

PROGRAMA

“MENTE ACTIVA”

NECESIDAD DEL PROYECTO:

El número de personas mayores de 65 años se ha visto incrementado con el paso de los años. Una vez que la persona recibe el diagnóstico de Enfermedad de Alzheimer, demencia u otras enfermedades neurodegenerativas sufren un gran impacto las áreas/dimensiones que favorecen el bienestar de la persona debido a los déficits cognitivos y físicos que aparecen a consecuencia de la enfermedad. Todo ello afectará, tarde o temprano en el nivel de autonomía de la persona.

En fases iniciales de la enfermedad pueden experimentar dificultades como: pérdidas de memoria, problemas en la orientación espacial y planificación, dificultad para aprender nuevos conceptos, entre otras. Estas dificultades no son muy notables al comienzo de la enfermedad; pero debido al curso progresivo de la enfermedad, la persona irá viendo afectadas en mayor medida sus capacidades cognitivas y físicas.

Por ello es fundamental ofrecer un tratamiento no farmacológico basado en la estimulación cognitiva, física, social y funcional. En este tipo de intervenciones se trabajan: funciones cognitivas, componentes físicos y motores, habilidades sociales y de comunicación; para mejorar aquellas funciones o destrezas afectadas y mantener aquellas preservadas. Con el objetivo de que la persona sea independiente para realizar actividades cotidianas el mayor tiempo posible, y retrasar la situación de dependencia.

La estimulación cognitiva, física y funcional son tres áreas complementarias con el objetivo global de mejorar su calidad de vida e incrementar su autoestima.

Este proyecto surge de la posibilidad de ofrecer servicios especializados de la Asociación a personas mayores que se encuentran en otras entidades o servicios asistenciales como residencias; y que quieren completar su tratamiento con otras intervenciones.

OBJETIVOS GENERALES:

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores con Enfermedad de Alzheimer, demencia y otras enfermedades neurodegenerativas.
- Ampliar nuestra oferta de servicios y proporcionar estimulación cognitiva, física y funcional a personas mayores con Alzheimer, demencia y otras enfermedades neurodegenerativas, usuarias de servicios asistenciales como residencias; y que buscan de otros servicios especializados que complementen los tratamientos integrales que reciben.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Potenciar habilidades y destrezas de ejecución previamente adquiridas y fomentar el desarrollo de nuevas.
- Fomentar el desarrollo y la adquisición de nuevos roles ocupacionales.
- Mejorar las funciones cognitivas, físicas y funcionales deficitarias y mantener aquellas preservadas.
- Incrementar las habilidades de comunicación y relacionales de la persona en el entorno social.
- Incidir positivamente en el estado de ánimo y la conducta de la persona.

PERFIL DE PARTICIPANTES:

El perfil recomendado para el presente proyecto es el siguiente:

- Personas mayores de 65 años con Enfermedad de Alzheimer, demencias y otras enfermedades neurodegenerativas.
- Ser usuario/a de otra entidad o servicio asistencial dirigido a la rehabilitación o tratamiento de estas patologías.

Nº de participantes: Se establece un total de 15-20 participantes aproximadamente.

PROGRAMACIÓN/CALENDARIZACIÓN:

El proyecto se llevará a cabo durante el año 2024 y tendrá una duración de 6 meses.

El programa “MENTE ACTIVA” es un proyecto nuevo que se pretende desarrollar en la Asociación con expectativa de incluirlo dentro de nuestros servicios y programas de continuidad.

- **Duración:** Se llevarán a cabo 2 sesiones por semana de una duración de 2h y media.
- **Lugar:** En las instalaciones de la Asociación situada en Prolongación Avenida de la Estación Nº1, 03185 Torreveja (Alicante).

Se hará uso de las salas de estimulación cognitiva y física de la Asociación.

ACTIVIDADES:

-ESTIMULACIÓN FÍSICA:

Dirigidas a trabajar aspectos físicos y motores de MMSS, MMII y tronco, como: rango articular, tono muscular, control postural, flexibilidad, equilibrio, coordinación, propiocepción, deambulación y esquema corporal. Se programan actividades terapéuticas a nivel físico mediante el uso de material: conos, picas, pelotas, baile, mímica, ejercicio específico de MMSS y MMII, etc.

-ESTIMULACIÓN COGNITIVA:

Dirigidas a trabajar las funciones cognitivas de atención, cálculo, lenguaje, memoria, orientación, razonamiento, gnosias, praxias, funciones ejecutivas y resolución de problemas. Además, se

trabajan otros aspectos como: estrategias de afrontamiento, conciencia de déficits, alteraciones conductuales... Cuya intervención es primordial en deterioro cognitivo leve o en las primeras fases de la enfermedad. Los ejercicios y/o actividades cognitivas propuestas se llevan a cabo a través de fichas cognitivas, actividades orales y material específico de psicomotricidad y estimulación cognitiva (puzzles, encajables, tablero de pinchos, tarjetas asociativas imagen-palabra...)

-ESTIMULACIÓN FUNCIONAL:

Dirigidas a trabajar aspectos o funciones cognitivas que interfieran en la realización de actividades de la vida diaria: básicas (ABVD) e instrumentales (AIVD) con el fin de mejorar la autonomía de la persona. Para ello, se realiza un entrenamiento o simulación de situaciones cotidianas: pago de la compra, orientación en la ciudad, preparar la mesa, marcación de teléfonos de emergencia. También se trabajan funciones que influyen directamente en la ejecución de éstas: secuenciación, identificación de objetos cotidianos, praxis, gnosias, orientación, etc.

RECURSOS:

Profesionales:

Los profesionales encargados de desarrollar el proyecto son:

- Terapeuta Ocupacional
- Técnico en atención sociosanitaria

Materiales:

- Estimulación cognitiva: Para fichas cognitivas: fichas, lápices, gomas, lápices de colores, tijeras. Para actividades interactivas: pantalla táctil y aplicaciones como drive y canva.
- Estimulación física: Picas, aros, conos, indiakas, pelotas, bandas elásticas, radio cd, etc.
- Mobiliario: mesas y sillas.

RESULTADOS ESPERADOS:

- Alcanzar un 80% de participación de usuarios/as en el programa.
- Conseguir un porcentaje de satisfacción del programa, por parte de los usuarios/as, del 85%.
- Mejorar la calidad de vida del 90% de los participantes.
- Reducir el aislamiento social del 90% de los participantes.
- Mejorar los déficits cognitivos, físicos y funcionales; y mantener aquellos preservados el mayor tiempo posible del 75% de los usuarios/as.
- Alcanzar y/o mantener niveles de autonomía óptimos para cada usuario/a que le permitan una correcta participación y desempeño de actividades diarias.

FDO: MARÍA PURIFICACIÓN GARCÍA ÁLVAREZ

Presidenta de la Asociación. Torreveja, 4 de abril de 2024.

¡APUNTÁTE A NUESTRO PROGRAMA “MENTE ACTIVA”!



MENTE ACTIVA

ESTIMULACIÓN

- COGNITIVA
- FÍSICA
- FUNCIONAL

Fortalece tus funciones cognitivas, físicas y funcionales para tener una vida saludable

HORARIO DE TARDE 15:30-18:00H

En nuestra sede Prolongación Avenida
de la Estación nº1 Torreveja



Para más INFORMACIÓN:
636128350/966702500
tecnicas@afatorreveja.es

ASOCIACIÓN ALZHEIMER DE
FAMILIARES/AMIGOS DE TORREVIEJA
AFA TORREVIEJA