

PROGRAMA DE EDUCACIÓN SOCIAL DE ATENCIÓN A FAMILIARES Y CUIDADORES DE PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS

Haro Ruiz, A.¹; Rodríguez del Rey, T.²

(1) Educadora social Grupo 5 | (2) Neuropsicóloga Grupo 5

Centro de Referencia Estatal de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Imerso

E-mail de contacto: info@crealzheimer.es

Justificación

A través de este programa se busca mejorar la calidad de vida de los familiares y cuidadores, lo que a su vez incidirá en la mejora de la calidad de vida de la persona a la que cuidan y en un mejor aprovechamiento de los recursos sociocomunitarios de su entorno. Para ello se programan acciones encaminadas a lograr la promoción del desarrollo personal y social de las familias y se implanta un modelo de intervención socioeducativa que disminuya el índice de sobrecarga del cuidador. Cuidar de una persona con demencia requiere una continua adaptación a los cambios, lo que genera un continuo estrés, por lo que con este programa analizaremos las necesidades del cuidador principal en relación a su situación personal, social, cultural y laboral con el fin de poder diseñar un proyecto individual de intervención.

Objetivos

GENERAL

Lograr la mejora de la calidad de vida de los familiares, cuidadores y enfermos en su entorno comunitario, implantando un modelo de intervención socioeducativa que disminuya el índice de sobrecarga del cuidador.

ESPECÍFICOS

- Favorecer la creación de redes sociales entre los familiares.
- Guiar a las familias en su proceso de adaptación al centro.
- Analizar qué factores provocan aumento, disminución o estabilización de la sobrecarga.

Metodología

Nuestra puesta en práctica está motivada por la necesidad de que las familias tengan un desarrollo personal y social y para ello nos proponemos intervenir de forma participativa y activa a través de ciertas actividades que potencian la integración, la socialización, los valores personales y la importancia de que ellos sean los protagonistas de su historia.

A través de los datos recogidos en la **Entrevista de Diagnóstico Socioeducativo (EDE)**, se elabora el **Proyecto Educativo Individual (PEI)**, donde las intervenciones estarán siempre adaptadas a las necesidades y características de cada persona.

También serán de carácter socializador, con ello se posibilitará las relaciones interpersonales potenciando la implicación en las actividades de cooperación, amistad y convivencia a través de una educación informal.

Evaluación

Instrumentos de evaluación: A través de la observación directa, de intervenciones individualizadas, de cuestionarios de evaluación y el test de Zarit.

Indicadores de evaluación: Número de participantes, índice de sobrecarga, acogida del programa, compromiso de asistencia, continuidad y motivación.

Contenidos

ÁREA DE SOCIALIZACIÓN

Objetivo: Retomar, mantener y/o generar redes sociales de apoyo en el CREA así como en su entorno comunitario.

Actividades: Salidas culturales, excursiones, comidas en el CREA para familiares y cafés tertulia.

ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL

Objetivo: Aprender a gestionar y expresar las emociones.

Actividades: Taller sobre autoestima, expresión emocional y Escuela de Familias.

ÁREA DE DESARROLLO CULTURAL

Objetivo: Promover iniciativas culturales y artísticas dentro y fuera del centro.

Actividades: Proyecciones de cine, taller de teatro, exposiciones y salidas culturales y excursiones.

ÁREA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Objetivo: Dar información sobre demencias, pautas de su manejo para mejorar los cuidados y enseñar pautas de autocuidado a los familiares/cuidadores.

Actividades: Información y manejo de enfermedad, hábitos saludables, aprendo a cuidarme, prevención de accidentes en el hogar y relajación.

Conclusiones

- La intervención socioeducativa mejora la calidad de vida del cuidador y, en consecuencia, de la persona con demencia.
- Los cuidadores con una red social de apoyo sólida reducen su sobrecarga y aumentan su satisfacción respecto a los cuidados prestados.
- Compartir experiencias y conocimientos con otros cuidadores proporciona ayuda para adaptarse a los cambios.
- Es importante dotar al cuidador de estrategias y habilidades que le permitan un mejor aprovechamiento de los recursos de su entorno.

