apoyo mutuo.

Objetivos de las Sesiones

- Recuperar o mantener las funciones cognitivas: Se diseñan ejercicios para trabajar las funciones cognitivas afectadas por patologías neurológicas o psiquiátricas.
- Prevenir o retrasar las manifestaciones clínicas de la enfermedad de Alzheimer u otras enfermedades neurodegenerativas.
- Mejorar la calidad de vida: Ofrecer intervenciones que favorezcan la autonomía y el bienestar emocional, promoviendo una mayor independencia en la vida diaria.
- Reducir la dependencia: En casos donde la recuperación total no es posible, se orienta a los pacientes a desarrollar estrategias de adaptación que mejoren su confort y calidad de vida.
- Fomentar el apoyo familiar: Brindar herramientas a los familiares para mejorar su capacidad de cuidado y comprensión de la situación del paciente.

Este modelo de intervención integral, personalizado y colaborativo se adapta a las necesidades de cada paciente y sus familiares, con un enfoque de rehabilitación que permite no solo mejorar las capacidades cognitivas y emocionales de los pacientes, sino también fomentar su independencia y mejorar su calidad de vida.

2.1.2.2. 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, tabletas 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 tempo-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.
 - a. Preservar las habilidades motoras y sensomotoras a través de ejercicios adaptados.
 - b. Potenciar la movilidad y coordinación para mantener la independencia en las actividades cotidianas.

- c. 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
 - a. Reducir el riesgo de caídas mediante el fortalecimiento muscular y el entrenamiento del equilibrio.
 - b. Prevenir atrofas musculares, contracturas y rigideces articulares a través de movilización activa y pasiva.
 - c. Mejorar la circulación sanguínea y la oxigenación de los tejidos para evitar complicaciones cardiovasculares.
- 3. Intervención en enfermedades intercurrentes
 - a. Incorporar estrategias para tratar afecciones musculoesqueléticas y enfermedades crónicas asociadas a la edad.
 - b. 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 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 de teatro y reminiscencia

El Teatro de la Reminiscencia es una intervención innovadora que integra las artes escénicas y la estimulación cognitiva, utilizando la experiencia teatral como herramienta para promover el bienestar, la participación activa y el mantenimiento de capacidades en personas mayores, especialmente en aquellas con deterioro cognitivo y/o demencia.

A través del teatro se generan espacios dinámicos y motivadores en los que las personas participantes trabajan diferentes funciones cognitivas, como la memoria, la atención, el lenguaje, la orientación o las funciones ejecutivas, mediante actividades adaptadas a sus capacidades e intereses. La interpretación, la expresión corporal, el movimiento, la música y la interacción grupal convierten la estimulación cognitiva en una experiencia significativa y atractiva.

La metodología incorpora técnicas de reminiscencia y estimulación sensorial, utilizando elementos evocadores —como imágenes, sonidos, objetos o melodías— que favorecen la activación cognitiva y emocional. Estos estímulos facilitan la participación y la comunicación, creando un entorno seguro y enriquecedor para las personas participantes.

La práctica teatral constituye, además, una actividad altamente motivadora, capaz de despertar la creatividad, reforzar la autoestima y generar experiencias positivas de aprendizaje y disfrute. El trabajo en grupo favorece la interacción social, el sentimiento de pertenencia y la creación de vínculos, contribuyendo a reducir el aislamiento y fomentar la inclusión social.

Asimismo, la representación escénica ofrece a las personas mayores la oportunidad de asumir un papel activo y visible dentro de la comunidad, poniendo en valor sus capacidades y promoviendo una imagen positiva del envejecimiento.

En conjunto, el Teatro de la Reminiscencia se configura como una herramienta terapéutica y social que combina estimulación cognitiva, creatividad y participación, contribuyendo al

mantenimiento de capacidades, al bienestar emocional y a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores.

❖ 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 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.

2.1.3. Servicio de ayuda a domicilio

El Servicio de Ayuda a Domicilio Especializada constituye un recurso de intervención sociosanitaria orientado a proporcionar atención integral, personalizada y continuada a personas en situación de dependencia, vulnerabilidad o con necesidades específicas de apoyo para el desarrollo de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria en su entorno habitual de residencia.

Este servicio tiene como finalidad favorecer el mantenimiento de la persona en su domicilio, optimizar su nivel de autonomía funcional, prevenir situaciones de deterioro o institucionalización prematura y mejorar su calidad de vida, así como la de su unidad familiar y entorno de cuidados.

Articula un conjunto de actuaciones y prestaciones adaptadas a las necesidades, capacidades y circunstancias individuales de cada persona usuaria, garantizando una intervención integral y centrada en la persona que comprende, entre otros, los siguientes ámbitos de atención:

Atención Personalizada

El servicio contempla la prestación de apoyos y cuidados personales dirigidos a facilitar el desempeño de las actividades básicas de la vida diaria (ABVD), promoviendo el mantenimiento de la autonomía funcional, la seguridad y el bienestar de la persona usuaria. Entre las actuaciones incluidas se encuentran:

- ❖ Asistencia en las actividades de aseo personal, higiene corporal y cuidados básicos de la imagen personal.
- ❖ Apoyo en las tareas de vestido, desvestido y arreglo personal, adaptado a las capacidades funcionales de la persona usuaria.
- ❖ Supervisión y asistencia en los procesos de alimentación e ingesta, garantizando una adecuada cobertura de las necesidades nutricionales y de hidratación.
- ❖ Apoyo en la movilización, cambios posturales y transferencias dentro del domicilio, especialmente en personas con limitaciones funcionales o movilidad reducida, siguiendo criterios de seguridad y prevención de riesgos.
- ❖ Acompañamiento y apoyo en la realización de actividades cotidianas, tanto en el entorno domiciliario como comunitario, favoreciendo la participación social, la integración en el entorno y el mantenimiento de hábitos de vida saludables.

Apoyo Psicosocial y Acompañamiento

La atención al bienestar emocional, cognitivo y social de la persona usuaria constituye un eje transversal de la intervención, orientado a favorecer su estabilidad emocional, prevenir situaciones de aislamiento y promover su participación activa en el entorno. En este ámbito, el servicio desarrolla las siguientes actuaciones:

- ❖ Acompañamiento social y relacional mediante actividades de interacción y apoyo interpersonal, dirigidas a prevenir situaciones de soledad no deseada, aislamiento social y pérdida de vínculos comunitarios.
- ❖ Intervención de apoyo emocional basada en la escucha activa, la contención emocional y el acompañamiento en situaciones de crisis, duelo, estrés o especial vulnerabilidad psicosocial.
- ❖ Desarrollo de actividades de estimulación cognitiva orientadas al mantenimiento y fortalecimiento de funciones cognitivas tales como la memoria, la atención, la orientación, el lenguaje, las funciones ejecutivas y la capacidad de resolución de problemas, contribuyendo a la prevención o ralentización del deterioro cognitivo.

Asesoramiento y Apoyo a Cuidadores

La prestación del Servicio de Ayuda a Domicilio Especializada genera beneficios significativos tanto para las personas usuarias como para sus familias y entorno de apoyo, contribuyendo a la mejora de su bienestar integral, al mantenimiento de la autonomía personal y a la optimización de los cuidados en el ámbito domiciliario.

Entre los principales resultados esperados de la intervención destacan:

- ❖ 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 mediante la provisión de una atención individualizada, adaptada a las necesidades específicas de cada persona y desarrollada en un entorno seguro, familiar y socialmente significativo.
- ❖ Disminución de la carga física, emocional y organizativa asociada a los cuidados familiares, mediante la incorporación de apoyos profesionales especializados que complementan y fortalecen la labor de las personas cuidadoras.
- ❖ Prevención o retraso de procesos de institucionalización, favoreciendo la permanencia de la persona en su entorno habitual de convivencia y promoviendo el mantenimiento de sus vínculos familiares, sociales y comunitarios.

En este contexto, el Servicio de Ayuda a Domicilio Especializada se configura como un recurso sociosanitario de carácter estratégico para la atención integral de personas en situación de dependencia, discapacidad o especial vulnerabilidad. Su modelo de intervención, basado en la atención centrada en la persona, la planificación individualizada de apoyos y la coordinación interdisciplinar, permite proporcionar cuidados de calidad en el entorno domiciliario, garantizando el respeto a los derechos, preferencias y necesidades de cada usuario.

Asimismo, este servicio contribuye al mantenimiento y desarrollo de las capacidades funcionales, al fortalecimiento de la inclusión y participación social, y a la mejora del bienestar físico, emocional y relacional tanto de la persona usuaria como de su entorno familiar. De este modo, constituye una herramienta eficaz para promover una vida digna, autónoma y segura en el propio hogar, en consonancia con los principios de atención comunitaria, envejecimiento activo y permanencia en el entorno habitual de vida.

