

A. PRESENTACION DE LA FUNDACION FRENO AL ICTUS

MISION

La **Fundación Freno al ICTUS** tiene como misión reducir significativamente el impacto del ictus en nuestra sociedad para conseguir eliminar parte del drama personal, familiar y social que representa el ictus actualmente en España.

VISION

Freno al Ictus tiene mucho por hacer en la lucha contra el ictus. Es una entidad que centra sus recursos en dar a conocer esta enfermedad en la sociedad, llegando a todos los colectivos sociales posibles y, al mismo tiempo, abordar la patología desde el ámbito de la investigación científica, y además promover e intensificar la inclusión social y laboral de los afectados por el ictus, facilitando su integración social, familiar y laboral. Es por ello que trabaja sobre tres líneas de actuación:

Información: Promueve acciones de información y divulgación que generen visibilidad y conocimiento sobre el ictus, a fin de reducir su impacto social, familiar y personal en España.

Investigación: Promover la investigación científica y apoya a científicos, investigadores y profesionales de diferentes disciplinas que trabajen en proyectos de investigación, desarrollo e innovación sobre el ictus y el daño cerebral adquirido en el campo de tratamiento posterior, así como de la prevención y de la actuación.

Inclusión: Promueve la inclusión social y laboral de los afectados por ictus o daño cerebral adquirido y su entorno familiar, trabajando en la reintegración de un paciente tanto en su ámbito social como laboral.

VALORES

Fundación Freno al Ictus es una organización independiente sin ánimo de lucro comprometida en divulgar y extender el conocimiento del ictus en la sociedad. Trabaja en la promoción de la investigación científica del ictus y el daño cerebral adquirido y promueve la inclusión social y laboral de los afectados y sus familiares.

Es por ello que la Fundación Freno al ICTUS se rige por los valores de **compromiso, transparencia y rigor de nuestra actividad**

PLAN ESTRATEGICO

El Fundación cuidamos cerebros. Para ello el plan estratégico es el siguiente:

BRAIN CARING PEOPLE:

Identificación y sello de reconocimiento en la lucha contra el ictus. Hemos desarrollado una clasificación que identifique y reconozca las diferentes campañas y proyectos que tengan como objetivo reducir el drama personal, familiar y social que representa el ictus en nuestro país a través de tres ámbitos de actuación; la sociedad, el entorno educativo y las empresas, proyectos que cuiden los cerebros de las personas. En este sentido, para “poner en valor” para organizaciones y entidades públicas y privadas, que nos ayudan día a día a reducir la incidencia del ictus hemos creado los sellos de reconocimiento Brain Caring People, sellos que cuentan con el aval social de la Sociedad Española de Neurología.

Brain Caring People Sociedad

Sensibilizar y concienciar de la importancia del ictus, su alta prevención y apoyar para la reducción de su impacto en la sociedad.

Brain Caring People Educación

Crear una cultura basada en la prevención del ictus y en la importancia del tiempo para reducir su impacto social.

Brain Caring People Empresa

Un empleado informado y formado, clave en la prevención del impacto del ictus en su entorno El objetivo es formar a empresas y empleados en saber cuáles son los factores de riesgo y su prevención, las señales de alarma y la correcta actuación para ganar tiempo al reloj.

Brain Caring People Investigación

Es el sello que reconoce aquellos proyectos de investigación científica en materia de ictus, que han contado con una participación activa de la Fundación

Proyectos Anuales

Reducir el impacto social del ictus, nuestro primer objetivo. Freno al Ictus es una organización volcada en desarrollar y promover proyectos, programas, campañas y actividades que ayuden a reducir el drama personal, familiar y social que representa el ictus. Son

acciones que buscan sensibilizar y concienciar a la sociedad de cómo prevenirlo, su detección y actuación a tiempo.

- **Educación**

Enseñar y formar a todos a prevenir un ictus y la mejor manera de detectarlo y actuar a tiempo.

El ictus no es una enfermedad de exclusiva de personas mayores. En los últimos años ha experimentado un gran crecimiento entre jóvenes y adultos jóvenes, debido en gran medida a los hábitos de vida poco saludables. El objetivo es llevar a cabo programas que apuesten por la promoción de la salud, una vida sana y activa como herramientas de prevención.

- **La empresa contra el ictus**

Reducir el impacto del ictus en nuestro entorno a través de las empresas y sus empleados.

Informar y formar al colectivo de empleados es fundamental en la lucha por la prevención de esta enfermedad, evitar los factores de riesgo y un elemento clave a la hora de poder reaccionar a tiempo antes las señales de alarma. El 80% de los empleados de una empresa no conocen el impacto real de la enfermedad. Una correcta actuación ante un caso de ictus permite ganar tiempo al reloj y poder ser de ayuda para el afectado. El ictus es una enfermedad donde el tiempo de reacción es clave para reducir la mortalidad y la discapacidad...

- **Espacio cerebroprotegido**

Cada minuto cuenta, tú puedes dar la voz de alarma en la cadena de supervivencia ante un ictus

Hemos desarrollado la certificación "Espacio Cerebroprotegido" con el objetivo de reducir el impacto social que representa esta enfermedad cerebrovascular en nuestro país. El contenido formativo ha sido desarrollado con la colaboración de la Sociedad Española de Neurología (SEN) a través de su Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV) y forma parte del proyecto "BrainCaringPeople" el cuál cuenta con el aval social de la propia sociedad científica y cuenta también con el apoyo de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo (AEEMT) y la Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral (AESPLA). Un Espacio Cerebroprotegido es un lugar, tanto de ámbito público como privado, donde sus empleados cuentan con la formación

adecuada para detectar y actuar en caso de que un ictus se presente en sus instalaciones. Un empleado pueda detectar los síntomas de un ictus en una persona, reaccionar a tiempo y activar la alarma, pueden formar parte de una red que conforman el primer eslabón en la cadena de supervivencia del ictus. En definitiva, convertirse en un Espacio Cerebroprotegido

- **Brainy**

Divulgando y concienciando a la sociedad sobre “mundo” ictus para mejorar la situación de la enfermedad

Brainy se ha convertido en el embajador “estrella” de Freno al Ictus para lograr reducir el impacto social que actualmente tiene el ictus en España. En este sentido, se ha trabajado en la creación, promoción y desarrollo de campañas y proyectos de concienciación y sensibilización que contribuyan a ello. Todos estos recursos y campañas están avalados por la Sociedad Española de Neurología (SEN) a través de la participación de su Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV).

ORGANO DE GOBIERNO

La **Fundación Freno al Ictus** cuenta con un patronato multidisciplinar, profesionales de diferentes sectores de actividad que dedican su tiempo y esfuerzo a representar a la Fundación en foros de interés para la consecución de nuestros fines y a velar por el cumplimiento.

Julio Agredano: Presidente y Fundador

José María Gómez: Secretario

Ignacio de Miguel, Miren Aramburu, Pedro Montarelo e Irene Prieto:
Patronos

PAGINA WEB

[Fundación Freno al ICTUS – Información, investigación e inclusión sobre el Ictus](#)

B. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO KIERO

1. Justificación del proyecto

La Fundación Freno al Ictus, en su línea de actuación dirigida a la inclusión, junto con CEADAC, Centro de referencia estatal para el daño cerebral, dependiente del IMSERSO, han desarrollado el Proyecto Kiero, un programa dirigido a adultos jóvenes afectados por ictus y daño cerebral adquirido.

La razón de ser del proyecto Kiero es favorecer la reinserción vital y laboral del afectado por ictus y daño cerebral adquirido, incrementar su autonomía y reducir la dependencia tras su rehabilitación. En 2021 se ha aplicado este programa a un primer grupo piloto, que dio como resultado un incremento de factores de resiliencia en todos los participantes, habiendo programado dos nuevos grupos para 2022.

El programa ofrece como recurso complementario a la rehabilitación del paciente de daño cerebral adquirido, para potenciar su autonomía y habituación a la vida sin apoyo médico y psicológico.

2. Objetivos generales y específicos del proyecto

Los objetivos generales del Proyecto Kiero son la inclusión social del afectado por daño cerebral considerado “adulto joven” a una vida plena, activa y autónoma, y la reducción de la dependencia familiar e institucional. Los objetivos específicos son los siguientes:

- 1) Impulsar el autoconocimiento de los participantes y el reconocimiento de sus circunstancias actuales, aprendiendo a identificar recursos propios e identificando oportunidades de crecimiento y mejora.
- 2) Aprender gestión emocional, a través del reconocimiento de las emociones propias y de su auto-regulación.
- 3) Identificar creencias limitantes y creencias potenciadores en su proceso de recuperación e inclusión social.
- 4) Identificar destrezas y recursos en los que apoyarse en la superación del momento actual.
- 5) Identificar un propósito vital desde el punto actual de partida.
- 6) Entrenar habilidades como la creatividad, la planificación, o la relación con los demás, guiados por su propósito vital.

- 7) Aprender técnicas de relajación, visualización, y automotivación.
- 8) Conocer e inspirarse a través de las experiencias de personas referentes que, partiendo de su misma situación, compartirán con ellos su historia de vida y de superación de la enfermedad.
- 9) Elaborar un diario de aprendizaje y un plan de desarrollo vital para cada participante.
- 10) Proporcionar sesiones individuales de apoyo y seguimiento a través de coaches especializados.

