

Programación de Actividades 2017

Asociación de Cuidadores y Enfermos de Alzheimer Bezmiliana (ASALBEZ)

INTRODUCCIÓN

El programa de actividades de orientación no farmacológica implementado, está basado en el principio de la neuroplasticidad, entendido como la respuesta del cerebro para adaptarse a las nuevas situaciones y restablecer su equilibrio alterado (Geschwind, 1985). Se trata de una flexibilidad morfológica del sistema nervioso que posibilita algunos fenómenos como la sinaptogénesis y el botonamiento axonal y colateral (Guzmán, 1993) ya que se ha evidenciado la capacidad de las neuronas lesionadas para regenerarse y establecer conexiones nuevas, así como la posibilidad de que las neuronas supervivientes a una lesión puedan recuperarse y adaptarse funcionalmente.

1. ***Psicoestimulación Cognitiva Individual:*** Actividades de estimulación de la memoria: se trabaja mediante reminiscencia (recuerdo de cosas pasadas), listas de palabras, series de números, estrategias mnemotécnicas. Atención: mediante imágenes superpuestas, búsqueda de elementos gráficos y figuras, sopa de letra. Gnosias: enseñar objetos, dibujos, fotos, las cuales deben ser reconocidas por el paciente. Lenguaje: estimular la conversación, sinónimos y antónimos, comprensión verbal, lectura, dictados. Praxias: coordinación de movimientos con las manos para un fin determinado, manipulación de objetos, recortar, dibujar, colorear. Cálculo: problemas aritméticos, sumas, restas. Razonamiento lógico / abstracto: abarcan todas aquellas actividades encaminadas al entrenamiento en capacidades ejecutivas como planificación, ordenación y categorización. Orientación: espacial, temporal y de la persona. Actividades de socialización: realización de actividades que fomentan las relaciones sociales entre ellos y su entorno.
2. ***Estimulación Cognitiva Grupal:*** Cada usuario es asignado a un grupo de trabajo en función de su deterioro cognitivo, las actividades grupales que se realizan van orientadas a preservar la atención, el lenguaje, la orientación, actividades de la vida diaria etc.. ejemplo: ahorcado, taller de compra, recuerdo de cantantes y actores, higiene, profesiones, taller de lectura... La realización de dicha actividad se lleva a cabo de lunes a viernes con una duración aproximada de 1 hora. Con ayuda del proyector trabajamos en grupo fichas de estimulación.
3. ***Taller de Musicoterapia:*** La musicoterapia es el uso de la música y sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía), en un proceso creado para facilitar, promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, para así satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.

Entre las actividades realizadas en grupo destacar dos que han tenido bastante aceptación: Ejercicios de canto e improvisación y Baile y coordinación.

4. **Taller Lúdico:** Se favorece la participación social mediante actividades como el bingo, parchís, dominó, tiro a la diana, bolos, entre otros.
6. **Terapia con animales:** Con esta actividad se quiere favorecer la estimulación de los participantes en sus diferentes dimensiones: cognitiva, física, sensorial, emocional y social. Los animales son una fuente de estimulación inagotable y un recurso terapéutico excelente. Se pretende organizar tres veces al año con la colaboración de Gauni, perro guía de la Fundación ONCE.
7. **Taller de Imagen Corporal:** La autoestima es una esfera bastante importante y gracias a este taller de imagen corporal se promueve un clima afectivo donde abundan los piropos y risas y gracias a ello se divierten y se sienten mejor.
8. **Wii terapia:** se basa en una defensa del videojuego y del potencial de las videoconsolas como alternativa lúdica de estimulación cognitiva y como una oportunidad para la mejora integral de la calidad de vida de las personas con demencia. Utilizando la videoconsola Wii y juegos de entrenamiento cerebral se pretende generar una situación lúdica que permita la estimulación de las funciones cognitivas superiores y promueva la interacción social.
9. **Laborterapia:** Con la realización de las manualidades o arteterapia, pretendemos preservar la orientación sobre todo a nivel temporal, ya que muchas de ellas se realizan en relación a la estación del año en la que nos encontramos mediante la realización de murales y decoración del aula.
10. **Estimulación Psicomotriz:** Cuando la persona tiene ya diagnosticada una demencia, y se han manifestado sus déficits, se trabaja a nivel psicomotor para darle una calidad de vida, una mejora de sus déficits, un placer obtenido del movimiento y del trabajo corporal.
11. **Programa de Rehabilitación Cognitiva Grador:** Mediante programas como el Grador se combina la terapia de estimulación escrita y la de ordenador, dando mayor prioridad a la primera y dedicándole a la segunda media hora o un cuarto de hora en cada sesión, dependiendo de las características de cada persona. La acogida en los usuarios ha sido buena. No siempre nos encontramos con un paciente receptivo por lo que adaptamos las fichas según el caso y la situación personal. En todo momento se intenta realizar una estimulación cognitiva variada (abarcando diferentes áreas) para que no resulte aburrida y así mantener su atención.

12. **Programa de Ocio y Tiempo Libre:** es una actividad elegida que produce diversión, bienestar, relajación o descanso; formando parte de las actividades de la vida diaria. Las personas con demencia van padeciendo una pérdida progresiva de sus destrezas psicosociales, que junto con la disminución de sus capacidades cognitivas funcionales, producen una alteración en las diferentes áreas del desempeño ocupacional, y por lo tanto una deficiente ejecución en las actividades de ocio y tiempo libre.
13. **Terapia Hortícola:** Recorrer el jardín, oler las flores, contemplar y escuchar los sonidos de la naturaleza, sentir los rayos del sol y la brisa... son sensaciones que estimulan los sentidos de las personas que padecen Alzheimer y les hacen revivir experiencias pasadas.
14. **Estimulación con Maniquí:** Se trata de usar un maniquí como medio para estimular el esquema corporal, la lateralidad y llevar a cabo actividades de la vida diaria (vestido y complementos).
15. **Programa de Estimulación Cognitiva por Tablet STIMULUS:** es la APP profesional de estimulación y rehabilitación cognitiva, que retrasa el deterioro cognitivo provocado por el Alzheimer u otras enfermedades neurodegenerativas. Ofrece un amplio conjunto de actividades interactivas con distintos niveles de dificultad para entrenar áreas como cálculo, memoria de trabajo, atención, percepción o funciones ejecutivas.
16. **Método Montessori:** intervención específicamente creada y dirigida a personas con demencia en estadios graves. Consiste en la realización de actividades programadas basadas en las actividades cotidianas, utilizando técnicas de rehabilitación cognitiva como: división de tareas, repetición guiada, progresión de simple a complejo, y progresión de concreto a abstracto.

FORMACIÓN

- **Taller de Cuidadores:** impartido todos los viernes de 10:15 a 12:00.
- **Curso de Voluntariado.** Se impartirá un día a la semana, una hora, a acordar con los voluntarios. Duración un mes.
- **Charlas informativas al Cuerpo Local de Policías** del Municipio de Rincón de la Victoria. Organizadas dentro del Protocolo de Actuación conjunta Policía Local - ASALBEZ en caso de desaparición.

DIFUSIÓN

- Jornada Escolar en CEIP Nuestra Señora de Lourdes. Dirigido a todo el alumnado (Infantil y Primaria) Con motivo de la Marcha solidaria contra el Alzheimer.
- Asistencia a charlas radiofónicas Radio Victoria 107.1
- Sensibilización a los diferentes colectivos: alumnado, centro de salud, asociaciones de mujeres, entre otros.

CHARLAS INFORMATIVAS

Se van organizando según los temas más demandados por los familiares y personal de la Asociación.

PROYECTOS A REALIZAR EN ESTE AÑO 2017

- Calendario “Para que no caigamos en el olvido”
- Realización de una agenda escolar.
- III Gala- Pasarela.
- Mercadillo Solidario.
- Sugerencias:
