

ALZHEIMER ALZ

EN EL
PRINCIPADO DE ASTURIAS

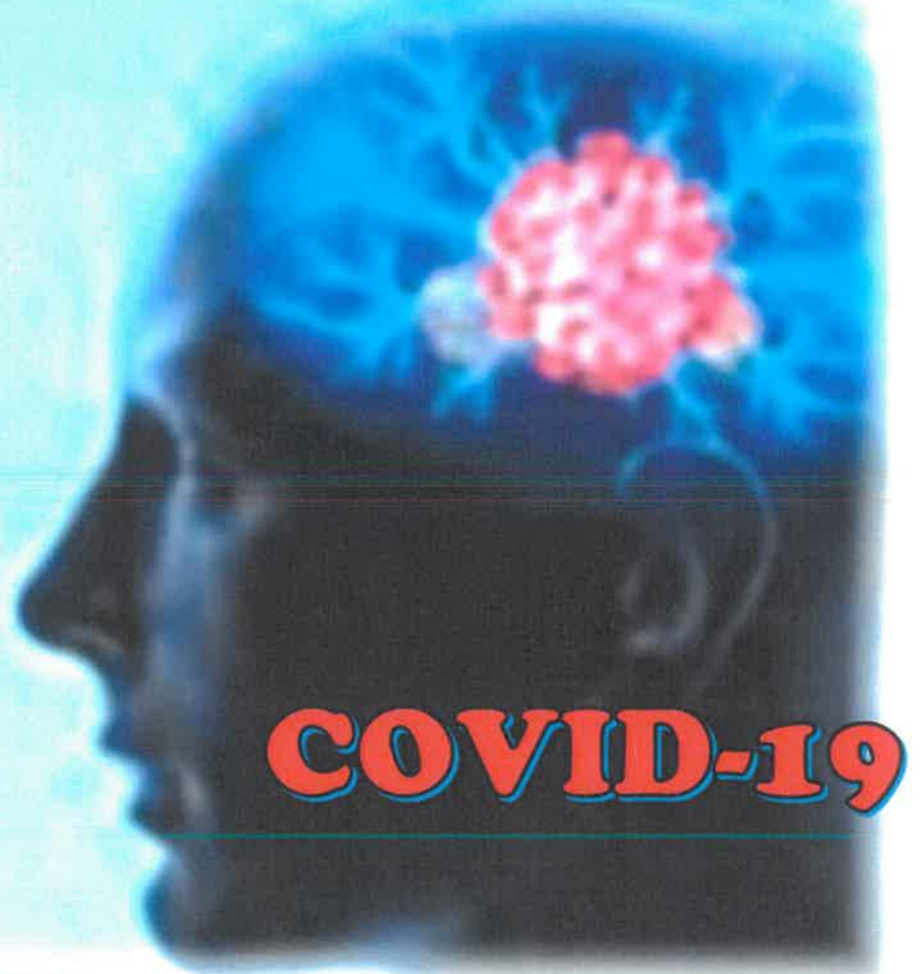
enero 2020

número 13

Publicación periódica gratuita para los familiares de los Enfermos de Alzheimer



PRINCIPADO
DE ASTURIAS



Revista de la
FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS y de la
ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS



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.

GRACIAS POR SEGUIR CONFIANDO EN NOSOTROS



NUESTROS MAYORES... SU BIENESTAR NUESTRA MAYOR RECOMPENSA

C/ ÁLVA Nº 64 * 33211 GIJÓN (ASTURIAS)

www.gcostaverde.com

TFNO. 984.190.704

**Entidad colaboradora con la
ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS
AFA-ASTURIAS.**

Número de Afiliado 001887



EDITORIAL



Laureano Caicoya

**Secretario General Ejecutivo de la
ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS
Presidente del Patronato de la
FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS
Miembro de la Junta de Gobierno de la
CONFEDERACION ESPAÑOLA DE ALZHEIMER (CEAFA)**

Estimados afiliados: En esta ocasión y motivado a la reducción de recursos obtenidos para la edición de la presente revista, nos vemos obligados a realizarla de una forma mas modesta, que como podéis observar es a través de fotocopias. De todas formas, creo que lo importante, es hacer llegar nuestro mensaje e informaciones a todos vosotros.

Lamentablemente, motivado a temas médicos, así como la aparición del CORONAVIRUS, no hemos podido plasmar en la editorial todo lo que hubiese sido oportuno, pero se nos retrasó en casi cuatro meses la creación de esta Edición Enero 2020.

Con fecha 14/03/2020, y por el motivo de la pandemia, tuvimos que suprimir de forma radical todas nuestras actividades, (donaciones de alimentos y ortopedia, suplementos nutricionales, terapias, charlas de capacitación, cursillos, asistencia domiciliaria, etc. etc.).

En la semana del 16/03/2020, empezamos a recibir llamadas de nuestros beneficiarios, rogando la continuación de las ayudas que prestamos. Iniciamos gestiones con la Delegación del Gobierno del Principado de Asturias, y hemos conseguido una autorización especial para seguir facilitando ayuda a las UFC, bajo unas estrictas condiciones, que lógicamente nos vemos obligados a cumplir. Reproducimos la nota de prensa que en su momento emitimos.

Creo que muy dolorosamente nos han “destrozado” el año 2020. Seguiremos haciendo lo imposible para tratar de ayudar a nuestro colectivo.

Seguimos atendiendo a todos nuestros afiliados, sobre todo en la Ayuda Especializada a Domicilio. Las familias siguen pidiendo esta ayuda. Rogamos que la comunicación con nosotros se realice preferentemente a través de asturias@asociacionalzheimer.com

Un sincero abrazo y por favor cuidaros mucho.



**PRINCIPADO
DE ASTURIAS**



NOTA DE PRENSA

PRESIDENCIA

Con el proposito de seguir atendiendo, dentro de lo posible, a nuestro colectivo, hemos conseguido los debidos permisos y autorizaciones para poder reiniciar a partir del día 30/03/2020, la donacion de forma gratuita de alimentos genericos y/o especificos así como suplementos nutricionales por todo el Principado de Asturias a las UFC adcritas a la Asociación Alzheimer Asturias / AFA-ASTURIAS que se encuentran dadas de alta en este programa.

Tenemos previsto que a partir de la próxima semana entren en nuestros almacenes varias toneladas de alimentos, que serán distribuidos de forma escalonada, y siguiendo los limites de seguridad que nos han impuesto.

Es una satisfacción poder dar continuidad a esta actividad, tan demandada y que lamentablemente por las circunstancias que todos conocemos, fue interrumpida por nuestra parte con fecha 14/03/2020.

Las familias que ya tenemos censadas irán recibiendo nuestros avisos para concretar fecha y hora.

P.D. Donaciones de alimentos en 2019 - 18.237,00 Kgrs.

