TU EXPERIENCIA ES MI REFLEJO

Red adscrita Euskadi Aktiboa

Temas

Enfermedades crónicas.

Descripción

Desde AFARABA queremos atender a las necesidades de los familiares en el menor tiempo posible, de esta manera se podrán
prevenir futuras patologías físicas, psicológicas y emocionales y además promover estrategias de calidad de cuidado para ellos mismos y la persona con demencia, ya que esta enfermedad solo se puede entender como un binomio: familia-enfermo. Es por esto que se hayan consolidado, a lo largo de los años, diferentes grupos familiares que brindan el apoyo, la protección, la contención y el acompañamiento que precisan los familiares asistentes durante el proceso de cambio constante que supone cualquier tipo de demencia.

Además, aportan apoyo emocional e información sobre temas de interés por parte del profesional que los facilita (psicólogo clínico), por lo que es un intercambio emocional y de la experiencia individual en un contexto donde puedan expresar sus inquietudes sobre la enfermedad, comentar el impacto personal y en la persona enferma y donde puedan resolver todas sus dudas, dotándoles de herramientas que les permitan manejar adecuadamente la situación y lo que de ella se deriva.

Ofrecer a las familias información, apoyo psicológico y emocional a través del aprendizaje asociado a las experiencias de los miembros del grupo, aportando diferentes estrategias de afrontamiento, por parte del profesional que los facilita, para así poder fomentar la calidad del cuidado y sobre todo la calidad de su propia salud.

Fomentar los formatos grupales a fin de poder llegar a todas las familias en el menor tiempo posible, atendiendo a cada necesidad, teniendo en cuenta cada caso particular.

Reunir a los familiares para que puedan tener un espacio donde poder compartir sus experiencias, sin ser juzgados, reduciendo su aislamiento y fomentando la comunicación entre iguales.

Informar y educar acerca de la enfermedad y sus consecuencias.

Identificar y facilitar la expresión de pensamientos y emociones.

Proporcionar estrategias de afrontamiento que faciliten gestionar de manera óptima su (auto) cuidado.

Evitar que el cuidador se convierta en paciente: prevenir la “fatiga por empatía”.

Favorecer una comunicación eficaz con el enfermo y el entorno sociofamiliar.

Aumentar el control sobre su salud.

Potenciar y reforzar estilos de vida saludables.

Contacto

945246004 - contacto@afaraba.org

Fecha de última actualización del recurso

20/05/2021

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Avenida Budapest 29 01003 VITORIA Vitoria-Gasteiz Araba/Álava Euskadi España

Página web del proyecto

https://www.afaraba.org/
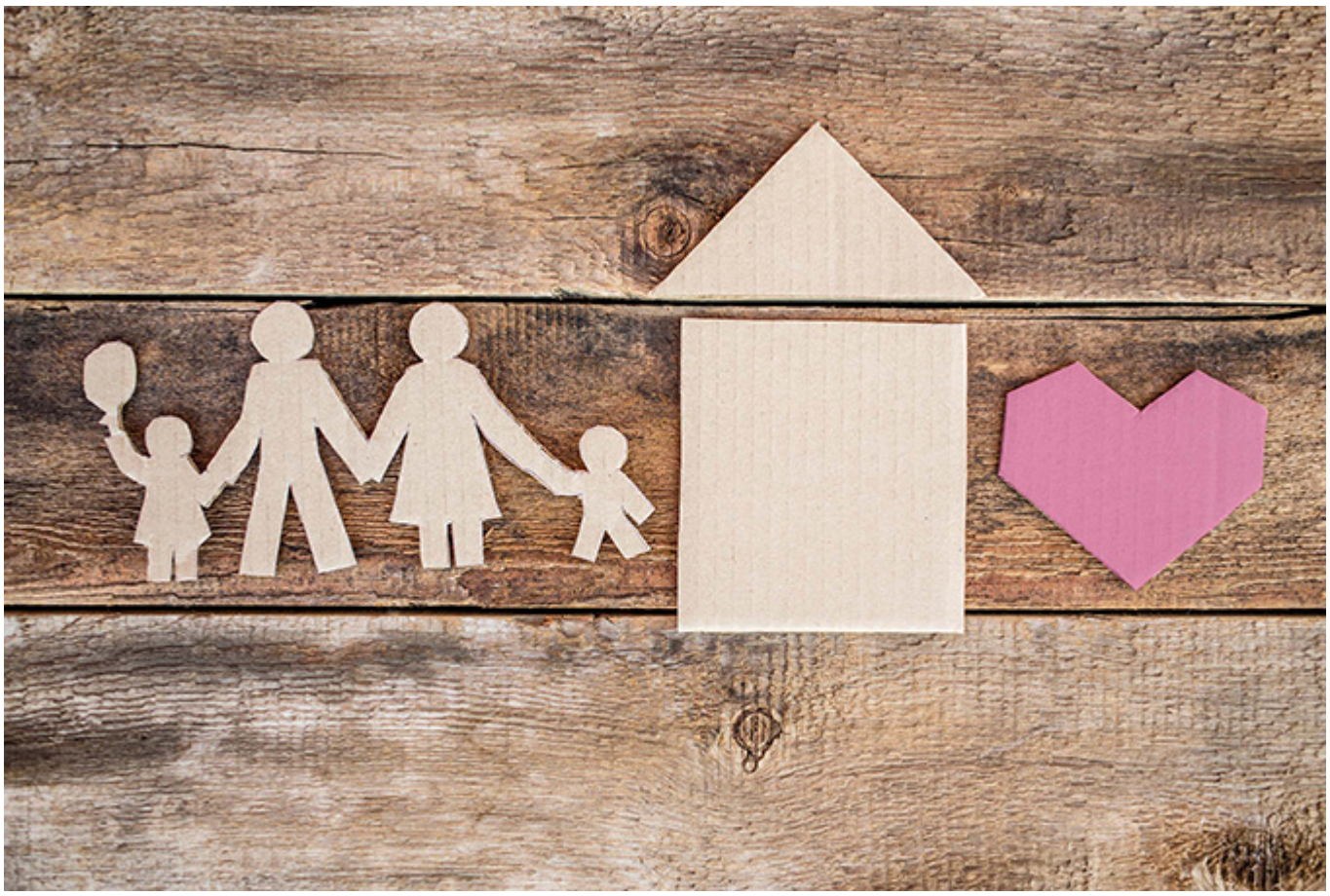
Imagen del Recurso