

# ALZHEIMER **AZ**

EN EL PRINCIPADO DE ASTURIAS

enero 2019  
número 12



Publicación periódica gratuita para los familiares de los Enfermos de Alzheimer



**Plan**

## **Nacional de Alzheimer: de Justicia Social**

LOS PRODUCTOS NATURALES QUE ESTAN BENEFICIANDO LA SALUD DE MILLONES DE PERSONAS

# TRIANGULO DE LA SALUD

Completamente  
Naturales

Sin efectos  
secundarios

Compatibles con  
cualquier otro  
producto o  
medicamento

Mejoran tu salud

Totalmente  
garantizados



MÁS  
INFORMACION:

[info@ubsworld.com](mailto:info@ubsworld.com)

677 559 805

Nuestros productos, nuestra cultura y nuestra constancia hallan su principal fuente de inspiración en la naturaleza. Los fundadores de Kyäni iniciaron su trayectoria empresarial con pequeños negocios que, como cualquier manzana o arándano, podían pasar desapercibidos. Sin embargo, a base de trabajo e innovación, las familias Hansen y Taylor alcanzaron un extraordinario éxito empresarial en una gran variedad de industrias. Tras descubrir de qué manera estas fuentes naturales podían mejorar la salud de las personas, ambas familias se unieron para fundar Kyäni. En la actualidad, nuestros excelentes productos marcan la diferencia en la vida de millones de personas de todo el mundo.

Kyäni fue fundada sobre la idea de ofrecer bienestar al mayor número de personas posible en el mayor número de lugares posible. Esta iniciativa halló su origen en el desarrollo del Triángulo del Bienestar: una línea de productos diseñada para ayudar y mejorar la salud de la gente con suplementos nutricionales naturales.

La historia del Triángulo del Bienestar tiene su origen en el arándano silvestre de Alaska: una fruta poco común rica en potentes antioxidantes que le permiten sobrevivir a la dureza del clima de su hábitat. Combinada con otros más 20 nutrientes y vitaminas, esta variedad de arándano constituye el ingrediente estrella de Kyäni Sunrise. El Triángulo del Bienestar también incluye Kyäni Sunset, un producto rico en ácidos grasos omega 3 extraídos del salmón salvaje de Alaska (entre otros pescados salvajes) que ayudan al correcto funcionamiento del organismo. El último producto que cierra el Triángulo del Bienestar es Kyäni Nitro. Nitro ayuda a los procesos metabólicos de tu cuerpo y garantiza una absorción de nutrientes adecuada para un bienestar óptimo.

Ahora, tienes la posibilidad de influir seriamente en tu salud con unos de los mejores productos del mercado.

Kyäni (JJDG) es socio colaborador de la **Asociación Alzheimer Asturias / AFA - ASTURIAS** con el número de **Afiliado 002270**.





# EDITORIAL



Secretario General Ejecutivo de la  
**ASOCIACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS**  
Presidente del Patronato de la  
**FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS**  
Vocal de la Junta de Gobierno de la  
**CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ALZHEIMER (CEAFA)**

Nuevo año que comenzamos (uno mas y uno menos) y que seguimos con los mismos mensajes de todo tipo que nos envían desde distintos sectores, a saber: consejos, intereses creados, desatenciones, mentiras, promesas incumplidas, etc. etc. para que les voy a contar, que afectan al colectivo de Enfermos de Alzheimer y sus familiares cuidadores. (La Enfermedad de Alzheimer ya es una pandemia y es la segunda causa de muerte en el mundo).

Inicio esta Editorial con los comentarios anteriores, un poco en apoyo a los proyectos que a nivel nacional se pretenden para este colectivo. Lógicamente la Enfermedad de Alzheimer, no es un problema que se pueda solucionar a nivel de instituciones locales y/o regionales (aunque no estaría de mas que nos prestasen algo de atención), sino que tiene que ser un problema visionado y solucionado desde el Gobierno Central.

Les detallo un pequeño historial (Para más detalle: Revista - ALZ / Alzheimer en el Principado de Asturias / Edición de Enero 2015 / Número 08), con respecto a las “vueltas” que se están dando para conseguir que la Enfermedad de Alzheimer sea arropada con un PLAN NACIONAL.

Años 1996-1998: Plan Gerontológico Nacional

Años 1999-2002: Reivindicación de actuación sobre estos enfermos (área social y apoyo a cuidadores)

Años 2008-2010: Slogan “Juntos podemos”

Años 2012-2013 y 2014: Política de Estado de Alzheimer, etc. etc. y hasta nuestros días.

Con estos comentarios iniciales, quiero apoyar a mi compañero Jesús Rodrigo (CEO de CEAFA / Confederación Española de Alzheimer), que, en las páginas centrales de esta revista, expone de manera explicita y para mi opinión con cierta amargura en que situación se encuentra en la actualidad el PLAN NACIONAL DE ALZHEIMER.

Seguimos totalmente abandonados, y no sabemos en qué momento los Gobiernos que van “pasando” no solo de fechas sino de actitudes, en algún momento prestarán atención a nuestras reivindicaciones.

Dentro del año que ha pasado, uno de los actos que hemos considerado mas importantes ha sido el celebrado en Gijón, denominado “Jornada Alzheimer #Conciencia Social”, organizado por CEAFA (Confederación Española de Alzheimer) y AFA-ASTURIAS (Asociación Alzheimer Asturias). Acto en el que se han plasmado distintos aspectos de la Enfermedad de Alzheimer. Ponencias: Importancia del tratamiento específico del Alzheimer / Necesidad del Plan Nacional de Alzheimer / Situación del Alzheimer en el Principado de Asturias. (<https://youtu.be/O9-IFRaTpBU>)

Pocos comentarios mas les puedo hacer (o no debo hacer), ya que posiblemente me metería en barrizales de los que me costaría trabajo salir, por mi forma visceral de decir las cosas (verdades como puños), y que en algunas ocasiones me arrepiento de denunciarlas. (no por el fondo, sino por la forma).

Como siempre todos nuestros afiliados, son informados de las actividades que durante el año 2018 han realizado la ASOCIACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS y la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS a favor de las Unidades Familiares de Convivencia por todo el Principado de Asturias.

Desde nuestros modestos y escasísimos medios económicos, seguiremos tratando de ayudar en todo lo que podamos a nuestro colectivo.

Como siempre un fuerte abrazo para todos.



