MEMORIA DE ACTIVIDADES 2021

Asociación de Cuidadores y Enfermos de Alzheimer Bezmiliana (ASALBEZ)

ASALBEZ

Para que no caigamos en el olvido

INTRODUCCIÓN

Durante el año 2021, la Asociación realizó actividades en caminadas a la consolidación de su estructura, la gestión y administración de sus recursos y el establecimiento o mantenimiento de relaciones con otras entidades.

Han sido varias las medidas adoptadas y continuadas para garantizar las máximas condiciones de seguridad, tanto a trabajadores como a nuestros usuarios. Entre ellas destacar la desinfección previa de todas las instalaciones. Trabajadores y usuarios tuvieron que hacerse test rápidos, gracias a la colaboración del Centro de Salud de Rincón, para descartar este virus antes de la incorporación a talleres. Cada nuevo ingreso es comunicado a la enfermera de enlace, Felisa. Ella es quien se puso en contacto con la familia para la realización del test de antígenos, antes de su incorporación a talleres.

En el transporte también hemos continuado con las medidas del año 2020, limitando el número de ocupantes a 4 personas por viaje, con un asiento de separación entre ellos y procediendo a la desinfección del vehículo en cada viaje. ASALBEZ ha invertido capital en la compra de mamparas protectoras de separación entre las mesas, dos termómetros infrarrojos para el control exhaustivo de la temperatura. Si tiene más de 37 grados, no podrá acudir a talleres. En este caso avisaríamos a la enfermera de enlace para que active protocolo COVID. El usuario permanecerá en casa hasta el resultado del test. También hemos recibido del Ayuntamiento de Rincón mascarillas quirúrgicas y FFP2.

Desde que retomamos los talleres el 1 de julio de 2020 sólo tuvimos que cerrar 15 días en Agosto de 2021 por un caso de COVID en nuestro centro. Durante todos los meses de trabajo hemos realizado actividades de captación de socios y sensibilización del Alzheimer, otras demencias y de las actividades de la propia Asociación; en ellas intervinieron miembros de la Asociación y voluntariado.

JUNTA DIRECTIVA

La **Junta Directiva** que conforma la Asociación de Familiares y cuidadores de enfermos de Alzheimer Bezmiliana, desde noviembre de 2019 está compuesta por 6 socios voluntarios:

Doña María Jesús Román Ruiz	Presidenta
Doña Palmira Sánchez Barbero	Vicepresidenta
Doña Aurora Moreno Flores	Secretaria
Doña Rosario Díaz Bersabé	Tesorera
Don Miguel Ángel Sánchez Robles	1ªVocal
Don Joaquín Yuste Martín	2º Vocal

EQUIPO TÉCNICO

En el apartado **profesional** destacamos el equipo técnico formado por:

Doña Victoria Arminda Albarracín Castillo. Psicóloga Sanitaria y Psicopedagoga.
Doña Noelia Palma Carrillo. Trabajadora Social.
D. Sergio Rodríguez Huertas. Auxiliar de Enfermería.
Doña Ángela Díaz Bersabé T é cnico Sociosanitario.

VOLUNTARIADO

Dentro de esta entidad, los voluntarios son un pilar muy importante. Nuestra asociación cuenta con un Plan de Voluntariado vigente, estamos inscritos en el Registro General de Entidades de voluntariado de Andalucía, con número de inscripción 2732 a fecha del 2 de Septiembre de 2015.

En Julio de 2021 volvimos a incorporar a tallares a nuestro equipo de voluntariado. Se han dado de alta dos voluntarios nuevos para talleres. Manteniéndose el voluntariado de sensibilización y difusión. El cómputo total de voluntariado activo en las terapias no farmacológicas ha sido de 20 personas en el año 2021. Actualmente dimos de baja a dos, pero se han incorporado dos nuevos miembros.

