

# MEMORIA ACTIVIDADES 2024

---

30/12/2024

**ASOCIACIÓN DE FAMILIARES  
DE PERSONAS CON ALZHEIMER  
DE VILLENA Y COMARCA**

**AFAVi**

**Asociación de Familiares de Personas con  
Alzheimer de Villena y Comarca**

## INTRODUCCIÓN:

La enfermedad de Alzheimer es la causa más frecuente de demencia en la población, especialmente en personas mayores. Representa el 50% de todas las demencias, siendo un trastorno degenerativo producido por la pérdida gradual de neuronas. De origen desconocido e incurable por el momento, aparece de manera lenta siendo considerablemente complicado efectuar un diagnóstico precoz, entre otras cosas, porque los primeros síntomas son atribuidos por la familia a descuidos propios de la edad. En la actualidad se calcula que en España existen alrededor de 800.000 personas afectadas, aunque esta cifra aumentaría albergando a aquellas personas que, sin saberlo por no haber sido aún diagnosticadas, comienzan a estar afectadas.

El deterioro neuronal progresivo altera las funciones cognitivas y físicas, e impide que la persona que la padece pueda desarrollar su vida con normalidad, provocando la dependencia cada vez mayor de la familia. Por ello surge la figura del cuidador o cuidadora principal en un miembro de la familia, quien requerirá de un aprendizaje diario para poder prestar atención continua a una enfermedad que se prolonga durante años, y que obliga a renunciar al propio descanso y a la realización de las actividades habituales, lo que puede desembocar en problemas psicológicos como: sobrecarga, depresión, ansiedad o baja autoestima.

El 90% de las personas con demencia presentarán a lo largo de la enfermedad alteraciones de conducta (ansiedad, irritabilidad, trastornos del sueño, alucinaciones, agresividad) difíciles de manejar, ya que requieren de un conocimiento previo por parte de la familia, y de la adquisición de herramientas que por sí solos es muy difícil de aprender.

Esta entidad viene desarrollando actividades dirigidas a personas con Alzheimer y familiares desde sus inicios, pero ha sufrido muchas modificaciones para adaptarse a la situación concreta y actual del colectivo. El Alzheimer, al igual que el resto de demencias, es una enfermedad que se alarga en el tiempo, y que a pesar de ser relativamente joven y no contar con una medicación que la cure ni la prevenga, las investigaciones y la experiencia de millones de familias, ponen de manifiesto la importancia de tener un diagnóstico precoz, y un tratamiento de estimulación cognitiva desde las fases más tempranas de la enfermedad. AFA Villena, con su experiencia avala estos resultados, por eso pone todos los medios que están a su disposición para concienciar a las familias sobre la importancia de iniciar este tratamiento lo antes posible. En nuestra comarca no existe ninguna otra entidad pública ni privada que lleve a cabo este tipo de actuaciones, existen centros residenciales para personas mayores, pero ninguno ofrece atención especializada de estimulación cognitiva para personas con demencia.

Además AFA Villena pone un especial interés en el trabajo con las familias, factor que tras años de experiencia se ha convertido en una clave de éxito para la mejora de la calidad de vida de las personas con demencia con las que trabajamos.

Las actividades desarrolladas a lo largo del año 2024 por esta entidad han sido:

## **ATENCIÓN A PERSONAS CON ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS EN LAS INSTALACIONES DEL CENTRO DE DÍA**

Este programa va dirigido a ofrecer una atención especializada, profesional e individualizada a personas con Alzheimer, u otras demencias, en cualquier fase de la enfermedad, y a sus familiares, mediante un servicio de Centro de Día especializado en demencias. El principal objetivo de este programa es estimular las capacidades y habilidades que estas personas todavía mantienen, y que se van deteriorando por el proceso degenerativo de la enfermedad, para conseguir mantener el mayor grado de autonomía personal en ellos, ofreciendo un tiempo de respiro a las familias, así como un apoyo y asesoramiento especializado a los mismos, para que la convivencia familiar se vea afectada lo menos posible. Esto va a permitir mejorar la calidad de vida tanto de la persona con demencia como de todo el núcleo familiar, y va a evitar institucionalizaciones geriátricas no deseadas.

### **1. COLECTIVO DE POBLACIÓN BENEFICIARIO:**

Las personas atendidas desde el Centro de Día están diagnosticadas de alguna demencia neurodegenerativa, en cualquier fase de la enfermedad.

El número de personas con demencia que han sido atendidas en el centro de día a lo largo del año 2024, han sido de 101, y especificando la variable sexo han sido 76 mujeres (75%) y 25 hombres (25%).

En cuanto a la variable edad, la media de edad de las personas atendidas ha sido de 82 años, con edades comprendidas entre los 63 y los 99 años.

En cuanto a la población de pertenencia de las personas que han asistido al centro de día, de las 101 que han participado en el programa 94 residen en Villena, 1 reside en Beneixama, 4 residen en Biar, 1 en Cañada y 1 en Campo de Mirra.

La problemática de este colectivo va unida al progresivo deterioro de la enfermedad, y al incremento proporcional de la dependencia con respecto a sus familiares. El declive de la persona supone inicialmente la incapacidad cognitiva para manejarse en su entorno habitual y progresivamente se produce no sólo el agravamiento de la incapacidad cognitiva, sino también del estado físico, precisando la atención continuada en todos los ámbitos de su vida, y durante las 24 horas del día. Además es importante tener en cuenta que la carga de las tareas de cuidado recae principalmente sobre la figura del cuidador o cuidadora, que no es profesional de la salud y a quien la supervisión casi constante, la implicación emocional y la responsabilidad, le sobrepasa en muchos casos. Por ello desde el centro de día se ha llevado a cabo un trabajo de asesoramiento a las familias, especialmente a la persona que ejerce los cuidados principales, con el objetivo de dar continuidad a las actuaciones terapéuticas realizadas en el centro, y a su vez hacer más comprensible, más sana y más fácil de llevar en el núcleo familiar esta temible enfermedad.

En cuanto a las vías de acceso, podemos diferenciar entre personas que ya están participando, y las nuevas que se incorporan al programa. Las que ya participan siguen haciéndolo y su intervención se va modificando en función de las necesidades, características individuales y preferencias. De las nuevas, el 50% son derivadas por la Neuróloga del centro sanitario, el 40% por las trabajadoras sociales de los Servicios Municipales de atención a la Dependencia, y el 10% acuden de forma espontánea por conocer la entidad o el servicio que presta. Para que las derivaciones se realicen con éxito es necesario realizar un importante trabajo de coordinación con estas entidades, unido a las campañas de información que se realizan en Villena y comarca.

Se lleva a cabo un seguimiento exhaustivo de todas las personas que participan en ambos programas de atención terapéutica, pasando al siguiente programa cuando se observa un empeoramiento significativo en ellos.

## **2. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:**

Las actividades que se realizan son acciones terapéuticas y rehabilitadoras a nivel físico y cognitivo (actividades físico-deportivas, psicomotricidad, musicoterapia, manualidades, estimulación cognitiva, estimulación sensorial, apoyo en Actividades de la Vida Diaria, actividades de ocio, excursiones, etc.). Contamos con un equipo de 34 profesionales (2 psicólogos, 2 trabajadoras sociales, 4 terapeutas ocupacionales, 2 fisioterapeutas, enfermero, 2 médicos, animadora sociocultural, 14 auxiliares de enfermería y/o atención a la dependencia, auxiliar de ayuda a domicilio, 2 subalternas, conductor, administrativa y directora).

La metodología empleada por el equipo interdisciplinar es una metodología de intervención centrada en la persona, no centrada en los servicios como tradicionalmente se ha estado trabajando en este tipo de instituciones. Desde esta metodología pretendemos crear las condiciones para que la persona con demencia sea capaz de dirigir su vida en función de sus deseos, creencias, gustos e intereses, siempre teniendo en cuenta que trabajamos con personas con enfermedades neurodegenerativa, cuya capacidad de tomar decisiones se va mermando con el paso del tiempo. Por ello es muy importante el trabajo con las familias, no solo para conseguir implicarlas y apoyarlas en su dura tarea de cuidar a estas personas, sino para que ellos nos orienten sobre los gustos, costumbre y deseos de las personas con las que estamos trabajando.

Las actividades desarrolladas han sido las siguientes:

**1. Recepción de la demanda:** La trabajadora social realiza una primera entrevista de información, orientación y asesoramiento con la familia, en la que se recogen datos básicos sobre la situación de la persona con Alzheimer y sus familiares, y aquellas necesidades que desde la asociación se pueden trabajar, para ofrecer recursos y ayudas existentes en la comunidad y, en caso de ser necesario, derivar a otros servicios.

**2. Valoración psicológica inicial:** La psicóloga realiza una valoración inicial de la persona con Alzheimer, para evaluar las funciones afectadas y el nivel de gravedad de las mismas, y de este modo y junto a la valoración social, establecer el grupo concreto de terapia cognitiva en el que podría participar, así como la mejor intervención a llevar a cabo con ella.

**3. Programa de Atención Individualizado:** Dentro de las primeras 4 semanas desde la incorporación de la persona con demencia al centro de día, se genera su PAI, que se traduce en una planificación de diversas actividades a desarrollar con la persona, concretadas en función de las deficiencias detectadas y los objetivos establecidos por el equipo técnico del centro (médico, psicóloga, trabajadora social, terapeuta ocupacional, enfermero y fisioterapeuta), adecuadas a las características, gustos y preferencias de la persona. Este PAI es revisado aproximadamente cada 6 meses por el equipo técnico del centro, realizando las modificaciones necesarias para su actualización y adecuado seguimiento, y en su caso, realizando nuevos informes del área correspondiente. En el caso de que en la revisión del PAI se valore la necesidad de abandono del servicio de centro de día de alguna persona, se remite el PAI a la dirección para su valoración.

**4. Actividades de Estimulación física y cognitiva:** Se trata de un conjunto de actividades llevadas a cabo por las Terapeutas Ocupacionales, Fisioterapeuta, Auxiliares de Enfermería y/o Atención a la dependencia, y Auxiliar de Geriátrica, con el apoyo del voluntariado formado en estas patologías, y la coordinación de la psicóloga. Estas actividades están dirigidas a potenciar las habilidades de las personas con demencia, mejorando la autonomía y calidad de vida de las mismas. Dentro de ellas podemos distinguir:

**1. Mantenimiento de las funciones cognitivas superiores:**

- Memoria: inmediata, reciente o corto plazo, remota o largo plazo.
- Orientación a la realidad: espacio, tiempo, persona.
- Atención-concentración.
- Percepción visual.
- Gnosias.
- Lenguaje oral y escrito.
- Cálculo y resolución de problemas.
- Praxis.

**2. Mantenimiento de las actividades de la vida diaria (AVD):**

- AVD básicas.
  - Aseo personal: higiene personal, protección del tejido cutáneo.
  - Vestido.
  - Alimentación.
  - Eliminación.
- AVD instrumentales.
  - Limpieza del hogar.
  - Realización de compras.
  - Colada y arreglo de ropa.
  - Actividades de cocina.

**3. Actividades de rehabilitación física:**

- Mantenimiento de la buena calidad respiratoria.
- Gimnasia de mantenimiento.
- Ejercicios de rehabilitación específica.
- Deportes y juegos tradicionales al aire libre.
- Paseos.

- Movilizaciones pasivas y relajaciones.

#### 4. **Psicomotricidad:**

- Mantenimiento sistema tónico-muscular.
- Coordinación dinámica general.
- Adaptaciones rítmicas y reproducción acústica.
- Percepción e integración de la imagen corporal.
- Praxis gestual.

#### 5. **Musicoterapia:**

- Conocimientos musicales básicos.
- Sonido-entorno sonoro.
- Voz-canción.
- Ritmo.
- Audición musical.
- Instrumentos.
- Actividades complementarias: bailes de salón, gimnasia de mantenimiento.

#### 6. **Actividades manuales:**

- Fichas de trabajo específicas.
- Juegos didácticos.
- Talleres básicos de:
  - Modelado y cerámica.
  - Collage de temas diversos.
  - Ganchillo y punto.
  - Pintura.
  - Reciclado.
  - Decoración estacional.

#### 7. **Actividades de estimulación sensorial:**

- Sensibilidad.
- Auditiva.
- Gustativa.
- Olfativa.
- Visual.

#### 8. **Mantenimiento de las habilidades sociales:**

- Comunicación verbal y no verbal.
- Mantenimiento del sentido cívico.
- Interacción social:
  - Participación en actos familiares.
  - Participación en actos sociales.
  - Relación con compañeros de programa.
- Mantenimiento de habilidades sociales instrumentales:
  - Manejo del dinero.
  - Uso de transportes.
  - Uso del teléfono.
  - Documentos.

## 9. Actividades de ocio y tiempo libre:

- Juegos de mesa.
- Fiestas y verbenas.
- Concursos y sorteos.
- Proyección de videos y películas.
- Excursiones de corta duración subvencionadas por Diputación de Alicante

A mediados del año 2024 hemos puesto en marcha un nuevo programa de Actividades Significativas en el centro de día. Este programa tiene poca andadura pero los resultados están siendo realmente buenos. Con él pretendíamos adaptar las actividades que se llevaban a cabo en el centro de día a los intereses y roles que las personas con demencia han tendido a lo largo de su vida, para mejorar su participación y favorecer su autoestima. Tras su puesta en marcha estamos viendo un impacto muy positivo en las personas beneficiarias, quienes verbalizan sentirse ahora como en casa, ya que pueden participar en actividades que habían estado realizando a lo largo de su vida y que habían dejado de hacer por no sentirse capaces o no tener los apoyos suficientes. Las actividades de este programa no son definidas para cada grupo del centro, sino que son paralelas y participan personas de diferentes grupos que libremente lo han elegido o su familia ha considerado que le gustaría participar, lo que hace que estas personas mantengan un mayor grado de autonomía y autogobierno, y que a diario establezcan relaciones significativas para ellas, por medio de actividades cotidianas que les resultan familiares y les aportan seguridad y bienestar emocional.

Las actividades desarrolladas dentro de este programa han sido:

**1: Actividades significativas grupales.** Talleres específicos sobre temas que interesan a los participantes por haber formado parte de su vida. Los inicialmente establecidos son: Jardinería, Cocina, Costura, Lectura, Caminata en exterior y Ciclismo adaptado. Son realizadas en el centro de día, pero en todos se realizarán salidas para trasladar la actividad a un contexto real y mantener la conexión de estas personas con los recursos de su entorno (biblioteca, mercado, parques municipales, etc.).

**2: Actividades significativas individuales.** Para que estas actividades sean significativas han de darse 3 factores: que haya una participación activa, que el contenido de la actividad esté relacionado con los intereses y roles pasados de la persona, y que la actividad cubra las necesidades de identidad y pertenencia. Algunos ejemplos: Cuidar las plantas, poner la mesa, barrer el patio, leer el periódico, etc. Para personas en fases avanzadas de la demencia que presentan grandes limitaciones para participar, la terapeuta ocupacional utilizará la estimulación sensorial para hacerles partícipes, ya que esta estimulación ayuda a reactivar distintas áreas del cerebro implicadas en el desempeño de la actividad, y al ser estímulos gratificantes y placenteros reduce la ansiedad y las alteraciones de conducta.

**3: Actividades conjuntas e intergeneracionales.** Actividades puntuales desarrolladas en el centro de día o fuera del centro, con la participación de todas las profesionales del programa y la implicación de familiares de diferentes edades (niños, adultos y personas mayores). Estas actividades aportan relaciones significativas y mejoran el vínculo emocional de la familia, disminuyendo la sensación que muchas personas con demencia

tienen de soledad. Concretamente: Manualidades conjuntas, Fiesta de carnaval, Navidad y Pascua, Excursiones, Encuentros con mascotas de la familia, etc.

## **PROGRAMA DE AYUDA MUTUA PARA FAMILIARES**

Se trata de un programa dirigido a ofrecer apoyo, información y asesoramiento, a las familias de personas con Alzheimer u otras demencias, puesto que tras el diagnóstico de esta enfermedad, la familia se enfrenta a una nueva realidad, caracterizada por situaciones muy estresantes, un cambio importante de roles, y una continua aparición de sucesos inesperados e incomprensibles, que pueden provocar la desestructuración de la misma.

Es por esto que **el apoyo psicológico y el apoyo emocional que se transmite en los grupos de Ayuda Mutua y Auto Ayuda**, se convierten en **pilares básicos** para ayudar a la persona que pasa por esta situación, a ajustarse a la misma, lo que justifica el fin en sí de este proyecto.

Dentro de este programa llevamos a cabo tres proyectos diferentes, uno dirigido de forma general a familiares de personas con Alzheimer o cualquier otro tipo de demencia, otro específico para mujeres cuidadoras de personas con Alzheimer u otras demencias, y otro que hemos puesto en marcha en el año 2024 dirigido a hombres cuidadores de personas con demencia. El segundo tiene como objetivo ofrecer un apoyo específico a las mujeres que por la situación de cuidadora en la que se encuentran, son susceptibles de encontrarse en una situación de riesgo de exclusión social. El tercero tiene como objetivo ofrecer apoyo a hombres que han sufrido un radical cambio de rol por convertirse en personas cuidadoras. Debido a que existen actividades que son realizadas desde los tres proyectos, en esta memoria vamos a ofrecer los datos generales de todos ellos.

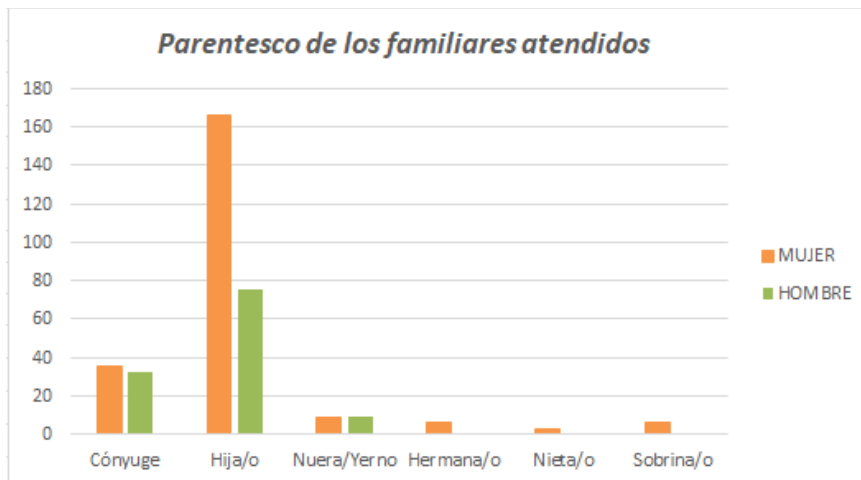
### ***1. COLECTIVO DE POBLACIÓN BENEFICIARIO:***

Los **criterios de selección** de familiares que participan en este programa son los siguientes:

- Ser familiar de una persona con Alzheimer u otra demencia neurodegenerativa.
- Precisar información y/o asesoramiento sobre cuidados y asistencia a las personas con demencia.
- Necesitar cualquier otro tipo de apoyo formal.
- Presentar síntomas indicativos de la existencia de posibles psicopatologías.
- Personas de ambos sexos y de cualquier edad.
- Para el programa de cuidadoras: mujeres familiares y cuidadoras de personas con demencia
- Para el programa de hombres cuidadores: hombres familiares y cuidadores de personas con demencia.

**Perfil de los familiares atendidos** en este programa durante el año 2024:

- El número total de familiares atendidos de forma directa en 2024 asciende a 342 personas. De este total, 84 han sido atendidos por primera vez en el año 2024, y 258 vienen siendo atendidos desde años anteriores.
- En cuanto a las edades de los familiares, están comprendidas entre los 17 y los 91 años.
- En cuanto al sexo de los participantes: 203 mujeres (66%) y 117 hombres (34%).



## 2. ACTIVIDADES REALIZADAS

**1. Primera entrevista telefónica con familiares.** La trabajadora social lleva a cabo una 1ª entrevista telefónica con todas las personas que llaman para pedir información sobre la asociación, el centro de día, o asesoramiento sobre el manejo de la enfermedad. En esta entrevista se ofrece información básica sobre los servicios de la asociación, del centro de día y se orienta sobre las dudas que la familia pueda tener. Tras esta entrevista la trabajadora social envía un correo electrónico a la persona con quien ha tenido esta entrevista, facilitando toda la información ofrecida por escrito, indicando los datos necesarios para asociarse en caso de que la familia lo considere oportuno.

- Esta actividad se realiza a lo largo de todo el año por parte de la trabajadora social, en su horario de atención al público
- Se han realizado un total de 46 entrevistas telefónicas, desde las que se han atendido a un total de 46 familiares, 33 mujeres y 13 hombres.

**2. Entrevista presencial con los familiares.** En ella se establece un contacto personal con la familia (cualquier miembro de la familia que solicita asesoramiento), que expone su situación y necesidades, se ofrece información y orientación sobre los servicios que presta la asociación y otros recursos existentes en la comunidad, y se determina la posible incorporación de los familiares al resto de actividades del programa.

- Esta actividad se realiza a lo largo de todo el año por parte de la trabajadora social, en su horario de atención al público
- Se han realizado un total de 99 entrevistas de este tipo, desde las que se han atendido a un total de 78 familiares, 68 mujeres y 31 hombres.