## SERVICIOS QUE LA ASOCIACIÓN PRESTA A SUS AFILIADOS

- ⇒ Información sobre la enfermedad de alzheimer su evolución, posibles progresos de las investigaciones, artículos y publicaciones de prensa y otros medios.
- ⇒ Tratados y condiciones especiales con centros de día y residencias geriátricas privadas en todo el Principado de Asturias (importantes condiciones económicas a favor de la Unidad Familiar)
- ⇒ Apoyo moral y psicológico (Reuniones periódicas con familiares de enfermos, Cursos formativos y de capacitación, Terapias de Grupo, etc. etc.)
- ⇒ Reuniones de la junta directiva de A.F.A.-ASTURIAS con los familiares de los enfermos (Se tratan los aspectos sanitarios, sociales, legales, y/o cualquier otras necesidades o asuntos susceptibles de interés por parte de los afiliados.)
- ⇒ Gestiones de todo tipo, con la colaboración de nuestros abogados y procuradores y otros socios simpatizantes.
- ⇒ Colaboraciones, trato y atenciones especiales con nuestros familiares asociados y socios en general por distintos profesionales y actividades comerciales (Profesionales de la Medicina, Clínicas, Ayuda a Domicilio, Asesorías Laborales/Fiscales, Mobiliario Especial, Seguros, etc. etc.)
- ⇒ Jornadas sanitarias y sociales: mesas redondas, conferencias, coloquios, charlas por todo el Principado de Asturias, con la colaboración de profesionales de la medicina y los servicios sociales de distintos ayuntamientos.
- ⇒ Boletines y escritos informativos de todas las gestiones, contactos, proyectos y objetivos conseguidos por A.F.A.-ASTURIAS
- ⇒ Edición de la revista especializada "ALZ" - "ALZHEIMER EN EL PRINCIPADO DE ASTURIAS" de distribución gratuita entre los afiliados de la asociación. (Editada por la Fundación Alzheimer Asturias y la Asociación Alzheimer Asturias / A.F.A.-ASTURIAS).
- ⇒ Donaciones de sillas ruedas, pañales, camas articuladas, colchones de aire, adaptadores sanitarios, etc. etc. (Sin ningún coste económico para la Unidad Familiar)
- ⇒ A través de colaboraciones con la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS, aplicación de servicios y distintas ayudas prestadas a nuestros socios con familiares afectados por la enfermedad de Alzheimer y otras demencias mediante medidas de apoyo a la unidad familiar de convivencia en todo el principado de asturias por distintos profesionales. Actividad que puede ser gratuita o con especiales condiciones económicas. (Ayuda Especializada a Domicilio, Terapias individualizadas a domicilio para el enfermo y el cuidador familiar, Auxiliares Sanitarios, de Clínica, Gerontólogos, Psicólogos, etc. etc.)
- ⇒ Terapias de grupo, cursos de capacitación y formación para afiliados a la AFA-ASTURIAS, destinados de forma preferente a los cuidadores de enfermos de alzheimer financiados por A.F.A.-ASTURIAS o la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS a través de subvenciones conseguidas y/o donaciones.
- ⇒ Donaciones a las unidades familiares de: pañales, sillas de ruedas, andadores, adaptadores sanitarios, escabeles, etc.etc.
- ⇒ Terapias no farmacológicas impartidas directamente en el domicilio del enfermo. Actividad que se gestiona a través de la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS
- ⇒ Ayuda especializada a domicilio integral. Actividad que se gestiona a través de la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS .
- ⇒ Donaciones gratuitas por todo el principado de asturias de alimentos específicos y/o genéricos. Actividad promocionada por la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS





Enero 2019  
Número 12

PLAN NACIONAL  
DE ALZHEIMER

07  
12  
17

LOS RECURSOS

MEMORIA DE  
ACTIVIDADES  
2018

**Edita**

Fundación  
Alzheimer Asturias

Asociación  
Alzheimer  
Asturias  
AFA-ASTURIAS

**Diseño y Maquetación**

Gráficas Papiro  
info@graficaspapiro.com

**Imprime**

Gráficas Papiro

**Tirada de este número**

3000 ejemplares

**Depósito Legal**

AS - 0494 - 2002

Enero 2019 | Número 12

**Síguenos en**

fundacion.  
alzheimerasturias



asociacion.  
alzheimerasturias



@alzasociacion  
@alzfundacion

**números anteriores**

NÚMERO 11	ENERO 2018
NÚMERO 10	ENERO 2017
NÚMERO 09	ENERO 2016
NÚMERO 08	ENERO 2015
NÚMERO 07	ENERO 2014
NÚMERO 06	ENERO 2013
NÚMERO 05	ENERO 2011
NÚMERO 04	DICIEMBRE 2009
NÚMERO 03	JULIO 2009
NÚMERO 02	JUL/DIC 2002
NÚMERO 01	ENE/JUN 2002
NÚMERO 00	JUL/DIC 2001

Apartado de correos 1005  
33200 - Gijón - Asturias - España  
Telf.: (+034) 984. 192. 020  
Fax: (+034) 984. 193. 030  
asturias@fundacionalzheimer.com



[www.fundacionalzheimer.com](http://www.fundacionalzheimer.com)

Escritura de Constitución de fecha 03/07/2001, Protocolo número 2069, Notario J.A.Beramendi de Gijón / Consejería de Asuntos Sociales del Principado de Asturias – Registro de Fundaciones Asistenciales – Número de Entrada Registro General: 21000009951 – Asiento número: 75/01 – Tomo número: 2 – Año 2001 – Fecha de presentación: 19 de Septiembre del 2001 / Administración del Principado de Asturias – Registro de salida número 200121000007852 09-10-01 – 10:02:07 y Reg. Salida número 200121000007947 10-10-01 – 10:45:52 / Principado de Asturias – Dirección General de Hacienda. Exento del Impuesto de Transmisiones Patrimoniales Fecha 01-08-2001. Número de Registro 12.260 / Boletín Oficial del Principado de Asturias (BOPA) Número 252. Martes 30 de Octubre del 2001 – Consejería de Asuntos Sociales. Páginas 13651/13652. Resolución el 01-10-2001 – El Consejero de Asuntos Sociales – 16076 / La FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS, está declarada de INTERÉS GENERAL y ha sido clasificada como Fundación Asistencial / La FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS, figura inscrita en el Registro de Fundaciones Asistenciales de Interés General del Principado de Asturias, con la identificación AS-045 / NIF: G-33.875.998 / Número Epígrafe IAE 951-2 / Número Código CNAE 85325 / C.C.C.SS. 33/1068705/42 / La FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS es miembro de la ASOCIACION ESPAÑOLA DE FUNDACIONES. Es miembro constituyente del Consejo Autonómico de Fundaciones del Principado de Asturias y pertenece al Grupo Sectorial de Fundaciones de la Salud. ONLAS (Organización no Lucrativa de Acción Social).

**Asociación  
Alzheimer  
Asturias**  
A.F.A.-ASTURIAS



Apartado de correos 245  
33200 - Gijón - Asturias - España  
Telf.: (+034) 985. 399. 695  
asturias@asociacionalzheimer.com

[www.asociacionalzheimer.com](http://www.asociacionalzheimer.com)

La **ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS® / AFA.-ASTURIAS®**, es una Asociación de Ayuda Mutua sin ánimo de lucro, que no persigue fines lucrativos ni especulativos. – Organización no Gubernamental ONG – Constituida con fecha 13 de Junio de 1.993; Comienza actividades operativas el día 01 de Marzo de 1.994 – Número Epígrafe IAE 951 – Número Código CNAE 8811-8812-8899 – C.C.C.SS. 33102634975 y 33104814546 - C.I.F. G33784935 – Inscrita por la Delegación del Gobierno en el Registro de Asociaciones del Principado de Asturias con el nº 3.817-Sección 1ª - Inscrita por el Ministerio de Justicia e Interior con el número nacional 124.856 y territorial 3.817 – **A.F.A.-ASTURIAS** es miembro fundador de la Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Enfermos de Alzheimer "C.E.A.F.A." y de la Fundación Alzheimer Asturias. La **ASOCIACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS® / A.F.A.-ASTURIAS®**, tiene como ámbito de actuación la Comunidad del Principado de Asturias. Su objetivo general es coordinar esfuerzos para ayudar a hacer frente a las situaciones que se derivan de la Enfermedad de Alzheimer, en colaboración con entidades públicas y/o privadas, instituciones, empresas, personas, gobiernos locales, regionales y/o estatales y profesionales del ámbito social y sanitario.

Las instituciones de Alzheimer que promocionan esta revista, se limitan a reproducir los artículos, colaboraciones e informaciones contenidas, recibidas y/o recabadas en las distintas publicaciones nacionales e internacionales, otras fuentes de comunicación y difusión, así como datos de interés procedentes de diferentes medios, instituciones públicas y/o privadas, empresas, personas y/o diversos estratos o sectores de la sociedad, sin prejuzgar la veracidad de sus comentarios, ni necesariamente compartirlas. La Fundación Alzheimer Asturias y la Asociación Alzheimer Asturias AFA-ASTURIAS, no están obligadas a identificar con los postulados y/o razonamientos de ninguno de sus colaboradores y/o fuentes de documentación. La elección y publicación de sus artículos se hace siguiendo un criterio libre de prejuicios y con el ánimo de aportar elementos de juicio e informaciones de interés acerca de la Enfermedad de Alzheimer para el conocimiento y reflexión de los destinatarios de esta publicación. Los ingresos generados por la publicidad incluida en la presente publicación, tienen la exclusiva finalidad de respaldar el costo de la confección de la revista su manipulación y todos los gastos que originan su envío postal y/o de mensajería. La Fundación Alzheimer Asturias y la Asociación Alzheimer Asturias AFA-ASTURIAS, no perciben ningún beneficio económico ni monetario por este concepto (ifcr).

