



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer

Rompiendo fronteras



CONGRESO ALZHEIMER IBIZA 2025

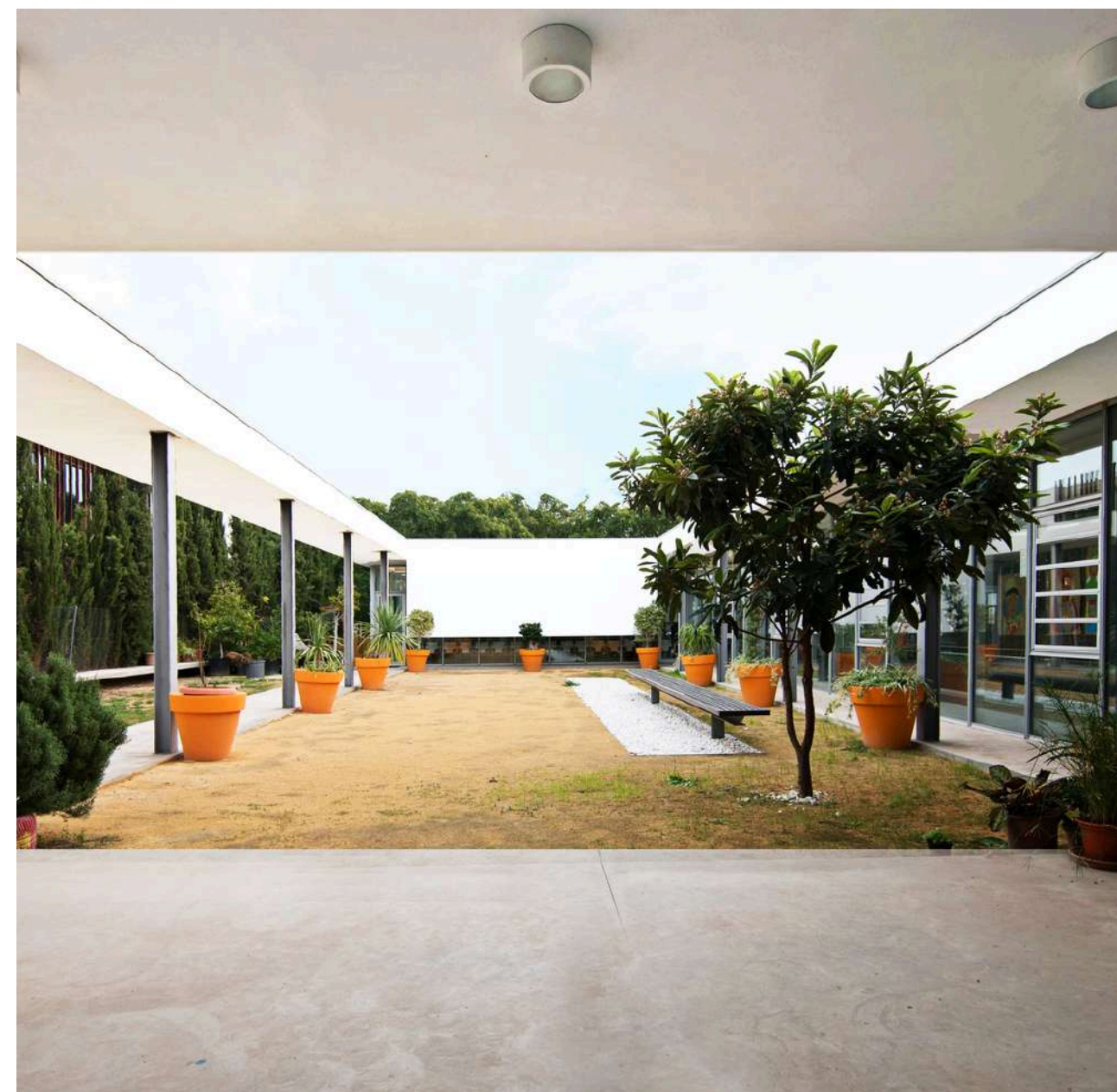
ACOMPañAR CUIDÁNDONOS: PUNTO DE ENCUENTRO FAMILIAR

Ponente:
M^a José Aguilar Pastor
NEUROPSICÓLOGA



INTRODUCCIÓN ¿QUIENES SOMOS?

- Asociación privada sin ánimo de lucro
- Constituida en el año 2000, declarada de utilidad pública desde Julio de 2023
- Compuesta por más de 600 personas asociadas, Junta Directiva, Directora y Equipo profesional (Psicólogas, Fisioterapeutas, TO, Enfermero, TS, TASOCs, Auxiliares de enfermería, personal de recepción y limpieza)
- Se financia a través de subvenciones públicas (Ayto, Diputación, Consellería), entidades privadas y fondos propios (cuotas de socios, servicios de estimulación, lotería, cuestación y donaciones particulares).