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 constituye un recurso de apoyo integral dirigido a familiares, personas cuidadoras y entorno de apoyo de personas afectadas por deterioro cognitivo, demencias u otras enfermedades neurodegenerativas. Su finalidad es proporcionar información especializada, orientación técnica y herramientas prácticas que faciliten la comprensión de la enfermedad y mejoren la capacidad de afrontamiento ante las necesidades y desafíos derivados de su evolución.

Este programa tiene como objetivo fortalecer las competencias de cuidado, promover la toma de decisiones informadas y favorecer la adaptación progresiva de la familia a los cambios funcionales, cognitivos, conductuales y emocionales que experimenta la persona afectada. Asimismo, busca contribuir a la mejora de la calidad de vida tanto de la persona con deterioro cognitivo como de su entorno cuidador, fomentando un modelo de atención basado en la comprensión, la seguridad, el respeto a la dignidad y la atención centrada en la persona.

A través de una intervención especializada e individualizada, el programa proporciona información actualizada sobre el proceso de la enfermedad, orientación sobre estrategias de manejo y comunicación, asesoramiento respecto a recursos y prestaciones disponibles, así como apoyo en la planificación de cuidados y en la resolución de situaciones que puedan surgir durante las diferentes fases de evolución del deterioro cognitivo.

Atención Personalizada y Apoyo Integral

El programa se articula mediante un proceso de atención individualizada que incluye entrevistas de valoración, sesiones de información y orientación especializada, así como actuaciones de seguimiento adaptadas a las necesidades específicas de cada familia y persona cuidadora. Estas intervenciones tienen como finalidad proporcionar conocimientos, herramientas y recursos que faciliten una atención adecuada a la persona afectada y favorezcan el bienestar del entorno cuidador.

En el marco de estas actuaciones, se desarrollan las siguientes líneas de intervención:

- ❖ Provisión de información especializada sobre las características del deterioro cognitivo y las demencias, su evolución, pronóstico y repercusiones funcionales, así como sobre las estrategias de atención y adaptación recomendadas en cada fase del proceso.
- ❖ Asesoramiento técnico en el manejo de síntomas cognitivos, psicológicos y conductuales asociados a la enfermedad, proporcionando pautas de actuación orientadas a mejorar la convivencia, la comunicación y la gestión de situaciones complejas derivadas de los cambios conductuales y emocionales de la persona afectada.
- ❖ Orientación sobre los recursos, prestaciones y servicios disponibles en los ámbitos sanitario, social y comunitario, facilitando la identificación de apoyos adecuados y promoviendo el acceso a los dispositivos de atención más acordes con las necesidades detectadas.

- ❖ Apoyo emocional y entrenamiento en estrategias de afrontamiento dirigidas a familiares y personas cuidadoras, con el objetivo de fortalecer su capacidad de adaptación, prevenir situaciones de sobrecarga física y psicológica, y reducir el riesgo de aparición de estrés crónico, agotamiento emocional o síndrome de sobrecarga del cuidador.

Dado el carácter progresivo y cambiante de las enfermedades neurodegenerativas, el programa incorpora un modelo de acompañamiento continuado y asesoramiento adaptativo, que permite ajustar las intervenciones a las necesidades emergentes de la persona afectada y de su entorno familiar en cada etapa de la enfermedad. Este enfoque facilita la anticipación de dificultades, la planificación de los cuidados y la adopción de estrategias de apoyo acordes con la evolución de cada situación particular.

La implementación del Programa de Información, Orientación y Asesoramiento genera un impacto positivo tanto en las personas afectadas por deterioro cognitivo o demencia como en sus familiares y personas cuidadoras, favoreciendo una mejor adaptación al proceso de la enfermedad y promoviendo una atención más eficaz, segura y centrada en la persona.

