“UNIDOS EN EL CUIDADO” Grupo de Apoyo para Familiares de Personas con Deterioro Cognitivo

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas, Formación.

Descripción

OBJETIVOS GENERALES:

1. Proporcionar un espacio seguro para que los miembros del grupo compartan sus experiencias y sentimientos relacionados con el cuidado de sus seres queridos.

2. Ofrecer apoyo emocional y consejos prácticos para manejar los desafíos del cuidado de personas con deterioro cognitivo.

3. Proporcionar información sobre recursos y servicios disponibles en la comunidad para las personas con deterioro cognitivo y sus cuidadores.

4. Fomentar la educación y el conocimiento sobre el deterioro cognitivo y las estrategias de cuidado efectivas.

5. Ayudar a los miembros del grupo a desarrollar habilidades para manejar el estrés, la ansiedad y la depresión relacionados con el cuidado de personas con deterioro cognitivo.

ACTIVIDADES:

Las actividades en el grupo de ayuda para familiares de personas con deterioro cognitivo es un espacio en el cual los participantes se reúnen regularmente para compartir sus experiencias, obtener apoyo emocional y consejos prácticos relacionados con el cuidado de sus seres queridos.

Durante estas sesiones, se crea un **ambiente seguro y confidencial** donde los miembros pueden expresar sus sentimientos, preocupaciones y desafíos. El grupo proporciona un sentido de comunidad y comprensión mutua, ya que todos están pasando por situaciones similares.

Además de brindar apoyo emocional, estos grupos también ofrecen información valiosa sobre recursos y servicios disponibles en la comunidad para las personas con deterioro cognitivo y sus cuidadores. Esto incluye información sobre programas de cuidado, centros de día, servicios de atención domiciliaria y otros recursos relevantes.

La educación es otro aspecto importante de estas actividades. Los grupos proporcionan conocimientos sobre el deterioro cognitivo, las enfermedades relacionadas, los síntomas comunes y las estrategias efectivas de cuidado. Esto ayuda a los miembros a comprender mejor la situación y a desarrollar habilidades para enfrentar los desafíos del cuidado.

TEMAS A TRATAR:

1. El cuidado diario:
Compartir consejos prácticos y estrategias efectivas para manejar el cuidado diario de personas con deterioro cognitivo, como la alimentación, el aseo personal, la movilidad y la seguridad.

2. Manejo del comportamiento:
Discutir técnicas efectivas para manejar los cambios de comportamiento comunes en personas con deterioro cognitivo, como la agitación, la confusión y la agresividad.

3. Comunicación: Compartir técnicas efectivas para comunicarse con personas con deterioro cognitivo, incluyendo cómo manejar la pérdida de memoria y otros problemas de comunicación.

4. Planificación del cuidado a largo plazo: Discutir opciones y recursos disponibles para el cuidado a largo plazo, como los centros de día, los hogares de ancianos y los servicios de atención domiciliaria.

5. Apoyo emocional: Brindar
apoyo emocional a los miembros del grupo mediante el intercambio de experiencias y sentimientos relacionados con el cuidado de sus seres queridos.

6. Gestión del estrés:
Compartir consejos prácticos para manejar el estrés relacionado con el cuidado de personas con deterioro cognitivo, incluyendo técnicas de relajación y autocuidado.

7. Recursos comunitarios:
Discutir recursos y servicios disponibles en la comunidad para las personas con deterioro cognitivo y sus cuidadores, como grupos de terapia ocupacional, programas de apoyo y servicios públicos.

PROFESIONALES QUE PARTICIPARÁN:

1. Psicóloga: Proporcionará
asesoramiento y apoyo emocional a los miembros del grupo, así como técnicas de manejo del estrés y la ansiedad relacionados con el cuidado de personas con deterioro cognitivo.

2. Trabajadora social:
Ofrecerá información y recursos sobre servicios públicos y programas de apoyo disponibles para personas con deterioro cognitivo y sus cuidadores.

3. Terapeuta ocupacional:
Brindará consejos prácticos sobre cómo adaptar el entorno y las actividades diarias para ayudar a las personas con deterioro cognitivo a mantener su independencia y mejorar su calidad de vida.

FECHAS DE LAS SESIONES:

En principio se celebran los últimos miércoles de mes aunque es preferible consultar previamente por posibles cambios

HORARIO : 10:30H DE LA MAÑANA

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (FAMILIARES DE PERSONAS CON DETERIORO COGNITIVO)

Persona de contacto

ANABEL (+34 649 08 89 85) (afedacc@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

AFEDACC

Fecha de última actualización de la actividad

05/09/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle GUMA 35 50700 CASPE Caspe Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

http://@AFEDACC

Imagen de la Actividad