



Guía de **RECURSOS SOCIOSANITARIOS**

para personas con Alzheimer y otras demencias y sus familias.



FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES
DE FAMILIARES DE ENFERMOS
DE ALZHEIMER DE **EXTREMADURA**

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Salud y Atención a la Dependencia



ÍNDICE

1. Introducción (pag. 04)
2. Impacto social de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias (pag. 05)
3. Federación de Alzheimer de Extremadura (FAEX) (pag. 06)
4. Red de Asociaciones de Familiares de Extremadura (pag. 08)
5. Primeros pasos tras el diagnóstico (pag. 10)
6. Recursos (pag. 12)

01. INTRODUCCIÓN.

Recibir un diagnóstico de Alzheimer supone un momento de gran impacto para la persona y su entorno. Es habitual que, especialmente al principio, surjan dudas, incertidumbre y muchas preguntas: ¿qué ocurrirá a partir de ahora?, ¿qué recursos existen?, ¿qué trámites debemos realizar?

En Extremadura existe una amplia red de asociaciones de familiares que ofrecen orientación, acompañamiento y servicios especializados dirigidos a las personas con Alzheimer y otras demencias y a quienes las cuidan.

La Federación de Alzheimer de Extremadura (FAEX) y sus 11 asociaciones trabajan desde hace más de 25 años para mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, acompañar y apoyar a sus familias y promover una atención cercana, integral y de calidad.

Esta guía tiene como objetivo acercar los principales recursos del tejido asociativo de Extremadura y facilitar el acceso a ellos, proporcionando información práctica y actualizada sobre los servicios y programas disponibles, junto con los datos de contacto de las asociaciones de familiares.

“ Conocer los recursos disponibles también es una forma de acompañar, cuidar y afrontar el camino con mayor seguridad. ”

02. IMPACTO SOCIAL DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS.

La enfermedad de Alzheimer y otras demencias no afectan únicamente a la persona diagnosticada, sino que su impacto se extiende a las familias, a las personas cuidadoras y al conjunto de la sociedad.

A medida que la enfermedad avanza y disminuye la autonomía de la persona, aumentan las necesidades de apoyo y cuidado, así como la implicación de su entorno. En España, una parte importante de estos cuidados continúa recayendo en las familias, lo que puede generar consecuencias emocionales, físicas, sociales y económicas, especialmente para quienes asumen esta responsabilidad de forma continuada.

Las demencias tienen, además, una importante dimensión social y económica. El envejecimiento de la población y el aumento de la esperanza de vida plantean nuevos retos para los sistemas sanitario y social, y ponen de manifiesto la necesidad de avanzar hacia modelos de atención integrales, coordinados y centrados en las necesidades de las personas con demencia y de quienes las cuidan y acompañan.



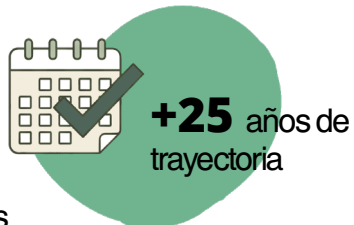
Comprender la dimensión de las demencias nos ayuda a avanzar hacia una sociedad más sensibilizada, inclusiva y comprometida.

03. FEDERACIÓN DE ALZHEIMER DE EXTREMADURA (FAEX)

La Federación de Alzheimer de Extremadura (FAEX) nace en 1999 de la iniciativa de las propias familias, que decidieron unirse para dar una respuesta común a las necesidades derivadas de la enfermedad.

Desde entonces, FAEX trabaja para defender los derechos de las personas con Alzheimer y otras demencias, representar a las asociaciones federadas y promover una atención cercana, especializada y de calidad. Asimismo, impulsa y fortalece el movimiento asociativo, favoreciendo la coordinación y colaboración entre las asociaciones de Extremadura.

A lo largo de estos años, FAEX se ha consolidado como entidad de referencia en Extremadura para la representación, coordinación e impulso de la red asociativa del Alzheimer y otras demencias, trabajando para dar respuesta a las necesidades de las personas afectadas y sus familias.





04. RED DE ASOCIACIONES DE FAMILIARES DE EXTREMADURA

FAEX cuenta con 11 asociaciones federadas, presentes en diferentes localidades y comarcas de Extremadura. Su presencia en el territorio permite conocer de cerca las necesidades de cada entorno, adaptar los servicios y acercar recursos especializados a las personas con Alzheimer y otras demencias y a sus familias.

Para muchas familias, la asociación constituye el primer punto de contacto tras el diagnóstico: un espacio cercano donde recibir orientación, resolver dudas, conocer los recursos disponibles y encontrar apoyo a lo largo del proceso.



Personas con
Alzheimer
y otras demencias



Familias



Personas
cuidadoras



Profesionales de
la salud



Ciudadanía

AFA TIERRA DE BARROS

C/ Luis de Miranda, 3
06200 Almendralejo
924 667 057 | 657 279 202
www.alzheimertierradebarros.es

AFAD RECUERDA EXTREMADURA

Avda. del Pilar, 74
06400 Don Benito
924 803 111 | 627 564 183
www.afads.org

AFAD JEREZ SIERRA SUROESTE

C/ La Oliva, 20
06380 Jerez de los Caballeros
924 145 774 | 699 238 359
www.afadjerezsierrasuroeste.es

AFADE ZAFRA

C/ Juan II, 7
06300 Zafra
697 536 686 | 653 252 359
www.afadealzheimer.es

AFADS NORTE DE CÁCERES

Paraje Valcorchero, Pabellón 12
10600 Plasencia
927 425 239
www.afadsplas.org

AFAEX

Avda. María Auxiliadora, 2
06011 Badajoz
924 229 178 | 636 005 113
www.afaex.org

AFAM

Travesía Luis Álvarez Lencero, 8 y 10 bajo
06800 Mérida
924 235 070 | 646 166 537
www.afamerida.org

AFANGU

C/ Teresa de Calcuta, 1.
Edificio CID Guadiana. Despacho 8.
06470 Guareña
613 249 077

AFEAVA

C/ Magdalena Leroux, s/n
10700 Hervás
927 473 713 | 643 081 331
www.afeava.org

AFENAD

C/ César del Cañizo, 6
06900 Llerena
924 871 499 | 637 819 494
www.afenad.org

ALZHEI-CÁCERES

Casa de Cultura "Rodríguez Moñino" (Avda. Cervantes, s/n)
10005 Cáceres
927 223 757 | 660 699 779
www.alzheiacaceres.com



LOCALIZA LA ASOCIACIÓN DE FAMILIARES MÁS CERCANA

05. PRIMEROS PASOS TRAS EL DIAGNÓSTICO

Tras recibir un diagnóstico de Alzheimer u otra demencia, es importante conocer los recursos y apoyos disponibles y saber dónde acudir para acceder a ellos. Dar estos primeros pasos puede ayudar a conocer las opciones disponibles y planificar con tiempo los apoyos que puedan ser necesarios.

¿POR DÓNDE EMPEZAR?



1. Contacta con la **asociación de Alzheimer** más cercana.



2. Acude a los **Servicios Sociales** de tu municipio.



3. Mantén el seguimiento con el **equipo sanitario**.



4. **Infórmate** y **planifica** con tiempo.

“ Contar con orientación desde el inicio facilita el acceso a los recursos disponibles, permite planificar mejor los cuidados y contribuye a que la persona con Alzheimer u otra demencia y su entorno afronten esta nueva etapa con mayor tranquilidad y apoyo. ”



06. RECURSOS DE LAS ASOCIACIONES DE FAMILIARES

Las asociaciones que forman parte de la Federación de Alzheimer de Extremadura (FAEX) ponen a disposición de las personas con Alzheimer y otras demencias, sus familias y las personas cuidadoras, recursos y servicios especializados, adaptados a sus necesidades y a las diferentes etapas de la enfermedad.

La finalidad de estos servicios es ofrecer una atención integral, orientada a favorecer el bienestar y la calidad de vida de las personas con Alzheimer y otras demencias, así como a proporcionar orientación y apoyo a sus familias y personas cuidadoras.



ATENCIÓN SOCIAL

Ofrece información, orientación y acompañamiento a las personas con Alzheimer y otras demencias, sus familias y personas cuidadoras, facilitando el acceso a los recursos y apoyos disponibles.

- ✓ **Información** sobre recursos y servicios
- ✓ **Orientación** sobre **prestaciones y ayudas**.
- ✓ **Apoyo en la gestión** y tramitación de recursos.
- ✓ **Orientación ante cambios** en las necesidades de la persona y su familia.
- ✓ **Coordinación** con otros servicios y profesionales.



PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

Programas dirigidos a mantener y potenciar las capacidades cognitivas, físicas y funcionales, favoreciendo la autonomía de la persona y su participación en las actividades de la vida diaria.

- ✓ **Estimulación** cognitiva.
- ✓ **Terapia** ocupacional.
- ✓ **Fisioterapia**.
- ✓ **Logopedia**.



PREVENCIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO

Programas orientados a favorecer la salud cognitiva y el mantenimiento de las capacidades, especialmente dirigidos a personas que presentan quejas de memoria o cambios cognitivos leves.

- ✓ Estimular y mantener las **capacidades cognitivas**.
- ✓ Favorecer el mantenimiento de las **capacidades funcionales**.
- ✓ Promover **hábitos de vida saludables**.
- ✓ Potenciar la **participación social** y el **bienestar**.



ATENCIÓN DOMICILIARIA

Dirigido a personas que necesitan apoyo profesional en su propio domicilio, favoreciendo que puedan mantener el mayor tiempo posible su autonomía y bienestar en su entorno habitual.

- ✓ **Valoración inicial** de las necesidades de la persona y su entorno.
- ✓ **Intervenciones terapéuticas** individualizadas.
- ✓ **Estimulación y mantenimiento** de capacidades.
- ✓ Apoyo en las actividades de la **vida diaria**.
- ✓ Actividades para el **mantenimiento** de la **autonomía**.
- ✓ **Seguimiento y orientación** profesional.
- ✓ Orientación y **apoyo a familias** y personas **cuidadoras**.



PROGRAMA DE APOYO A FAMILIAS

Espacio de orientación, apoyo emocional y formación dirigido a familiares y personas cuidadoras. Ofrece información, acompañamiento y herramientas prácticas para comprender la enfermedad, afrontar las situaciones del día a día, prevenir la sobrecarga y mejorar el bienestar tanto de la persona cuidadora como de la persona con demencia.

- ✓ **Atención psicológica** individual y/o grupal.
- ✓ **Formación** a familiares y personas cuidadoras.
- ✓ Grupos de **Ayuda Mutua** (GAM).
- ✓ **Orientación y acompañamiento** durante el proceso de la enfermedad.



BANCO DE RECURSOS

Facilita el acceso temporal a productos de apoyo y ayudas técnicas, favoreciendo la autonomía, la seguridad y el bienestar de las personas con Alzheimer y otras demencias.

- ✓ **Sillas de ruedas** y otros productos de **movilidad**.
- ✓ **Ayudas técnicas** para facilitar las actividades de la vida diaria.
- ✓ **Productos de apoyo adaptados** a las necesidades de cada persona.
- ✓ **Otros recursos** disponibles en función de cada asociación.



FORMACIÓN

Actividades dirigidas a ampliar conocimientos y adquirir herramientas prácticas relacionadas con el Alzheimer y otras demencias, los cuidados y la atención.

- ✓ **Dirigida a** familias y personas cuidadoras, personas voluntarias, profesionales y ciudadanía.
- ✓ **Incluye** convenios con centros de empleo, cursos y talleres, jornadas, sesiones informativas y otras actividades formativas



CENTROS TERAPÉUTICOS

Recurso sociosanitario que ofrecen atención integral, continuada y especializada a personas con Alzheimer y otras demencias, en un entorno adaptado y seguro. Combinan atención terapéutica, cuidados y actividades adaptadas para mantener las capacidades, favorecer la autonomía y promover el bienestar y la participación social.

- ✓ **Intervenciones** terapéuticas
- ✓ Actividades para el **mantenimiento de capacidades y autonomía**.
- ✓ **Ocio, convivencia y participación** social.
- ✓ **Atención y cuidados**.
- ✓ **Seguimiento y atención profesional individualizada**.
- ✓ **Orientación y apoyo** a las familias y personas cuidadoras.



VOLUNTARIADO

Programa que promueve la participación y colaboración de personas voluntarias en las actividades y servicios de las asociaciones, contribuyendo al acompañamiento y bienestar de las personas con Alzheimer y otras demencias, sus familias y personas cuidadoras.

- ✓ **Acompañamiento y apoyo** a personas con Alzheimer y otras demencias.
- ✓ **Participación** en acciones de sensibilización y divulgación.
- ✓ **Colaboración en actividades y programas** de las asociaciones.
- ✓ **Apoyo** en actividades sociales y comunitarias.



SENSIBILIZACIÓN Y PARTICIPACIÓN SOCIAL

Acciones dirigidas a dar visibilidad al Alzheimer y otras demencias, mejorar el conocimiento sobre la enfermedad y contribuir a combatir el estigma, promoviendo una sociedad más informada, inclusiva y comprometida.

- ✓ **Campañas** de sensibilización y divulgación.
- ✓ **Actividades comunitarias y jornadas**.
- ✓ **Acciones** para mejorar el conocimiento y la comprensión de la enfermedad.
- ✓ **Espacios de participación** social y colaboración con la comunidad.

“ La atención se adapta a las características, capacidades y necesidades de cada persona y su entorno familiar ”

¿NECESITAS AYUDA?

Esta guía nace para acompañar a las personas con Alzheimer y otras demencias, a sus familias y a las personas cuidadoras, facilitando información práctica sobre los recursos, servicios y apoyos disponibles. Si tienes dudas, necesitas orientación sobre algún trámite o quieres conocer los recursos y servicios disponibles, puedes ponerte en contacto con la
Federación de Alzheimer de Extremadura.



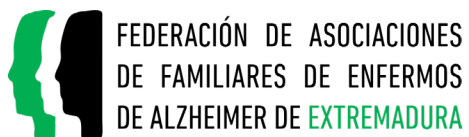
ESTAMOS PARA AYUDARTE



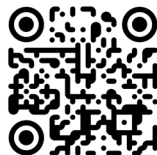
FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES
DE FAMILIARES DE ENFERMOS
DE ALZHEIMER DE **EXTREMADURA**

CONÓCENOS · INFÓRMATE · DÉJANOS ACOMPAÑARTE





CONÓCENOS



www.alzheimerextremadura.org