OBJETIVOS

General

MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS AFECTADAS POR ALGÚN TIPO DE DEMENCIA Y DE SUS FAMILIAS

Específicos

Personas afectadas

- FAVORECER LA RALENTIZACIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO Y FÍSICO
- DISMINUIR EL AISLAMIENTO SOCIAL
- AMORTIGUAR EL IMPACTO DE LOS SÍNTOMAS CONDUCTUALES

Familias

- INFORMAR Y ASESORAR A LAS FAMILIAS
- AYUDAR A LAS FAMILIAS A DISMINUIR LA SOBRECARGA PSICOLÓGICA Y FÍSICA
- DISMINUIR EL AISLAMIENTO SOCIAL
- OFRECER MOMENTOS DE RESPIRO

SERVICIOS

Personas afectas

VALORACIONES NEUROPSICOLÓGICAS Y FÍSICAS Y SEGUIMIENTOS

TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y FÍSICA (GRUPAL E INDIVIDUAL)

SERVICIO DE ESTIMULACIÓN EN DOMICILIO (SED), FÍSICO Y COGNITIVO.

PELUQUERÍA Y PODOLOGÍA (EN EL CENTRO)

Familias

ATENCIÓN PSICOLÓGICA (INDIVIDUAL Y GRUPAL (GAM)

ATENCIÓN SOCIAL

INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN EN EL ÁMBITO FÍSICO Y DE HIGIENE PERSONAL

CHARLAS FORMATIVAS Y PROYECTOS

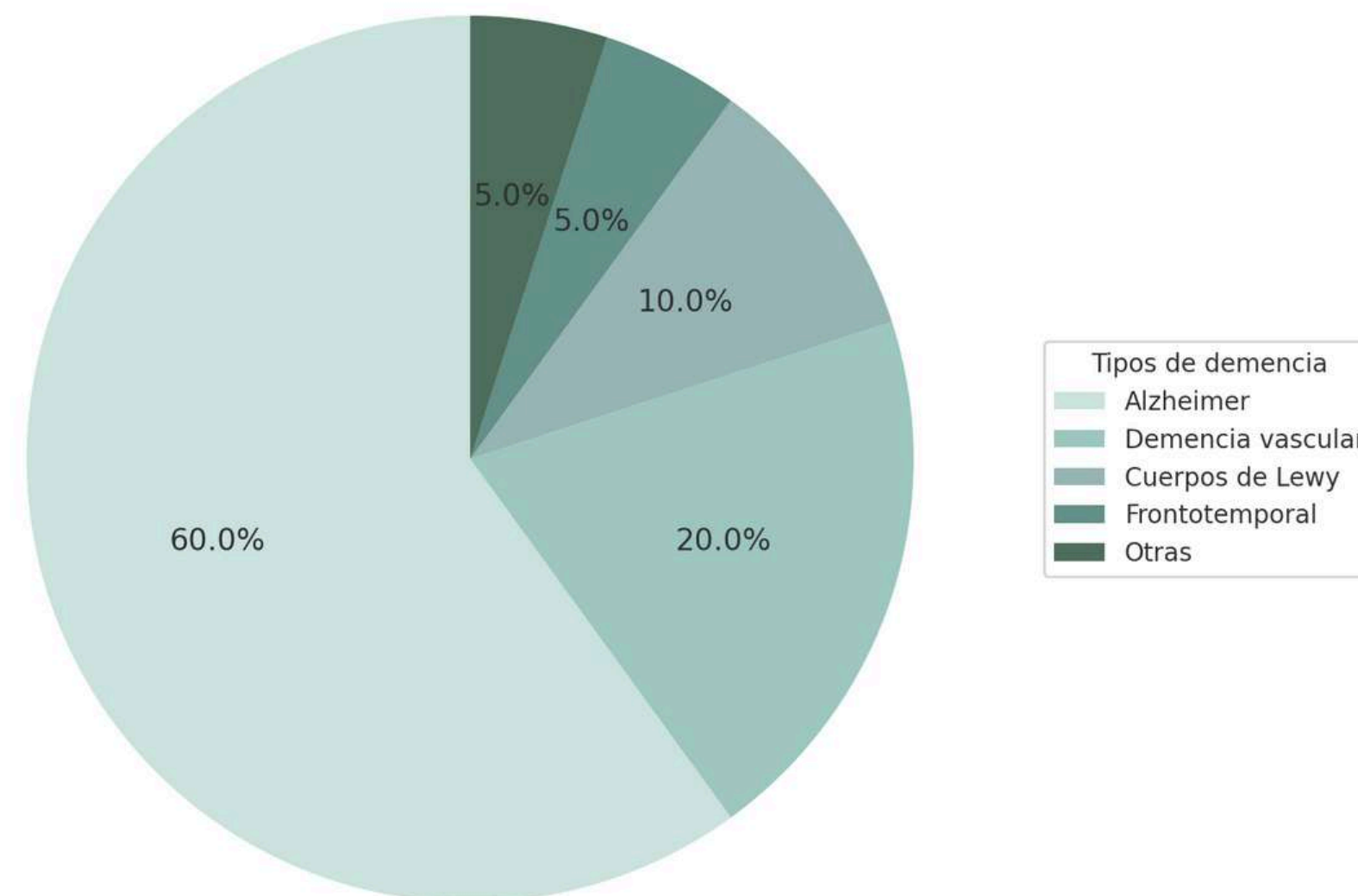
PEF- PUNTO DE ENCUENTRO
FAMILIAR

DEMENCIA



"... término general para referirse a una alteración de la capacidad para recordar, pensar o tomar decisiones, que interfiere en la realización de las actividades de la vida diaria.

Prevalencia distintos tipos de demencia



E. DE ALZHEIMER



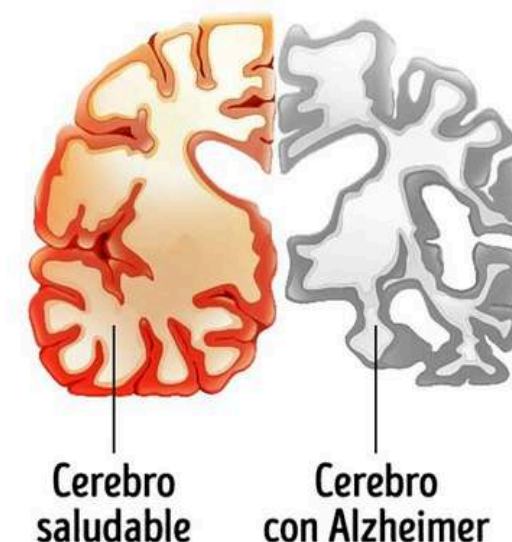
DR. ALOIS
ALZHEIMER

En 1906 describió una nueva enfermedad (pérdida de memoria, desorientación, alucinaciones y finalmente muerte)

En 1907, fue diagnosticada por primera vez en una mujer de 51 años, Augusta D., tras estudios post-mortem.

Se caracteriza por la presencia de placas seniles y ovillos neurofibrilares en el cerebro que impiden el correcto funcionamiento de las neuronas.

La pérdida de neuronas produce disfunción cognitiva física, psicoemocional y funcional.



SÍNDROME DEL CUIDADOR QUEMADO



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer
Rompiendo fronteras

Afectación demencia

- Síntomas conductuales (agitación, apatía, agresividad, deambulación, etc)
- Factores clínicos
- Alta dependencia emocional del cuidador principal, muchas veces, mutua.
- Deterioro cognitivo y físico

DEPENDENCIA

Síndrome de agotamiento

- Revisión sistemática de 2019
- El Síndrome de agotamiento en cuidadores informales afecta negativamente la calidad de vida de los cuidadores
- Presencia de síntomas depresivos y de ansiedad en los cuidadores(Alves, 2019)

CUIDADOR

Intervenciones de apoyo psico-social

- Revisión sistemática de 2025
- Binomio Cuidador-Profesional: Mejores resultados para reducir la carga y mejorar la salud mental del cuidador
- **IMPORTANTE: involucrar a los cuidadores en el diseño de los programas de apoyo (Yuan, 2025)**

RESPIRO

PUNTO DE ENCUENTRO FAMILIAR

2022-25

PEF - PUNTO DE ENCUENTRO FAMILIAR

UN POCO DE HISTORIA

- En 2013 se crea el PEF, con el propósito de proporcionar al las familias un espacio propio, dentro de las instalaciones, donde poder reunirse y realizar actividades de ocio que faciliten el respiro de los cuidadores.
- Ese primer impulso estuvo coordinado por una Educadora Social de la Entidad. Poco a poco los familiares participantes fueron adquiriendo autonomía y autogestión.
- A partir de marzo de 2022 (post pandemia), se retoma la actividad contando con la colaboración participativa de los familiares y proporcionando un nuevo impulso mediante la creación de un equipo colaborativo formado por:



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer
Rompiendo fronteras



PEF

PUNTO DE ENCUENTRO FAMILIAR

OBJETIVO GENERAL

MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS
PERSONAS CUIDADORAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Proporcionar un espacio de respiro para los cuidadores
2. Favorecer las relaciones sociales entre pares
3. Disminuir el malestar provocado por la sobrecarga
4. Mejorar el estado de ánimo



PEF

PUNTO DE ENCUENTRO FAMILIAR

PROPÓSITO: GENERAR SINERGIAS

- Proporcionar espacios en el Centro, en coordinación con el equipo, que les permita momentos de respiro, para compartir experiencias e intereses
- Facilitar la ejecución y puesta en práctica de ideas e intereses relacionados con el ocio, el aprendizaje, la cultura y la salud.
- Promover la creación de redes de apoyo que continuen más allá de las actividades propuestas y que puedan facilitar quedadas entre ellas, fuera de las actividades del PEF.
- Facilitar, dentro de la estructura del PEF, el desarrollo de PROYECTOS (“Campús informático”. “Estudio 11, “Mindfulness” e “Historias que unen”), basados en sus propias demandas e intereses.

METODOLOGÍA

Plan de actuación

Reunión previa/recopilación de información/convocatoria/encuesta de inscripción/realización de la actividad/evaluación

Aplicaciones y programas utilizados

Microsoft Form: elaboración de encuestas (propuesta de actividades y evaluación)
Canva: elaboración de carteles y presentaciones
Excel: gestión de datos y registros
Grupo de Whatsapp: comunicaciones

Cronología

Las actividades se realizan, generalmente, 1 vez al mes, Normalmente los jueves por la mañana
Algunos meses se realizan actividades extras, derivadas de programas específicos realizados dentro del marco del PEF

Naturaleza de los datos

Datos objetivos: número de participantes (mújeres y hombres) y grado de satisfacción con la actividad
Datos subjetivos: opiniones sobre actividades concretas, sugerencias, etc.

PROCEDIMIENTO

REUNIÓN

CONVOCATORIA

REGISTROS

REALIZACIÓN/ EVALUACIÓN

1. SE RECOGE INFORMACIÓN SOBRE PREFERENCIAS DE ACTIVIDADES: mediante encuestas a los participantes (Microsoft Forms/Grupo de Whatsapp)
2. SE LLEVA A CABO LA PLANIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR

1. IMAGEN: Imagen motivadora creada mediante Canva y distribución por el grupo de Whatsapp,
2. TEXTO INFORMATIVO: Mensaje motivador (con emoticonos y lenguaje accesible, adaptado al grupo)
3. Contenido:
 - a. Dónde y Cuándo será
 - b. Coste de la actividad
 - c. Qué se necesita llevar
 - d. Confirmación

1. SE ENVÍA LA ENCUESTA DE INSCRIPCIÓN (Microsoft Forms/Grupo de Whatsapp)
2. SE REGISTRA EN EL EXCEL PARA SU GESTIÓN (Personas inscritas, permisos, colaboraciones, etc, además de las evaluaciones pro-realización tanto de los profesionales como de los participantes)

1. SE REALIZA LA ACTIVIDAD
2. EVALUACIÓN PROFESIONAL Y REGISTROS (participación, aforo, imprevistos, incidencias, etc...)
3. EVALUACIÓN POR LOS PARTICIPANTES (Encuesta Microsoft Forms):
 - a. Te ha gustado (1-5)
 - b. ¿Qué mejorarías?
 - c. ¿Qué actividad te gustaría realizar para el próximo encuentro?

ACTIVIDADES/CRONOGRAMA 2022



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer
Rompiendo fronteras

SESIÓN	ACTIVIDADES	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1	PRIMER ENCUENTRO												
2	TALLER DE ELABORACIÓN DE JABÓN												
3	DESAYUNO EN EL CENTRO DE ELCHE												
4	VISITA HUERTO DEL CURA												
5	HUERTO SAN PLÁCIDO, MUSEO Y TALLER DE PALMA												
6	SESIÓN DE MINDFULNESS												
7	VISITA PARQUE DE TRÁFICO												
8	YOGULATES												
9	EXCURSIÓN TABARCA												
10	CONCIERTO CUENCOS TIBETANOS												
11	VISITA MUSEO DEL CAFÉ												



CALENDARIZACIÓN 2023



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer
Rompiendo fronteras

SESIÓN	ACTIVIDADES	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1	PRESENTACIÓN PEF												
2	CUENCOS TIBETANOS												
3	VISITA GUIADA ELCHE												
4-5	CAFE + ESTUDIO 11												
6	RUTA FARO S POLA												
7-14	C. INFORMÁTICO												
15	CAFÉ + SABIEX												
16	UN TÉ CONTIGO												
17	EXCURSIÓN XIXONA												
18	BIBLIOTECA												
19	EXCURSIÓN BELENES												



ALUMNAS EN PRÁCTICAS DE T.O. 2 SESIONES

TRABAJADOR SOCIAL DE LA ENTIDAD 6 SESIONES



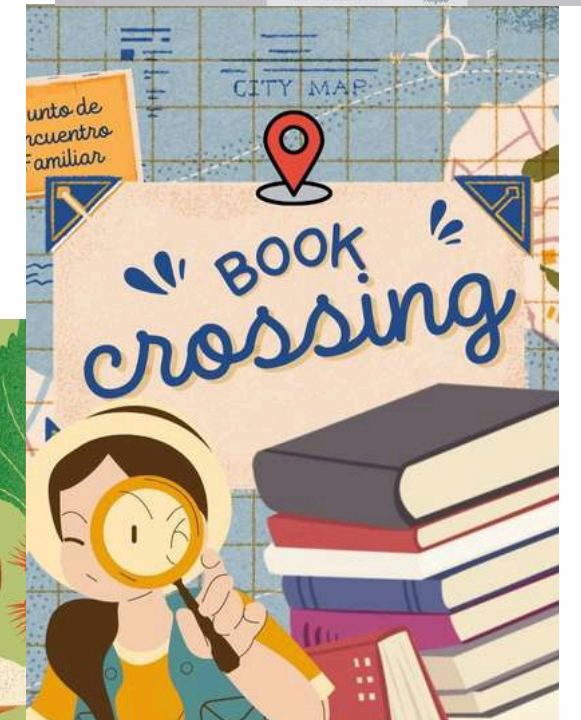
ACTIVIDADES/CRONOGRAMA 2024

SESIÓN	ACTIVIDADES	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1	CONOCE EL PEF - CAFÉ												
2	CUENCOS TIBETANOS												
3-8	ESTUDIO 11												
9	BOOK CROSGING												
10	RUTA AL CLOT DE GALVANY												
11	CINE Y PICAETA (ALJUB)												
12-19	CAMPUS INFORMÁTICO												
20	TALLER NUTRICIÓN												
21-28	PROGRAMA MINDFULNESS												
29	HALLOWEEN (TAZAS)												
30	EXCURSIÓN BELENES												

ALUMNAS DE LA
UMH - TO.
6 SESIONES

T.S. DE LA
ENTIDAD.
8 SESIONES

ALUMNA EN
PRÁCTICAS
PSICOLOGÍA UMH
8 SESIONES

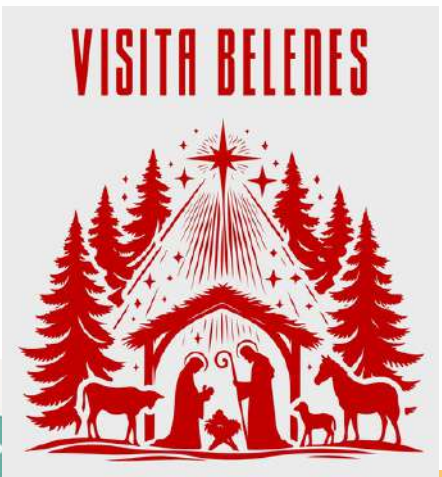


ACTIVIDADES/CRONOGRAMA 2025



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer
Rompiendo fronteras

SESIÓN	ACTIVIDADES	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1	SESIÓN 1 - PEF												
2	BAILE (CENTRO DEPORTIVO)												
3	JARDINERÍA Y CONCURSO DE MONAS												
4-9	"HISTORIAS QUE UNEN"												
10	CONCURSO DE TORTILLAS Y JUEGOS												
11	FABRICA DEL CHOCOLATE												
12	VISITA ALTEA												
13	COMPARTE TU EXPERIENCIA												
14	SPA-AUTOCUIDADO Y AMOR PROPIO												
15	VISITA MUSEO												
16	VISITA BELENES												



CLUB DE LECTURA
"HISTORIAS QUE UNEN"

PENDIENTES DE REALIZAR



REGISTROS SISTEMATIZADOS

- Plantilla de registros de datos:
 - Nombre de la actividad
 - Fecha de realización
 - Profesionales que la coordinan
 - Participantes (H/M)
- Variables de evaluación de la actividad (profesionales):
 - Integración (adecuada/inadecuada)
 - Participación (espontánea/si se pide/no)
 - Nivel de integración (alto/medio/bajo)
 - Emociones expresadas (+/-/0)
- Objetivos planteados/incidencias/propuestas
- Evaluación cuantitativa y cualitativa (participantes)
 - Escala Likert
 - Observaciones

TERAPEUTAS:														
FECHA:		HORA:		P. PARTICIPANTES		ACT		NO ACT						
				0		0		0						
P. PARTICIPANTES		INTEGRACIÓN GRUPAL		PARTICIPACIÓN			NIVEL DE INTEGRACIÓN				EMOCIONES EXPRESADAS			
		SERO	ADECUADA	INADECUADA	ESPONTÁNEA	APETICIÓN	NO PARTICIPA	ALTO	MEDIO	BAJO	INEXISTENTE	POSITIVAS	NEGATIVAS	NO MUESTRA
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														
21														
22														
23														
24														
25														
26														
27														
28														
29														
30														
TOTAL:		•	0	•	0	0	0	•	0	0	0	•	0	0

OBJETIVOS PLANTEADOS:	
INCIDENCIAS:	
ACTIVIDADES A REALIZAR:	

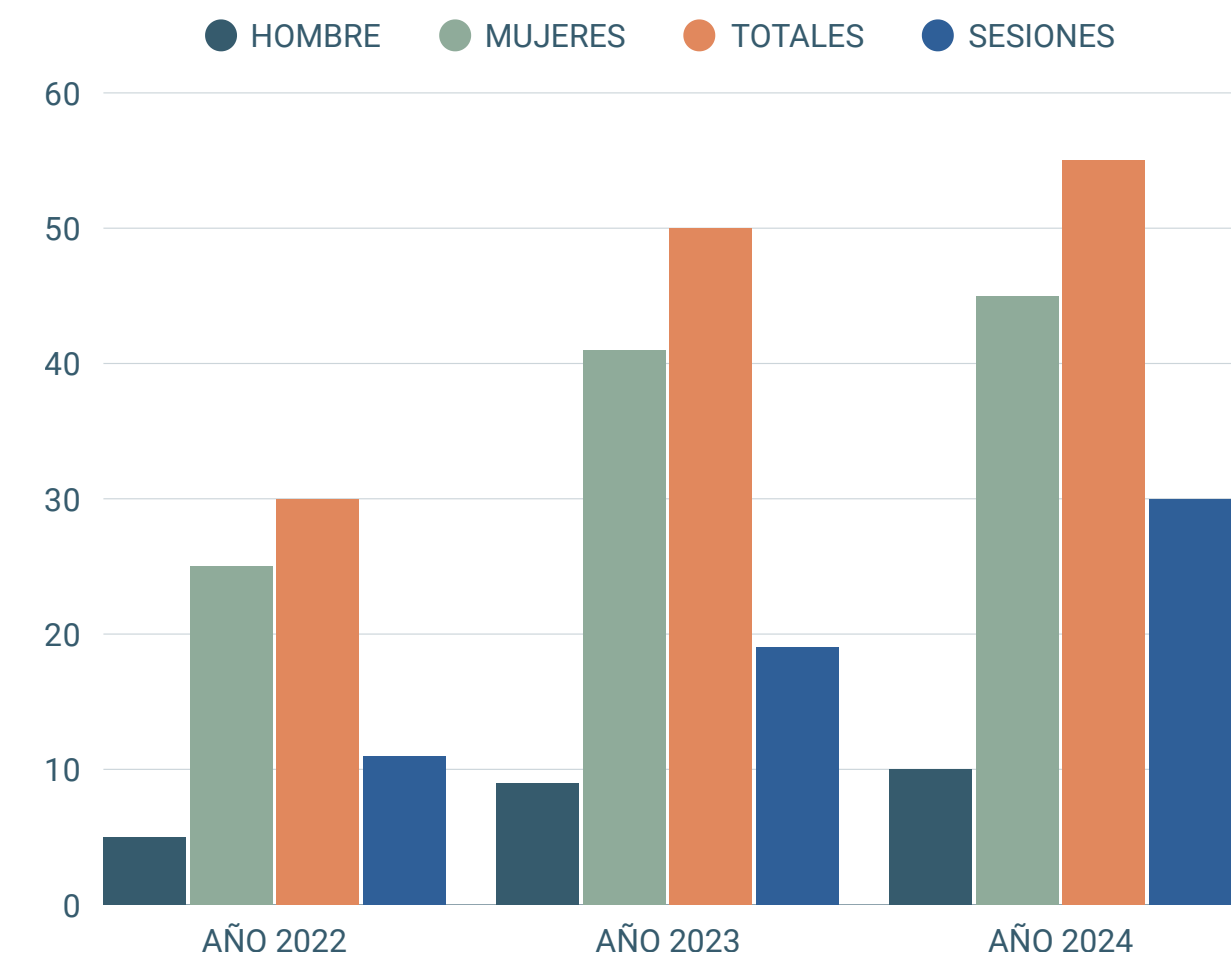
PARTICIPANTES	H	0	M	0	TOTAL:	0
---------------	---	---	---	---	--------	---

EVALUACIÓN OBJETIVA:									
OBSERVACIONES:									

PARTICIPANTES/SESIONES

		2022	2023	2024
SESIONES		11	19	30
PARTICIPANTES	H	5	9	10
	M	25	41	45
	T	30	50	55

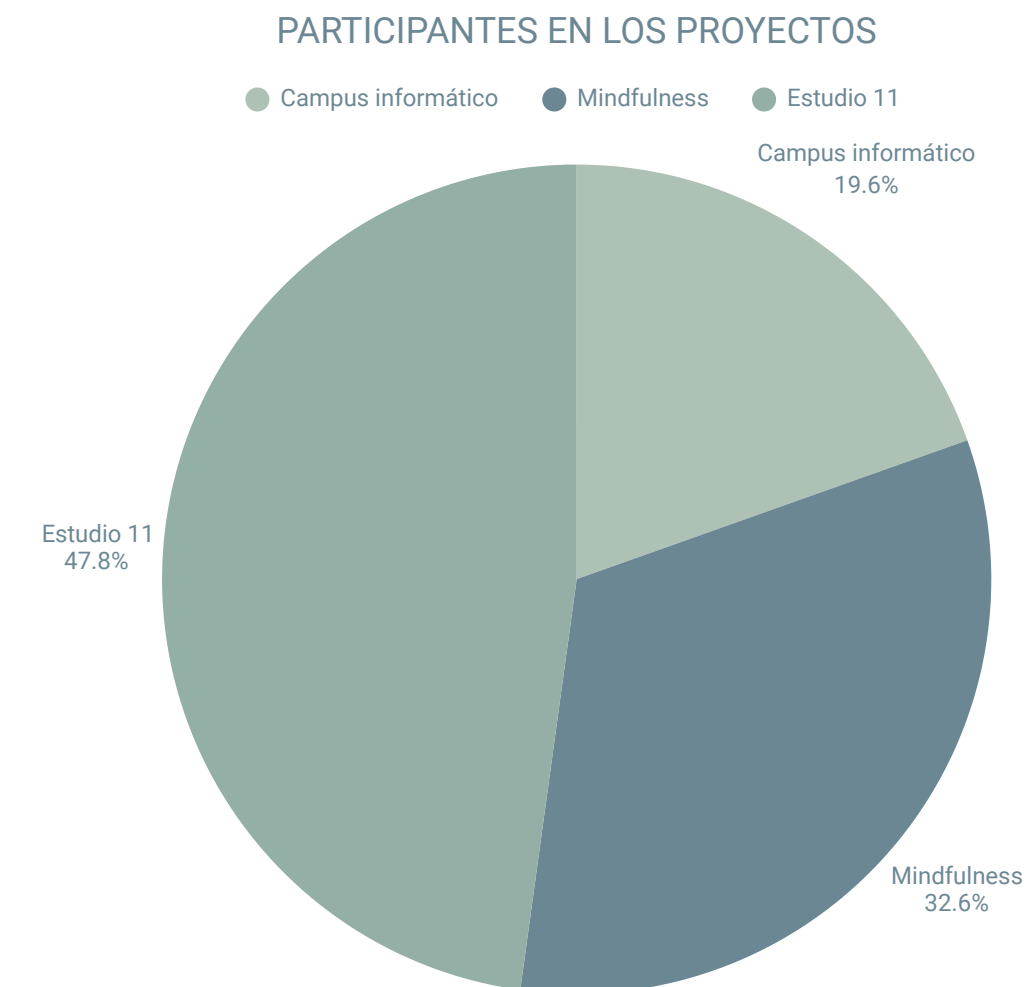
PARTICIPACIÓN H/M. SESIONES



DATOS EXTRAIDOS DE LOS
 REGISTROS ANUALES (EXCEL)

PROYECTOS DENTRO DEL PEF 2024

		CAMPUS INFORMÁTICO	ESTUDIO-11	MINDFULNESS
SESIONES		8	6	8
PARTICIPANTES	H	1	2	0
	M	8	20	15
	T	9	22	15



CLUB DE LECTURA - 2025

TÍTULOS	AUTORES
EL PERFUME	PATRICK SÚSKIND
EL TALENTO DE MR. RIPLEY	PATRICIA HIGHSMITH
LA LADRONA DE LIBROS	MARKUS ZUSAK
EL ABUELO QUE SALTÓ POR LA VENTANA Y SE LARGÓ	JONAS JONASSON
DEJAME QUE TE CUENTE	JORGE BUCAY



EVALUACIONES 2024 - PROFESIONALES

Profesional



N.º DE SESIONES REALIZADAS	30
N.º TOTAL DE ENCUESTAS REALIZADAS	12
N.º TOTAL DE RESPUESTAS EN	135
CUOTA DE PARTICIPACIÓN	71,02273 %
¿QUÉ PROBABILIDADES HAY DE QUE NOS RECOMIENDES A UNA FAMILIAR?	98,75 %
¿CÓMO VALORARÍAS EL DESEMPEÑO DE LOS PROFESIONALES QUE HAN PARTICIPADO?	10 SOBRE 10
DEJAMOS UN ESPACIO PARA QUEJAS/ SUGERENCIAS Y/O AGRADECIMIENTOS	
Como profesionales un 10 como personas incalculable...	
Muchas gracias por cuidarnos y preocuparos por nosotros. Tenemos un gran apoyo	
Yo mucho agradecimiento y sois todos una maravilla OS quiero	
Sois maravillosos...no puedo poner ni una queja	
Estoy encantada de todos vosotros soy geniales	
sois un equipo maravilloso, estoy encantada de conoceros y poder participar	
juntos al resto de compañeras/os , siempre aprendo cosas y me nutris muchísimo	
Agradezco a Mariana Jose y Teresa por este gran curso. Lo han preparado de	
maravilla y si no han podido dar toda la teoría porque al grupo le apetecía hablar	
sobre las actividades... me ha gustado. Como me gusta aprender de los	

CUOTA DE PARTICIPACIÓN EN ENCUESTA			
PARTICIPANTE ENCUESTA: MEDIAS			
ACTIVIDAD 1	15	12	80 %
ACTIVIDAD 2	23	13	56,5217 %
ACTIVIDAD 3	0	0	0 %
ACTIVIDAD 4	8	8	100 %
ACTIVIDAD 5	15	10	66,6667 %
ACTIVIDAD 6	9	9	100 %
ACTIVIDAD 7	25	22	88 %
ACTIVIDAD 8	15	8	53,3333 %
ACTIVIDAD 9	10	7	70 %
ESTUDIO 11	22	22	100 %
MINDFULNESS	15	5	33,3333 %
C.INFORMÁTICA	19	9	47,3684 %
TOTAL	176	125	71,02 %

PARTICIPACIÓN

30 - 55

Nº SESIONES

11 - 30

PARTICIPACIÓN
ENCUESTAS

71.022%

SATISFACCIÓN

98%

EXTRAÍDO DE REGISTROS PROPIOS ANUALES

EVALUACIONES 2024 - PARTICIPANTES

Participantes



“Como profesionales un 10, como personas inculcable”

“Muchas gracias por cuidarnos y preocuparos por nosotros.Tenemos un gran apoyo con vosotros!!!”

“Sois un equipo maravilloso, estoy encantada de conoceros y poder participar junto al resto de compañeras/os. Siempre aprendo cosas y me nutro muchísimo en este periodo tan delicado por el que pasamos, saber que estáis ahí me aporta paz”

ACTIVIDADES

10/10

DESEMPEÑO
PROFERIONAL

10/10

RECOMENDARÍA
FAMILIA/AMIGO

98%

RESULTADOS

El desarrollo de actividades que implican la colaboración activa y participativa de las familias junto con los profesionales implicados en ellas, ha experimentado una evolución positiva desde que se retomó la actividad (2022) hasta la actualidad, como se refleja en los resultados, de lo que podemos inferir que la actividad ha resultado útil para los participantes y los objetivos planteados se han cumplido satisfactoriamente.

AUMENTO DE LAS SESIONES Y DE LA PARTICIPACIÓN

SATISFACCIÓN ALTA TANTO CON LAS ACTIVIDADES COMO CON EL DESARROLLO

PROBABILIDAD MUY ALTA DE RECOMENDAR EL PROGRAMA (PEF)

GRADO DE SATISFACCIÓN ALTO FAMILIARES Y PROFESIONALES

CONCLUSIONES

EL PUNTO DE ENCUENTRO FAMILIAR (PEF), SE PUEDE CONSIDERAR COMO EL VEHÍCULO QUE PERMITE A LOS CUIDADORES ELABORAR Y DESARROLLAR IDEAS QUE PROMUEVEN LA EMPATÍA, EL RESPETO MUTUO, EL ACOMPAÑAMIENTO Y EL AUTOCUIDADO, DEVOLVIENDO EN MUCHOS CASOS EL PROPÓSITO DE VIDA, QUE EN OCASIONES SE PIERDE DEBIDO A LAS CIRCUNSTANCIAS GENERADAS POR LA SITUACIÓN DE CUIDADOS.





ALGUNOS MOMENTOS





BIBLIOGRAFÍA

Artículos de revistas

Alves LCS, Monteiro DQ, Bento SR, Hayashi VD, Pelegriani LNC, Vale FAC. Síndrome de agotamiento en cuidadores informales de adultos mayores con demencia: una revisión sistemática. Neuropsicología de Demencia. 2019 Oct-Dic;13(4):415-421. doi: 10.1590/1980-57642018dn13-040008. PMID: 31844495; PMCID: PMC6907708

Yuan S, Zhang F, Pu L, Lv J, Xie XF, Lin L, Qiu M, Huang L, Jiang W, Zhu J, Wei L. Intervenciones de apoyo social para cuidadores de adultos mayores con demencia: una revisión del alcance. BMJ Abierto. 2025 3 de junio;15(6):e095815. doi: 10.1136/bmjopen-2024-095815. PMID: 40461148; PMCID: PMC12142170.



MUCHAS GRACIAS



C. Meliana, 17, 03203 Elche, Alicante.



965 43 68 41



618 931 340

Noviembre 2025

