

# FORMACIÓN DIRIXIDA A FAMILIARES E COIDADORES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER E OUTRAS DEMENCIAS

MAYO 2021

## “APRENDIZAXE DE CONVIVENCIA COA DEMENCIA”

AFAL Ferrolterra mantén dende o ano 1997 unha serie de servicios dirixidos ós familiares dos enfermos de Alzheimer e outras demencias. Pouco despois, tendo en conta os ámbitos alterados na enfermidade de Alzheimer e outros tipos de demencia, deuse cobertura tamén a varios servicios dirixidos ó propio enfermo, sendo o máis potente o Centro de Día Terapéutico.

O equipo multidisciplinar de AFAL Ferrolterra procede ó deseño de intervención indicando o tratamento non farmacolóxico, baseado en estimulación cognitiva, sinalando un único e gran obxectivo que é enlentececer o curso da enfermidade ofrecendo á súa vez unha boa calidade de vida para o enfermo e maila súa familia.

É importante sinalar a actividade de todo o equipo interdisciplinar conforme á orientación e asesoramento que se leva a cabo na sede da asociación e fora do centro. O feito de formar ós cuidadores de enfermos de Alzheimer e outras demencias é unha labor moi intensa e importante para todos os que formamos AFAL Ferrolterra.

En resume, o equipo interdisciplinar traballa diariamente en tres eidos ben diferenciados. Un referido cós usuarios dos Centros de Día Terapéuticos e dos diversos concellos desenvolvendo talleres de estimulación cognitiva. Outro coas familias dos usuarios, para ensinalar as estratexias para sobrelevar da mellor forma posible a enfermidade, para que deste xeito sexa máis doada a tarefa de cuidado. E o último que vai dirixido á sociedade en xeral, promovendo a conciencia social da situación actual dos enfermos e as súas familias, dando a coñecer a patoloxía e as súas repercusións, intentando captar socios, colaboradores, voluntarios, etc, maila creación dunha área baseada na idea do “envelhecimento activo”, orientada á prevención das patoloxías asociadas ó envelhecimento e á detección precoz de persoas coa enfermidade de Alzheimer.

Por todos os obxectivos reflexados en todas estas tarefas comentadas anteriormente, naceu este programa de formación, *Aprendizaxe de convivencia coa demencia*.

Tódolos profesionais intentan ofrecer ás familias e cuidadores da comarca unha ampla práctica no cuidado a enfermos de Alzheimer e outras demencias. Tendo en conta que dita patoloxía repercute en tódolos ámbitos da vida do cuidador principal, é moi importante que este chegue a manexar con certa soltura todos os tipos de ferramentas e directrices existentes sobre o mesmo cuidado. O feito de que unha única persoa coide a un dependente, repercute en diferentes áreas da vida da persoa cuidadora e no funcionamento familiar. As persoas cuidadoras adican moito tempo e esforzo ao cuidado, marcando unha elevada carga física e mental, alterándose a súa vida no ámbito emocional, laboral, social, etc, dando lugar en ocasións ao denominado “Síndrome do Cuidador”. Por esta razón marcouse este curso, e vai dirixido a todas eles có obxectivo xeral de alcanzar por parte da persoa cuidadora todas as medidas preventivas fronte ao “Síndrome do Cuidador”, ofrecendo uns cuidados ao enfermo de máxima calidade sen perder en ningún momento a propia calidade de vida. Ó mesmo tempo, potenciar todo o aprendizaxe, na súa futura traxectoria profesional e persoal.

### Contido do programa formativo:

#### **1. Demencias**

- ✓ Definición
- ✓ Causas de sospeita
- ✓ Tipos de demencia
- ✓ Prevención
- ✓ Demencia presenil e senil
- ✓ Fases da demencia
- ✓ Tratamentos

#### **2. Tratamento non farmacolóxico e comunicación**

- ✓ Intervención non farmacolóxica
- ✓ Obxectivos
- ✓ Metodoloxía

- ✓ A comunicación ó longo da enfermidade. Características
- ✓ Actitudes positivas que debe adoptar o cuidador

### **3. Coidando ao cuidador**

- ✓ Rol cuidador principal
- ✓ Problemática exposta
- ✓ Fases do Síndrome do cuidador
- ✓ Signos de alerta
- ✓ Pensamentos automáticos e recursos para manexalos
- ✓ O aislamiento
- ✓ Insomnio e problemas físicos
- ✓ Ansiedade, depresión e sentimentos do cuidador

### **4. Saber convivir coa demencia**

- ✓ Alteracións de conducta durante a noite
- ✓ Alteracións de conducta durante o día
- ✓ Actitudes por parte do cuidador a previr
- ✓ Actitudes que poden atenuar as alteracións de conducta
- ✓ Alimentación
- ✓ Aseo
- ✓ Consellos e mensaxes ó cuidador

### **5. Saber vivir, saber envellecer**

ofon  
ferrolterra