## Beneficios de la Fisioterapia y la podología en el Alzheimer



Como consecuencia del aumento de personas mayores en nuestro país, en torno a un 25% en las últimas 4 décadas, se ha detectado también un aumento de patologías degenerativas como el Alzheimer. En estos casos va a ser necesaria la ayuda de profesionales cualificados y preparados con el fin de hacer la vida de nuestros mayores mucho más cómoda y adaptada a sus necesidades.

El Alzheimer va a afectar al paciente tanto física como neurológicamente, no sólo se va a ver comprometida la memoria, sino que la musculatura y las articulaciones van a tener un mayor deterioro, así como las conexiones nerviosas que pueden comprometer la sensibilidad y el tacto en las extremidades. Por ello debemos actuar con la mayor premura para evitar el rápido avance de la patología y mejorar en todo lo posible la calidad de vida de nuestros mayores.

Son muchos los beneficios que desde las terapias físicas podemos aportar. En el caso de la fisioterapia vamos a obtener una gran mejora a nivel físico, lo que va a ayudar también a la mejora neurológica y social. Es importante este último punto puesto que las personas con Alzheimer tienden al sedentarismo y a despreocuparse de la higiene personal pudiendo verse comprometida su salud.



**VitalCentro**  
Tercera Edad

Médico, fisioterapeuta, amplios jardines, habitaciones individuales con cuarto de baño propio. Estancias por días, meses, períodos postoperatorios o permanentes.  
[www.vitalcentro.com](http://www.vitalcentro.com)

Entre Oviedo y Lugones, cerca del nuevo hospital.  
Paredes, 9 bis. Oviedo 33429. Tlf. 985 732 270



Especialmente peligrosos son los casos en los que la sensibilidad del pie se ve afectada o simplemente la persona con Alzheimer no recuerda que tiene una herida en la planta del pie, pudiendo llegar a producir úlceras por presión que de no ser abordadas a tiempo pueden tener graves consecuencias como necrosis, osteomielitis y la amputación.

En Vital Centro damos mucha importancia al cuidado de los pies de nuestros mayores, ofreciendo un servicio de podología que se encarga de tratar todo tipo de patología relacionada con el pie y lo que es más importante, nos centramos en la prevención para que estos casos no lleguen a ocurrir.



De este modo creemos que es necesario un seguimiento y tratamiento periódico de los pies de los mayores y más aún en el caso del Alzheimer por ser pacientes de riesgo como hemos comentado anteriormente.

Cosas tan simples como un correcto corte de uñas puede evitar una infección en el pie que nos pueden generar patologías muy incómodas como las uñas encarnadas (onicocriptosis) que impedirían el desplazamiento normal del mayor y tenderían aún más al sedentarismo tan habitual en la tercera edad.

Del mismo modo una buena hidratación de la piel de los pies con los productos adecuados es básica para evitar que se produzcan pequeñas grietas por las que se introduzcan microorganismos como los hongos que afectan de manera especial a las personas de avanzada edad. Por todo ello en Vital Centro hacemos especial hincapié en el cuidado de los pies y del resto de componentes físicos que a su vez ayudará a evitar en la medida de lo posible el avance del deterioro neurológico y se conseguirá un aumento de la calidad de vida de nuestros mayores.

**Mario Gil Fernández**  
*Fisioterapeuta Colegiado N° 1175*  
*Podólogo Colegiado N° 33153*  
Fisioterapeuta y Podólogo de  
Vital Centro experto en geriatría.

**VitalCentro**  
Tercera Edad

Médico, fisioterapia, amplios jardines, habitaciones individuales con cuarto de baño propio. Estancias por días, meses, períodos postoperatorios o permanentes  
[www.vitalcentro.com](http://www.vitalcentro.com)

Entre Oviedo y Lugones, cerca del nuevo hospital Paredes, 9 bis, Oviedo 33429. Tlf: 985 732 270

Vitalcentro es socio colaborador de la Asociación **Alzheimer Asturias / AFA - ASTURIAS** con el número de **Afiliado 001973**

# Familia. Preocupación.

 **Estamos  
a tu lado.**

Hasta **-50%**  
**de ahorro**  
en tu seguro

Mucho más que un seguro de decesos.



Asistencia en caso de fallecimiento en todo el mundo.



Asistencia jurídica y legal en caso de fallecimiento.



Acceso a la medicina privada a precios preferentes.



Descuentos en Clínicas Dentales, con una limpieza dental gratuita al año por asegurado.



Asistencia telefónica gratuita.



Traslado nacional, mundial y libre elección dentro del territorio nacional sin límite.



Prestaciones sanitarias gratuitas (campaña anual nueva contratación).

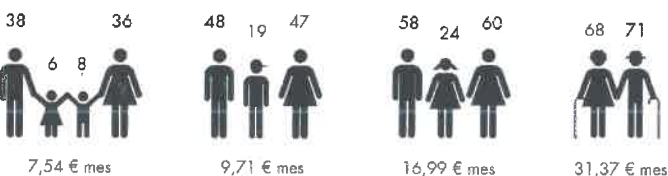


Posibilidad de contratación Prima única.



Asistencia en viaje mundial.

## Ejemplos de familias\*



\* Ejemplos para un capital de 3.200 € por asegurado.

## Contacto:

Gestión Occidente Sociedad Cooperativa Astur  
Agente Exclusivo Helvetia Seguros. N° de registro DGS: C0157F74386814  
T 984 569 067, M 665 773 964  
gestion\_occidente@asesores.helvetia.es

Las coberturas incluidas en el presente anuncio son ilustrativas y su prestación se adaptará a lo contenido en las condiciones generales y particulares de la póliza.

Helvetia Seguros  
www.helvetia.es



**simple. claro. helvetia** 

Tu aseguradora suiza

HELVETIA Gestión Occidente, es socio colaborador de la **Asociación Alzheimer Asturias** / **AFA - ASTURIAS** con el número de **Afiliado 002255**

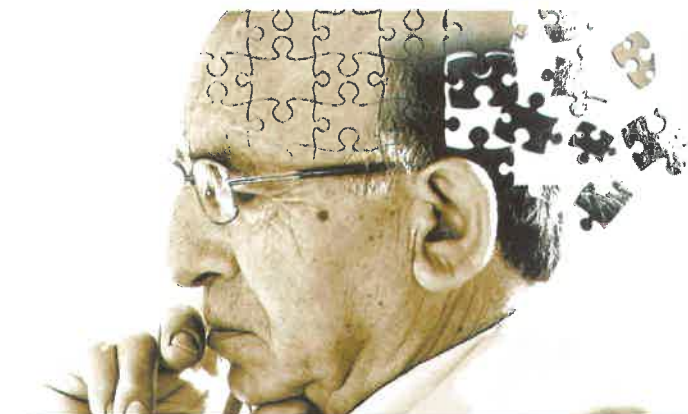


## Plan Nacional de Alzheimer de Justicia Social



Hace mucho tiempo que venimos esperando que España, su gobierno, apruebe un plan nacional de Alzheimer. A finales de los años 90 y principios de los 2000, se estuvo trabajando en la elaboración de un plan de acción focalizado directamente en hacer frente a esta enfermedad y sus consecuencias. Sin previsión presupuestaria, el documento, junto con el esfuerzo de todos quienes contribuyeron a su elaboración, acabó en un cajón, sin mayor solución de continuidad. En aquel momento, España perdió la oportunidad de ser pionero en el tratamiento y abordaje del Alzheimer.

Unos años más tarde, Nicolas Sarkozy presentó el plan nacional francés de lucha contra el Alzheimer, marcando un punto de inflexión a nivel europeo sobre la necesidad de hacer frente de manera específica a esta enfermedad. A partir de entonces, se comenzaron a publicar, por parte de la Comisión Europea, planes y programas conjuntos de investigación que invitaban a los Estados miembro a participar y a colaborar, mediante el trabajo en red, en



la búsqueda de nuevas soluciones a un problema global. Por aquel entonces, en el año 2010, la Confederación Española de Alzheimer, junto con los principales actores vinculados con el abordaje de esta patología, puso en marcha la Alianza por el Alzheimer, marco en el que se comenzó a hablar de la necesidad de contar con una Política de Estado global y transversal dirigida a combatir los efectos y las consecuencias de la enfermedad en todos los órdenes de la sociedad.

