

AFACO



ALZHEIMER
ASOCIACION
FAMILIARES
ENFERMOS
ALZHEIMER
LA CORUÑA
A F A C O

Informa

Nº 4

AGOSTO 2006

CONSTRUCCIÓN CENTRO TERAPEÚTICO: UN PROYECTO DE TODOS

Contenido:

- Construcción Centro Terapéutico 1
- 21 de Septiembre: Día Mundial 1
- Consejos prácticos para la 2
- Cambios en el comportamiento ... 3



Las gestiones para la construcción del próximo Centro Terapéutico de AFACO que estará situado, como sabéis, en el Parque de Eiris, siguen su curso favorablemente.

AFACO cuenta para este proyecto con el apoyo de todas las Administraciones: la Xunta de Galicia, la Diputación Provincial

y el Ayuntamiento de A Coruña.

En la actualidad los estudios previos geotécnicos y topográficos ya están terminados y el proyecto de ejecución en breve será presentado en los servicios de urbanismo del Ayuntamiento para solicitar la correspondiente licencia de obra.

Necesitamos para este proyecto de la colaboración de todos los socios, por lo que agradecemos de antemano cualquier idea que nos podáis transmitir.

Es este un proyecto de todos y es preciso la aportación de cada uno de vosotros para conseguir que esa iniciativa llegue a buen fin.



21 DE SEPTIEMBRE: DIA MUNDIAL DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER 100 AÑOS DE HISTORIA

El próximo 21 de Septiembre conmemoramos, como cada año, el Día Mundial de la Enfermedad de Alzheimer. Este año el lema de dicha jornada será “100 años de historia”.

Hace un siglo, en 1906, Alois Alzheimer describe esta enfermedad que estaba tratando desde 1901 con una paciente de nombre Auguste D.

Esta enferma ingreso con 51 años en el Hospital de Frankfurt con un grave y progresivo cuadro de deterioro cognitivo que incluía pérdida de memoria, desorientación temporo-espacial, alucinaciones, delirios y lenguaje incoherente. Al fallecer, en 1906, su cerebro fue remitido al Dr. Alzheimer para su estudio, dando lugar así a la primera descripción anátomo-clínica de lo que se paso a

conocer años más tarde como la enfermedad de alzheimer.

Como cada año desde AFACO pedimos y agradecemos vuestra colaboración para participar en la cuestación que desarrollaremos con motivo de ese día.

Las personas que podáis colaborar, llamar al 981205858.

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA LA PREVENCIÓN DE LA INCONTENCIA

Con la evolución de la enfermedad, muchas personas con Alzheimer empiezan a experimentar incontencia, o incapacidad para controlar la orina o las heces. Es una situación desagradable y que crea vergüenza, lo lleva a que, en ocasiones, el enfermo intente ocultar su “problema”, negándose a que lo cambien o escondiendo la ropa sucia en los lugares más insospechados. La incontencia puede ser el resultado de lesiones cerebrales y de la pérdida de control muscular, como consecuencia de la enfermedad demencial, pero existen muchas razones para ser la manifestación secundaria de enfermedades frecuentes en personas de esta edad (tales como, infecciones urinarias, prostatitis, diabetes mal controlada, etc.). Por todo esto, es importante averiguar que la incontencia no sea secundaria a otro problema, previa consulta con el médico.

Si la incontencia no es secundaria, trataremos de determinar si la falta de control de los esfínteres se relaciona con algo que rodea al enfermo. Es conveniente preguntarse si la ropa que lleva es demasiado

difícil de quitar, si sabe dónde está el baño, si es fácil el acceso al mismo, si tiene la coordinación necesaria para sentarse en la taza del aseo o si es capaz de expresar, de algún modo, que tiene ganas de ir al baño.



Es preciso estar alerta ante los primeros indicadores no verbales de la necesidad de evacuar la vejiga (está inquieto, se toca los genitales, se tira de la ropa, ...). Asimismo, es conveniente establecer una rutina horaria de micciones dependiendo del patrón previo de eliminación. La ropa debe ser fácil de desabrochar, con elásticos en la cintura, velcro, ... El cuarto de baño tendrá fácil acceso, estando el trayecto hasta él libre de obstáculos, en todo momento. Si existe incontencia nocturna, es conveniente restringir la ingesta de líquidos, fundamentalmente de aquellos que lleven cafeína, a partir de las 18 horas, tomando la mayor cantidad de líquidos entre la mañana y primera hora de la tar-

de.

En caso de incontencia fecal, se elaborará un registro de los horarios de ingesta y de emisión de heces, por si hubiera relación entre ésta y el reflejo gastrocólico. En este caso, es beneficioso animarle, si todavía puede, a participar activamente en ejercicios físicos que faciliten el tránsito intestinal y eviten la impactación fecal (masa de heces dura, imposible de evacuar, que se forma debido a un estreñimiento crónico).

De todos los recursos que tenemos a nuestra disposición para hacer frente a las incontencias urinarias y fecales, el más frecuentemente utilizado es el pañal, el cual es conveniente cambiarlo cada cuatro horas, para prevenir escoceduras y excoiaciones.

Pero ante todo, sea comprensivo cuando ocurran estos accidentes. Conserve la calma y tranquilice a la persona si está angustiada.

“Es de gran importancia no culpabilizar nunca a la persona afectada Y respetar, en lo posible, su intimidad”

CAMBIOS EN EL COMPORTAMIENTO SEXUAL DEL ENFERMO DE ALZHEIMER

La sexualidad forma parte de la vida de todo ser humano como expresión psicológica y emocional que se integra dentro de la intimidad de una pareja.

La enfermedad de Alzheimer afecta a todas las dimensiones de la persona incluyendo la sexualidad. Diversos estudios demuestran que el comportamiento más frecuente de un enfermo de Alzheimer es la indiferencia sexual, se estima que esto ocurre en un 70 % de los casos.

Aparece en menor medida patrones conductuales contrarios tales como la hipersexualidad, desinhibición, agresividad verbal o prácticas masturbatorias en público.

Hay que tener en cuenta siempre cual es el nivel basal previo, es decir, la frecuencia de las relaciones sexuales anteriores a la aparición de la enfermedad, para poder esclarecer si el comportamiento es inusual.

No todo comportamiento sexual atípico que presente el enfermo ha de ser un trastorno sexual.

En todos los casos en los que

aparezcan alteraciones del comportamiento han de estudiarse cuál es la situación que en general lo desencadena y estar atento a todas las posibles ex-



plicaciones alternativas tales como rozaduras de la ropa, ganas de orinar, confundir a otra persona con su pareja,...

Hay que tener en cuenta que el enfermo de Alzheimer una vez avanzada la enfermedad desconoce cuales son las normas sociales, por lo que las practicas sexuales en público no las reconocerá como extravagantes. En el momento que ocurran se ha de intentar desviar la atención hacia otra actividad, recordarle que no se debe de hacer en público o aplazar el encuentro para la posterior intimidad.

La hipersexualidad es debida a la falta de recuerdo de la última

relación sexual por lo que es necesario hacerle ver que el encuentro ya se ha producido , redirigirle a otra actividad o valerse de ayudas externas de cuantificación.

La pareja del enfermo puede verse en algunos casos con sentimientos de culpabilidad por no “cumplir” con las necesidades sexuales de su pareja o incluso en algunos casos al acceder siempre a las relaciones propuestas un sentimiento de violación llegando incluso a la aversión sexual.

Es necesario desde un primer momento de la aparición del problema consultar a los especialistas ya que a nivel farmacológico el médico nos puede ayudar y a nivel conductual los psicólogos nos pueden ayudar a aprender diferentes estrategias de actuación para que las relaciones sexuales lleguen a ser sinónimo tanto de salud física como de bienestar afectivo.

“La tercera necesidad de los hombres, después de la alimentación y de la seguridad, es la de sentirse amados”

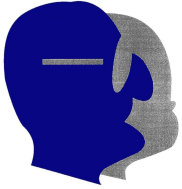
AFACO

Parque San Diego s./n
Centro Cívico San Diego, bajo
15.006 A Coruña

Teléfono: 981.20.58.58

Fax: 981.17.30.93

Correo: afacoruna1@teleline.es



ALZHEIMER
ASOCIACION
FAMILIARES
ENFERMOS
ALZHEIMER
LA CORUÑA
A F A C O

HORARIO DE ATENCIÓN

De Lunes a Viernes

10.00 - 14.00

16.00 - 20.00

Tú enfermo cuenta contigo, tú cuentas con nosotros

Un esfuerzo conjunto, para un objetivo común

En AFACO hacemos contigo.....

ESTIMULACIÓN FÍSICO-COGNITIVA: diariamente activamos las capacidades remanentes, físicas y cognitivas de nuestros enfermos

INFORMACIÓN EN RECURSOS SOCIALES: te ayudamos a buscar el mejor recurso que se pueda adaptar a tu situación personal

ORIENTACIÓN JURÍDICO-LEGAL: asesoramos en caso de incapacitaciones legales y otras cuestiones relacionadas

INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON FAMILIARES: te apoyamos para sobrellevar la carga emocional causada por esta enfermedad.

TERAPIAS FAMILIARES DE GRUPO: conllevamos entre todos la enfermedad que afecta a cada uno

FISIOTERAPIA GRUPAL PARA CUIDADORES: los cuidadores aprendemos a cuidarnos

ASESORAMIENTO EN ADAPTACIONES FUNCIONALES: asesoramos en las más idóneas adaptaciones del entorno para cada enfermo

FORMACIÓN ESPECIALIZADA: aprendemos a velar por nuestra salud y la de nuestro enfermo

TRANSPORTE ADAPTADO: facilitamos la movilidad del enfermo al Centro.

DEDICADO A ELLOS

El libro que adjuntamos en este envío quiere ser un reconocimiento a todas las personas que hoy constituimos AFACO, por su labor y su dedicación en el apoyo y la atención de personas que padecen una demencia.

En Diciembre del pasado año esta Entidad cumplía diez años de existencia desde su constitución y por ello quisimos dejar constancia de ello a través de este pequeño homenaje con la publicación de relatos escritos en su mayoría por familiares de personas afectadas.

Durante estos diez años *hemos conseguido agruparnos y juntos hacer que los problemas lo fuesen un poco menos, hemos*

intentado saber que era eso del Alzheimer y cómo lo debíamos tratar, hemos conseguido que la sociedad se concencie de esta problemática que afecta a miles de personas en nuestra ciudad, hemos querido abrirles los ojos a las Administraciones Públicas para que nos incluyan dentro de sus políticas sociales pero, a pesar de

nos hubiese gustado, ya que a pesar de que son muchas las cosas que se han hecho durante estos diez años, muchas son las que nos quedan por hacer.

Damos las gracias a las personas que han puesto un pedacito de si mismos en este cuaderno y a todos los que compartís vuestras vidas con personas directamente afectadas por la enfermedad.

Pero sobretodo este libro, *Dedicado a ellos* es, como el título indica, un reconocimiento a las personas enfermas, por lo que nos dan y nos enseñan cada día.



ello, no hemos llegado a todos ni hemos conseguido abarcar tanto como