El Patronato de la
FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS

25032020



FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS
Apartado de Correos # 1005
33200 - GIJON
(Principado de Asturias)
- España -
Telef. +0034 984192020
Fax +0034 984193030
asturias@fundacionalzheimer.com

www.fundacionalzheimer.com



SERVICIOS QUE LA ASOCIACION PRESTA A SUS AFILIADOS

- ⇒ **INFORMACIÓN SOBRE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER SU EVOLUCIÓN, POSIBLES PROGRESOS DE LAS INVESTIGACIONES, ARTÍCULOS Y PUBLICACIONES DE LA PRENSA Y OTROS MEDIOS.**
- ⇒ **TRATADOS Y CONDICIONES ESPECIALES CON RESIDENCIAS GERIÁTRICAS PRIVADAS Y CENTROS DE DIA EN TODO EL PRINCIPADO DE ASTURIAS**
- ⇒ **APOYO MORAL Y PSICOLÓGICO (Reuniones periódicas con familiares de enfermos, Cursos formativos, Terapias de Grupo, -cuando se dispone de fondos- 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.)**
- ⇒ **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**
- ⇒ **EDICION DE LA REVISTA ESPECIALIZADA "ALZ" - "ALZHEIMER EN EL PRINCIPADO DE ASTURIAS ASTURIAS" © DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA ENTRE LOS AFILIADOS DE LA ASOCIACIÓN. (Editada por la Fundación Alzheimer Asturias y la Asociación Alzheimer Asturias / AFA-ASTURIAS)**
- ⇒ **DONACIONES GRATUITAS DE SILLAS DE RUEDAS, PAÑALES, CAMAS ARTICULADAS, COLCHONES DE AIRE, ADAPTADORES SANITARIOS, ETC. ETC. (Sin ningún coste económica 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 EN TODO EL PRINCIPADO DE ASTURIAS POR DISTINTOS PROFESIONALES (Auxiliares Sanitarios, de Clínica, Gerontólogos, etc. etc.) Actividad que puede ser gratuita o con especiales condiciones económicas. (Ayuda especializada a Domicilio, Terapias no farmacológicas en el domicilio dirigidas al Enfermo y a su entorno y/o cuidador familiar.**
- ⇒ **CURSILLOS DE CAPACITACION Y FORMACIÓN PARA AFILIADOS, DESTINADOS DE FORMA PREFERENTE A LOS CUIDADORES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER FINANCIADOS POR A.F.A.-ASTURIAS O LA **FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS** A TRAVES DE SUBVENCIONES CONSEGUIDAS Y/O DONACIONES.**
- ⇒ **PROGRAMAS DE ATENCIÓN DOMICILIARIA POR MEDICOS ESPECIALISTAS Y GENERALISTAS DESTINADOS A NUESTROS AFILIADOS, EN LOS QUE SE ATIENDE AL CUIDADOR INFORMAL (GENERALMENTE UN FAMILIAR) Y A SU ENFERMO. ACTIVIDAD FINANCIADA POR A.F.A.-ASTURIAS O POR LA **FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS** A TRAVES DE SUBVENCIONES CONSEGUIDAS.**
- ⇒ **DONACIONES GRATUITAS POR TODO EL PRINCIPADO DE ASTURIAS DE ALIMENTOS ESPECÍFICOS Y/O GENERICOS. ACTIVIDAD FINANCIADA POR LA **FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS****
- ⇒ **CONFECCION DE CODIGOS QR PARA SEGURIDAD DEL ENFERMO DE ALZHEIMER. SISTEMA FINANCIADO POR LA **FUNDACIÓN ALZHEIMER ASTURIAS****

FISIOTERAPIA PARA EL ALZHEIMER

El Alzheimer es una enfermedad más cercana de lo que creemos, al menos el 50% de la población tiene una relación directa o indirecta con ella. Actualmente hay más de 46 millones de personas afectadas en el mundo. Personas que van perdiendo sus capacidades para desenvolverse tanto con el entorno como consigo mismos.

La fisioterapia ofrece diversas soluciones ante las diferentes afecciones derivadas del Alzheimer. Entre ellas, destacan terapias para favorecer la actividad física y la psicomotricidad, la prevención de caídas, que aceleran el deterioro funcional; la mejora de la capacidad respiratoria, disminuida debido a la inmovilidad o la tos; la prevención de úlceras de decúbito (escaras) o el control de la incontinencia, entre otras afecciones.

En Vital Centro se hace un seguimiento desde el principio. El equipo multidisciplinar se encarga de valorar a las personas para actuar, en primera instancia, sobre las capacidades más deterioradas y poco a poco sobre el resto de capacidades fundamentales.

Contamos con grupos de gerontogimnasia donde se incide en la coordinación, la comprensión de órdenes sencillas y el trabajo grupal (pues fomentar la comunicación es importante) creando pequeños grupos de apoyo entre residentes. Así mismo, en las sesiones individuales, intentamos enfatizar la importancia de la autonomía. Fomentamos la deambulación pues, aunque sean distancias cortas, son logros importantes tanto física como anímicamente hablando, en estadios leves a moderados. También ponemos atención a las Actividades propias de la vida diaria, desde peinarse o vestirse a mantener el equilibrio al ir a coger un objeto. Actividades que para estos pacientes son indispensables.

Todo ello se complementa con terapia ocupacional: talleres de memoria y atención, manualidades, musicoterapia, jardinería y ludoterapia...

Tratamos, en definitiva, de mantener y a ser posible mejorar la calidad de vida del residente restableciendo su bienestar físico, emocional y social.



VERONICA ORTEGA VIGON
Fisioterapeuta de Vital Centro



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

Entre Oviedo y Lugones, cerca del nuevo hospital.
Parada: 9 bis, Oviedo 33429. Tlf: 986 732 270

Vitalcentro es socio colaborador de la Asociación Alzheimer Asturias / AFA - ASTURIAS con el número de **Afiliado 01973**



Progresión/crecimiento y otras cifras

Desde la fecha en la que **AFA-ASTURIAS**, se constituyó (13/06/1993) y hasta el comienzo de sus actividades operativas (01/03/1994) se puede observar el crecimiento de la **ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS**, de forma paulatina. Se detallan algunas cifras que amparan estas estadísticas.

| AÑOS | Total llamadas telefónicas | Envíos postales remitidos | Fotocopias inform. enviadas a Afiliados | Charlas, cursos y otros actos. | Total donac. gratuitas por todo el Principado de Asturias | Nº afiliado 31 de Diciembre cada año indicado. |
|------|----------------------------|---------------------------|---|--------------------------------|---|--|
| 1994 | 0213 | 02221 | 018320 | 16 | 000 | 000263 |
| 1995 | 0623 | 07009 | 099847 | 12 | 000 | 000554 |
| 1996 | 0938 | 08256 | 111093 | 12 | 000 | 000756 |
| 1997 | 1611 | 08996 | 158121 | 05 | 047 | 000929 |
| 1998 | 1839 | 08711 | 169830 | 06 | 055 | 001128 |
| 1999 | 1918 | 09898 | 202991 | 11 | 068 | 001309 |
| 2000 | 1733 | 07911 | 199666 | 11 | 059 | 001466 |
| 2001 | 2119 | 10830 | 176400 | 07 | 061 | 001583 |
| 2002 | 2201 | 08770 | 092300 | 09 | 090 | 001656 |
| 2003 | 2638 | 05231 | 053401 | 07 | 618 | 001725 |
| 2004 | 2801 | 03347 | 033210 | 12 | 647 | 001801 |
| 2005 | 2111 | 03680 | 024999 | 06 | 527 | 001841 |
| 2006 | 1998 | 03990 | 013064 | 01 | 574 | 001863 |
| 2007 | 2486 | 05631 | 026424 | 01 | 773 | 001890 |
| 2008 | 1931 | 06911 | 031011 | 05 | 583 | 001904 |
| 2009 | 2011 | 08722 | 021121 | 02 | 591 | 001922 |
| 2010 | 2212 | 07153 | 023671 | 03 | 489 | 001949 |
| 2011 | 2934 | 07838 | 027774 | 04 | 496 | 001996 |
| 2012 | 2769 | 08111 | 036119 | 06 | 411 | 002039 |
| 2013 | 2813 | 09011 | 009850 | 09 | 151 | 002091 |
| 2014 | 2588 | 06036 | 008222 | 06 | 220 | 002130 |
| 2015 | 1930 | 07011 | 009314 | 07 | 192 | 002178 |
| 2016 | 2011 | 06939 | 010139 | 05 | 191 | 002209 |
| 2017 | 1811 | 05115 | 011101 | 16 | 193 | 002241 |
| 2018 | 0910 | 06229 | 009332 | 11 | 295 | 002271 |
| 2019 | 1011 | 04182 | 005936 | 03 | 268 | 002299 |



ENERO 2020
NUMERO 13

EDITA

Fundacion Alzheimer Asturias
Asociación Alzheimer Asturias
AFA-ASTURIAS

DISEÑO

FAA
AFA

IMPRIME/FOTOCOPIA

FAA
AFA

**TIRADA DE ESTE
NÚMERO**

3000 ejemplares

DEPOSITO LEGAL

AS-0494-2002

Enero 2020 / Número 13

SIGUENOS EN

fundacion.

alzheimerasturias

asociación.

alzheimerasturias



@alzfundacion

@alzasociacion

NUMEROS ANTERIORES

Número 12 / ENERO 2019

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



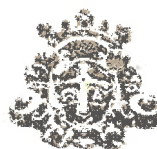
Apartado de correos 1005
33200 - Gijón - Asturias - España
Telf.: (+034) 984. 192. 020
Fax: (+034) 984. 193. 030
asturias@fundacionalzheimer.com

www.fundacionalzheimer.com

Escritura de Constitución de fecha 03/07/2001, Protocolo número 2069, Notario J.A.Bermeñi 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

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.

Se autoriza la reproducción parcial o total y la difusión de esta revista, sin fines de lucro y sujeto a que se cite la fuente.

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 como propios. La Fundación Alzheimer Asturias y la Asociación Alzheimer Asturias AFA-ASTURIAS, no están obligadas a identificarse 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 (I+D).



SYAS

A la atención de la FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS

Estimados señores:

**La Empresa Asturiana SYAS SERVICIOS Y ASISTENCIA SOCIAL con sede en
C/ Conde Guadalhorce 2, Bajo, Gijón.**

Mediante esta carta desea presentarles sus servicios:

- Teleasistencia Clásica
- Teleasistencia Premium
- Servicios de Comida a Domicilio

La finalidad es presentarles una oferta comercial que disfruten todos los asociados ampliando y mejorando sus servicios actuales. Esta oferta tendrá un

DESCUENTO DEL 10%* PARA TODOS LOS ASOCIADOS

* Oferta exclusiva para asociados durante un año.



Clásica

- Llamada semanal de seguimiento
- Llamadas de urgencia
- DETECCIÓN DE CAÍDAS**



Premium

- Fuera del Domicilio
- Geolocalización 24 horas los 365 días del año
- Llamadas directas de emergencia



COMIDA A DOMICILIO

Menús económicos diseñados por nutricionistas en función de sus gustos y necesidades

Sin otro particular me despido, agradeciendo su disposición para atender esta carta, quedando a su entera disposición para cualquier duda o consulta que les pueda surgir.

Vanesa Menéndez Suárez

Tfno: 663 68 77 55

Email: vanesamenendez@gruposyas.com

La Fundación Alzheimer Asturias enviará por correo postal a todos los afiliados de la ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS, esta interesante oferta para su valoración y/o posibles acuerdos con la empresa SYAS.

-Diciembre 2019-



COVID-19 CORONAVIRUS



ALGUNAS CONSIDERACIONES

El ALCOHOL o cualquier mezcla con alcohol a mas de 65% DISUELVE CUALQUIER GRASA, sobre todo la capa lipida externa que protege al VIRUS.

Cualquier MEZCLA con una parte de CLORO y cinco partes de AGUA, disuelve directamente la proteína, desintegrando al VIRUS.

El VIRUS no es un organismo vivo, sino una molécula de proteína (ARN) cubierta por una capa protectora de lípido (grasa), que, al ser absorbida por las células de las mucosas ocular, nasal o bucal, cambian el código genético de ellas (MUTAN) y las convierten en células agresoras y multiplicadoras.

El VIRUS se conserva muy estable en ambientes FRIOS, HUMEDOS Y OSCUROS.

NINGUN BACTERICIDA SIRVE. El virus no es un organismo vivo como la bacteria, y si no está vivo no se puede matar con antibióticos; a los virus se les DESINTEGRA. Así que la solución está en romper su cadena de PROPAGACIÓN y MUTACIÓN.

El virus NO PUEDE atravesar la PIEL SANA.

El CALOR cambia el estado de la materia de la grasa de la capa protectora del VIRUS, por eso es bueno usar agua a MAS DE 25° C para lavar manos, ropa y locaciones en la que nos encontremos.

NO SACUDAN. Rocien con alcohol, cloro, agua oxigenada o detergente las superficies. El virus pegado a una superficie se desintegra en un tiempo según su material, 3 HORAS (tela porosa), 4 HORAS (cobre y madera), 24 HORAS (cartón), 42 HORAS (metal) y 72 HORAS (plástico). Si sacuden el VIRUS FLOTA DE NUEVO EN EL AIRE y puede alojarse en la nariz.

Como el VIRUS no es un organismo vivo sino una molécula de proteína, no se le mata, sino que se desintegra. El tiempo de desintegración depende de la TEMPERATURA, HUMEDAD y TIPO DE MATERIAL DONDE REPOSA.

El peróxido de hidrogeno (AGUA OXIGENADA) disuelve la proteína del virus, esto ayuda mucho después del uso de jabón, alcohol o cloro para atacar al VIRUS, pero hay que usarla pura y si se usa en la piel la puede LASTIMAR.

El VIRUS es muy frágil, lo único que lo protege es una capa externa muy fina de GRASA, por eso es que CUALQUIER JABÓN es el mejor remedio, porque la espuma CORTA la GRASA. Hay que frotarse por 20 segundos o más y hacer mucha espuma. Al disolver la capa de grasa, la molécula de proteína se dispersa y desintegra sola.



PLAN NACIONAL DE ALZHEIMER

(continuará...)

Hace un año tuve el privilegio de escribir unas líneas en esta magnífica revista editada por la Asociación Alzheimer Asturias y me referí a la situación del Plan Nacional de Alzheimer. En aquella ocasión concluí la exposición con el siguiente párrafo “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.”



PRINCIPADO DE ASTURIAS

Desde entonces hasta ahora -ha pasado justo un año- nos hemos enfrentado a nuevos escenarios, siempre cambiantes, que en ocasiones nos han hecho dudar del futuro del Plan. Básicamente, la inestabilidad política que hemos vivido (todavía la vivimos en el momento de escribir este texto) ha provocado un panorama poco propicio para aprobar nuevas políticas, incluidas las relacionadas con el Alzheimer y otras demencias. De hecho, responsables de las administraciones no han tenido respuesta clara sobre el futuro o destino del Plan durante mucho tiempo.

Pero en CEAFA, a pesar de todo, no hemos caído en el desánimo. Siempre hemos pensado que merecía la pena seguir trabajando, luchando y apostado por reivindicar el Plan Nacional de Alzheimer, sobre todo teniendo en cuenta que (junto con otros actores relevantes) hemos participado en su elaboración desde principios del año 2017, aunque nuestras reivindicaciones se remontan a años atrás. Así que durante el año 2019 hemos enfocado nuestros esfuerzos en acciones que complementan desde la base ese Plan Nacional de Alzheimer.

En primer lugar, hemos **trabajado con todas las entidades** que conforman la Confederación (por supuesto, AFA Asturias no ha sido una excepción) buscando consolidar una estructura, una red de Asociaciones fuerte, sólida y unida, como base para defender los derechos de las personas que conviven con la enfermedad y sus consecuencias y, sobre todo, para reivindicar desde la propia sociedad afectada ese necesario plan específico de Alzheimer.

Hemos ampliado el ámbito de actuación para elaborar el primer **censo de personas diagnosticadas** de Alzheimer en particular y de demencias en general en todo el Estado, trabajando directamente con los departamentos de salud de las diferentes Comunidades Autónomas. Este registro permitirá dimensionar la magnitud del problema y trabajar con las diferentes administraciones para garantizar la dotación de los recursos que se necesitan en cada caso. A lo largo de 2020 seremos capaces de tener los datos actualizados del Principado de Asturias y del resto de Comunidades Autónomas, llegando a la totalidad del Estado.

Hemos introducido una nueva perspectiva no sólo en las reivindicaciones, sino en las propuestas de acción que la sociedad en general, y la Administración en particular deben asumir para poder abordar el Alzheimer, las demencias y, sobre todo, sus consecuencias en el medio plazo. Con motivo del **Día Mundial del Alzheimer** hemos apostado por introducir el concepto de Evolución en el mundo del Alzheimer, intentando hacer ver la necesidad de cambiar la mirada que hasta ahora hemos venido teniendo sobre el problema.

Hemos organizado el **VIII Congreso Nacional de Alzheimer** en Huesca, reuniendo a 500 personas que han intercambiado conocimientos y experiencias que van a contribuir a mejorar todavía más la calidad de la atención a las personas que conviven con la enfermedad. Contribuir a hacer mejores los servicios y atenciones ofrecidos por las Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer, pero también los que prestan otras entidades tanto públicas como privadas es una de nuestras prioridades que buscan mejorar la calidad de vida de las personas.



Por primera vez en nuestra historia, hemos sido capaces de desarrollar una campaña de sensibilización y concienciación en todo el Estado, incluyendo los archipiélagos, Ceuta y Melilla que, con el lema **“La nueva cara del Alzheimer”** ha perseguido concienciar a la sociedad sobre la problemática que representa este fenómeno sociosanitario, al tiempo que ha buscado el compromiso por parte de las autoridades autonómicas de apoyar la aprobación del Plan Nacional de Alzheimer. De hecho, el lema de la campaña se complementaba con la coletilla **“Por un Plan Nacional de Alzheimer”**.

Hemos elaborado el **Estudio jurídico** del marco normativo integral para la garantía de derechos de las personas afectadas por Alzheimer y otras demencias, e iniciado un proceso de reflexión y análisis sobre lo que significa ese cumplimiento de derechos y el respeto a la dignidad de las personas con demencia. Este estudio, que recoge todas las herramientas jurídico-legales a disposición de las personas con Alzheimer y cómo acceder a ellas y tramitarlas, está a disposición de todos los interesados en la página web de la Confederación.

Esta ha sido una breve muestra de la intensa actividad que hemos sido capaces de desarrollar durante 2019, y de la que estamos moderadamente satisfechos. Y lo estamos no sólo por los resultados particulares alcanzados en cada una de esas acciones, sino porque, finalmente, en el mes de octubre hemos asistido a una importante noticia, que no es otra que el hecho de que los Consejos Territorial (de servicios sociales) e Interterritorial (del Sistema Nacional de Salud), que reúnen a las Consejerías de todas las Comunidades Autónomas del país, han aprobado el Plan Nacional de Alzheimer y otras Demencias (2019-2023).

Cierto es que en el momento de redactar estas líneas no tenemos constituido un gobierno ni aprobados unos presupuestos generales del Estado que den soporte económico al plan, por lo que no podemos cantar victoria todavía. Pero lo que sí debemos considerar como algo extremadamente importante es el hecho de que las Consejerías de Sanidad y de Servicios Sociales de todas las Comunidades Autónomas han aprobado el Plan Nacional de Alzheimer y otras Demencias. Y este hecho tiene su importancia porque son las Comunidades Autónomas las encargadas de aplicar e implementar las acciones contempladas en el Plan en sus respectivos territorios, gracias a las competencias que en estas materias disfrutan.

No es de extrañar que para poner de acuerdo a 17 gobiernos las entidades que conforman la Confederación Española de Alzheimer hayan tenido su parte de responsabilidad. Hemos sido capaces de trasladar el mismo mensaje común a las administraciones autonómicas y nacionales; mensaje que pone en el centro de todo nuestro interés a la persona afectada por el Alzheimer y sus consecuencias, tanto a quien sufre directamente la enfermedad como a quien le cuida. Hemos dado un paso muy importante. Pero no hemos llegado a nuestra meta. El camino empieza ahora, velando por el adecuado cumplimiento del Plan Nacional de Alzheimer. Y ese camino debemos recorrerlo todos juntos.



Jesus Rodrigo - Director Ejecutivo/CEO de CEAFA - (Confederación Española de Alzheimer)



Jaire

Aventura



www.jairecanoas.com

985.841.464

JAIRE AVENTURA es empresa benefactora de la FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS

LA NUEVA CARA DEL ALZHEIMER

Esta campaña de concienciación y sensibilización social se puso en marcha durante el mes de Octubre de 2019 y cuyo lema está contemplado en el Plan Nacional de Alzheimer. "La nueva cara del Alzheimer" pretender ofrecer una visión general de las demencias, pero introduciendo una perspectiva diferente a a que habitualmente se busca trasladar.

Hasta ahora se ha considerado siempre que el Alzheimer y las demencias son cosas vinculadas con personas mayores, con a edad. Sin embargo, los mayores de hoy en algún momento fueron niños. Desde aquella infancia hasta a actualidad la ciencia ha avanzado, pero no ha podido impedir que un importante porcentaje de la población mayor padezca estas enfermedades.

Por ello como eje central de esta campaña, se consideran a los niños de hoy que dentro de unos años serán adultos mayores. Son las personas que, dentro de 40, 50 o 60 años, podrán sufrir, padecer o convivir con a demencia, por lo que, es importante hacer reflexionar a la sociedad sobre el problema que representan este tipo de enfermedades neurodegenerativas. El Alzheimer nos puede tocar a todos y por tanto, es básico que nuestras sociedades estén concienciadas sobre este problema sociosanitarios.

Los grandes objetivos que se plantearon es esta campaña fueron, por un lado, informar a la sociedad en general sobre la situación actual de las demencias, sobre la necesidad de llevar una vida lo mas activa posible con vista a prevenir o retrasar la aparición de nuevos casos y como no, avanzar hacia la consolidación de sociedades no excluyentes con las demencias en las que las personas afectadas por la enfermedad puedan seguir desarrollando sus vidas en entornos que sigan respetando sus derechos y dignidad.

Por otro lado concienciar sobre la necesidad de la aprobación del Plan Nacional de Alzheimer, que favorezca entre otros, una mayor inversión en investigación biomédica para lograr mayores avances tanto en prevención, tratamiento, cronificación, como en la curación; mayor inversión en investigación social y sociosanitaria para poder contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas; mayor inversión en recursos sociosanitarios en cantidad y calidad y un largo etc., siempre poniendo a la persona en el centro de atención.

Como fin último, queremos alertar sobre ese nuevo colectivo (9-10% del total) de personas diagnosticadas por debajo de los 65 años (**ver Revista: ALZ-ALZHEIMER EN EL PRINCIPADO DE ASTURIAS Número 09, de Enero 2016 "La enfermedad de Alzheimer autosómica dominante") y que requieren de unas atenciones específicas, para las que todavía nadie se ha reparado adecuadamente.

Esta campaña se materializó a través de un autobús itinerante que durante el mes de octubre recorrió todo el territorio nacional, pasando por las siguientes localidades: Salamanca, Valladolid, Santiago de Compostela, **Gijón**, Santander, Vitoria, Pamplona, Logroño, zaragoza, Mahón, valencia, Mérida, Sevilla, Las Palmas de Gran Canarias, Santa Cruz de Tenerife, Granada, Ceuta, Melilla, Murcia, Toledo y Madrid

LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Es una **enfermedad** de origen desconocido
Un nuevo caso **cada tres segundos**
El **85%** del coste es asumido por la familia
31.000 euros al año cuesta atender a una persona con Alzheimer
Un **9%** de los casos son diagnosticados **antes de los 65 años****
En los último **20 años** no ha aparecido ningún fármaco nuevo
El Alzheimer también afecta a **la persona cuidadora**
Escasos recursos **sociales y sanitarios**



**PRINCIPADO
DE ASTURIAS**

RETOS

- 1.- Sensibilizar y concienciar para avanzar hacia sociedades no excluyentes.** Transformar la percepción de la sociedad hacia el Alzheimer. Complicidad hacia las personas afectadas. Creación de oportunidades para su participación como ciudadanos/as activas/os de pleno derecho.
- 2.- Poner a la persona en el centro de la atención social y sanitaria.** Potenciar el diagnóstico temprano, certero y a tiempo de la enfermedad.
- 3.- Respetar la dignidad de la persona garantizando sus derechos y la acción ética.** Prevenir situaciones de sobrecarga y estrés en las personas cuidadoras. Mantenimiento de la persona en su entorno. Conocimiento, acceso y ejercicio de sus derechos.
- 4.- Impulsar la investigación, la innovación y el conocimiento.** Impulsar la investigación biomédica, social y sanitaria desde un enfoque de investigación traslacional. Colaboración e investigación en red. Generar dispositivos de información y conocimiento.

Dr. David Pérez: Los fármacos aprobados para el Alzheimer no retrasan su aparición

1 marzo, 2019



..Cristina Cebrían.

La cura del Alzheimer es el sueño de muchos científicos y profesionales sanitarios que trabajan con esfuerzo para mejorar las actuales terapias. Sin embargo, la prevalencia de esta enfermedad neurológica aún es muy alta. En España, las estimaciones hablan de que unas 800.000 personas padecen Alzheimer y su incidencia aumenta a partir de los 65 años. El jefe de Servicio de Neurología del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid, David Pérez, comenta con *ISanidad* los principales avances en el diagnóstico y tratamiento de la enfermedad de Alzheimer (EA), así como las claves para el trato con los pacientes.

Sabemos que tanto la hipertensión como la diabetes o la dislipemia, son factores que empeoran el pronóstico de este tipo de enfermedades

¿De qué manera impacta el diagnóstico precoz en el tratamiento de esta enfermedad y cómo se ha logrado que los fármacos retrasen su aparición?

Hay que ser realista, porque en este momento los fármacos aprobados para el Alzheimer no retrasan la aparición de la enfermedad. Tienen una eficacia muy discreta en algunos



parámetros cognitivos. Probablemente tendríamos que acotar a qué pacientes les beneficia más e incluso para dejar de prescribir en algunos casos. Por ejemplo, en Francia se ha dejado a toda la población sin financiación para los fármacos contra la EA, es una medida exagerada aunque es cierto que se trata de medicamentos que no son altamente eficaces. En cuanto al diagnóstico precoz, está orientado más a aquellas intervenciones no farmacológicas que sí parecen enlentecer el curso de la enfermedad o del deterioro cognitivo en general. Algunas son obvias: ejercicio físico, estimulación cognitiva, control de factores de riesgo cardiovascular. Desde los últimos diez años sabemos que tanto la hipertensión como la diabetes o la dislipemia, son factores que empeoran el pronóstico de este tipo de enfermedades. Por tanto, en aquellos pacientes en los que se pueda hacer un diagnóstico precoz, se pueden hacer estas intervenciones no farmacológicas para evitar que la EA aparezca más tarde o, si ya se tiene, que sea más lenta.

Hay estudios que han relacionado la EA con la microbiota, la diabetes o la obesidad, ¿cómo trabaja la ciencia básica para comprender mejor los mecanismos de esta patología?

Desgraciadamente todavía nos falta mucho por conocer sobre los mecanismos que originan la EA. No es de extrañar que aparezcan multitud de líneas de investigación en ciencia básica asociando diferentes factores a la aparición de este tipo de lesiones. En los últimos diez años hemos aprendido mucho sobre los factores de riesgo cardiovascular, de manera que sabemos que algo pasa también desde el punto de vista vascular. Por otro lado, cada vez aparecen nuevas referencias sobre la posible relación con algún agente infeccioso, aunque todavía no tenemos la certeza de que haya una relación directa entre una infección y una enfermedad neurodegenerativa. Hablamos de pacientes en los que una enfermedad de este tipo les provoca cambios enormes, no solo a nivel conductual sino sobre sus hábitos de vida. Son líneas de investigación interesantes que probablemente nos den información sobre la EA, pero a día de hoy todavía no podemos afirmar que haya una relación causal directa con este tipo de enfermedades.

En la EA, las dos dianas las conocemos desde hace 110 años, que son la β -amiloide y la proteína tau, que está dentro de los ovillos neurofibrilares

¿En qué situación se encuentra el estudio Heart to Head?

En el Hospital 12 de Octubre, junto con el servicio de Cardiología, estamos liderando este estudio ambicioso que se hace también en Nueva York porque el investigador principal es el doctor Valentín Fuster, director del CNIC. Lo que pretendemos es conocer el impacto que tienen los factores de riesgo cardiovascular en el desarrollo del deterioro cognitivo o demencia, así como en la amiloidosis (acumulación de β -amiloide en el cerebro), que es el biomarcador más precoz que conocemos ahora de la EA. En este momento se ha terminado la primera fase de reclutamiento de unos 200 pacientes a los que se les va a hacer un seguimiento de 18 meses para comprobar si desarrollan deterioro cognitivo o EA. Creemos que este estudio nos va a aportar información sobre qué impacto pueden tener estos factores de riesgo cardiovascular.

Actualmente existen más de 100 ensayos clínicos sobre nuevas moléculas y esta cifra es baja en comparación con con la del cáncer, ¿a qué se debe?

Habría que preguntar esto a la industria farmacéutica, que es la que financia en gran parte los ensayos clínicos. Hay dos cosas que nos diferencian de la oncología. Primero, que la ciencia básica en el ámbito de la oncología tiene un mayor conocimiento sobre las dianas moleculares que hay que atacar. Mientras que, en la EA, las dos dianas las conocemos desde hace 110 años, que son la β -amiloide y la proteína tau, que está dentro de los ovillos neurofibrilares. También hay que tener en cuenta que esta proteína está dentro de las neuronas y durante mucho tiempo hemos creído que no podía ser una buena diana terapéutica porque era de difícil acceso.

Los ensayos desarrollados frente al β -amiloide han fracasado y tenemos pocas opciones

Hoy en día ya están apareciendo nuevos ensayos en relación con la proteína tau, porque desde hace 10 años se sabe que puede salir al exterior de la neurona y puede ser un buen momento para poder atacarlo. Nos concentramos, por tanto, en pocas dianas moleculares y además tenemos dudas de si realmente son las causales directas de la EA, hoy en día estamos casi seguros de que no. Los ensayos desarrollados frente al β -amiloide han fracasado y en el último gran ensayo que se publicó en la revista *The*

New England Journal of Medicine a principios del año pasado, el autor expresaba que tendremos que estar 'algo tontos' por continuar con la vía β -amiloide o, por lo menos, intentar reconsiderar otras opciones o ver otra estrategia frente a ese tipo de proteína. Por tanto, tenemos pocas opciones y parece que con barreras que nos están dando fracasos. Además, existe un ámbito de frustración que tenemos tanto los clínicos como los investigadores básicos en la búsqueda por una cura de la enfermedad.



Hace años los tratamientos se centran en los síntomas neuropsiquiátricos y hoy la mayoría busca modificar el curso de la enfermedad, ¿qué expectativas hay?

La inmensa mayoría de los ensayos clínicos que hacemos en estos momentos tienen como fin encontrar un modificador del curso de la enfermedad. Ojalá que produzca una reversión de los síntomas, aunque es algo ambicioso, pero sí se espera que intenten paralizar la enfermedad o cronificarla. Los fármacos que se aprobaron hace más de una década, los inhibidores de la colinesterasa, eran asintomáticos y con una eficacia discreta.

La clave, hoy en día, es buscar un fármaco que cambie el curso fundamental de la enfermedad y todas las terapias que se han utilizado hasta ahora intentan eso

Sí sabemos que intentaban potenciar algunos neurotransmisores dentro del sistema nervioso central. Sin embargo, en una enfermedad neurodegenerativa en la que la neurona se muere, es obvio que la efectividad va a ser discreta y a corto plazo. La

clave, hoy en día, es buscar un fármaco que cambie el curso fundamental de la enfermedad y todas las terapias que se han utilizado hasta ahora intentan eso. Lo más importante es encontrar nuevas dianas moleculares para probar fármacos nuevos y contamos con herramientas poderosas para ello, sobre todo en los fármacos biológicos. Somos capaces de customizarlos para que ataquen una diana molecular muy específica.



¿Cuál sería el modo ideal de uso de los biomarcadores?

Habitualmente, en los protocolos de actuación ante un paciente con deterioro cognitivo se hace un cribado de causas tratables, como alteraciones hormonales, infecciones crónicas o lesiones estructurales, entre otras. Lo ideal es que tuviéramos el escenario clínico donde los biomarcadores fueran eficaces para pedirlos ante cualquier síntoma sugerente de EA y que tuviéramos una terapia para poder revertir esos síntomas. Al no tener este escenario, deberíamos restringir el uso de este tipo de herramientas tan poderosas, pero que a la vez nos generan un dilema

ético.

Hay que apoyar tanto al paciente como a su cuidador, ya que es una pieza fundamental en este tipo de enfermedades

¿Cómo se le comunica a un paciente el diagnóstico de Alzheimer?

Yo creo que hay dos ámbitos fundamentales. Uno es aquel paciente que es consciente de lo que le está pasando y que sabe que algo está sucediendo en su cerebro. A éstos hay que darles apoyo psicológico, porque la probabilidad de que desarrollen una depresión reactiva es elevada. Hay que apoyar tanto al paciente como a su cuidador, ya que es una pieza fundamental en este tipo de enfermedades. La mayoría de las veces, los pacientes que acuden a la consulta es porque quieren saber, se sienten responsables de alguna manera y quieren programar lo que les va a pasar en un futuro. Hay que tener en cuenta que nosotros hacemos un diagnóstico probabilístico, no tenemos la certeza absoluta de que un paciente, aunque tenga biomarcadores positivos, va a tener un curso progresivo y que desarrollará una demencia en los próximos años. Si sabemos que más del 50% de pacientes con biomarcadores positivos o un deterioro cognitivo leve, en los siguientes tres o cinco años van a entrar en una fase de demencia. Por otro lado, hay pacientes que se estabilizan durante mucho tiempo y esa incertidumbre hay que trasladársela al paciente. Siempre hay que dejarle una puerta abierta a la esperanza, porque es verdad. Sabemos que con esa carga de biomarcadores la

probabilidad de desarrollar es muy elevada y hay cosas que se pueden hacer, no tanto desde el punto de vista farmacológico, sino con intervenciones desde el ámbito de la neuropsicología, la logopedia o la terapia ocupacional, que pueden retrasar la evolución de la enfermedad.

Muchas veces, donde tenemos más problemas es en la persona que niega que tiene un problema y dice que está capacitado para todo

El segundo escenario clínico es el de aquellos pacientes que llegan a la situación de deterioro cognitivo, la anosognosia. Son pacientes que realmente no vienen ellos sino que los traen sus familiares porque notan que no rinden bien y el paciente, sin embargo, se siente seguro. En este tipo de pacientes la comunicación es más difícil porque incluso pueden entrar en una fase de demencia y afirman que pueden, por ejemplo, seguir conduciendo. En estas cosas hay que intentar, junto con el cuidador y la familia, introducirlos en un escenario de seguridad. Muchas veces, donde tenemos más problemas es en la persona que niega que tiene un problema y dice que está capacitado para todo. Encontramos más dificultad para transmitir ese diagnóstico porque el propio paciente nos dice que estamos equivocados. La parte clave de todo esto es el cuidador, que nos va a apoyar para que el paciente tome la medicación y controle las actividades que haga.



La mayoría de estos pacientes recibe los cuidados de sus hijos y nietos, ¿es importante la formación de los cuidadores?

Esta formación es clave. Y es que en estas enfermedades neurodegenerativas no hablamos de una relación médico-paciente, sino que es una relación médico-cuidador-paciente. Es más, cuando la enfermedad está avanzada, yo prefiero que a la consulta venga el cuidador y no el paciente, porque lo que quiero es ver cómo funciona el paciente a lo largo del día y si tiene trastornos de conducta. Esa información me la tiene que dar el cuidador. Por tanto, si hay alguna patología en la que el cuidador sea fundamental esa es el Alzheimer. La mayoría de los cuidadores son cuidadoras y esto hay que subrayarlo.

La mayor parte de los cuidadores tienen el llamado síndrome de sobrecarga del cuidador, que está asociado a depresión y ansiedad

Las estadísticas nos dicen que hasta el 80% de los cuidadores son mujeres. Esto es una carga que tienen y es un trabajo de 24 horas al día, 365 días al año. Por ello, la mayor parte de los cuidadores tienen el llamado síndrome de sobrecarga del cuidador, que está asociado a depresión y ansiedad. De tal manera que muchas veces la pieza clave en el seguimiento del paciente es el cuidador. Si no tenemos un buen cuidador,



probablemente nuestras terapias fracasesen. Con un buen cuidador, tenemos acceso a que busque intervenciones no farmacológicas, que vaya a una asociación de pacientes, que se adhiera al tratamiento, etc. De manera que nosotros los médicos, cuando tenemos realmente problemas es en aquellos sujetos que viven solos. Aquí, el asistente

social es clave para intentar buscar algún dispositivo asistencial. Si en este país no hubiera ese apoyo de los cuidadores, el cuidado de este tiempo de pacientes sería un desastre. Además, la inmensa cantidad de gastos indirectos que están ahorrando al sistema público es difícil de medir. El cuidador tiene que tener formación, de saber hasta dónde puede llegar y, sobre todo, dónde tiene que pedir ayuda. Los clínicos somos responsables de intentar advertir de que este tipo de enfermedades van a ir a más y van a entrar en estadios de la enfermedad en los que la dependencia va a ser grande. El cuidador tiene que buscar ayuda familiar y extra familiar. Pero esa formación desgraciadamente no la podemos dar porque no hay ningún tipo de propuesta en los sistemas públicos.

Noticias complementarias

- La 'Citizen Science' demuestra su eficacia en la detección precoz del Alzheimer
- Una nueva molécula podrá diagnosticar y monitorizar el Alzheimer marcando la proteína tau

DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

21 DE SEPTIEMBRE DE 2019
NAVA (Principado de Asturias)



VIII CONGRESO NACIONAL DE ALZHEIMER - CEAFA

HUESCA / 15 DE NOVIEMBRE DE 2019



El problema educativo, a días de las pruebas finales

El abandono de los universitarios

Las injustas críticas al esfuerzo de los profesores y de la institución para adaptarse a los problemas generados por el enclaustramiento

Lloba Simon Schuhmacher
Profesora de la Universidad de Oviedo



Estos días ha habido titulares como estos: "Los universitarios estallan por el caos de los exámenes finales", "La Universidad, en el centro de la diana por la falta de fechas para pruebas y su incapacidad para la evaluación telemática".

La tormenta desatada a través de las redes (Twitter "UniOviedo Abandona") por una iniciativa estudiantil probablemente minoritaria ha sido seguida cual Uni(B)ovino por unos cuantos, y ha puesto a la Universidad de Oviedo en las noticias nacionales. Injustamente. Resulta demasiado fácil pulsar un botón en el móvil, sin ofrecer contexto ni argumentos suficientes, encima,

deduce, en buena lógica, que el estudiantado se debe a la sociedad en la que vive y a la institución en la que estudia.

Entre los enunciados de los estudiantes se puede leer, casi con letra pequeña, esta frase: "La mayor parte del profesorado nos está tendiendo la mano, pero hay otra parte, nada despreciable, que no".

Quisiera aprovechar la ocasión para contar lo que la mayor parte del profesorado está haciendo en estas semanas y meses difíciles para todos, sin tierra a la vista. Se puede asegurar que estamos bastante más atareados de lo habitual. Para empezar, nos ha pillado de sorpresa. La semana siguiente ya estábamos empezando a impartir clases online en aquellas asignaturas en las que esto es posible. En otras, especialmente en las asignaturas prácticas, había que perfeccionar actividades alternativas. Estas llevan mucha más

preparación y mayor seguimiento que una clase presencial, y se multiplica el trabajo según el número de estudiantes. Tan solo un ejemplo de índole logística: en una clase presencial, devolver un trabajo corregido es cuestión de unos minutos. En cambio, desde casa, primero hay que imprimir el trabajo enviado por cada estudiante y, tras corregirlo, escanearlo y enviarlo a los estudiantes, uno a uno, a sus respectivos correos electrónicos. Tal procedimiento puede llevar hasta tres horas. Además, algunos docentes ofrecen tutorías individualizadas online. Como ejemplo, en una ocasión, comentar un ejercicio con una estudiante me llevó 53 minutos, o las atenciones con los estudiantes Erasmus que han tenido que regresar a sus países.

Organizar y adaptar los materiales para una clase online es un reto, así como la propia clase. Algunos estudiantes no se pueden

todos los ruidos para estudiar en la ática apropiados, resulta sistema de enorme re- poder celebra- nciales, y n qué constancia en la del exa- nablemente más adelan-

La FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS no está afectada por esta crisis, ya que se nutre de aportaciones de entidades privadas, de sus nueve patronos, y de la labor altruista de sus empleados y voluntarios.

últimamente los medios (entre ellos la plataforma online Microsoft Teams) que nos ayuden a capear este temporal ocasionado por el coronavirus.

Que a este temporal se le añada una "shitstorm" (storm=tormenta, shit=mierda), no dice mucho de "los" universitarios.

¿"Los"? ¿Todos? En los medios aparecen como mayoritarios o al menos representativos. Lo cual no es el caso. Porque cuando tienen la oportunidad de hacerse representar en los órganos universitarios según las reglas democráticas, no llega al 10% el número de estudiantes que acude a las urnas a votar. Según datos de las últimas elecciones al Claustro (2018), en el censo figuraban 11.794 estudiantes, de los cuales 1.124 emitieron su voto, es decir, tan solo el 9.53%.

En torno al 10% es, por otra parte, la contribución como matrícula de (las familias de) los estudiantes para cubrir el coste real de la plaza que ocupan. Es decir, el conjunto de la sociedad sufragará en torno al 90% del coste de las plazas que ocupan. De ahí se

mayoritarios ni representativos



Alumnos universitarios, antes de un examen. | Miki López

en mi Facultad, la de Filosofía y Letras, a tal efecto se acaban de modificar las Guías Docentes. Estas son como el contrato con el estudiante. Por ejemplo, en las asignaturas en las que imparto docencia se ha llegado a un término medio entre las notas ya obtenidas de la evaluación continua, por un lado, y por otro, trabajos y proyectos en soportes varios, a entregar en un plazo establecido, online. Esto, claro, no es posible para todas las convocatorias, ni para todas las especialidades.

En suma, la incertidumbre está por doquier, y se va haciendo camino al andar, con el esfuerzo y la seriedad que la situación requiere, desde todos los colectivos de esta comunidad universitaria. Que una parte del estudiantado se haya descolgado de esta manera no contribuye precisamente a resolver los problemas que se plantean, ni representa la actitud de muchísimos otros estudiantes.

Por tanto, concluyo: el título de este artículo se puede leer de varias maneras.

Las asociaciones de enfermos lanzan un SOS: "Estamos con el agua al cuello"

"Vamos al desastre", aseguran los colectivos que prestan servicios complementarios a quienes padecen dolencias graves y prolongadas

Oviedo / Gijón, P.Á. / S.F.L.

"Estamos con el agua al cuello. Algunas podremos resistir uno o dos meses, pero a partir de ahí vamos directamente al desastre". Así se resume el grito desesperado de buena parte —si no todas— las asociaciones de enfermos de Asturias. Se trata, en su mayoría, de colectivos que proveen a sus asociados de servicios complementarios a los que les presta la sanidad pública. Sin embargo, sus fuentes de ingresos se han secado de forma dramática desde la irrupción de la pandemia de COVID-19.

Fisioterapia, sesiones con psicólogos, terapia ocupacional o asesoramiento de trabajadores sociales son algunos de los servicios que ofrecen estas entidades, cuya actividad se dirige a menudo a personas y familias castigadas por enfermedades graves, altamente discapacitantes y prolongadas en el tiempo. Estos colectivos no tienen la posibilidad de acogerse a un expediente de regulación temporal de empleo (ERTE) porque, sobre el papel, nada les impide desarrollar su actividad, cosa que tratan de hacer a duras penas —y con baja eficacia para sus asociados, confinados— mediante el teletrabajo.

"Más del 50 por ciento de nuestro presupuesto lo obtenemos de donaciones, actividades y rifas, que ahora no podemos hacer", explica Alicia Suárez Taladriz, presidenta de la Asociación de Enfermos de Fibromialgia del Principado de Asturias (Aenfipa), que aglutina a algo más de 800 socios que pagan una cuota 40 euros al año. Esta entidad tiene seis trabajadores.

"Es fundamental que nos in-

Los datos

➤ **Asociaciones de enfermos.** Son entidades que proveen a sus asociados de servicios complementarios a los que les presta la sanidad pública: fisioterapia, sesiones con psicólogos, terapia ocupacional... Sus fuentes de ingresos se han visto muy mermadas con la pandemia de COVID-19.

➤ **Demandas.** Suelen tener varios trabajadores, pero la ley no les ofrece la posibilidad de acogerse a un ERTE. Reclaman al Gobierno que les incluya entre los damnificados por la crisis del coronavirus.

cluyan entre los damnificados por el COVID-19", enfatiza María José Álvarez, presidenta de la Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA Principado). Desde la Asociación Parkinson Asturias señalan que "no podemos ofrecer rehabilitación presencial y hemos optado por la vía online, pero sólo llegamos a una mínima parte de los pacientes".

La Fundación Alzheimer Asturias no está afectada por esta crisis, ya que se nutre de aportaciones de entidades privadas y de sus nueve patronos, y de la labor altruista de sus empleados y voluntarios. Sin embargo, la Asociación Democrática Asturiana de Familias con Alzheimer (Adafa), sí advierte que "sin el apoyo de fondos públicos no podremos seguir adelante".

El sindicato CSI dona miles de mascarillas y gafas al Sespa

Tras semanas de gestiones, la Corriente Sindical de Izquierda (CSI) hizo ayer entrega de un lote de 5.000 mascarillas de tipo FFP2 y un millar de gafas de protección destinadas a la sanidad pública. Importado desde China y Toledo, el material cedido se acompañará en el futuro de otras mascarillas caseras para la población general que los afiliados están cosiendo estos días en sus casas. Asimismo, a partir de la semana que viene el sindicato lanza una campaña de recogida de alimentos para distribuir entre familias vulnerables de la región. Además de los locales de la entidad en Gijón y en Oviedo, se habilitarán puntos de recogida en los hospitales de las tres áreas sanitarias en las que tiene representación: HUCA, Cabueñes y Valle del Nalón. Cualquier voluntario puede contactar con el sindicato para hacer su aportación.

DIA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

21 DE SEPTIEMBRE DE 2019

NAVA (Principado de Asturias)



PROGRESION CRECIMIENTO DE AFILIADOS DE A.F.A.-ASTURIAS AL 31 DE DICIEMBRE DE CADA AÑO QUE SE RESEÑA, CON INDICACION DEL ULTIMO NUMERO 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 / AÑO 2019 - 002299 / ☎ LLLAMADAS TELEFONICAS RECIBIDAS EN A.F.A.-ASTURIAS ⇒ 934 (fijos y móviles) # ① LLLAMADAS TELEFONICAS REALIZADAS POR A.F.A.-ASTURIAS ⇒ 1011 # ☎ TELEFAX RECIBIDOS EN A.F.A.-ASTURIAS ⇒ 06 # ☎ TELEFAX EMITIDOS POR A.F.A.-ASTURIAS ⇒ 03 # ☐ FOTOCOPIAS REALIZADAS ⇒ 5.936 # ✉ ENVIOS REMITIDOS POR CORREO ⇒ 4.182

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, Sotroñdio Trubia y Vegadeo.

AL FINAL DE ESTA ANUALIDAD HAY MAS DE 40 UFC ATENDIDAS MEDIANTE ACUERDOS Y PACTOS DIRECTOS ENTRE LAS FAMILIAS Y LOS/LAS TRABAJADORAS/ES

La FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS, ha sido, la intermediaria entre los trabajadores y las familias. EN LA PRESENTE ANUALIDAD NO SE HA CONTADO CON SUBVENCION DE NINGUNA INSTITUCION PUBLICA.

* **INGRESOS EN RESIDENCIAS GERIATRICAS PRIVADAS** ➤ 09 Enfermos en todo el Principado de Asturias. La mayoría de ellos en un Estadio 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 ASOCIACION ALZHEIMER ASTURIAS / AFA-ASTURIAS

* **TERAPIAS NO FARMACOLOGICAS** ➤ Con la colaboración de neuro-psicólogas de la FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS, programa terapéutico impartido directamente en las Unidades Familiares de Convivencia, por todo el Principado de Asturias. Condiciones económicas especiales para las familias. Actividad dirigida de forma preferente al Enfermo de Alzheimer

* **DONACIONES GRATUITAS** ➤ Se han realizado a nuestros socios un total de 81 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.)

* **CODIGOS 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 FUNDACION ALZHEIMER ASTURIAS.

* **DONACIONES GRATUITAS DE ALIMENTOS ESPECIFICOS Y/O GENERICOS Y SUPLEMENTOS NUTRICIONALES** ➤ En esta anualidad se han donado 18.237 Kgrs. de alimentos genéricos y/o específicos y suplementos nutricionales (Aceite girasol 437 k / Aceite Oliva 450 k / Alubias 270 k / Arroz 1.304 k / Azucar 297 / Cacao.Choc.Cafe 423 k / Cereales 81 k / Conservas de carne 2 k / Conservas de pescado 38 k / Conservas vegetales 1047 k / Frut.conserv.mermeladas 81 k / Galletas 815 k / Garbanzos 270 k / Harina 182 k / Leche 7.574 k / Lentejas 495 k / Pasta 1.639 k / Platos preparados 374 k / Queso 623 k / Otros derivados lácteos 379 k / Suplementos nutricionales 159 k / Varios 1.297 kgrs) distribuidos por todo el Principado de Asturias (187 donaciones), siendo los principales destinatarios los afiliados a la AFA-ASTURIAS. Desde el inicio de este programa/actividad (auspiciado y financiado por la FUNDACION 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 Berron, 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, Rio Turbio, Sama de Langreo, San Esteban de Leces, San Juan de Moldes, Santullano de Mieres, Sariego, Serapio, Sotroñdio, Tuilla, Turón, Ujo, Villalegre, Villanueva y Villaviciosa.

Esta actividad y/o programa específico ha sido financiado en su totalidad por la FUNDACION 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.

* **DIA MUNDIAL DEL ALZHEIMER** ➤ En la edición del año 2019, hemos conmemorado el Día Mundial del Alzheimer (21/09/2019) en la localidad de NAVA 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) Tineo (2018) y Nava (2019). Pretendemos seguir realizando este importante evento por distintas localidades del Principado de Asturias.

JORNADAS SANITARIAS Y SOCIALES. CONFERENCIAS. CONVENCIONES. ASAMBLEAS. CHARLAS DIVULGATIVAS. CURSOS DE CAPACITACION/FORMACION. MESAS REDONDAS. ACTOS DIVERSOS EN:

Gijón, Huesca (VIII Congreso Nacional de Alzheimer), Nava, (en alguna de las localidades indicadas se ha realizado más de un evento)