Durante un tiempo, CEAFA, de acuerdo a su misión de representar y defender los derechos e intereses de las personas con Alzheimer, estuvo difundiendo el mensaje de esa política de estado que debería sustentarse en torno a cuatro pilares interconectados: servicios socio-sanitarios de calidad, satisfacción de los derechos de las personas con Alzheimer y de sus familiares cuidadores, mejora en la formación y capacitación de todos los profesionales que intervienen en los procesos de atención y apuesta clara y decida por la investigación. Como no podía ser de otra manera, la Confederación Española de Alzheimer llevó este mensa-



je hasta la Administración para compartir con sus responsables la visión que se tenía en aquellos momentos sobre cómo actuar de manera específica contra el Alzheimer. Por suerte, el discurso de CEAFA se vio reforzado por el de la Organización Mundial de la Salud que en 2012 alertó del grave problema que representaba en aquellos momentos el Alzheimer, instando a los países a tomar medidas claras y decididas para combatir esta enfermedad y sus consecuencias, indicando, además, que, de no hacerlo, el impacto que iba a producir el Alzheimer en el medio plazo no podría ser soportado por ningún sistema público.



Así las cosas, el IMSERSO puso en marcha el Grupo Estatal de Demencias en el año 2015; realmente, había comenzado a gestarse un par de años antes, pero no fue hasta ese momento cuando se le dio carta de naturaleza y oficialidad. Absolutamente todas las disciplinas relacionadas con el abordaje y tratamiento del Alzheimer se vieron representadas en este Grupo Estatal de Demencias a través de sus correspondientes sociedades o colegios oficiales, lo cual garantizaba, entre otras cosas, la necesaria multidisciplinariedad requerida por un problema sociosanitario tan amplio como el Alzheimer. A pesar de todo el trabajo realizado, no sería hasta el año 2017 cuando recibiría el espaldarazo y apoyo oficial que requería no sólo el grupo sino, sobre todo, la tarea que tenía

encomendada: la elaboración del Plan Nacional de Alzheimer de España.

A partir de este momento, CEAFA desarrolló un ingente trabajo de estudio, análisis y comparación de los planes nacionales de Alzheimer aprobados en países de nuestro entorno europeo (Holanda, Reino Unido, Malta, Italia, Noruega, Suiza, Finlandia, etc.), así como una revisión en profundidad del plan de acción global contra la demencia aprobado de manera unánime en 2017 por la Organización Mundial de la Salud. Estos trabajos previos se dirigieron a conocer los principales puntos fuertes y elementos diferenciadores de cada plan, de modo que el futuro plan español pudiera recoger lo mejor de cada uno de ellos, pero adaptado a las circunstancias propias del país.

Sobre esta base, y siguiendo las directrices dadas desde el propio IMSERSO, todo el Grupo Estatal de Demencias se esforzó de tal manera que todos sus componentes fueron capaces de ponerse de acuerdo en torno a un texto amplio, completo y global que introducía una nueva visión en el abordaje, más que de la enfermedad, del problema sociosanitario que representa el Alzheimer en nuestra sociedad. De este modo, se cumplieron los plazos para facilitar su aprobación antes de que finalizara el año 2017. Pero el año 2017 finalizó y el plan no se llegó a aprobar, aunque desde el IMSERSO no se renunciaba a hacerlo en las primeras fases del año 2018.





Y entonces se consolidó la inestabilidad política del país, siendo su máximo exponente la moción de censura y el cambio de gobierno. Sin afán de exclusividad, el plan nacional de Alzheimer fue un gran damnificado, aunque, todo sea dicho, fue recogido como reto por el nuevo Gobierno, por las dos Ministras de Sanidad, Consumo y Bienestar Social,



por las también dos Secretarías de Estado y por la Directora General del IMSERSO. En repetidas ocasiones han afirmado que el plan sería aprobado antes de que finalizase el año 2018, aunque también habían señalado que quedaría supeditado a la aprobación de los Presupuestos Generales del Estado.

Claro que en la situación de inestabilidad política en la que todavía está sumido el país, estaba claro que esos PGE no verían la luz antes del 31 de diciembre del pasado año; habiendo avisado el Presidente del Gobierno que los presentaría en enero de 2019. El hecho de condicionar el plan a los presupuestos generales es una moneda de dos caras: la amable o positiva, saber que contará con una dotación presupuestaria dedicada; la otra, más compleja, la necesidad de que los diferentes partidos políticos se pongan de acuerdo.

En definitiva, llevamos un año de retraso en la aprobación del Plan Nacional de Alzheimer, plan que, por otra parte, no es un capricho que responda a una moda; es una necesidad,

una exigencia que demandan más de 4,5 millones de personas que conviven diariamente con el Alzheimer y sus consecuencias; es un problema cuyo coste actual supera el 3% del PIB de país; es una enfermedad cuya incidencia se prevé se duplique en el medio plazo; es un problema sociosanitario que requiere de un tratamiento y abordaje específico que no puede demorarse más en el tiempo. Es hora, no ya de tomarse en serio este asunto, sino de ponerse de acuerdo en lo imperativo que resulta actuar y actuar ya, sin perder más tiempo y sin mirar para otro lado; aunque el Alzheimer haya podido ser durante mucho tiempo una enfermedad silenciosa, ha llegado la hora de oír y de escuchar ese silencio que clama diariamente millones de personas, pero también miles de profesionales que ven cómo los recursos se estancan mientras el problema va creciendo sin tregua.



Es hora, en definitiva, de superar diferencias, de llegar a acuerdos y consensos, de tomar las medidas necesarias para no tener que esperar no ya otro año, sino otro mes para ver el plan nacional de Alzheimer aprobado y puesto en marcha. No es sólo una cuestión de voluntad política. Es una cuestión de justicia social.

Jesús Rodrigo  
CEO Confederación Española  
de Alzheimer - CEAFA





# CENTRO GERONTOLÓGICO CENTRO DE DÍA COSTA VERDE

En el Centro Gerontológico Costa Verde, ofrecemos desde hace más de 10 años una respuesta integral a las necesidades de nuestros mayores. Tenemos muy claro nuestro objetivo: **DAR BIENESTAR PARA LOS MAYORES Y CONFIANZA A SU FAMILIARES.**

Queremos que nuestros mayores se sientan como en hogar, pero con todas las atenciones sanitarias y sociales para su entera seguridad y confort. Apostamos siempre por la calidad de todos nuestros servicios e instalaciones, por la profesionalidad de un equipo de trabajo, por el trato humano y cariñoso y por la integración familiar.



Disponemos de un equipo multidisciplinar integrado por profesionales cualificados, médico, enfermeras, auxiliares de enfermería, terapeuta ocupacional, animador, psicólogo, fisioterapeutas, terapia asistida por perros, etc.... Todos ellos cuidan de nuestros residentes con profesionalidad, cariño y ternura.

Contamos con unas instalaciones siempre renovadas, salas de terapias múltiples, gimnasio, peluquería, salones, exteriores amplios con jardín, comedores, etc..

Estamos siempre queriendo avanzar y trabajamos siempre para estar a la vanguardia de las nuevas tecnologías, como salas de reminiscencia o la creación de una sala de Snoezelen para actividades multisensoriales. Estamos motivados para seguir creciendo.