Entre los principales beneficios derivados de la participación en el programa destacan:

- ❖ Fortalecimiento de las competencias de cuidado y de la capacidad de toma de decisiones de familiares y personas cuidadoras, incrementando su nivel de conocimiento, autonomía y seguridad en el manejo de las situaciones cotidianas asociadas a la enfermedad.
- ❖ Reducción de la sobrecarga física, emocional y psicológica vinculada al ejercicio continuado de los cuidados, mediante la adquisición de estrategias de afrontamiento, habilidades de autocuidado y acceso a apoyos especializados.
- ❖ Mejora de la calidad de vida de la persona afectada, favoreciendo la aplicación de intervenciones y pautas de atención que promuevan el mantenimiento de capacidades preservadas, la autonomía funcional y el respeto a su dignidad y preferencias personales.
- ❖ Fortalecimiento de las relaciones familiares y del entorno de apoyo, mediante la mejora de los procesos de comunicación, comprensión y adaptación a los cambios derivados de la evolución de la enfermedad.
- ❖ Facilitación del acceso a recursos, prestaciones y servicios de carácter sanitario, social y comunitario, optimizando la coordinación de apoyos y favoreciendo una respuesta integral a las necesidades de la persona y su familia.

En este contexto, el Programa de Información, Orientación y Asesoramiento se configura como un recurso esencial de apoyo, capacitación y acompañamiento para las familias que afrontan las consecuencias derivadas del deterioro cognitivo y las demencias. Su enfoque integral, interdisciplinar y centrado en la persona permite proporcionar información rigurosa, orientación especializada y apoyo continuado a lo largo de todo el proceso evolutivo de la enfermedad.

A través de actuaciones orientadas al desarrollo de competencias para el cuidado, el fortalecimiento emocional, la promoción de competencias familiares y la facilitación del acceso a recursos especializados, el programa contribuye a mejorar la capacidad de adaptación de las familias, incrementar la calidad de los cuidados prestados y favorecer el bienestar físico, emocional y social de todas las personas implicadas.

De este modo, constituye una herramienta estratégica para la promoción de una atención más humanizada, coordinada y eficiente, garantizando que las personas afectadas y sus entornos cuidadores dispongan de los conocimientos, apoyos y recursos necesarios para afrontar la enfermedad con mayores niveles de seguridad, confianza y resiliencia.

2.2.2. Servicio de apoyo psicológico

La prestación continuada de cuidados informales implica una elevada carga física, emocional y asistencial, constituyendo un factor de riesgo para el desarrollo de sobrecarga del cuidador, estrés crónico, sintomatología ansioso-depresiva y otras alteraciones del bienestar psicosocial. Mediante este servicio se pretende prevenir el deterioro de la salud mental de las personas cuidadoras, proporcionando intervención psicológica, psicoeducación y estrategias de afrontamiento basadas en la evidencia que favorezcan el mantenimiento de su calidad de vida. Asimismo, la intervención contribuye a optimizar la continuidad de los cuidados en el entorno domiciliario, reduciendo el riesgo de institucionalización precoz de la persona afectada, asociada tanto al incremento de la complejidad asistencial como al impacto emocional, funcional y organizativo derivado del proceso de 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. Intervención Psicológica Individual para Personas Cuidadoras

Esta modalidad de intervención está dirigida a personas cuidadoras que presentan elevados niveles de sobrecarga emocional o situaciones de especial vulnerabilidad derivadas del desempeño continuado de las tareas de cuidado. La intervención, de carácter individualizado, tiene como finalidad prevenir el deterioro de la salud mental, fortalecer los recursos personales de afrontamiento y favorecer la adaptación al proceso de enfermedad de la persona cuidada. Los objetivos específicos son:

- Brindar un espacio seguro para la expresión y canalización de emociones.
- Favorecer el proceso de adaptación y aceptación del diagnóstico, así como de las consecuencias funcionales, emocionales y sociales derivadas de la evolución de la enfermedad.
- Identificar y modificar patrones de conducta disfuncionales en la dinámica de cuidado.
- Prevenir la aparición o cronificación de sintomatología clínica relacionada con la sobrecarga del cuidado, incluyendo trastornos de ansiedad, depresión, estrés crónico y síndrome de sobrecarga del cuidador.
- Potenciar estrategias de afrontamiento adaptativas, habilidades de resolución de problemas, manejo de conflictos y comunicación efectiva, promoviendo un funcionamiento familiar más saludable y una adecuada distribución de las responsabilidades asistenciales.

b. Intervención Psicológica Familiar

La demencia constituye una enfermedad de elevado impacto biopsicosocial cuyas repercusiones trascienden a la persona afectada y a la persona cuidadora principal, incidiendo sobre el funcionamiento, la organización y el equilibrio del sistema familiar. En este contexto, la

intervención psicológica familiar tiene como finalidad fortalecer las competencias familiares para afrontar el proceso de enfermedad, favorecer la adaptación a las nuevas demandas asistenciales y optimizar el funcionamiento relacional y organizativo de la unidad familiar.