**3. Atención psicológica individual.** En los casos en los que la trabajadora social lo considera oportuno, se realiza una derivación al servicio de atención psicológica, dónde se presta una

atención individualizada para ayudar a los familiares a afrontar de forma positiva la aparición de la enfermedad, a resolver conflictos surgidos en la convivencia, y a controlar el estrés, la ansiedad, o los trastornos del estado de ánimo que puedan aparecer.

- Esta actividad se realiza a lo largo de todo el año por parte de la psicóloga, en su horario de atención al público
- Se han llevado a cabo 86 intervenciones psicológicas desde las que se ha atendido a un total de 85 personas, 55 mujeres y 30 hombres

**4. Terapia de familiares.** Se trata de un grupo de ayuda mutua en el que las propias personas participantes son las protagonistas, las que proponen los temas a tratar, y dan y reciben apoyo emocional al resto de participantes. Contamos con dos grupos, Existen dos grupos diferentes de terapia de familiares, cada uno de estos grupos se reúne una vez al mes.

- Un grupo abierto, en el que pueden participar cada mes los familiares que lo deseen, que se lleva a cabo el último miércoles del mes de 16:15 a 17:45 horas.
- Un grupo cerrado en el que cada mes han participado siempre los mismos familiares, que se lleva a cabo el último viernes del mes de 16:15 a 17:45 horas.
- En total 63 familiares han asistido a alguna terapia de familiares a lo largo de este año, 43 mujeres y 20 hombres.

**5. Taller “Introducción a la meditación”.** Este taller ha ido dirigido a familiares de personas con demencia, con el objetivo de favorecer un clima relajado y distendido entre personas que atraviesan situaciones similares. Fue desarrollado en las instalaciones del espacio joven de Villena, donde se llevó a cabo una sesión teórica sobre elementos clave para llevar a cabo una meditación y poder conectar con el momento. Fue desarrollado el día el 06/06/2024, impartido por la doctora Virtu Hurtado, y participaron un total de 15 personas, todas ellas mujeres.

**5. Taller “Meditación, guía práctica y ejercicios”.** Este taller ha ido dirigido a familiares de personas con demencia, con el objetivo de favorecer un clima relajado y distendido entre personas que atraviesan situaciones similares. Fue desarrollado en las instalaciones del espacio joven de Villena, donde se llevó a cabo la elaboración de una meditación guiada y ejercicios prácticos enfocados a vivir el presente. Fue desarrollado el día el 13/06/2024, impartido por doctora Virtu Hurtado y participaron un total de 15 personas, en su mayoría mujeres.

**6. Taller “Cuidar nuestro cuerpo y mente”.** Este taller ha ido dirigido a fomentar hábitos de vida saludable en las personas cuidadoras de personas con demencia, favoreciendo el contacto con personas que atraviesan situaciones similares. Fue desarrollado en las instalaciones del espacio joven el día 20/06/2024 y fue impartido por la doctora Virtu Hurtado. Participaron un total de 14 personas, todas ellas mujeres.

**7. Taller APP AFaVi.** Este taller ha ido a dar a conocer la importancia del uso de la APP para estar comunicación y al día de los asuntos y actividades que realiza el centro de día. Fue desarrollado en las instalaciones del Espacio joven de Villena, el día 23/05/2024 una sesión en horario de mañana y otra sesión en horario de tarde. Impartido por las trabajadoras sociales de la entidad. Participaron un total de 12 personas, 9 mujeres y 3 hombres.

**8. Curso de formación para personas cuidadoras.** Ha ido dirigido a mejorar la formación de las personas cuidadoras sobre las distintas demencias, las áreas del cerebro que se ven afectadas por dichas demencias y en las diferentes fases de la enfermedad, así como a ofrecer



*Villena y Biar, Ciudades Solidarias con el Alzheimer*

herramientas para facilitar el manejo del día a día con las personas con demencia, desde una perspectiva teórico-práctica. Este curso ha sido impartido por diferentes profesionales del Centro de Día durante el mes marzo de 2024. Han participado un total de 17 familiares en este curso de formación, 14 mujeres y 3 hombres.

## **PROGRAMA DE AYUDA A DOMICILIO 2024**

Se trata de un programa de atención especializada para personas con demencia desde su propio domicilio, desde el que se ha trabajado por un lado, con personas diagnosticadas de cualquier tipo de demencia que, bien por el avanzado estado de su enfermedad, por encontrarse en lista de espera para asistir al Centro de Día que gestiona AFA Villena, o por cualquier otra situación, necesitan llevar a cabo actividades de estimulación cognitiva, que les permitan mantener el mayor grado de autonomía posible. Por otro lado se ha trabajado con las familias de estas personas, no solo con los cuidadores y/o cuidadoras principales, sino con la familia completa, ya que todos ellos, de una forma o de otra, intervienen en el cuidado y en el bienestar de la persona con demencia.

Los cuidados que las personas con demencia requieren van más allá de la simple atención a sus necesidades básicas de alimentación, higiene y/o acompañamiento. Las características de esta enfermedad obligan a ofrecer una atención específica y especializada, en la que se pongan en práctica diferentes habilidades profesionales, se ofrezca una estimulación cognitiva, sensorial y física, y además se preste a las familias asesoramiento para facilitar la comprensión y aceptación de la enfermedad, reconocer sus propios sentimientos y situación emocional, y procurarse tiempo de descanso para evitar que surjan problemas de salud, tanto físicos como psicológicos.

### ***1. COLECTIVO DE POBLACIÓN BENEFICIARIO:***

El colectivo beneficiario del “Programa de Ayuda a domicilio para personas con Demencia” son: Personas con Alzheimer, o cualquier otra demencia neurodegenerativa.

En cuanto a la **variable sexo**, de las 24 personas atendidas, **14 son mujeres** (58 %) y **10 son hombres** (41 %)

En cuanto a la **variable edad**, de las 24 personas atendidas, la media de edad para las mujeres es de 79 años, con edades comprendidas entre los 62 y los 90 años, y la media para los hombres es de 77 años, con edades comprendidas entre los 63 y los 87 años.

Dentro de este programa han sido atendidos un total de **27 familiares**, de los cuales **24 ha sido cuidadores/as principales**, con los que se ha intervenido constantemente, y 23 otros miembros de la familia con los que se ha intervenido en momentos puntuales.

### ***2. ACTIVIDADES REALIZADAS:***

Las actividades desarrolladas dentro del Programa de atención especializada en domicilios para personas con demencia, han sido las siguientes:

#### **1. Información, orientación y asesoramiento a familiares de personas con demencia.**

Esta actividad ha sido llevada a cabo por trabajadora social, mediante entrevistas de información en el centro de día, visitas a los domicilios, trámite de recursos para aquellos casos que ha sido necesario, y derivación a otros servicios o recursos cuando se ha considerado oportuno.

**2. Actividades de estimulación cognitiva desde el propio domicilio.** Estas actividades han sido llevadas a cabo por la auxiliar de ayuda a domicilio, con el apoyo y orientación de la terapeuta ocupacional, y han tenido por objeto estimular los componentes cognitivos y sensoriales de las personas con demencia, para conseguir mantener las capacidades y habilidades que todavía conservan, y de este modo favorecer el mayor grado de autonomía posible en estas personas. Dentro de ellas se han puesto en marcha toda una batería de actividades para trabajar la memoria, la orientación temporal y espacial, la atención, el lenguaje, las praxias, las gnosias, el cálculo y las funciones ejecutivas. Las actividades que se han desarrollado con cada persona, han estado adaptadas a las circunstancias concretas de cada una de ellas, y se han apoyado en la valoración neuropsicológica que la psicóloga de la asociación ha realizado antes de que la persona comience a participar en este programa.

**3. Actividades de atención social o relacional con personas con demencia.** Estas actividades han sido llevadas a cabo por la auxiliar de ayuda a domicilio, y han englobado una serie de actividades de acompañamiento para evitar situaciones de aislamiento social, facilitar hábitos de convivencia y hábitos de vida saludable, facilitar actividades de ocio en el domicilio y fuera de él, y fomentar el contacto con otras personas.

**4. Orientación específica a cuidadores principales.** Esta actividad ha sido realizada por la terapeuta ocupacional en los propios domicilios, y ha estado dirigida a ofrecer a los cuidadores principales de las personas con demencia, técnicas y herramientas prácticas sobre el manejo de las actividades de la vida diaria, y sobre el manejo de las alteraciones conductuales que suelen aparecer en las personas con demencia.

**5. Sensibilización familiar sobre la enfermedad.** Esta actividad ha consistido en la realización de reuniones trimestrales realizadas con la totalidad (o con todos los miembros que han estado disponibles) de la unidad familiar (niños, jóvenes, adultos, y mayores), en la que se han explicado las principales características de la demencia y se han resuelto dudas de los familiares, con el objetivo de sensibilizar a todos los miembros de la familia, favoreciendo la implicación de todos ellos.

## **TALLERES DE MEMORIA EN ENTORNOS RURALES**

El envejecimiento en entornos rurales se caracteriza por afectar a toda la comunidad, tener una población de personas mayores mucho más elevada que en el ámbito urbano, presentar una menor proporción de personas que viven solas, y una mayor dificultad de acceso a cualquier servicio. Las personas mayores que viven en un entorno rural, sienten como situación más temida la soledad y desconocen en gran medida la existencia de servicios sociosanitarios, teniendo un escaso acceso a servicio de ocio que fomenten el mantenimiento de una red social y una vida activa. En concreto en estos municipios (Biar, Cañada, Campo de Mirra y Beneixama), en las pedanías de La Encina y las Virtudes, y en el barrio San Francisco (barrio del extrarradio de Villena con mucha población en situación de riesgo social) las personas mayores no cuentan con ningún Centro de día, ni CEAM donde desempeñar actividades que fomenten el mantenimiento de la red social, la actividad física y la actividad cognitiva.

En estas poblaciones, al igual como pasa en el resto, existe un gran número de personas que sin tener diagnosticada una demencia, presentan un deterioro cognitivo ligero, pérdidas de memoria que les provocan ansiedad y preocupación por el miedo a poder padecer

enfermedades como el Alzheimer. Con el paso de los años, el envejecimiento de nuestras estructuras, la pérdida neuronal, la disminución en la producción de neurotransmisores o la disminución de la velocidad de transmisión del impulso nervioso, entre otros, son variables que provocan consecuencias en el funcionamiento general de nuestra mente. Las neuronas no se reproducen y por tanto cuando se pierden no son reemplazadas por otras, pero lo importante no es el número de neuronas que tengamos o perdamos, sino las conexiones que establecen una con otras, conexiones que se crean y se fortalecen con el uso y la estimulación cognitiva adecuada. Por ello, una adecuada estimulación cognitiva va a contribuir al mantenimiento de las capacidades mentales de las personas mayores.

Por ello, nuestra entidad, en colaboración con el Ayuntamiento de Villena y la Mancomunidad Beneixama-Campo de Mirra-Cañada-Biar, puso en marcha un programa de estimulación cognitiva para personas mayores en entornos rurales, con el objetivo de mantener en estas personas las habilidades intelectuales que todavía conservan, durante el máximo tiempo posible con la finalidad de preservar su autonomía. Este programa se plasma en unos talleres que ha permitido crear un entorno rico en estímulos que facilite el razonamiento y la actividad motora en personas mayores, y así mismo prevenir la aparición de nuevas alteraciones cognitivas asociadas al abandono de la actividad mental de estas personas. Además a través de este programa se mejoran las relaciones interpersonales de las personas mayores, y nos permite detectar trastornos cognitivos mayores, o enfermedades neurodegenerativas en etapas iniciales, asesorando y apoyando a las familias.

Desde este programa se han creado 10 grupos de personas mayores (1 en Cañada, 1 en Campo de Mirra, 1 en Beneixama, 4 en Biar, 1 en La Encina, 1 en Las Virtudes y 1 en el Barrio San Francisco). Los talleres son impartidos por una terapeuta ocupacional. Las actividades que se llevan a cabo dentro de este programa son las siguientes:

### TALLER DE MEMORIA PARA PERSONAS MAYORES 2024

LUGAR	MUJERES	HOMBRES	TOTAL
Beneixama	17	3	20
Campo de Mirra	12	1	13
Cañada	12	4	16
Biar	47	5	52
La Encina	11	0	11
Las Virtudes	11	5	16
Barrio San Francisco	8	0	8
<b>TOTAL</b>	<b>118</b>	<b>18</b>	<b>136</b>

- Mantenimiento de las funciones cognitivas superiores: Se trata de ejercicios para mejorar la Memoria (inmediata, reciente o corto plazo, remota o largo plazo), la Orientación a la realidad (espacio, tiempo y persona), la Atención-concentración, la Percepción visual, las Gnosias, el Lenguaje oral y escrito, el Cálculo y resolución de problemas, y las Praxis.

-Psicomotricidad: Se trata de ejercicios para trabajar el mantenimiento del sistema tónico-muscular, la Coordinación dinámica general de la persona, adaptaciones rítmicas y reproducción acústica, percepciones e integración de la imagen corporal, y praxis gestual.

- Musicoterapia: Se trata de ejercicios sobre conocimientos musicales básicos, y ejercicios para trabajar el sonido-entorno sonoro, la voz-canción, el ritmo, la audición musical, los instrumentos, y actividades complementarias como bailes de salón, gimnasia de mantenimiento, etc.

- Actividades manuales: Trabajadas a partir de fichas de trabajo específicas, juegos didácticos, y talleres básicos como: modelado y cerámica, collage de temas diversos, ganchillo y punto, pintura, reciclado, etc.

- Actividades de estimulación sensorial: Se trata de ejercicios para trabajar la sensibilidad auditiva, gustativa, olfativa, visual y táctil.

- Mantenimiento de las habilidades sociales: Se trata de ejercicios para trabajar: la comunicación verbal y no verbal, el mantenimiento del sentido cívico, la interacción social (participación en actos familiares, participación en actos sociales, relación con compañeros de programa, etc.) y mantenimiento de habilidades sociales instrumentales (manejo del dinero, uso de transportes, uso del teléfono, documentos, etc.)

- Actividades de ocio y tiempo libre: salidas para trabajar temas y aspectos trabajados en el taller.

## **PROGRAMA DE VOLUNTARIADO**

Este proyecto fue creado a finales del año 2009, con el objetivo de crear un procedimiento sobre la gestión y adecuación de la tarea del voluntariado que colaboran de forma desinteresada con nuestra entidad. Debido a la importante labor que estas personas vienen desarrollando en la asociación, es necesario realizar una planificación y un seguimiento de sus actividades, fomentando así su implicación y participación en la entidad.

### **1. Metodología**

Para que las actuaciones del voluntariado en nuestra entidad sean efectivas y gratificantes, se precisa de una adecuación funcional que ofrezca a estas personas una formación adecuada y les oriente en la metodología a la hora de llevar a cabo las distintas actividades. Por este motivo todas las actuaciones llevadas a cabo dentro de este programa han estado supervisadas por la directora y trabajadora social de la asociación. El protocolo de actuación establecido es el siguiente:

## ***1. Solicitud de la condición de persona voluntaria.***

Para adquirir la condición de persona voluntaria es necesario cumplimentar un cuestionario donde se indique además de los datos personales, la disponibilidad horaria y semanal, así como motivaciones y expectativas ante la nueva labor de voluntario en nuestra entidad.

## ***2. Formación.***

Toda persona que en su condición de voluntaria desee participar en cualquier actividad de voluntariado, deberá haber adquirido la formación necesaria, que será llevada a cabo en tres niveles:

### ***2.1. Formación básica***

Centrada en los valores del voluntariado y sus objetivos, los derechos y obligaciones del voluntariado, y el movimiento asociativo del voluntariado.

### ***2.2. Formación específica***

Centrada en los aspectos motivacionales, actitudes, aptitudes, competencias personales y técnicas de las personas voluntarias. Tanto la formación básica como la específica son obligatorias, y se realizan a través de un dossier que se entregará a la persona, quien tras leerlo con detenimiento debe responder a un cuestionario anexo que más tarde deberá entregar a la asociación.

### ***2.3. Formación especializada***

Cuando la actividad en la que se va a participar lo requiera. Estará centrada en las características de cada una de las actividades que se deban ejecutar en el programa concreto.

## ***3. Participación en diferentes actividades***

Cada uno de los voluntarios, en función de su perfil, puede participar en uno o varios programas llevados a cabo por la asociación, siempre con la supervisión de las profesionales de cada uno de ellos. Las actividades actuales en las que participan los voluntarios son:

- ***Apoyo en actividades del Centro de Día***
- ***Recepción en Centro de Día***
- ***Creación de la revista “La Brújula”***
- ***Campaña de sensibilización escolar “Cuando te miro estoy como en casa”***
- ***Programa de apoyo en domicilios***
- ***Actividades benéficas realizadas con la finalidad de captar fondos para la entidad:***  
(Mesas informativas colocadas en Villena y Pedanía de las Virtudes con motivo del Día Mundial del Alzheimer, Participación en el encuentro de Asociaciones, Participación en eventos benéficos para captar fondos, etc.)

## **MANTENIMIENTO DEL SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD**

A lo largo del año 2021 AFA Villena ha seguido manteniendo el Sistema de Gestión de calidad, según la Norma ISO 2001:2015, pasando auditoría de seguimiento en el mes de marzo, con el objetivo de satisfacer las necesidades de las personas con las que trabajamos y mejorar continuamente sus servicios, para contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas que padecen la enfermedad de Alzheimer u otra demencia, y la de sus familiares.

## **ACTIVIDADES DE DIVULGACIÓN**

### **REVISTA LA BRÚJULA**

Esta revista constituye, para nuestra entidad, una valiosa herramienta de expresión y difusión que fomenta la participación ciudadana de las personas que conviven o comparten la problemática de la enfermedad de Alzheimer.

En el año 2024 se ha editado un nuevo número de nuestra Revista “La Brújula” confeccionada por los propios socios, familiares y voluntarios de nuestra entidad de cualquier edad y sexo. Esta ha sido la edición nº 23.

### **CAMPAÑA “CUANDO TE MIRO ESTOY COMO EN CASA”**

Se trata de una Campaña de Sensibilización escolar sobre la enfermedad de Alzheimer con la que pretendemos favorecer la interacción, acercamiento, conocimiento e intercambio entre el colectivo de personas con Alzheimer y los niños en edad escolar. Se trata de un proyecto que comenzó en el año 2011, que surgió de las inquietudes de un grupo de voluntarias de nuestra entidad, orientado a dar a conocer las causas y síntomas de la enfermedad de Alzheimer mediante dinámicas de grupo en los centros escolares, con el fin de explicar los diferentes aspectos cognitivos afectados por la enfermedad y fomentar una conducta positiva hacia las personas que la padecen.

Esta campaña se ha realizado en:

- Los cursos de 3º y/o 4º de primaria de 9 **Colegios** de Villena, realizándose en total 16 sesiones de sensibilización, en las que participaron 366 niño/as.
- Los cursos de 1º de bachillerato de los 3 **Institutos** de educación secundaria de Villena, realizándose un total de 7 sesiones de sensibilización, en las que participaron 184 jóvenes.

En esta actividad han participado un total de 4 voluntarias, con el apoyo y supervisión de la trabajadora social de la entidad.

## **CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER**

El Día Mundial del Alzheimer es el día que une a todas las personas afectadas de Alzheimer y otras demencias neurodegenerativas alrededor de todo el mundo. El día 21 de septiembre de cada año, fecha elegida por la Organización Mundial de la Salud y la Federación Internacional de Alzheimer, las asociaciones de Alzheimer de todo el mundo organizan actividades con el objetivo de atraer la atención de los gobiernos y la del público en general, al reto que significa esta enfermedad.

Las actividades realizadas en 2024 para conmemorar el Día Mundial del Alzheimer han sido las siguientes:

- Encendido de la luz verde de la Torre de la iglesia Santa María, en conmemoración del Día Mundial del Alzheimer: lunes 16 de septiembre
- Acto de conmemoración del Día Mundial en el Centro de Día: lectura de actividades especiales: jueves 19 de septiembre a las 11:30 h.
- Grabación en Casa de Cultura de Villena con público del programa de televisión “La Miróna”, presentado por Lola Alted: jueves 26 de septiembre a las 19:30h.
- Gran Fiesta Celebración Día Mundial del Alzheimer en el Patio Festero de Villena, sábado 28 de septiembre: Mesas informativas, venta de lotería y realización de diversas actividades; chocolatada, concurso de dibujo, juegos e hinchables y sorteo de rifa solidaria con regalos de patrocinadores.

## **CONCLUSIONES**

Esta entidad cuenta con una larga trayectoria de 27 años, y ha ido evolucionando y adaptándose a los cambios para mejorar continuamente nuestros servicios, tanto en número de personas atendidas, como en servicios ofrecidos, fuertes, cohesionados y eficaces.

Los esfuerzos de esta entidad se centran en la transformación social de la visión que la sociedad tiene sobre el Alzheimer y el resto de demencias, y la importancia que la estimulación cognitiva tiene en su tratamiento. Con nuestro trabajo estamos favoreciendo la concienciación de la sociedad sobre los efectos beneficiosos que la terapia cognitiva tiene sobre las personas que padecen este tipo de demencias, y muestra de ello es el gran incremento que en los últimos años hemos tenido en la demanda de este servicio, y las derivaciones por parte de los servicios de neurología y de servicios sociales.

Villena a 30 de diciembre de 2024