## COSTA VERDE



**NUESTROS MAYORES... SU BIENESTAR, NUESTRA MAYOR RECOMPENSA**

Calle Álava - Nº 64 - 33211 - Gijón - Teléfono **984.190.704** [www.gcostaverde.com](http://www.gcostaverde.com)

Centro Gerontológico Costa Verde es socio colaborador de la **Asociación Alzheimer Asturias / AFA - ASTURIAS** con el número de **Afiliado 001887**



# DETECCIÓN PRECOZ DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

¿Tiene problemas de memoria? – Descubra como afectan estos problemas a personas a las que se ha diagnosticado la Enfermedad de Alzheimer o una demencia relacionada. Este escrito ha sido creado con la estrecha colaboración de personas que se encuentran en la etapa inicial de la demencia, con el objetivo de ayudar a personas que están en esa misma situación. Si se identifica con alguno de estos síntomas relatados a continuación, no dude en comentar la situación con el médico. Vd. sabrá si algo no va bien mucho antes que él. No ignore los problemas, pida ayuda. Algunos problemas de memoria y de confusión se pueden solucionar con un diagnóstico y un tratamiento adecuados. En primer lugar hay que descartar que puedan estar causados por una depresión, un problema de tiroides, infecciones, interacciones de medicamentos u otras enfermedades. Si finalmente se confirma que sus problemas de memoria son los primeros síntomas de la Enfermedad de Alzheimer o de otro tipo de demencia, piense que no está sólo, las Asociaciones de Familiares y las Fundaciones de Enfermos de Alzheimer, de su zona pueden colaborar, informar y ayudar tanto a Vd. como a sus familiares.

## SÍNTOMAS INICIALES DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y DE LAS DEMENCIAS RELACIONADAS.

### 1.- La pérdida de memoria afecta a las actividades de mi vida cotidiana:

Olvido fácilmente las cosas recientes / Me siento muy frustrado cuando no sé donde están las cosas. No reconozco los objetos que busco. A veces me entran ganas de llorar / Charlar ha dejado de ser divertido porque no recuerdo lo que quería decir o me repito / Voy de una tarea a otra y casi nunca acabo nada. Mi memoria a corto plazo empeora.

**2.- La ejecución de tareas cotidiana me resulta difícil:** Seguir una receta de cocina me es prácticamente imposible. Me preocupa dejarme los fogones encendidos o los grifos abiertos / A veces soy incapaz de realizar tareas básicas, como graduar la temperatura de la ducha o utilizar un cajero automático o el video / Cuando llamo por teléfono, a menudo me equivoco con los números. También he dejado de escribir, ya que tengo problemas con la escritura y la ortografía.

**3.- Tengo problemas con el lenguaje:** Cuando tengo lapsus de memoria no encuentro las palabras adecuadas para hablar / Pierdo el hilo de lo que quiero decir. No recuerdo como se escriben algunas palabras / De repente cambio unas palabras por otras y a veces me cuenta acabar las frases.

**4.- Me desorienta en el tiempo y el espacio:** A veces debo aparcar cuando voy conduciendo porque no recuerdo donde voy o donde estoy / No encontré la sala de reuniones que solíamos utilizar desde hacía años / En ocasiones doy tantas vueltas que llego a asustarme.

**5.- Me cuesta decidir: Soy más impulsivo.** A menudo me arrepiento de lo que he dicho / No participo en algunas actividades porque me da miedo equivocarme / No quiero ir de compras porque me equivoco cuando pido lo que quiero.

**6.- Pensar en abstracto es un problema:** Me cuesta calcular. Dar el cambio es complicado / Recibir mucha información en poco tiempo me pone nervioso y me cansa / A veces no sé qué debo hacer. Es como si tuviera la mente nublada.

**7.- No recuerdo donde están las cosas:** A menudo no recuerdo donde he dejado las cosas. Pienso que están en un sitio y no las encuentro / Guardo las cosas y después acuso a los demás de llevárselas / Pierdo cosas que están a la vista. Las veo, pero no las reconozco.

**8.- Sufro cambios de humor y de comportamiento:** Con frecuencia me pongo nervioso o me enfado sin motivo / Estoy más a la defensiva y a menudo, cuando me cuesta hacer una cosa, no se lo digo a nadie. Me deprimó fácilmente / A veces me siento frustrado porque soy incapaz de salir adelante. Me preocupa perder los recuerdos sobre mi vida familiar. ¿Cómo puedo perder una cosa tan valiosa para mí? / Llora con facilidad y me siento más sensible

**9.- Sufro cambios de personalidad:** A veces necesito aferrarme a mi familia para que haga de filtro entre mi persona y un mundo que me

confunde / Me enfado de manera desproporcionada y yo no soy así / A pesar de ser una persona muy sociable, las salidas con los amigos me molestan a menudo y deseo estar sólo / Ahora ya no vamos a los centros comerciales ni a los restaurantes porque no me gustan las multitudes.

**10.- Pierdo resistencia, interés o iniciativa:** Aplazo ir de compras porque me canso / Me agoto si hago más de dos o tres cosas / No explico nada al médico porque me parece que no me escucha / Pienso en cosas que debería hacer, pero al final no hago nada.

## CONSEJOS ÚTILES PARA AYUDARSE A SI MISMO.

**Siga la pista de las citas y las cosas:** Coloque un utensilio de cocina en el suelo para recordar que tiene el horno encendido / Utilice notas adhesivas para recordar que cosas importantes tiene que hacer o cómo funcionan los electrodomésticos (por ejemplo, los pasos para calentar la comida en el microondas) / Deje una agenda y un lápiz al lado del teléfono para anotar las citas / Utilice un dosificador semanal para las pastillas.

**Ejercite tanto el cuerpo como la mente:** Lea el periódico o una revista para mantener la mente activa / Acostúmbrese a nadar o a caminar regularmente / Apúntese a una actividad lúdica (coral, teatro, etc.). La estimulación mental es buena y da ánimos.

**Participe en actividades sociales:** Implíquese en aficiones y cosas que le interesen / Hágase voluntario en su tiempo libre para ayudar a otros.

**Continúe siendo independiente:** Lleve el nombre, la dirección y el número de teléfono en todos los bolsillos de los jerséis y de las camisas, o cómprese un brazalet y anote esta información / Sobre el grifo de agua caliente de la ducha escriba la palabra "caliente" o pegue un disco rojo. Utilice flechas para indicar "abrir".

**Arregle los papeles:** Haga un poder notarial para decir cómo quiere que se le cuide en el futuro / Escriba una "carta de amor" a sus hijos, a su pareja y a los amigos compartiendo recuerdos valiosos. Guárdela para más adelante / Escriba la historia de la familia. Hay tiendas que venden libros con preguntas sobre detalles concretos.

**Manténgase en contacto con el médico:** Pregunte por los nuevos medicamentos para la demencia (pueden reducir algunos síntomas) / Haga una lista de las cosas que le ocurren y de las reacciones que le producen los medicamentos. Así cuando vaya al médico, podrá informarle.

**Trabaje sobre su actitud - ¡Sea positivo!** Procure mantener el sentido del humor / Lleve un "diario de agradecimientos" para anotar todo lo que le ha hecho feliz o lo que debe de agradecer cada día / Si se olvida de algo, no se preocupe. Cuando el día o las tareas se acaban no hay ningún examen ¡Diviértase! - La vida no es un ensayo general. ¡Acuérdese de pasárselo bien cada día!

**Un mensaje para los familiares y amigos:** Por favor no me corrija. Se hacerlo bien, pero ahora mismo no puedo entender lo que me dices / Recuerda que mis sentimientos están intactos y que me siento herido fácilmente / Normalmente me doy cuenta cuando digo una palabra incorrecta y me sorprende tanto como a ti / Necesito que la gente me hable más lentamente por teléfono / Ignora los comentarios ofensivos que no habría dicho antes. Si insistes, solo conseguirás que me sienta peor / Puede que diga una cosa que me parece real, pero no lo es. No me lo discutas, sólo conseguirás que me sienta confundido / Si dejo la ropa sobre una silla o en el suelo puede que lo haga porque así me resulta más fácil encontrarla / Si ves que empiezo a tener problemas, procura ayudarme a solucionarlos con discreción y sin que la gente se dé cuenta / En los encuentros con mucha gente, debes estar atento porque puedo perderme, pero no me sigas a todas partes / A veces intento aparentar que no tengo este problema / Estoy confundido y me hiere que se sepa / Se que te pone nervioso y que te cansa repetirme las cosas varias veces seguidas. Ten paciencia / Pregúntame lo que pienso o lo que quiero. No lo supongas / Piensa que aún te quiero aunque me cueste demostrarlo.



## LOS RECURSOS

La información que reproducimos, la consideramos especialmente sensible, que puede afectar en alguna forma a la opinión y a determinados aspectos que sufren y soportan los Enfermos de Alzheimer y sus Cuidadores Familiares, ya que en este informe se facilitan los recursos y actividades que serían deseables y deben disponer los Gobiernos de cada Comunidad Autónoma, así como las empresas especializadas tanto públicas y/o privadas que prestan sus servicios a este colectivo.

### Recursos asistenciales específicos para demencias:

Recursos para ESTADIO CLÍNICO I (Leve): Atención primaria / Unidad de Memoria y Demencias / Atención en domicilio / Talleres de estimulación / Centros de Día / Unidades de respiro.

Recursos para ESTADIO CLÍNICO II (Moderado) y ESTADIO CLÍNICO III (grave): Atención primaria / Unidad de Memoria y demencias / Atención en domicilio / Centro de Día / Atención primaria / Unidad de Memoria y Demencias / Atención en domicilio / Residencias.

A modo de resumen, podemos establecer la siguiente clasificación de los recursos dependiendo de los estadios de la enfermedad.

### Recursos generales dentro de la comunidad:

A pesar de las necesidades concretas expuestas en el punto anterior asociadas a una serie de recursos concretos, todavía hoy en día, encontramos escasez de los mismos, lo que se traduce en una saturación de los ya existentes y la creación de listas de espera que solo incrementan la incertidumbre de las familias y en ocasiones, hacen inviable el acceso al recurso adecuado debido a la evolución de la enfermedad.

Lo que parece indiscutible es el beneficio que le aporta al enfermo la permanencia en su entorno, además de un deseo manifiesto (en las fases leves e incluso antes de padecer la patología) de no desarraigarse del marco

geográfico donde ha desarrollado su proyecto vital, pues eso le crea seguridad y le proporciona una mayor autonomía durante mas tiempo, al ser un entorno familiar y no amenazante.

Dicho esto, es de destacar la importancia de generar y de hacer uno de recursos que respeten esta premisa; que permitan una atención de calidad dentro del entorno habitual de la persona enferma. De igual modo, los cambios bruscos provocados por cambios de domicilio, ciudad o, simplemente recurso, pueden suponer un acontecimiento estresante para la persona con demencia, pues no es capaz de integrar estos cambios y asumirlos, lo cual repercute en su autonomía funcional y en su propia autoestima. Por ello es aconsejable evitar estos cambios y si es inevitable, hacerlos de una forma gradual y progresiva y estar mas pendiente del enfermo durante los primeros días para evitar o prevenir la desorientación y la angustia y posibles alteraciones conductuales.

### Recursos sanitarios:

La Enfermedad de Alzheimer debe ser atendida desde los diferentes niveles de la atención sanitaria, tanto en lo que es el proceso de diagnóstico y tratamiento, como en el seguimiento de su evolución y la aparición de patologías concurrentes u otras que surjan de forma esporádica sin relación aparente con la patología de base.





### Atención primaria:

Como en otras patologías crónicas se convierte en el punto de referencia por ser el nivel más cercano al usuario y el que mejor lo conoce y puede observar su evolución y problemática, así como el que puede gestionar la atención sanitaria a domicilio (enfermería) en las fases en las que esto sea necesario.

### Atención especializada:

No solo nos referimos aquí a las especialidades más consultadas, tales como, neurología, geriatría, psiquiatría y medicina interna, sino a cualquier otra especialidad que en un momento dado precise el enfermo por una enfermedad aguda determinante u otro proceso crónico paralelo.

### Unidad de Memoria y Demencias:

Son el punto de referencia en el diagnóstico, tratamiento e investigación, sobre las demencias. En general, se ubican en Hospitales de Larga Estancia y están formadas por un equipo interdisciplinar altamente especializado que se ocupa del diagnóstico, tratamiento y seguimiento de pacientes con demencias, así como, a tareas investigadoras y de docencia interna y externa.

### Programas en el domicilio. SAD:

La asistencia en el domicilio es uno de los recursos con mayor tradición dentro de las prestaciones sociales de nuestro país. Se oferta tanto desde las administraciones públicas (servicios sociales de los ayuntamientos), como desde el ámbito privado (empresas de servicios, entidades sin ánimo de lucro...)

El principal objetivo de este tipo de servicios es el de ofrecer asistencia profesional

en el propio domicilio. Las tareas que realiza el personal de ayuda a domicilio son muy variadas, dependiendo de la situación y del propio usuario. Por defecto tenemos:

-Ayuda a domicilio de apoyo a las tareas domésticas: limpieza, ropa, compra...

-Ayuda a domicilio de asistencia a la persona con dependencia en diferentes tareas tales como higiene, movilizaciones, alimentación y otras tareas de estimulación y de integración para la persona enferma, tales como paseos, conversaciones y tareas manuales que mantengan su autoestima y supongan un beneficio cognitivo social.

Asimismo, en ocasiones, el servicio de ayuda a domicilio puede evolucionar o compaginarse con otros servicios a domicilio tales como:

-Transporte a domicilio de la comida preparada.

-Servicio de Teleasistencia, instalación de un dispositivo conectado a un servicio central, que recibe y atiende cualquier situación de emergencia que se puede dar, además de realizar controles periódicos. Códigos QR, etc.

-Rehabilitación y adaptación de la vivienda a las limitaciones funcionales. Estudio y propuesta de los cambios necesarios que mejoren la accesibilidad de esta vivienda a las necesidades actuales de su propietario, así como información y acceso a posibles ayudas económicas para llevar a cabo las tareas de rehabilitación.

El servicio de ayuda a domicilio es uno de los más consolidados dentro de los servicios sociales, dado el número de usuarios atendidos cada año en cualquier ayuntamiento o entidad, pero no podemos generalizar y entenderlo como un servicio que cubre todas las necesidades y demandas. Por otra parte, no es la respuesta más adecuada cuando las incapacidades son muy importantes y la per-



sona presenta un importante grado de dependencia, a no ser que se disponga de un apoyo familiar estable y de esta forma, el servicio suponga una descarga para la familia cuidadora y también una fuente de información y formación.

### Centros de Día:

Los Centros de Día, suponen un recurso asistencial de atención diurna donde la persona enferma recibe los cuidados profesionales adaptados a su situación de deterioro o dependencia mientras el familiar le permite compaginar el cuidado con su vida laboral y familiar.

En nuestro país, la mayoría de centros de día se asocian a una residencia, disponiendo de un espacio físico diferenciado, pero compartiendo personal y servicios.

El Centro de Día aislado es poco común, aunque cada vez es una opción más válida sobre todo en el caso de tratamiento específico para determinadas patologías tales como las demencias.

Un Centro de Día intenta cubrir dos grandes objetivos:

- Mantener el nivel de autonomía de la persona usuaria.
- Proporcionar apoyo y tiempos de descanso a la familia.

Es importante esta dicotomía, porque tanto el objetivo terapéutico con el de descarga son igualmente importantes y adecuados para un usuario que mantiene la permanencia en su entorno y su acceso a un recurso de estas características.

El usuario tipo que acude a un centro de día, es una persona mayor con patología que le provoca un grado de dependencia que no le permita la autonomía dentro de su hora y depende de los cuidados familiares y/o profesionales. En general, si hablamos de demen-

cia, el nivel más óptimo para acudir a este tipo de recurso es en una fase leve-moderada. Cuando la enfermedad evoluciona a fases más graves la atención en este tipo de centros se hace inviable y es necesario convenir otro recurso.

Por lo tanto, los criterios de admisión en un Centro de Día son:

- Personas con patología que provoque dependencia moderada.
- Soporte socio-familiar.
- No padecer enfermedad infecto-contagiosa.
- No padecer alteraciones conductuales graves que supongan una alteración del ritmo del centro.
- No padecer problemas médicos complejos que requieran una asistencia sanitaria de difícil manejo en un centro de estas características.

Los servicios que se ofertan dentro de un Centro de Día dependen del carácter del mismo y también de lo que marque la legislación de cada Comunidad Autónoma, pero podemos hablar de unos servicios básicos, seguidamente detallados:

### Servicios básicos de un Centro de Día:

- Comedor.
- Transporte adaptado.
- Programa de atención sanitaria: seguimiento médico y enfermería.
- Programa de rehabilitación y mantenimiento de la función física.
- Programa de rehabilitación y estimulación cognitiva.
- Programa de atención social.

### Vivienda tuteladas o vivienda con servicios de apoyo:

Son viviendas integradas dentro de la comunidad que son compartidas por un grupo





de personas enfermas en fase leve y que reciben diferentes apoyos o servicios para poder mantener su autonomía y una calidad de vida óptima, respetando su nivel de autonomía en las actividades de la vida diaria para, de esta forma, mantener y potenciar su autoestima a la vez que se le ofrece un entorno seguro donde poder realizar de forma segura todo aquello que aún son capaces de hacer. Se detallan los servicios en el siguiente recuadro:

#### Servicios en vivienda tuteladas:

- Comida preparada a domicilio
- Lavandería y limpieza del hogar.
- Asistencia sanitaria básica.
- Acompañamiento nocturno.
- Apoyo en salidas al exterior
- Tareas de estimulación y mantenimiento de la vida diaria supervisadas.

A pesar de que este recurso podría resultar de interés y muy adecuado en determinadas fases de la enfermedad, no es un recurso extendido en nuestro país y mucho menos para personas con demencia. Dado el carácter de la enfermedad, la supervisión debería ser constante y esto, ascendería enormemente el coste del servicio.

#### Residencias:

Son centros sociosanitarios que ofrecen asistencia interdisciplinar y atención continuada de carácter permanente. Se entienden como centros abiertos donde la familia toma parte en el plan de cuidados y en cada una de las decisiones terapéuticas que se adopten.

El tipo de usuario que opta a una residencia es una persona con patología que le suponga un nivel de dependencia importante, además de un insuficiente o escaso soporte familiar. En ocasiones puede presentar patología sanitaria que requiera asistencia médica

(siempre que no requiera hospitalización, puede ser tratada por el equipo sanitario del recurso)

De igual modo que ocurre en los centros de día, también los servicios que se prestan en las residencias varía de una comunidad a otra dependiendo de la legislación vigente al respecto en cada una de ellas, aún así podemos destacar algunos servicios o programas básico en el siguiente y recuadro.

#### Programas básicos en residencia geriátrica.

- Programa de nutrición adaptada.
- Programa de mantenimiento de la función física.
- Programa de mantenimiento de la función mental.
- Programa de integración social.
- Programa de salud y asistencia médica.

A pesar de que las residencias se caracterizan por convertirse en el hogar permanente de los usuarios, cada vez mas se ofrecen servicios de estancia temporal o respiro familiar, donde la persona enferma ingresa por un periodo de tiempo determinado para que su unidad de convivencia actual (su familia) pueda atender otros asuntos, tales como, vacaciones, ingresos hospitalarios de alguno de sus miembros o atender cualquier necesidad puntual que pueda surgir.

Durante este tiempo que tiene una duración variable, el usuario es incluido en los programas de los que dispone en centro que sea mas adecuado para su estado físico, cognitivo y funcional. La duración del periodo de estancia es variable, pero oscila desde 15 días hasta 3 meses. El uso de este tipo de servicios supone el mantenimiento durante mas tiempo de la persona enferma en su entorno habitual porque supone un descanso



para la familia cuidadora y asegura la asistencia y cuidado del enfermo.

Dentro de las residencias se están creando unidades específicas para la asistencia y tratamiento de las personas con demencia a las que se denomina Unidad Psicogeriatrica o Unidad de Demencia. Estas unidades tienen una ubicación determinada dentro del espacio general de la Residencia, cuenta con dotación de personal propia y con un ritmo de actividades adecuado a los usuarios que atienden. Se incluye a la familia en la toma de decisiones y en el manejo del paciente y se establecen planes de cuidados adaptados a sus capacidades y orientados a preservar al máximo su autonomía.

### **Las ASOCIACIONES DE FAMILIARES, como recurso para las familias y los enfermos:**

Las Asociaciones de Familiares (AFA's) surgieron para cubrir la necesidad de obtener información y apoyo. Con el paso del tiempo las AFA's se han constituido en una estructura federativa (CEAFA)\*\* a nivel nacional que estructura y aúna esfuerzos para generar recursos que permita la programación y desarrollo de actividades, así como, la representación de este colectivo frente a la administración. Asimismo, en los últimos años, ha adoptado un papel consultor en las acciones llevadas a cabo por las administraciones públicas y como demandante de la investigación necesaria para el progreso en la atención a estas personas afectadas.

Las actividades de las Asociaciones de Enfermos de Alzheimer (AFA's) depende de cada una de ellas, del tiempo que lleven trabajando y también de los medios que obtengan y la sensibilización por parte de la población y de las administraciones del lugar geográfico donde estén ubicadas.

Con respecto a las actividades y servicios que presta la ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS, nos remitimos a los servicios que la Asociación presta a sus afiliados indicados en esta misma revista. Visitar [www.asociacionalzheimer.com](http://www.asociacionalzheimer.com)

### **Conclusiones.**

A lo largo de este artículo hemos intentando listar y describir brevemente la mayoría de recursos disponibles para personas con demencia tanto generales como específicos. A pesar de intentar la exhaustividad, es posible que algunos hayan quedado en el tintero y otros estén tratados de otro modo en las diferentes Comunidades Autónomas que componen nuestro país. Debido a este desigual desarrollo y evolución de los recursos y a la división (en ocasiones, insalvable) de recursos sociales y sanitarios, hay dos concepto cruciales en el desarrollo y uso de estos recursos que son: La planificación y la coordinación; de forma que se haga un uso racional de los recursos disponible dependiendo de la etapa de la enfermedad y establecer una coordinación entre los diferentes niveles asistenciales para que, el paso de un recurso a otro, no se convierta en "otra" larga peregrinación para la familia en el paso natural a otro nivel asistencial.

De igual modo, cabe destacar el concepto de interdisciplinariedad en el tratamiento y atención de las personas con demencia y sus familias como forma de abordar una situación compleja y variada en cuanto a necesidades asistenciales.

**\*\* La ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS es entidad cofundadora de CEAFA.**

Fuente:  
CEAFA  
(Depósito legal: NA-2672/2008)  
(ISBN 978/84/691/5526/4)





PROGRESIÓN CRECIMIENTO DE AFILIADOS DE A.F.A.-ASTURIAS AL 31 DE DICIEMBRE DE CADA AÑO QUE SE RESEÑA, CON INDICACIÓN DEL ÚLTIMO NÚMERO DE ASOCIADO AL FIN DE CADA ANUALIDAD:

AÑO 1994 – 000263 / AÑO 1995 – 000554 / AÑO 1996 – 000756 / AÑO 1997 – 000929 / AÑO 1998 – 001128 / AÑO 1999 – 001309 / AÑO 2000 – 001466 / AÑO 2001 – 001583 / AÑO 2002 – 001656 / AÑO 2003 – 001725 / AÑO 2004 – 001801 / AÑO 2005 – 001841 / AÑO 2006 – 001863 / AÑO 2007 – 001890 / AÑO 2008 – 001904 / AÑO 2009 – 001922 / AÑO 2010 – 001949 / AÑO 2011 – 001996 / AÑO 2012 – 002039 / AÑO 2013 – 002091 / AÑO 2014 – 002130 / AÑO 2015 – 002178 / AÑO 2016 – 002209 / AÑO 2017 – 002241 / AÑO 2018 – 002271 / ( LLAMADAS TELEFÓNICAS RECIBIDAS EN A.F.A.-ASTURIAS => 1.059 (fijos y móviles)  
• LLAMADAS TELEFÓNICAS REALIZADAS POR A.F.A.-ASTURIAS => 0910 • TELEFAX RECIBIDOS EN A.F.A.-ASTURIAS => 12 • TELEFAX EMITIDOS POR A.F.A.-ASTURIAS => 09 • FOTOCOPIAS REALIZADAS => 9.332 • ENVÍOS REMITIDOS POR CORREO => 6.229