En definitiva, se pretende que la persona se sienta más segura, autónoma y resiliente en esta nueva etapa de su vida.

c. ODS a los que contribuye el proyecto

ODS 3: Salud y bienestar

ODS 10: Reducción de las desigualdades

d. Beneficiarios, a quién va dirigido

Kiero va destinado a favorecer la inclusión en la sociedad de los afectados por ictus y daño cerebral. Las estadísticas apuntan a que un % elevado de los afectados por ictus no continúan en sus anteriores puestos de trabajo entrando en estados emocionales de desmotivación, bloqueo o miedo afectando significativamente al entorno familiar.

Por este motivo Kiero va dirigido al colectivo de pacientes considerados “adultos jóvenes”, personas anteriormente activas y que gracias al programa consigan volver a una situación de actividad en la comunidad.

El programa pretende generar una experiencia de autoconocimiento y exploración de capacidades propias, potenciar la autonomía y la resiliencia, y así proporcionarse sesiones de inspiración y entrenamiento que guíen al afectado hacia un proceso real de reinención en plenitud que facilite su inclusión en la sociedad

e. Acciones propuestas

El Proyecto Kiero contempla las siguientes fases:

1. Planificación del Proyecto y determinación de fechas, recursos y beneficiarios.

La ejecución del programa se realiza por profesionales externos, por lo que esta fase del proyecto requiere de reuniones Kick-off para el consenso de fechas, número de beneficiarios del proyecto y lanzamiento de las convocatorias y la coordinación y puesta en marcha de los diferentes hitos del proyecto, previsión de materiales y espacios, comunicación, y todo lo necesario para la correcta realización del proyecto.

2. Selección de Participantes. El origen de los participantes es el siguiente: • Pacientes de CEADAC. El 75% de los participantes son seleccionados por CEADAC, entre sus pacientes considerados “adultos jóvenes” con afectaciones cognitivas leves y expectativas de retorno a una vida activa. El proceso de selección implica la identificación de estas personas por los neuropsicólogos, de entre los pacientes que se encuentran finalizando su rehabilitación, o aquellos que la han terminado de manera reciente, y que cumplen los criterios indicados al inicio. • Beneficiarios de la Fundación Freno al Ictus. El 25% de los participantes proceden de los colectivos cercanos a la Fundación, personas jóvenes que retornan a una vida activa, a los que se pretende dotar de orientación para afrontar esta nueva etapa vital

3. Programa educativo de tres meses

El Proyecto Kiero es programa formativo de tres meses con los siguientes componentes:

• **Nueve Sesiones grupales** de celebración semanal y duración de tres horas. Estas sesiones son impartidas por facilitadores con el objetivo de apoyar a los participantes en su experiencia, de la forma más personalizada. El contenido de estas sesiones está basado en la gestión emocional, el reencuadre de creencias, trabajar la identidad, la resiliencia, los recursos creativos, el propósito personal, la construcción de una narrativa de cambio y el empoderamiento personal. Se trata de lograr un aprendizaje a través del descubrimiento personal. Las sesiones se complementan con fichas resumen con propuesta de actividades Estas nueve sesiones se dividen en tres bloques:

- **Descubrir:** Los participantes conectarán con el momento actual que están viviendo, aprendiendo a gestionar sus emociones y creencias. En este bloque se incluye la gestión de las emociones y creencias.

- **Despertar:** Los participantes aprenderán a detectar sus destrezas conectando con recursos propios, con su resiliencia, con su creatividad y la identidad que surge en las nuevas circunstancias.
- **Desplegar:** Los participantes conectan con un nuevo propósito vital y trazan una nueva visión o plan de vida, que incluye la parte personal, laboral y relacional, de acuerdo con sus circunstancias...

- **Tres sesiones inspiradoras**, de celebración mensual, con participación de afectados por daño cerebral que han rehecho sus vidas y comparten con los participantes sus mayores aprendizajes... El descubrimiento de mejoras y consejos de personas que sufrieron su episodio de daño cerebral hace años y comparten cómo su calidad de vida continúa mejorando, es un elemento estrella en este programa.

- **Tres sesiones de movimiento consciente**, de celebración mensual. Las sesiones inspiradoras con participación de un afectado se complementan con una sesión de movimiento consciente tipo yoga ligero donde los participantes aprenden a relacionarse de manera más amable con su cuerpo, con sus contracciones y dolencias, así como movimientos que favorecen su bienestar.

- **Cinco sesiones de coaching individual**, de 1 hora de duración, en las que el participante puede trabajar de manera concreta sus objetivos, sus dudas y desafíos personales, con un profesional, de manera complementaria a su aprendizaje en el programa grupal

f. Plazo previsto de ejecución

2023, dos ediciones (Abril y Septiembre) cada una con 3 meses de duración

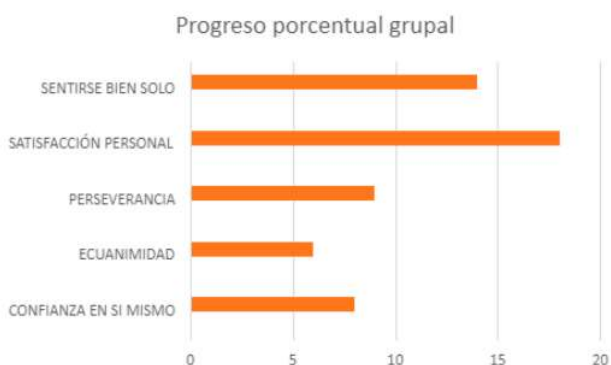
g. Resultados e indicadores de medición del proyecto

En 2021 se ha realizado la I Edición piloto del Proyecto Kiero, con los siguientes resultados. El programa educativo de 3 meses de duración y el proceso de acompañamiento individual de 5 sesiones, han obtenido un nivel de satisfacción general de los participantes de 9,25 sobre 10. Adicionalmente, los participantes han proporcionado testimonios cualitativos de alta satisfacción e impacto en su proceso vital, recogidos en material audiovisual documental disponible para complementar este documento en el siguiente acceso. Los

resultados del programa también han sido registrados dentro de un proceso de investigación ex – post- descriptiva, a través de la aplicación de un instrumento de medición neuropsicológica de la resiliencia (ResilienceScale 25 Waldning& Young – RS25) con un resultado de progreso en todas las variables de medición.

Figura 1

Progreso porcentual en los factores de medición de la Escala de Resiliencia RS25 en grupo I edición Proyecto Kiero



El proyecto cuenta con varias formas de medición de resultados:

- **Valoración en vivo de cada sesión.** Al final de cada sesión, se realiza una ronda de conclusiones en la que los participantes responden a las preguntas: - ¿Qué he aprendido? - ¿Qué me llevo? Es un espacio para recoger el sentir del participante de cara a la adecuación de contenidos y la evolución del programa, que tiene un efecto beneficioso en ellos mismos y en el grupo, al compartir hallazgos de cada una de las sesiones.
- **Cuestionario de satisfacción final.** El proyecto cuenta con un cuestionario de satisfacción final en el que se valora de manera cuantitativa: - La duración del programa. - Cada una de las temáticas, las intervenciones de otros afectados, las sesiones de movimiento y el proceso de coaching. - El nivel de satisfacción general con el programa en su conjunto. También contiene preguntas cualitativas en las que se sondea: - Contenidos que el participante haya echado de menos. - Recomendaciones para personas que puedan estar interesadas en cursar el programa.
- **Investigación sobre la efectividad del programa en la capacidad de resiliencia de los participantes.** El proyecto pretende medir su efectividad a través de una investigación ex

post descriptiva para conocer si ha existido progreso en los niveles de resiliencia de los participantes. h. Ámbito territorial

i. Recursos Humanos y Materiales

- Tres coordinadores/facilitadores con amplia experiencia en el ámbito del desarrollo personal, expertos en inteligencia emocional, coaching personal y de salud, así como en la Dirección y Desarrollo del Proyecto. La creación, dirección, coordinación, impartición y medición del programa es desarrollada por este equipo central.
- Quince coaches voluntarios, reclutados por el equipo central (coordinadores/facilitadores), con formación en psicología, gestión del estrés y atención al trauma.
- Una profesora de yoga con experiencia en impartición a colectivos vulnerables
- Material audiovisual de invitación al programa y resumen.
- Guía didáctica, soporte multimedia, papelógrafo, rotuladores, material de escritura y composición creativa (revistas, pegamento, post its), soporte musical, centro de recursos de CEADAC.
- Formularios en formato papel y electrónico. Documento de adhesión voluntaria. Documentos de regulación de datos personales, de acuerdo con el GRPD.
- Soportes de comunicación electrónica (correo electrónico, WhatsApp) conforme a consentimiento de utilización de los participantes.
- Carpeta del participante: contiene cuaderno, bolígrafo y fichas de cada sesión.

j. Presupuesto

El apoyo económico solicitado es de **10.000€**, 5.000€ por cada una de las dos ediciones a desarrollar. El apoyo económico se destinará a financiar costes de organización, materiales y la participación de los profesionales implicados en el programa Kiero. El Programa es gratuito para el participante