Los objetivos específicos de esta intervención son:

- Favorecer patrones de comunicación funcionales que promuevan la coordinación, la cooperación y la toma de decisiones compartida entre los miembros de la unidad familiar.
- Facilitar una distribución equitativa y consensuada de las responsabilidades asistenciales, con el fin de prevenir situaciones de sobrecarga física y emocional de la persona cuidadora principal.
- Identificar e intervenir sobre factores generadores de conflicto, potenciando estrategias de resolución de problemas, apoyo mutuo y cohesión familiar.
- Proporcionar formación sobre la enfermedad, su evolución clínica y sus repercusiones funcionales, conductuales y emocionales, favoreciendo la comprensión del proceso de cuidado y la adquisición de estrategias de manejo adaptativas.

c. Intervención Grupal: Grupo de Apoyo para Personas Cuidadoras y Familiares

La intervención grupal constituye un recurso terapéutico y psicoeducativo orientado a favorecer el bienestar psicológico de las personas cuidadoras y familiares de personas con demencia, mediante la creación de un espacio estructurado de apoyo, aprendizaje compartido y fortalecimiento de las redes de soporte social. Esta modalidad de intervención facilita el intercambio de experiencias, promueve estrategias de afrontamiento adaptativas y contribuye a disminuir el impacto psicosocial asociado al proceso de cuidado.

Favorecer la expresión, identificación y validación de las respuestas emocionales derivadas del ejercicio continuado del rol de cuidador, normalizando las experiencias compartidas y reduciendo el malestar psicológico.

- ❖ Potenciar el apoyo social percibido mediante el establecimiento de vínculos entre personas que afrontan situaciones asistenciales similares, disminuyendo el aislamiento social y fortaleciendo el sentimiento de pertenencia al grupo.
- ❖ Facilitar el intercambio de estrategias de afrontamiento, recursos comunitarios y buenas prácticas relacionadas con el manejo de las alteraciones cognitivas, funcionales y conductuales asociadas a la demencia.
- ❖ Promover el desarrollo de competencias personales y familiares que incrementen la resiliencia, la autoeficacia percibida y la capacidad de adaptación a las demandas progresivas del cuidado, contribuyendo a la prevención de la sobrecarga física y emocional.

El Servicio de Apoyo Psicológico a Familias y Personas Cuidadoras se fundamenta en un modelo de atención integral centrado en la persona y en la familia, que reconoce el bienestar de la persona cuidadora como un elemento determinante para la continuidad y la calidad de los cuidados. Desde esta perspectiva, la intervención psicológica se orienta a fortalecer las capacidades de afrontamiento y optimizar el funcionamiento familiar durante las diferentes fases evolutivas de la enfermedad, proporcionando apoyo especializado para abordar las necesidades emocionales, sociales y asistenciales derivadas del proceso de demencia.

2.3. Programas de intervención socio comunitaria

2.3.1. Programas de sensibilización social

La Asociación de Alzheimer de Ávila desarrolla un conjunto de actuaciones de carácter informativo, divulgativo y de sensibilización dirigidas a la población de la provincia de Ávila, con el objetivo de promover el conocimiento de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, favorecer su detección precoz, reducir el estigma social asociado a estas patologías y fomentar una mayor concienciación sobre las necesidades de las personas afectadas y de sus familias. 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:

- ❖ Diseño e impartición de acciones informativas y divulgativas, tales como conferencias, jornadas, talleres y mesas informativas, dirigidas a la población general y a colectivos específicos.
- ❖ Desarrollo de reuniones y actuaciones de coordinación con profesionales y entidades de los sistemas sanitario, social y sociosanitario, con el fin de fortalecer la colaboración interinstitucional y optimizar la atención integral a las personas con demencia.
- ❖ Organización de las actividades conmemorativas del Día Mundial del Alzheimer, mediante la realización de campañas de sensibilización, actos de difusión, actividades comunitarias y acciones de comunicación dirigidas a incrementar la visibilidad de la enfermedad y su impacto sociosanitario.
- ❖ Promoción de iniciativas de participación comunitaria, campañas solidarias y eventos benéficos destinados a sensibilizar a la población, fortalecer la implicación del tejido social y apoyar la sostenibilidad de los programas desarrollados por la entidad.

Mediante este conjunto de actuaciones, la Asociación pretende fortalecer el conocimiento y la sensibilización social sobre las demencias, favorecer la detección y el acceso temprano a los recursos especializados, impulsar la creación de entornos más inclusivos y accesibles para las personas afectadas y sus familias, y consolidar una cultura comunitaria basada en la comprensión, la solidaridad y el respeto a los derechos de las personas con demencia.

Las principales actividades realizadas durante el año 2025 se detallan a continuación:

- ❖ ACTIVIDADES REALIZADAS EN ÁVILA CÁPITAL
 - Linternas del cielo.
 - Charlas informativas de Neuropsicología.
 - Juegos Intergeneracionales.
 - Presentación del libro "Carlo y Memorin" a beneficio de la asociación y participación en la Feria del Libro en Ávila.
 - Desayuno informativo con motivo del Día Mundial de Alzheimer (CEAFA)
 - Celebración del Día Mundial de Alzheimer (Misa, Mesa de cuestación, alumbrado de Cuatro Postes, Cena).
 - Charla Alzheimer "Desde todas las miradas".
 - Jornada sociosanitaria en Hospital Ntra. Sra. de Sonsoles.

- IV Carrera de Bienvenida de la Escuela de Policía.
- Carrera Zancadas de Esperanza.
- Campaña de sensibilización “Lo que olvido no borra lo que soy”.
- Participación en el programa de radio Vive! Radio Ávila.
- Participación en las actividades organizadas por el Día Mundial de la Discapacidad, por Consejo Municipal de Personas con Discapacidad.
- Feria de empleo Avil@ Jobs.
- Participación en la jornada organizada por Cruz Roja por el Día Internacional del Voluntariado.
- Participación en el Concurso de Atavíos Medievales por la Discapacidad organizado por el Ayuntamiento de Ávila.
- Participación en el Carnaval 2025 por la Discapacidad organizado por el Ayuntamiento de Ávila.
- ❖ ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA PROVINCIA DE ÁVILA
 - Programa piloto de Detección Precoz y Atención Temprana y de envejecimiento saludable en el medio rural.
 - Charlas informativas realizadas en 7 localidades de la provincia de Las Berlanas, El Fresno, San Pedro del Arroyo, Casillas, Santa María del Tiétar, Las Adrada y Piedralaves.
 - Carrera Solidaria Navarrevisca.
 - Mercado Navideño en la sede de la Asociación “Las Escuelas”. Urraca Miguel
 - IX San Silvestre Solidaria Burgohondeña (Burgohondo).
 - Participación en el acto organizado en El Fresno por el Día Internacional de la Discapacidad.
- ❖ ACTIVIDADES REALIZADAS FUERA DE LA PROVINCIA DE ÁVILA
 - Participación en Punto Volutare, con el proyecto “Memoria Compartida”
 - Participación en el Congreso Nacional de Alzheimer en Ibiza, con el proyecto “La Voz de la Memoria”.
 - Representación en el Senado de España por la presentación del Pacto por el Recuerdo.

2.3.2. Programas de voluntariado

El Programa de Voluntariado de la Asociación de Alzheimer de Ávila constituye un recurso estratégico de apoyo a la intervención sociosanitaria desarrollada por la entidad, contribuyendo al cumplimiento de sus fines estatutarios y complementando la actuación de los equipos profesionales desde un modelo de atención integral centrado en la persona. La participación del voluntariado aporta un importante valor añadido en los ámbitos asistencial, comunitario y de sensibilización social, favoreciendo el bienestar de las personas con demencia, sus familias y el entorno comunitario.

En el ámbito de la intervención directa, el voluntariado desarrolla funciones de apoyo no sustitutivas de la actuación profesional, colaborando en la ejecución de actividades de estimulación cognitiva, funcional, social y ocupacional dirigidas a las personas usuarias de los diferentes recursos de la entidad. Su participación favorece la adherencia a las actividades terapéuticas, estimula la interacción social, promueve la participación activa de las personas

atendidas y contribuye al mantenimiento de sus capacidades preservadas, así como a la prevención del aislamiento y la exclusión social.

Asimismo, el voluntariado participa en el desarrollo de actividades complementarias, eventos comunitarios y campañas de sensibilización, colaborando en la organización logística y en la ejecución de actuaciones orientadas a incrementar la visibilidad de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, promover el conocimiento de estas patologías y favorecer la concienciación social sobre las necesidades de las personas afectadas y de sus familias. Estas actuaciones contribuyen a reducir el estigma asociado a las demencias, fomentar la participación comunitaria y fortalecer el compromiso social con este colectivo.

Con el fin de garantizar el adecuado desempeño de la acción voluntaria, las personas voluntarias participan en un proceso de formación que comprende una formación básica sobre el marco del voluntariado, incluyendo sus derechos y deberes, así como una formación específica sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, sus manifestaciones clínicas y el impacto biopsicosocial que generan en las personas afectadas y sus familias. Asimismo, reciben capacitación en técnicas de comunicación, acompañamiento y apoyo emocional, así como en las pautas de actuación establecidas por la entidad, garantizando una intervención coordinada, segura y alineada con el modelo de atención centrada en la persona.

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 2025, la asociación contó con la colaboración de 46 voluntarios, cuyo compromiso y solidaridad han sido esenciales para continuar con esta importante labor.

2.3.3. Programa piloto de envejecimiento saludable

La Asociación de Alzheimer de Ávila desarrolla un programa de promoción del envejecimiento saludable y prevención del deterioro cognitivo, dirigido a personas mayores residentes en el municipio de Ávila y en diferentes localidades de la provincia. Esta intervención comunitaria tiene como finalidad favorecer el mantenimiento de las capacidades cognitivas, funcionales y sociales, promoviendo hábitos de vida saludables y estrategias preventivas que contribuyan a preservar la autonomía personal y la calidad de vida.

El programa se desarrolla en colaboración con ayuntamientos y entidades del ámbito social y comunitario, facilitando el acceso de las personas mayores, especialmente aquellas residentes en el medio rural, a actuaciones preventivas especializadas. Su diseño se fundamenta en un enfoque de promoción de la salud, basado en la evidencia científica que identifica la estimulación cognitiva, la actividad física, la participación social y el bienestar emocional como factores protectores frente al deterioro cognitivo y otras enfermedades neurodegenerativas.

Las actividades son diseñadas e impartidas por profesionales especializados, quienes adaptan los contenidos y la metodología a las características y necesidades de cada grupo de participantes, garantizando una intervención individualizada, accesible y ajustada al contexto de cada municipio.

Además del entrenamiento de las funciones cognitivas, el programa incorpora actuaciones dirigidas a fomentar la interacción social, prevenir situaciones de aislamiento y soledad no deseada, fortalecer las redes de apoyo comunitario y promover la participación activa de las

personas mayores en su entorno, favoreciendo un envejecimiento activo, saludable y participativo.

Durante el ejercicio 2025, el programa atendió a personas pertenecientes a 13 municipios de la provincia de Ávila, entre los que se encuentran Maello, Martiherrero, Padiernos, Burgohondo y Navaluenga, entre otros, contribuyendo a acercar actuaciones preventivas a zonas con menor disponibilidad de recursos especializados y favoreciendo la equidad territorial en el acceso a programas de promoción de la salud.

La implementación de este programa ha permitido reforzar las capacidades cognitivas y funcionales de las personas participantes, incrementar su participación social y promover su bienestar biopsicosocial, consolidándose como un recurso preventivo de referencia dentro de las actuaciones comunitarias desarrolladas por la Asociación en materia de envejecimiento saludable y prevención de las demencias.

2.3.4. Programas 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, así como de sus localidades cercanas.

Desde la Asociación de Alzheimer de Ávila y siendo conocedores de la realidad, que existe en torno a la enfermedad y la dificultad en el acceso a la información y al diagnóstico en el ámbito rural, se han realizado, a lo largo de los años, distintos proyectos y actividades dirigidas a la sensibilización, información y atención de las personas, que residen en los municipios de la provincia de Ávila, donde el acceso a los recursos se ve condicionado por los kilómetros que separan a estos municipios de Ávila capital.

A lo largo del año 2025 se ha dado continuidad al programa de detección y atención del deterioro cognitivo y las demencias, con el objetivo de dar respuesta a las necesidades asistenciales de 12 municipios de la provincia, entre los que se encuentran El Barraco, Piedrahíta, Casillas, La Adrada, El Fresno, Las Berlanas, Santa M.^a del Tiétar, San Pedro del Arroyo y Navaluenga, entre otros.

Por medio de este programa se ha desarrollado un proceso divulgativo, a través del cual 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 llevan a cabo charlas, y diversas actividades 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, 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 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 ha realizado un programa de formación itinerante dirigido a las localidades de El Fresno, Las Berlanas, San Pedro del Arroyo, Santa M.^a del Tiétar, Casillas y La Adrada.

A través de este servicio, que se adapta a las necesidades individuales, se les proporciona la información necesaria en cuanto a la detección precoz de la enfermedad, con el fin de conseguir su diagnóstico temprano y, por lo tanto, su tratamiento. Asesorándoles también sobre las características de la enfermedad y el desarrollo de esta, las pautas y herramientas para el manejo de las situaciones que se pueden presentar en el día a día, así como los recursos existentes que pueden ayudar a hacer frente a la enfermedad.

2.3.5. Proyecto Tejiendo redes de Apoyo

Proyecto de intervención comunitaria de reciente implantación en fase de desarrollo, dirigido a promover la autonomía personal, la participación social y la permanencia en el entorno habitual de las personas con deterioro cognitivo o demencia en fases iniciales, mediante el fortalecimiento de los apoyos comunitarios y la implantación de recursos de acompañamiento personalizados. Su finalidad es prevenir situaciones de dependencia, aislamiento social y soledad no deseada, favoreciendo el mantenimiento de la capacidad funcional y de la calidad de vida de las personas beneficiarias.

La intervención surge como respuesta a las necesidades detectadas en el ámbito rural de la provincia, donde la dispersión geográfica, el envejecimiento poblacional y la limitada disponibilidad de recursos especializados incrementan el riesgo de aislamiento y dificultan el acceso a apoyos formales e informales. En este contexto, el proyecto pretende acercar recursos de proximidad que permitan reforzar la atención personalizada y promover entornos comunitarios más inclusivos y corresponsables en el cuidado de las personas con deterioro cognitivo.

Para alcanzar estos objetivos, el proyecto se estructura en dos líneas estratégicas de actuación:

- ❖ Una primera línea de actuación: Dirigida a fomentar el apoyo vecinal, canalizándolo como fuente de interacción social, con el fin de contribuir a crear una red de apoyo que mitigue estos sentimientos de soledad.
- ❖ Una segunda línea de actuación: Dirigida a la formación de asistentes personales capacitados en el manejo de estas situaciones, que pueden garantizar una atención adecuada y mejorar la calidad de vida de aquellos afectados, que no disponen de una red de apoyo familiar o social suficiente para proporcionar este tipo de asistencia.

A través de ambas líneas de actuación, el proyecto promueve un modelo de intervención preventiva, comunitaria y centrada en la persona, orientado a reforzar los apoyos naturales y

profesionales, prevenir la institucionalización prematura, favorecer la inclusión social y garantizar que las personas con deterioro cognitivo puedan continuar desarrollando su proyecto de vida en su entorno habitual con las máximas condiciones de autonomía, seguridad y bienestar.

3. Ampliación del Centro de Atención Integral a Demencias

La Asociación de Alzheimer de Ávila desarrolla su actividad en el Centro de Atención Integral a Personas con Demencia, un recurso sociosanitario especializado concebido para proporcionar una atención integral a personas con deterioro cognitivo, enfermedad de Alzheimer y otras demencias, así como apoyo especializado a sus familias y personas cuidadoras. El centro constituye el principal dispositivo asistencial de la entidad y concentra los programas de prevención, promoción de la autonomía personal, intervención terapéutica y atención diurna, ofreciendo una respuesta continuada e interdisciplinar adaptada a las diferentes fases de la enfermedad.

El centro fue inaugurado en marzo de 2011 y, con el fin de dar respuesta al incremento de la demanda asistencial y a la ampliación de la cartera de servicios, en el año 2020 se acometió una ampliación de sus instalaciones. Actualmente dispone de una superficie construida de 1.706 m², distribuida en dos plantas funcionalmente diferenciadas y diseñadas para facilitar el desarrollo de intervenciones terapéuticas, rehabilitadoras y de apoyo psicosocial, en un entorno seguro, accesible y adaptado a las necesidades específicas de las personas con demencia.

La Asociación de Alzheimer de Ávila mantiene un firme compromiso con la mejora continua de la calidad asistencial y la innovación en la prestación de sus servicios, impulsando un proceso permanente de adaptación a las necesidades cambiantes de las personas con deterioro cognitivo o demencia y de sus familias. En este marco, la entidad ha promovido, de forma progresiva, diferentes actuaciones de ampliación, modernización y adecuación de sus instalaciones, con el objetivo de optimizar los espacios asistenciales, mejorar la accesibilidad, incorporar nuevos recursos y garantizar un entorno seguro, funcional y adaptado a los principios del modelo de Atención Integral Centrada en la Persona.