### ACTIVIDADES DESTINADAS A ENFERMOS Y FAMILIARES

• **AYUDA ESPECIALIZADA A DOMICILIO** • Carecemos de toda ayuda institucional para esta actividad. En la presente anualidad nuestra Asociación ha actuado de intermediaria y se han pactado distintas condiciones económicas y de ayuda especializada a domicilio entre trabajadores y varias Unidades Familiares de Convivencia por todo el Principado de Asturias. Desde el inicio de este importante programa (y cuando se contaba con ayudas institucionales) se han asistido a familias por todo el Principado de Asturias, repartidas por las localidades de Ables, Arobes, Arriondas, Avilés, Barredos, Belmonte de Miranda, Blimea, Cabañaquinta, Caborana de Aller, Cabueñes, Coruño, Cangas del Narcea, El Entrego, Figaredo, Finey, Gijón, Gozón, Grandas de Salime, Ibias, Infiesto, La Corredoria, Los Cabos, Luanco, Lugones, Marcenado, Mieres, Moreda de Aller, Noreña, Oviedo, Piñeres de Aller, Pola de Laviana, Pola de Siero, Pola de Somiedo, Pravia, Ribadesella, Ribota, Salinas, Sama de Langreo, San Esteban de Leces, San Juan de Moldes, San Julián de Bimenes, San Pedro de Villoria, Santa Cruz de Mieres, Santa Marina, Soto de Aller, Sotrondio Trubia y Vegadeo. **La FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS, ha sido, en algunos casos, la intermediaria entre los trabajadores y las familias. EN LA PRESENTE ANUALIDAD NO SE HA CONTADO CON SUBVENCIÓN DE NINGUNA INSTITUCIÓN PÚBLICA.**

• **INGRESOS EN RESIDENCIAS GERIÁTRICAS PRIVADAS** • 08 Enfermos en todo el Principado de Asturias. La mayoría de ellos en un Estadío II de la Enfermedad. Se han conseguido para nuestros familiares asociados, importantes descuentos sobre los precios oficiales de la Residencias. Es de agradecer muy sinceramente la generosa colaboración de estas empresas privadas. **RESIDENCIAS AFILIADAS A LA ASOCIACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS**

• **TERAPIAS DE GRUPO** • Con la colaboración de la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS, se han realizado terapias de grupo en las localidades de Oviedo (dos meses), y Gijón (dos meses).

• **TERAPIAS NO FARMACOLÓGICAS** • Con la colaboración de neuro-psicólogas de la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS, programa terapéutico impartido directamente en la Unidades Familiares de Convivencia, por todo el Principado de Asturias. Condiciones económicas especiales para las familias.

• **DONACIONES GRATUITAS** • Se han realizado a nuestros socios un total de 79 donaciones gratuitas (pañales, cojines antiescaras, barrotes protectores, sillas de ruedas, escabeles, salva camas, asientos bañera, camas eléctricas y manuales, colchones antiescaras de aire, collarines, etc.)

• **CÓDIGOS QR** • Sistema de identificación encriptado que permite averiguar los datos de un Enfermo de Alzheimer, su familiar responsable, teléfonos de contactos, y otras patologías que padezca. Se facilita de forma gratuita a nuestros afiliados. Actividad financiada por la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS.

• **DONACIONES GRATUITAS DE ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y/O GENÉRICOS** • En esta anualidad se han donado 24.981 Kgrs. de alimentos genéricos y/o específicos (potitos para adultos, leche especial, aceite, alubias, arroz, azúcar, galletas, garbanzos, harina, lentejas, pasta, tomate, queso, etc.) distribuidos por todo el Principado de Asturias (216 donaciones), siendo los principales destinatarios los afiliados la AFA-ASTURIAS. Desde el inicio de este programa (auspiciado y financiado por la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS) estos lotes han sido entregados de forma totalmente gratuita a unidades familiares residentes en las localidades de: Abeo (Ribadesella), Albandi, Arlos, Arriondas, Avilés, Belmonte de Miranda, Benia, Blimea, Boo, Cabañaquinta, Caborana de Aller, Cabueñes, Cenero, Ciaño (Langreo), Colloto, Corvera de Asturias, El Entrego, Fuentes/Parres, Gijón, Grandas de Salime, Illas, Infiesto, La Corredoria, La Nava/Langreo, La Rebollada, Las Vegas/Corvera, Levinco, Llaranes, Luanco, Marcenado, Mieres, Moreda de Aller, Nava, Naveo, Navia, Noreña, Oyanco, Oviedo, Piedras Blancas, Piñeres de Aller, Pola de Laviana, Pola de Lena, Pola de Siero, Riaño/Langreo, Ribadesella, Río Turbio, Sama de Langreo, San Esteban de Leces, San Juan de Moldes, Santullano de Mieres, Sariego, Serapio, Sotrondio, Tuilla, Turón, Ujo, Villalegre, Villanueva y Villaviciosa. – **Esta actividad y/o programa específico ha sido financiado en su totalidad por la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS.**

• **PUBLICACIONES** • Más de sesenta publicaciones con contenidos relacionados con la Enfermedad de Alzheimer, que se facilitan (sobre petición) de forma gratuita a nuestros Afiliados.

• **DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER** • En la edición del año 2018, hemos conmemorado el Día Mundial del Alzheimer (21/09/2018) en TINEO contando con la inestimable colaboración del Ilmo. Ayuntamiento de esa Localidad. En ediciones anteriores hemos realizado actos en: Gijón (Año 1998), Avilés (Año 1999), Mieres (Año 2000), Pola de Siero (Año 2001), Villaviciosa (Año 2002), Posada de Llanera (Año 2003), Ribadesella (Año 2004), Llanes (Año 2005), Oviedo (Año 2006), Langreo (Año 2007), Gijón (Año 2008), Cangas del Narcea (Año 2009), Pola de Laviana (Año 2010), Piedras Blancas (Año 2011), Pola de Siero (Año 2012), Mieres (Año 2013), Navia (Año 2014), Avilés (Año 2015), Posada de Llanera (Año 2016) Pravia (Año 2017) y Tineo (2018). Pretendemos seguir realizando este importante evento por distintas localidades del Principado de Asturias.

**JORNADAS SANITARIAS Y SOCIALES, CONFERENCIAS, CONVENCIONES, ASAMBLEAS, CHARLAS DIVULGATIVAS, CURSOS DE CAPACITACIÓN/FORMACIÓN, MESAS REDONDAS, ACTOS DIVERSOS EN:**

Avilés, El Entrego, Gijón (3), La Felguera, Oviedo (2), Pamplona, Salamanca, Tineo (en alguna de las localidades indicadas se ha realizado más de un evento)



Pol. de Silvota.  
C/ Peña Beza 19  
33192 - Llanera - Asturias  
Tel: +34 984 707 247

**ABILYPHARMA** Distribuidora de



**Recomendados por su especialista en Dermatología y Atención Primaria...**



**Recomendados por su especialista en Urología y Ginecología...**



**Óptimo confort y discreción - Odour System, minimizando cualquier olor desagradable...**

**Comodidad y seguridad adaptada a la anatomía masculina...**

**Máxima absorción hasta 4.000 ml...**

**ABENA**, fundada en 1953, es propiedad de una familia danesa, fabricante y mayorista de soluciones en la atención de la salud y productos relacionados. Con sede en Aabenraa en el sur de Dinamarca el Grupo Abena, que está representado por filiales en una larga lista de países, suministra más de 25.000 productos y opera en más de 60 países de todo el mundo.

Nuestro surtido gira principalmente en torno a las soluciones para la incontinencia y el cuidado de la salud, pero además incluye una amplia gama de productos tales como pañales desechables, ropa protectora, guantes, gestión de residuos, servicio de alimentos, papel y productos de limpieza. Nuestros clientes son hogares de ancianos, hospitales, clínicas de incontinencia, consultorios médicos, consumidores y una serie de empresas que operan en diversos sectores relacionados.

**Empresa benefactora de la FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS**