

SEGUIMOS ACTIVOS

SONIA CALLEJÓN FERNÁNDEZ

Fisioterapeuta en la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Matrit-Cantigo.



OBJETIVOS

No se debe olvidar lo importante que es seguir manteniendo una vida activa para los enfermos de Alzheimer, ya que esto les reporta múltiples beneficios. Destacan entre ellos ralentizar el avance del deterioro a través de la actividad, mantener las capacidades funcionales conservadas y facilitar las relaciones interpersonales evitando el aislamiento. Con este fin se llevan a cabo programas de fisioterapia individual y colectiva, centrándonos en este caso en los programas colectivos.

METODOLOGÍA

Planificación de diferentes actividades grupales, fijando los días y la hora de realización, e informando a usuarios y familiares que beneficios nos aporta, para que incluyan este programa en su rutina semanal y así conseguir su adherencia. Para este programa se usan materiales con tamaños, texturas, colores y formas diferentes, como por ejemplo: aros, picas, globos, bolos, pelotas, paracaídas... Y todo se puede acompañar con música.

RESULTADOS

1. Participación activa.
2. Los usuarios refieren un mayor bienestar.
3. Consecución de los objetivos mencionados.
4. Reclaman la realización de más actividades como estas.
5. Sala llena de sonrisas, carcajadas y personas relacionándose entre sí.

CONCLUSIÓN

Con este tipo de programas se lleva a cabo un tratamiento completo y diferente, a la vez que los usuarios lo interpretan como un tiempo de ocio y diversión. Además de mejorar la capacidad respiratoria, prevenir la aparición de rigideces y caídas, fomentar la empatía y promocionar la salud y la autonomía.

Y todo esto se traduce en:

UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA

