

• SALUD • APOYO A ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS

# Alzhéimer Teruel inicia un proyecto de archivo de testimonios de cuidadores

Las familias de afectados relatan sus experiencias como terapia

I. M. T.  
Teruel

Recopilar las experiencias de familiares de enfermos de alzhéimer se convierte en una terapia para quienes relatan sus vivencias y sirve también para apoyar a otras personas que se encuentren en la misma situación. Así lo ha entendido la Asociación Alzhéimer Teruel (Adefa) que acaba de poner en marcha el proyecto *Archivo de testimonios*. La psicóloga de esta organización, Soraya Gimeno, presentó ayer la iniciativa en una charla sobre *La investigación social como apoyo al entorno socio sanitario de las personas con Alzheimer u otras demencias*, que se celebró en el centro de día Santa Emerenciana, dentro de la programación conmemorativa del Día Mundial de esta enfermedad.

“La idea es recopilar testimonios y vivencias de familias que conviven día a día con el alzhéimer, que nos cuenten cómo lo han vivido”, explicó Gimeno.

La especialista comentó que la iniciativa tiene un doble objetivo. Por un lado, como apoyo psicológico para quienes participan en ella y por otro da a conocer la realidad de los cuidadores y puede servir como ejemplo para otras personas que se vean en la misma situación.

“La actividad tiene una función terapéutica porque esta enfermedad supone una gran carga psicológica y hablar con el psicólogo puede servir para la liberación de emociones”, argumentó Soraya Gimeno.

Pero, además, las entrevistas se transcriben para que, de manera anónima, estas reflexiones sobre la enfermedad y las formas de afrontarla puedan ayudar a otros cuidadores en situaciones en las que surgen dudas o preocupaciones. De esta forma habrá un documento en papel del archivo y también se conservarán las grabaciones, siempre preservando la identidad de los participantes en la actividad.

“Esta es una enfermedad muy larga y se producen momentos de tensión dentro de las familias por aspectos económicos, por la búsqueda de ayuda externa... la idea es que conociendo cómo actuaran otros afectados se puedan tomar decisiones”, señaló el presidente de la asociación, Amador Marín.

Estas historias de vida se recopilan a través de entrevistas personales de una hora de duración que están semiestructuradas a partir de una serie de preguntas pero siempre flexibles para que cada persona haga su aportación. La psicóloga interroga al cuidador sobre cuáles han sido las áreas de su vida más afectadas, las vivencias que han sido más importantes para él, entre otras cuestiones.



Soraya Gimeno y Amador Marín durante la charla celebrada ayer en el centro de día Santa Emerenciana de Teruel



*Esta enfermedad tiene una gran carga psicológica y hablar libera emociones*

Soraya Gimeno  
Psicóloga de la Alzhéimer Teruel

*Conocer la realidad de los cuidadores puede servir de ejemplo a otras familias*

Amador Marín  
Presidente de la asociación Adefa Teruel



Por el momento ya han participado en el proyecto unas ocho personas, lo que ha permitido validar el cuestionario y terminar de ajustarlo.

Ahora la asociación ha pre-

sentado a la sociedad turolense la iniciativa para que todos aquellos que deseen participar lo puedan hacer, acercándose a esta entidad. Se puede contactar a través del correo electrónico [afeda-teruel@hotmail.es](mailto:afeda-teruel@hotmail.es) o en el teléfono 978 61 14 53.

Amador Marín recordó que este es un proyecto a largo plazo y que poco a poco irá creciendo con las aportaciones de los familiares lo que permitirá también sacar conclusiones y líneas de intervención.

Asimismo, el presidente de Adefa destacó que esta es una iniciativa novedosa porque sí que hay proyectos similares con otras enfermedades como el cáncer pero esta aproximación a los cuidadores de pacientes con alzhéimer no se ha hecho, aunque sí que hay otras acciones de bancos de recuerdos en las que participan los propios enfermos en las primeras fases de esta dolencia que es la enfermedad neurodegenerativa más frecuente y que en Aragón afecta a 36.000 personas en Aragón.

Los actos con motivo del Día Mundial de la Lucha contra el Alzhéimer concluyen en Teruel mañana jueves con una mesa informativa en el Centro Histórico para dar a conocer los recursos y servicios que ofrece Adefa.

• MESA INFORMATIVA •

La asociación sale a la calle para mostrar su labor

La actividad se realizará entre las 10.00 y las 13.30 horas y el objetivo es que los turolenses conozcan la realidad de las personas con alzhéimer y sus familias pero también que aquellos que afectados que aún no se han acercado a la asociación se animen a hacerlo.

El presidente de Alzhéimer Teruel, Amador Marín, también habló de los programas que realiza esta entidad en la charla que se celebró ayer. Adefa quiere potenciar especialmente los recursos destinados a los familiares y cuidadores con proyectos como el de Archivo de testimonios o grupos de ayuda mutua.

EL GRAN Folder  
PRESENTA  
WEEKEND AL COLEGIO 2015

**PRECIOS SIN COMPETENCIA EN MATERIAL ESCOLAR Y LIBROS DE TEXTO**

Tirso de Molina, 3  
Ciudad Escolar (Teruel)  
Tlfn. 978 60 82 59  
[teruel@folder.es](mailto:teruel@folder.es)  
[www.folder.es](http://www.folder.es)

Plan de Formación para el Empleo de Aragón

GOBIERNO DE ARAGÓN

**Cursos gratuitos**

Dirigidos a trabajadores/as, prioritariamente desempleados/as

> Alemán. Gestión Comercial  
Teruel. 210 horas. Comienza en septiembre

Curso con módulo de "Inserción laboral, sensibilización medioambiental y en la igualdad de género".

Los alumnos/as desempleados/as podrán completar su formación a través del Programa de Prácticas gestionado por los Agentes Sociales.

Organizado por: **INAEM**

Información e Inscripciones:  
Avenida Aragón 47 1ºD Teléfono 978 60 30 35, red de Oficinas de Empleo del INAEM o [www.inaem.aragon.es](http://www.inaem.aragon.es)

Pensamos en tu futuro

610 75 88 02

LA ENERGÍA MAS ECONOMICA ES LA QUE NO SE CONSUME

**OBRA NUEVA Y REHABILITACIÓN**

- Sabía que dispone de subvenciones al ahorro energético en aislamientos de fachadas.
- Sabía que dispone de préstamos con interés 0,0%.
- Sabía que REVETERM lleva más de 8 años trabajando en el ahorro energético y en su bien estar.
- Sabe que REVETERM le proporciona el asesoramiento, gestión y realización de su proyecto.
- Fachada ventilada, aislamiento térmico exterior.
- Revestimientos en cementos, acrílicos, cal y monocapa.

**APROVECHE ESTA OPORTUNIDAD, NO DUDE EN CONSULTARNOS**

[www.reveterm.es](http://www.reveterm.es)