



VII Congreso Nacional de Alzheimer

Málaga. 9, 10 y 11 de noviembre de 2017

“Taller de Inteligencia Emocional para personas con Alzheimer, estadios leve-moderado”

ESTHER LOPEZ BAEZA

Psicóloga – Gerontóloga AFA Alicante

Sigo
siendo
yo

Espacio para compartir





INTELIGENCIA EMOCIONAL

(Daniel Goleman)

” **Autoconocimiento emocional.**

Se refiere al **conocimiento de nuestros propios sentimientos y emociones** y cómo nos influyen. Es importante reconocer la manera en que nuestro estado anímico afecta a nuestro comportamiento, cuáles son nuestras capacidades y cuáles son nuestros puntos débiles. Mucha gente se sorprende de lo poco que se conocen a ellos mismos.



INTELIGENCIA EMOCIONAL

“ **Autocontrol emocional.**

El *autocontrol emocional* nos permite reflexionar y dominar nuestros sentimientos o emociones, para no dejarnos llevar por ellos ciegamente. Consiste en saber detectar las dinámicas emocionales, saber cuáles son efímeras y cuáles son duraderas.



INTELIGENCIA EMOCIONAL

“ **Automotivación.**

Enfocar las emociones hacia objetivos y metas nos permite mantener la motivación y establecer nuestra atención en las metas en vez de en los obstáculos. En este factor es imprescindible cierto grado de optimismo e iniciativa, de modo que tenemos que valorar el ser proactivos y actuar con tesón y de forma positiva ante los imprevistos.



INTELIGENCIA EMOCIONAL

“ **Reconocimiento de emociones de los demás (empatía).**

Las relaciones interpersonales se fundamentan en la correcta interpretación de las señales que los demás expresan de forma inconsciente, y que a menudo emiten de forma no verbal. La detección de estas emociones ajenas y sus sentimientos que pueden expresar mediante signos no estrictamente lingüísticos (un gesto, una reacción fisiológica, un tic) **nos puede ayudar a establecer vínculos más estrechos y duraderos con las personas con que nos relacionamos.**

Además, el reconocer las emociones y sentimientos de los demás es el primer paso para comprender e identificarnos con las personas que los expresan. Las personas empáticas son las que, en general, tienen mayores habilidades y competencias relacionadas con la IE.



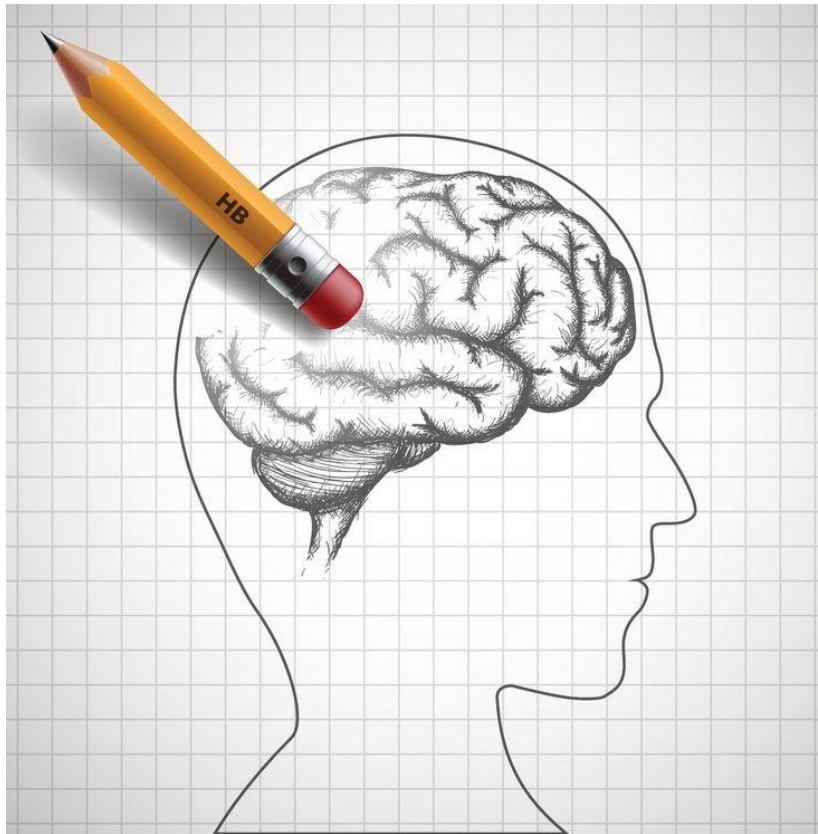
INTELIGENCIA EMOCIONAL

- “ **Relaciones interpersonales (o habilidades sociales).**
Consiste en saber tratar y comunicarse con todas las personas, bien las que nos resultan simpáticas como con las que no tengo afinidad. Y realmente, las personas con la enfermedad deben de seguir relacionándose con personas (familiares, cuidadoras profesionales, enfermeras, médicos, psicólogos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, usuarios-as si acuden a centros o conviven en residencias de mayores).

Sigo
siendo
yo

ALZHEIMER

¿BORRA TODO?



¿EMOCIONES TAMBIEN?





ALZHEIMER

Todos sabemos de lo que hablamos, conocemos la Enfermedad de Alzheimer.

Y pese a los años de experiencia, TODAVÍA ME SORPRENDEN CUANDO INCLUSO EN ESTADIOS MODERADOS- GRAVES ENTIENDEN UNA EMOCION O EMPATIZAN.



Sigo
siendo
yo

EMOCIONES

ENOJO-IRA

AMOR

FELICIDAD

MIEDO

TRISTEZA



JUSTIFICACION- ESTUDIOS PREVIOS

Instituto Ibérico de Psicociencias (IBIP) de la Fundación INTRAS de Zamora, en coordinación con la Usal y el Instituto de Estudios de Ciencias de la Salud de Castilla y León (IECSYL):

- 36 pacientes.
- 6 emociones básicas.
- 20 sesiones de 90 minutos.
- Programa con interfaz de pantalla táctil, fotos y actividades dramáticas.



JUSTIFICACION- ESTUDIOS PREVIOS

“La influencia de la emoción en la memoria como índice para el diagnóstico temprano del Alzheimer”, Gordillo Leon F. et al. Alzheimer, Real Invest Demenc.2011; 48:33-38



JUSTIFICACION- ESTUDIOS PREVIOS

- “ *Laboratorio de Deterioro Cognitivo, HIGA Eva Perón, CONICET, San Martín, Argentina, “Reconocimiento facial de emociones básicas en demencia frontotemporal variante conductual y en enfermedad de Alzheimer”* María Eugenia Taberneró, Wanda Yanina Rubinstein, Florencia Carla Cossini y Daniel Gustavo Politis; publicado por ELSEVIER España.
- “ Objetivo de comprobar cuales son las emociones cuyo reconocimiento se encuentra afectado en cada demencia
- “ 2 grupos: 26 personas demencia frontotemporal y 24 personas con Alzheimer.



JUSTIFICACION- ESTUDIOS PREVIOS

“ TERAPIAS APLICADA A EMOCIONES:

Terapia de Estimulación Emocional de Fundación María Wolf. T2E® es una TNF que aborda de forma exclusiva la vida emocional de las personas. Esto se desprende de una investigación llevada a cabo por el Proyecto Internacional de Terapias No Farmacológicas coordinado por el Dr. Javier Olazarán y Ruben Muñiz, directores de la fundación. En dicho estudio se puso de manifiesto, que aunque algunas terapias tienen beneficios emocionales, en el panorama internacional no se había diseñado ninguna terapia específica para este ámbito.

- 32 EMOCIONES POSTIVAS DIFERENTES.



OBJETIVOS

Objetivo general

- “ Mejorar la inteligencia emocional de las personas enfermas de Alzheimer de los servicios de la Asociación de Alzheimer de Alicante.



Objetivos específicos

- ” Mejorar su calidad de vida, el mayor tiempo posible.
- ” Mejorar la capacidad de reconocimiento de expresiones faciales de los-as usuarios-as.
- ” Reconocer sus propias emociones.
- ” Aumentar la expresión de emociones individuales.
- ” Mantener sus capacidades cognitivas preservadas.
- ” Mejorar su cohesión como grupo.
- ” Mantener o mejorar su estado de ánimo al participar en el programa.
- ” Prevenir alteraciones de conducta.
- ” Propiciar un espacio en el que puedan dialogar de temas que les preocupan.



PRE Y POST TEST

- “ Cuestionario de Calidad de vida: EuroQol-5D.
- “ Escala abreviada de depresión geriátrica, Test de Yesavage.
- “ Mini Mental State Examination, MMSE (Folstein)
- “ Test del Reloj.
- “ Trail Making Test
- “ NPI.



TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL

CRITERIO EXCLUSION
ALTERACIONES DE CONDUCTA

HOMBRES Y MUJERES
ENTRE 58 Y 95 AÑOS

10 SESIONES DE 90 MINUTOS

ESTADIOS
LEVE A MODERADO



SESIONES

DINAMICAS

- Relajación.
- Risoterapia.
- Habilidades sociales.

EMOCIONES

- Material audiovisual.
- Arte- musica.
- Lecturas sobre emociones.

CONCEPTOS

- Familia.
- Empatía.



PROPUESTAS

- “ Ampliar grupos, para sacar conclusiones relevantes.
- “ Realizar un estudio diferenciado teniendo en cuenta la “anosognosia”, como factor determinante a la hora de reconocer sus emociones y las de los demás.

Sigo
siendo
yo



***“LA VIDA NO ES LA QUE UNO VIVIÓ, SINO LA
QUE UNO RECUERDA Y CÓMO LA RECUERDA
PARA CONTARLA”***

GABRIEL GARCIA MARQUEZ