<u>PERSONAS BENEFICIARIAS DIRECTAS</u>

En el año 2021 se han incorporado a talleres 11 personas nuevas. En total han realizado terapias no farmacológicas 27 personas, de las cuales 12 han sido hombres y 15 han sido mujeres.

Los usuarios se han distribuido en dos fases. Fase Leve: 20 personas y Fase Moderada 3

Hemos tenido 4 bajas, de las cuales 0 ha sido por fallecimiento, 0 por ser una estancia temporal, 1 debido al avance de la enfermedad y 3 por miedo al contagio por COVID-19.

PERSONAS BENEFICIARIAS INDIRECTAS

A lo largo de este año 2021, nuestra Asociación ha llevado a cabo una labor más indirecta a un total de 81 personas entre familiares y cuidadores de personas con demencia.

El número de socios en 2021 ha sido de 108 socios a fecha 31 de Diciembre de 2021. Ocurre que cuando la familia se desvincula con la asociación debido a fallecimiento, ingreso en residencia o bien baja por empeoramiento de la enfermedad, deciden borrarse como socios. Este suceso nos hace replantearnos algunos puntos de mejora para el año 2022.

ACTIVIDADES Y SERVICIOS

Información y Asesoramiento

El programa de Información y Asesoramiento, cubre dos objetivos importantes dentro de la entidad, uno es la sensibilización e información social, más general y amplia y otra un asesoramiento más puntual, según cada usuario y su entorno.

A través de nuestra página web, ASALBEZ en este año 2021ha obtenido un rendimiento total de 1,95 mil visualizaciones. 1,01 mil búsquedas y 675 de Actividad. Esta cifra indica que nuestra labor de sensibilizar, llega cada día a más familias interesadas, directa o indirectamente por la demencia Alzheimer.

ÁREA DE TRABAJO SOCIAL

- Identificación de la demanda.
- Información sobre servicios de la asociación.
- Información sobre recursos para pacientes y cuidadores.
- Información para el nuevo asociado.
- Rellenar ficha de asistencia.
- Explicar condiciones y normas para los distintos servicios.
- Derivación, si fuera necesario, a otros profesionales de la Asociación.
- Derivación, si fuera necesario, a otras entidades (SSCC, Centro de Salud, etc.).
- Explicación de las implicaciones de pertenecer a la Asociación (para socios beneficiarios).
- Informar de los derechos y deberes de los socios.
- Hacer ficha de socio.
- Incidir en la necesidad de que socios beneficiarios participen en la Asociación.
- Llevar registro de los socios.
- Listado informatizado de socios.
- Notificar reuniones, incidencias, avisos, etc. A los socios.
- Enviar cartas para el cobro de recibos al banco.
- Dar de baja a socios.

ELABORACIÓN DE PROGRAMAS Y MEMORIAS

- Informar de las convocatorias para los distintos programas y del plazo de entrega de programas y memorias.
- Planificación, junto a J.D. y psicóloga, de servicios a prestar por la Asociación para determinar los programas a presentar.
- Informar de los programas que se hacen a través de otras entidades (CONFEAFA, Fed. De Málaga).
- Coordinación de las distintas subvenciones solicitadas, a priori, para cubrir los servicios.
- Realización de programas de T. Social y otros profesionales, salvo psicóloga, para Ayuntamiento, Diputación, Junta de Andalucía y cajas de ahorro.
- Modificación de los presupuestos, junto a J.D., para coordinar las distintas subvenciones concedidas para cubrir los servicios.
- Elaboración de las memorias para la finalización de los programas, salvo los de psicóloga.
- Elaboración de memoria de la actividad desarrollada para informar a la Junta Directiva de la Asociación, a requerimiento de esta.

COORDINACIÓN CON OTROS PROFESIONALES Y ORGANISMOS

- Planificación y ejecución de reuniones específicas mensuales con la Junta Directiva de la Asociación.
- Servicios Sociales Comunitarios de Rincón de la Victoria (trabajadores sociales y concejal). Para la elaboración de programas, derivación de posibles afectados e intervención en casos comunes.
- Coordinación con profesionales del Centro de Salud (trabajadora social y enfermera de enlace). Para la derivación de posibles afectados y seguimiento de casos comunes.
- Coordinación con la Federación de Alzheimer de Málaga (trabajadora social y secretaria).Gestión de trámites en representación de la Asociación y puesta en común con otros profesionales.
- Coordinación con el centro de Inserción Social EVARISTO MARTINNIETO DE MALAGA.
- Coordinación con la Universidad de Málaga para posibles convenios de alumnos en Prácticas.
- Encuentro anual con otros profesionales de Asociaciones de Alzheimer de Andalucía.
- Revisión diaria del correo de Internet y notificación de lo relevante a la J.D.
- Revisión diaria del correo postal y notificación de lo relevante a la J.D..

GESTIONES Y TRAMITACIONES

- Informar de los documentos necesarios para los distintos trámites de interés para la Asociación.
- Informar de los documentos necesarios para los distintos trámites de interés para sus socios.
- Supervisión de los plazos de entrega de documentación.
- Elaborar la documentación necesaria para los trámites a entregar.
- Llevar la documentación a la correspondiente Administración.

ÁREA DE AUXILIAR DE ENFERMERÍA

Atención a personas con la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

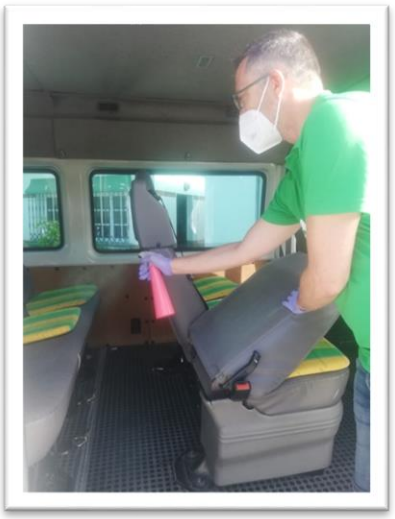
OBJETIVOS

Desde el punto de vista del Auxiliar de Enfermería se busca la ayuda y supervisión de las actividades que no puede realizar el propio paciente, alimentación; la limpieza del

local donde se realizan los talleres, compra de alimentos y productos necesarios para la asociación; Monitor de transporte.

METODOLOGÍA

- Uso del Baño: Ayuda, supervisión, cambio de pañal, cambio de muda, higiene en el uso del wc. Lavado de manos…
- Alimentación: preparación, distribución y ayuda durante el desayuno. Cada usuario tiene adaptado su desayuno según sus características personales.
- Limpieza del local y de la furgoneta para el transporte de usuarios.
- Comprar alimentos necesarios para el desayuno (incluyendo el pan para nuestro desayuno molinero de los viernes) los demás días se les ofrece una bebida y galletas o magdalenas. Compra de productos para la asociación; materiales necesarios para los talleres, utensilios para el aseo de os usuarios…
- Participa en talleres de estimulación cognitiva, gimnasia y talleres de ocio y tiempo libre.
- Monitor de transporte de 9:00 a 10:00 y de14:00-15:00 durante el reparto de los usuarios a sus familiares.



ÁREA DE TÉCNICO SOCIOSANITARIO

Atención a personas con la enfermedad de Alzheimer y otras Demencias.

OBJETIVOS

Se busca la ayuda y supervisión de las actividades que no puede realizar el propio paciente, alimentación; la limpieza del local donde se realizan los talleres, compra de alimentos y productos necesarios para la asociación; Monitora de transporte.

METODOLOGÍA

- Realizar las tareas de higiene personal y vestido de las personas en situación de dependencia en las actividades de la vida diaria y mantener hacia ellos una actitud de respeto y profesionalidad.

- Organizar la intervención relativa a la alimentación supervisando los desayunos, preparando los alimentos y administrándolos cuando sea necesario.
- Realizar las actividades de mantenimiento y limpieza de la Asociación garantizando las condiciones de habitabilidad, higiene y orden, con criterios de calidad, seguridad y cuidando del medio ambiente y, en su caso, tramitando la documentación pertinente.
- Realizar las intervenciones relacionadas con el estado físico de las personas en situación de dependencia siguiendo las pautas establecidas y mostrando en todo momento respeto por su intimidad.
- Realizar los traslados, movilizaciones y apoyo a la deambulación de las personas en situación de dependencia empleando los protocolos y las ayudas técnicas necesarias y adoptando medidas de prevención y seguridad.
- Dar respuesta a situaciones de emergencia y riesgo para la salud en el desarrollo de su actividad profesional aplicando técnicas de primeros auxilios.
- Aplicar técnicas y estrategias para el mantenimiento y desarrollo de las habilidades de autonomía personal y social de las personas en situación de dependencia empleando ayudas técnicas y de comunicación.
- Realizar tareas de acompañamiento y asistencia personal

ÁREA DE PSICOLOGÍA

En el taller de Estimulación Cognitiva de ASALBEZ se prestan los siguientes servicios a los/as usuarios/as del mismo.

En horario de mañana, de lunes a viernes, de 10 horas a14 horas, se atiende a personas enfermas de Alzheimer u otras demencias dentro del siguiente esquema:

- Orientación tempo-espacial, personal y del entorno de los/as usuarios/as.
- Realización de gimnasia, activa o pasiva, adaptada a las posibilidades de los/as usuarios/as.
- Implementación del taller de Estimulación Cognitiva de las áreas: Lenguaje, Gnosias, Cálculo, Memoria, Reminiscencias, Atención, Esquema corporal, Función Ejecutiva, Praxias y psicomotricidad fina, Integración y conocimiento del entorno local por medio de salidas temáticas programadas.
- Evaluación periódica del deterioro y dependencia de los/as usuarios/as.
- Actividades lúdicas (juegos de mesa, juegos deportivos adaptados, baile y música).

OBJETIVOS

Los objetivos que se han marcado en el taller de la mañana, de 10:00 a 14:00 horas, son:

1. Mantener a los/as usuarios/as activos/as mentalmente de una forma continuada y exhaustiva con el fin de retrasar el deterioro cognitivo que les impone su enfermedad.
2. Aumentar su autonomía y funcionalidad el máximo tiempo posible.
3. Incrementar la autoestima de los/as usuarios/as , mejorar su estado de humor, disminuir su ansiedad, elevar su percepción de autoeficacia.
4. Realizar una descarga de los familiares en horario de mañana.
5. Atender a la primera y segunda fase de la enfermedad.

EVALUACIÓN PSICOLÓGICA

La evaluación periódica del estado cognitivo de las personas beneficiarias, se realiza cada seis meses a partir de la evaluación inicial aplicando los siguientes instrumentos de evaluación:

Anualmente:

- Sub-escala CAM-COG

Semestralmente:

- MMNS-30
- Test de los 7 Minutos
- Evaluación de dependencia de Barthel
- Escala SPMSQ de Pfeiffer

Con esta valoración se realiza un perfil neurospicológico de cada paciente y se le elabora su PAI (Programa de Atención Individualizada)

TERAPIAS DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Taller de Estimulación Cognitiva

1. Memoria: reminiscencia (recuerdo de cosas pasadas), listas de palabras, series de números, estrategias mnemotécnicas….

2. Atención: imágenes superpuestas, búsqueda de elementos gráficos y figuras, sopa de letras.
3. Gnosias: enseñar objetos, dibujos, fotos, las cuales deben ser reconocidas por el paciente.
4. Lenguaje: estimular la conversación, sinónimos y antónimos, comprensión verbal, lectura, dictados, etc.
5. Praxias: coordinación de movimientos con las manos para un fin determinado, manipulación de objetos, recortar, dibujar, colorear, etc.
6.Cálculo: problemas aritméticos, sumas, restas…
7.Razonamiento lógico/abstracto: abarcan todas aquellas actividades encaminadas al entrenamiento en capacidades ejecutivas como planificación, ordenación y categorización.
8.Orientación: espacial, temporal y de la persona.

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.. Estas actividades son: ahorcado, recuerdo de cantantes y actores, profesiones, taller de lectura, etc.

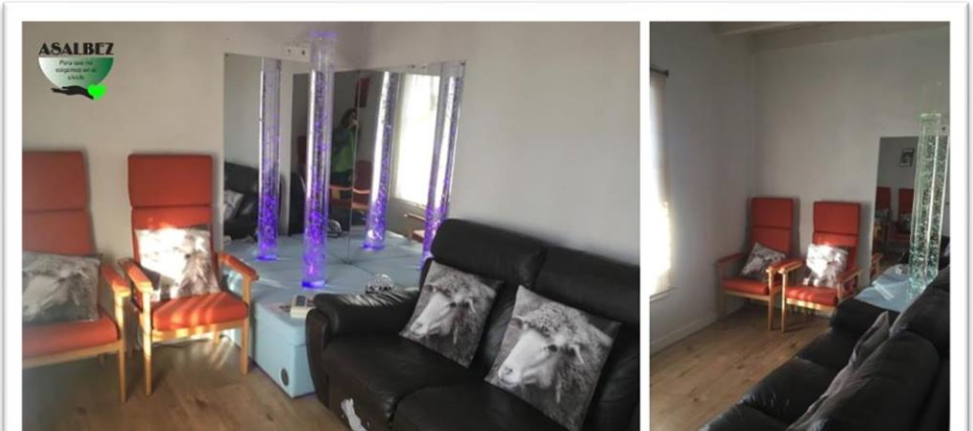
Taller de Animación Musical

El uso de la música y sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía), es 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 individual e improvisación y Baile y coordinación. Gracias a Adolfo Cisnero por colaborar desinteresadamente siempre con ASALBEZ.

Taller de Estimulación sensorial

La estimulación sensorial disminuye la agitación e inquietud, así como mejora el sueño**.** Estos síntomas son muy comunes en la mayoría de las formas de demencia, y sin duda en las personas con Alzheimer. Gracias a la Fundación telefónica se equipó la sala con una columna de burbujas y una botonera.



Taller 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.

Taller Lúdico

El taller lúdico favorece la participación social mediante actividades como el bingo, parchís, karaoke, gymkana, dominó, tiro a la diana, bolos, entre otros.

Taller de Arteterapia

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 se permanece en esos momentos (mediante la realización de murales y decoración del aula), en función de las fiestas anuales

importantes como Navidad, Carnavales, etc. Hemos trabajado con foami o gama eva para realizar diferentes muñecos, flores y adornos. Este año hemos hecho mascarillas de tela.

Taller de Gimnasia Pasiva y Activa

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, del trabajo corporal y de las actividades lúdicas.

Taller de Reminiscencia

En este taller se han trabajado los recuerdos pasados, a través de láminas y diapositivas de costumbres, tradiciones, personajes y cantantes de su época.

Taller de Repostería

La realización de postres caseros a gusto de nuestros usuarios, según las fechas señaladas aporta a nuestro centro una atmósfera aun mas acogedora y familiar. Este año hemos hecho roscos de anís, magdalenas y galletas navideñas.

Taller de Hábitos de vida saludable

Este taller engloba charlas grupales a los usuarios sobre hábitos de vida saludable en la tercera edad. Hemos hablado sobre la importancia de beber agua, comer fruta, salir a caminar 30 minutos al día, disfrutar del solecito y tener una actitud positiva en la vida. También otros temas referentes al coronavirus y la importancia de estar vacunados. En este año 2021, seguimos con la campaña de vacunación de la gripe. Para ello, contamos con la colaboración del Centro de Salud de Rincón, donde Milagros, enfermera se desplazó a nuestro centro para la vacunación de profesionales y usuarios.

Programa de Nuevas Tecnologías

La acogida en los usuarios ha sido buena. No siempre nos encontramos con un paciente receptivo por lo que adaptamos los ejercicios al nivel de cada usuario..

En todo momento se intenta realizar una estimulación cognitiva variada (abarcando diferentes áreas) para que no resulte aburrida y así mantener su atención. En el año 2021 los usuarios que se han beneficiado de las nuevas tecnologías han sido 9.

- ***Programa de Rehabilitación Cognitiva Gradior***

- **Neuroup.** Desde julio de 2020 contamos con otra herramienta de trabajo virtual. Es una página web donde se obtienen fichas a papel y digitales para que cada usuario trabaje las diferentes áreas cognitivas según su perfil. Gracias a Federación contamos con dos monitores táctiles subvencionados para su uso.

- **Stimulus.** Continuamos con esta aplicación web a través de las Tablet. Es otro medio para trabajar las áreas cognitivas de manera más lúdica.

TALLER DE CUIDADORES

Los socios y familiares acuden una hora y media a la semana para tratar los problemas surgidos en el cuidado de su familiar, así como para prevenir los problemas futuros de la enfermedad. Viernes de 10:30 a 12:00 en la Sala e Cuidadores de la nueva sede de ASALBEZ. Este horario se mantuvo hasta el 16 de marzo. A partir de ese día los talleres presenciales se cancelaron. Se han realizado llamadas telefónicas a los familiares para intentar continuar con la terapia.

ALUMNADO EN PRÁCTICAS

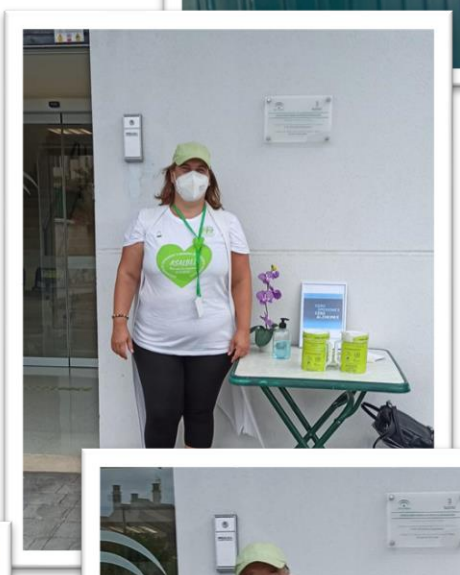
Este año 2021 no hemos tenido a alumnado en prácticas de la Universidad de Málaga.

DIVULGACIÓN DE LA ASOCIACIÓN

Este año 2021 debido a las circunstancias de la pandemia, no hemos podido realizar todas las charlas informativas que nos hubiera gustado.

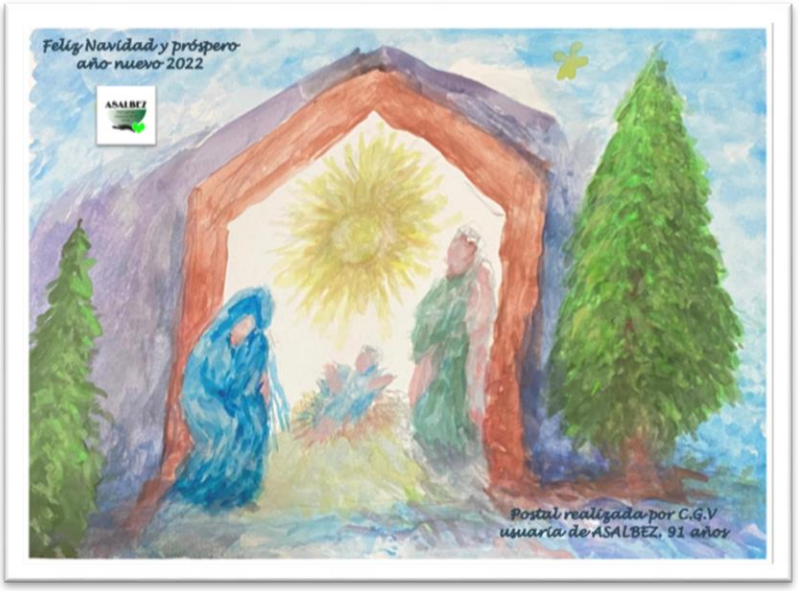
Por el día Mundial del Alzheimer, realizamos actividades al aire libre con los usuarios y Adolfo Cisneros, respetando las medidas de seguridad. Este año hubo mesas de cuestación, gracias a la colaboración de socios y amigos de ASALBEZ.

En la entrada de ASALBEZ pegamos frases en folios verdes, para sensibilizar a la gente de la enfermedad de Alzheimer.



CONCURSO CRISMA NAVIDEÑO

Este año CEAFA no llevo a cabo su tradicional concurso de postales navideñas, pero ASALBEZ como cada año ha enviado a sus socios y amigos de nuestra asociación el crisma elaborado por nuestra usuaria.



TALLER DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

Este taller ha sido y seguirá siendo muy enriquecedor para nuestros usuarios, pues en ellos englobamos muchas actividades, como son fiestas populares, cumpleaños, santos, representación de obras de teatro y visitas culturales. Este año, debido a la pandemia no hemos podido realizar excursiones. Las fiestas y cumpleaños sí que la hemos realizado, pero sin la participación del voluntariado y los familiares.

- **San Valentín.** Por el día de los enamorados, contamos con la colaboración de las familias para realizar un emotivo video de ellos en el día de su boda, además de nuestra tradicional tertulia sobre el amor.

Love is

Love

Love is in the air

Love is in the air

Love is in the air

Love is in the air

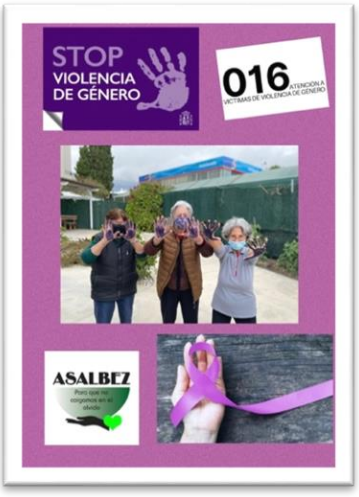
- **Celebración de Santos y Cumpleaños**

- **Paseo en el bus turístico por el Centro de Málaga.**

- **Fiesta Flamenca**

- **Concienciación y Lucha contra el Cáncer de Mama**

- **Concienciación y Lucha con la Violencia de Género**



- **Fiesta de Todos los Santos, con fiesta de disfraces (Halloween)**

- **Decoración Navideña de ASALBEZ**

- **Representación de Nuestra Tercera obra de Navidad y publicación en nuestro Facebook.**

- **Desayuno Navideño en ASALBEZ**

- **Mercadillo Navideño 2021**

CORO MUSICO-VOCAL CANCIONES PARA EL RECUERDO

Nuestra Asociación cuenta desde el año 2018, con un coro formado por personas con demencia, familiares, cuidadores, trabajadores, socios y de personas voluntarias de ASALBEZ. Acuden cada lunes por la tarde a la sede y ensayan canciones para el recuerdo. Es un lugar de encuentro para olvidar los problemas y disfrutar de la música. Han llevado a cabo varias actuaciones en residencias del Municipio. Este año retomaron su actividad.

ACTOS A BENEFICIO DE ASALBEZ

- **Actuación de Banda Municipal de Música 31 de marzo de 2021**

- **Concierto primavera Orfeón de Málaga.**

PUNTOS A MEJORAR PARA AÑO 2022

Los puntos a mejorar para el año 2022 son:

1. Fomentar la participación de los familiares en las actividades de ASALBEZ.
2. Sensibilizar a todos los colectivos de la Enfermedad de Alzheimer.
3. Fomentar la labor y participación del voluntariado en ASALBEZ.