

CuidArte

ARTETERAPIA EN AFA "FUENTEBLANCA"



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE PERSONAS AFECTADAS DE ALZHEIMER Y OTROS DETERIOROS
COGNITIVOS
"FUENTEBLANCA"

ÍNDICE

1	Planteamiento del problema	2
2	Objetivos	3
2.1	Objetivo general	3
2.2	Objetivos específicos.....	3
3	Ámbito geográfico de actuación	4
4	Público objetivo.....	5
5	Descripción de actividades.....	6
6	Temporalización	7
7	Metodología	8
8	Evaluación	9

1 Planteamiento del problema

Actualmente, los familiares cuidadores de personas afectadas por Alzheimer y otros deterioros cognitivos se enfrentan a una importante carga tanto mental como física. El progreso notorio de estas enfermedades implica una atención constante por parte del cuidador, así como, fuerza psicológica.

Se evidencia una falta de recursos y apoyos especializados dirigidos a este colectivo, lo que supone un agravamiento de la situación. Además, no se cuenta con programas específicos, los cuales se enfocan en tratar las necesidades emocionales y físicas de aquellos que asumen el rol de cuidador.

A día de hoy, únicamente podemos encontrar soluciones que promuevan el respiro familiar y el alivio de carga emocional, sin tener en cuenta otras necesidades como pueden ser la conexión, la comunicación y la creación de nuevas relaciones sociales con personas con las que se comparte situaciones similares. Teniendo en cuenta estos otros aspectos se puede llegar a mantener una calidad de vida tanto de los cuidadores/as como de las personas afectadas de Alzheimer y otros deterioros cognitivos, ofreciéndoles orientación y nuevas herramientas de actuación.

Por todo ello, la arteterapia se considera una alternativa esperanzadora ya que involucra a un grupo de personas con aspectos en común de manera creativa en un espacio seguro, creando vías de liberación emocional y comunicación para los familiares cuidadores.

En conclusión, se resalta la dificultad de la situación que pueden llegar a vivir los/las cuidadores/as, destacando principalmente la inminente necesidad de nuevos enfoques terapéuticos, como la arteterapia, donde los protagonistas sean ellos/as para así, mejorar la calidad de vida y bienestar de todas las personas afectadas por el Alzheimer y otros deterioros cognitivos.

2 Objetivos

2.1 Objetivo general

Mejorar la calidad de vida y bienestar emocional de los familiares cuidadores de personas afectadas por Alzheimer y otros deterioros cognitivos.

2.2 Objetivos específicos

1. Proporcionar sesiones terapéuticas regulares con el fin de reducir la carga psicológica vinculada al cuidado constante.
2. Estimular la creación de nuevas relaciones sociales entre los participantes durante las sesiones, promoviendo el apoyo mutuo y la formación de redes de apoyo.
3. Evaluar el impacto de las actividades en la percepción de apoyo emocional y reducción del aislamiento social.

3 Ámbito geográfico de actuación

El proyecto está diseñado con el fin de llevarse a cabo en el centro de la asociación AFA "Fuenteblanca", ubicado en el Polígono Calle Dos Parcela E-4, concretamente en el Centro Ocupacional "Reina Sofía" en la localidad de Consuegra (Toledo). El ámbito de actuación se extiende a la población del municipio de Consuegra, además de habitantes de localidades colindantes como pueden ser Madridejos, Urda, Turleque y Los Yébenes.

Centrándonos en la población de la localidad de Consuegra, podemos hablar de un total de 9.805 habitantes en 2023 (según datos del INE), y está próxima a localidades con menor número de habitantes, como los son Urda con 2.491 habitantes y Turleque con 702 habitantes y, mayores como Madridejos con 10.151 habitantes.

4 Público objetivo

El proyecto va dirigido a todas aquellas personas cuidadoras de usuarios/as afectados de Alzheimer y otros deterioros cognitivos atendidos en la asociación AFA "Fuenteblanca". El proyecto abarca un total de 20 plazas, las cuales se concederán por orden de solicitud.

5 Descripción de actividades

Las actividades diseñadas para este proyecto reúnen las siguientes características:

- **Diagnóstico de necesidades:** Se realiza un análisis minucioso de las necesidades emocionales de cada participante, a través de cuestionarios y entrevistas, de forma que se puedan identificar las áreas en las que focalizar el diseño de las sesiones.
- **Colaboración interdisciplinaria:** Para el desarrollo de este proyecto es necesaria la unión entre los distintos perfiles profesionales existentes en la asociación, como la trabajadora social y psicóloga con la profesional de bellas artes encargada de las sesiones. De esta manera, aseguramos un enfoque terapéutico adecuado.
- **Desarrollo de actividades personalizadas:** Las actividades llevadas a cabo en las sesiones están adaptadas a las capacidades individuales de cada participante, incorporando técnicas artísticas específicas para abordar aspectos emocionales.
- **Creación de espacios terapéuticos:** Construyendo entornos seguros y cómodos para realizar las sesiones, teniendo en cuenta la accesibilidad y creación de un ambiente creativo y libre de juicios. Las sesiones se realizarán en las instalaciones de la propia asociación AFA "Fuenteblanca" en el Polígono de Consuegra.
- **Programación regular y continua:** Se establece un cronograma incluyendo las sesiones de arteterapia, priorizando la regularidad consiguiendo así maximizar los beneficios terapéuticos. Las sesiones tendrán una duración de una hora y media, y se llevarán a cabo una vez a la semana, dos semanas al mes, concluyendo con un total de tres horas al mes de sesiones de arteterapia.
- **Provisión de recursos y materiales:** Garantizando la disponibilidad de materiales artísticos de calidad y otros recursos necesarios para llevar a cabo las actividades.
- **Evaluación continua y adaptación:** Implementando evaluaciones periódicas para analizar el progreso y adaptar las actividades a las respuestas y necesidades, garantizando la efectividad del proyecto.
- **Participación activa:** Fomentando la colaboración activa de los participantes en la planificación y ejecución de las actividades, promoviendo así el apoyo mutuo.

6 Temporalización

El proyecto se llevará a cabo desde el lunes 3 de julio hasta el jueves 31 de noviembre de 2024. Las sesiones tendrán una duración de una hora y media, y se desarrollarán una vez por semana, cada 15 días.

	Junio	Julio	Sept.	Oct.	Nov.	Dic.	Exposición Fin de Curso
1ª Semana	3 - 6	1 - 4	5 - 8	7 - 10	4 - 7	2 - 5	23 de diciembre
2ª Semana	17 - 20	15 - 18	19 - 22	21 - 24	18 - 21	16 - 19	

7 Metodología

El fin de esta metodología es cubrir integralmente las necesidades de los cuidadores, promoviendo el bienestar emocional y proporcionando un entorno terapéutico significativo.

- **Expresión emocional:** Promoviendo la expresión libre y sin juicio de las emociones de los participantes a través de las distintas formas artísticas llevadas a cabo en las sesiones.
- **Creatividad individual:** Ofreciendo un entorno donde los participantes tienen la oportunidad de explorar su creatividad de forma individual, respetando así sus gustos y estilos.
- **Estimulación sensorial:** Incluyendo elementos sensoriales como pueden ser los diferentes colores, texturas y sonidos, de forma que resulte una experiencia enriquecedora y estimuladora para los sentidos.
- **Conexión social:** Facilitando la interacción y comunicación entre los participantes, creando así nuevas redes de apoyo en un entorno de apoyo mutuo y comprensión.
- **Reflexión y diálogo:** Fomentando la reflexión acerca de las obras creadas, permitiendo compartir sus experiencias con el grupo.
- **Adaptabilidad:** Cada sesión está diseñada con el fin de adaptarse a los distintos niveles artísticos y necesidades específicas de cada participante.
- **Enfoque terapéutico:** Las sesiones están guiadas por profesionales de bellas artes, y orientadas hacia objetivos terapéuticos como es la reducción del aislamiento social, consiguiendo así una mejora en el bienestar de los participantes.
- **Variabilidad artística:** Las sesiones incluyen una multitud de formas artísticas como pintura, música y escritura.

8 Evaluación

La evaluación integral de los distintos aspectos abordados permitirá medir la eficacia del proyecto de arteterapia, garantizando su relevancia y adaptabilidad a las necesidades de los participantes. Para una adecuada evaluación se llevarán a cabo los siguientes mecanismos:

- **Encuestas de satisfacción:** Elaborar encuestas periódicas a los participantes evaluar su grado de satisfacción con las sesiones, los beneficios adquiridos y las áreas de mejora.
- **Observación y registro:** Realizando observaciones durante las sesiones teniendo en cuenta la participación activa, la interacción social y las expresiones emocionales de los participantes.
- **Reuniones:** Realizando consultas individuales en las reuniones periódicas dentro del grupo de apoyo mutuo llevado a cabo por el área de psicología de la propia asociación.
- **Registro de participación continua:** Mantener un registro de la asistencia y participación de los cuidadores para evaluar el compromiso de los mismos a lo largo del proyecto.
- **Feedback:** Obteniendo retroalimentación regular por parte de la profesional de bellas artes que imparte las sesiones, evaluado la efectividad y la necesidad de cualquier ajuste.
- **Comparación con los objetivos iniciales:** Analizando el progreso del proyecto y adaptando las estrategias según sea necesario.
- **Recopilación de historias de éxito:** Documentar y compartir historias de éxito de los participantes, con el previo consentimiento de los mismos, destacando los cambios positivos en su bienestar.
- **Análisis de retos:** Identificando y evaluando los desafíos encontrados durante el desarrollo del proyecto para un mejor de diseño del proyecto en el futuro.