

*Sigo
siendo
yo*

VII Congreso Nacional de Alzheimer
Málaga. 9, 10 y 11 de noviembre de 2017



Programa

DESPERTANDO EMOCIONES





Sigo
siendo
yo

DESPERTANDO EMOCIONES



¿Quiénes somos?





¿Qué queremos compartir?

- 🌱 Por qué un programa sobre emociones
- 🌱 Por qué un programa adaptado
- 🌱 Con quién desarrollamos el programa
- 🌱 Qué buscamos con este programa
- 🌱 Cómo lo hacemos: Recursos, emociones, sesión
- 🌱 Qué hemos observado





¿Por qué un programa sobre emociones?

- ✿ EMOCIÓN: *emotio* “movimiento hacia”
- ✿ Un único cerebro: sistemas interactúan con el organismo
➡ la cognición y el comportamiento.
- ✿ Estructuras cerebrales vinculadas a las emociones, ubicadas en el “sistema límbico” (Paul McLean, 1952)
- ✿ Amígdala:
 - ✿ vía directa: tálamo-amígdala: emociones básicas
 - ✿ Vía indirecta cortical: tálamo-corteza-amígdala: emociones complejas





¿Por qué un programa sobre emociones?

- ✿ Estructuras prefrontales → dispositivo controlador del cerebro emotivo (Zelazo & Müller, 2011)
- ✿ Corteza cerebral → expresión de las emociones, regulación y monitorización de las respuestas emocionales y la experiencia consciente de éstas (sentimientos)

✿ NUESTRAS HIPÓTESIS:

Estimulación emocional → bienestar emocional

→ cambios en procesos corticales





¿Por qué un programa adaptado?

- 🌱 Perfil de usuarios, deterioro leve
- 🌱 Influencia de otros programas de estimulación emocional ya existentes.
- 🌱 Coste 0
- 🌱 Demencia





¿Qué buscamos con este programa?

Perseguimos la vivencia de aquellas emociones positivas que favorecen el bienestar emocional a través de la experiencia de dichas emociones y cambios colaterales en funciones cognitivas superiores.

Objetivos específicos:

- ✱ Mejorar la calidad de vida.
- ✱ Promover el bienestar emocional.
- ✱ Favorecer la atención y la concentración.
- ✱ Potenciar la interacción personal y la cohesión grupal.
- ✱ Estimular el lenguaje verbal.
- ✱ Desarrollar reminiscencias vinculadas a experiencias vitales emocionales.
- ✱ Mejorar la capacidad de identificar, comprender y expresar nuestras emociones.

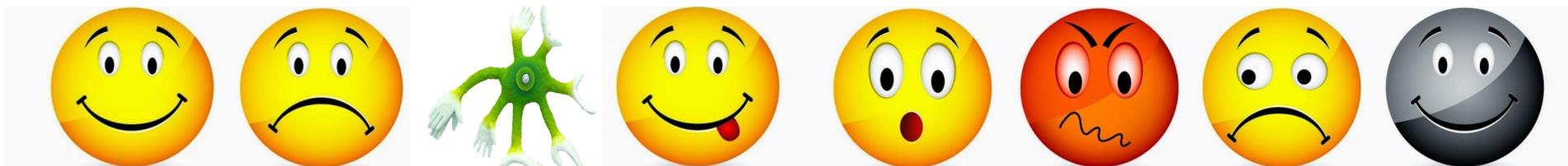




¿Con quién desarrollamos el programa?

- 🌿 Usuari@s del CED Las Cabrerias
- 🌿 Programa de Deterioro Cognitivo Leve (GDS 3-4)
- 🌿 20 personas
- 🌿 7 hombres y 13 mujeres
- 🌿 Edad media: 80 años
- 🌿 Tipo de demencia:

TIPO DE DEMENCIA	Nº usuarios
E.A.	8
VASCULAR	4
PERFIL MIXTO	2
DET. COG. SIN ESPECIFICAR	6
DET. COG SEC. A PAT. PSIQUIATRICA	2





Cómo lo hacemos?

- 🌿 Metodología del CED: talleres/ programas
- 🌿 Terapeuta
- 🌿 14 sesiones: 14 emociones
- 🌿 Orden flexible
- 🌿 1 sesión semanal
- 🌿 30-40 minutos
- 🌿 Grupo de 12 participantes





¿Cómo es una sesión?

- ” Grupo en círculo
- ” Proyección, escucha, lectura...
- ” ¿Qué emoción nos despierta?
- ” Debate grupal.
- ” Definición de la emoción.
- ” Individual: ¿en qué momento de tu vida has sentido esa emoción?, ¿hoy en día qué hace que sientas esa emoción?
- ” Expresión de emociones
- ” Proyección, escucha, lectura...





¿Qué recursos utilizamos?

Nos serviremos de material específico para cada emoción, lo que sea necesario para despertar la emoción trabajada.

- 🌱 Imágenes: fotografías, vídeos, presentaciones ppt., extractos de películas...
- 🌱 Música → emociones
- 🌱 Textos: poemas, relatos, noticias, definición de la emoción...

Es un programa vivo



Sigo
siendo
yo

DESPERTANDO EMOCIONES



Expresión de emociones



Alegría

Sigo
siendo
yo

DESPERTANDO EMOCIONES



Expresión de emociones





Expresión de emociones



Sigo
siendo
yo

DESPERTANDO EMOCIONES



Expresión de emociones



Serenidad

Sigo
siendo
yo

DESPERTANDO EMOCIONES



Expresión de emociones



Sigo
siendo
yo

¿Qué emociones despertamos?

Alegría

Ilusión

Ternura

Orgullo

Admiración

Satisfacción

Gratitud

Asombro

Entusiasmo

Amor

Serenidad

Felicidad

Placer

Alivio





¿Qué hemos observado?

- * Resultados cuantitativos: registro individual de cada sesión
- * Resultados cualitativos observables:
 - * Durante las sesiones:
 - * Mantienen la atención y la concentración
 - * No se observan síntomas de fatiga
 - * Nivel de participación. Iniciativa.
 - * Compartir opiniones personales y experiencias de su hª de vida
 - * Expresiones de emoción frecuentes
 - * Durante la convivencia:
 - * Clima de la casa
 - * Cohesión grupal.
 - * Conversaciones espontáneas y positivas.



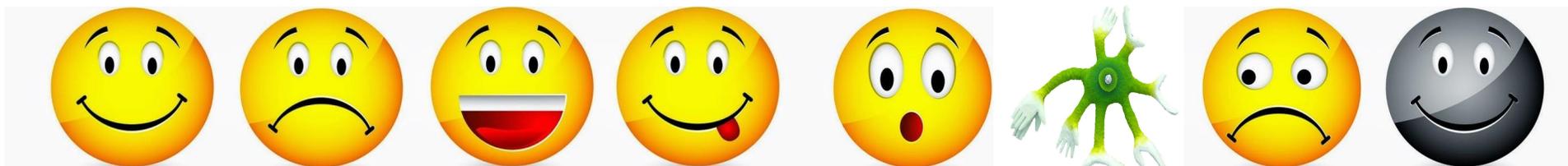


¿Qué hemos observado?

Nuestras hipótesis iniciales se cumplen:

- 🌱 Se aprecia mejoría a nivel emocional en algunos usuarios y en el clima general de la casa
- 🌱 Se observa cierta mejoría en algunos procesos cognitivos

Pero...



Sigo
siendo
yo

DESPERTANDO EMOCIONES





¡Muchas gracias por su atención!

Victoria Hernández Manrique
Nº Col P-00824

