

Psicara ofrece servicios de psicología a los cuidadores de personas con demencia

El centro firma un acuerdo de colaboración con la asociación de familiares Alzheimer Teruel

Alicia Royo
Teruel

La Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer u otras demencias de Teruel (Alzheimer Teruel) ha firmado un acuerdo de colaboración con el centro Psicara para que los socios puedan acceder con descuento a servicios de psicología, como atención individualizada, grupos terapéuticos y psicoyoga para las personas cuidadoras y estimulación cognitiva para las personas con demencia.

El presidente de Alzheimer Teruel, Amador Marín, junto al presidente de Psicara, Javier Ibáñez, y la vocal Nuria Latorre dieron a conocer este lunes los detalles de este "hermanamiento" cuyo propósito es facilitar el acceso a la salud mental de las personas afectadas y sus cuidadores.

Psicara prestará sus servicios con descuento a todas las personas asociadas a Alzheimer Teruel. Y en concreto, ofrecerá atención individualizada a familiares y cuidadores de personas con alzhéimer u otras demencias.

También se organizará un grupo terapéutico para familiares concebido como "un espacio cálido en el que sentirse comprendido en el proceso de cuidar a una persona con demencia y adquirir herramientas para una mejor gestión emocional".

Las personas cuidadoras también podrán participar en sesiones de psicoyoga dirigidas al desarrollo del bienestar físico y psicológico mediante la integración de la psicología y el yoga impartido por una profesional.

Por último, las personas diagnosticadas de demencia que se



Amador Marín, Nuria Latorre y Javier Ibáñez, en la presentación del convenio de colaboración entre Alzheimer Teruel y Psicara

encuentren en las primeras fases podrán acceder a sesiones grupales de estimulación cognitiva para incrementar la autonomía personal, mejorar la autoestima y el sentimiento de bienestar emocional.

Todas estas actividades tendrán lugar en la sede de Psicara Psicología ubicada en el número 16 de la calle San Juan. Los interesados pueden informarse en la asociación Alzheimer Teruel ubicada en la calle San Juan Bosco, a través del correo electrónico afedateruel@hotmail.es o llama-

mando al número de teléfono 978611453.

El presidente de Alzheimer Teruel, Amador Marín, destacó la importancia de contar con profesionales formados gracias al Grado de Psicología y al Máster Universitario en Psicología General Sanitaria que se imparte en el Campus. Añadió que a través de este convenio con Psicara Psicología, con el que comparten el objetivo de "mejorar la vida de las personas", "pondrán a disposición de los asociados todos los recursos que pueda aportar para

mejorar la calidad de vida de las personas con alzhéimer u otras demencias y la de sus familiares y cuidadores", que podrán acceder a los servicios con descuento.

"Las familias pasan por situaciones muy complicadas. El alzhéimer es una enfermedad que no se puede curar ni existen tratamientos para retrasar su evolución, pero la psicología puede servir para que las personas puedan convivir con la situación.

El presidente de Psicara, Javier Ibáñez, destacó que su objetivo es estar cerca de la gente que

los necesita y tejer redes con otras entidades que persiguen el mismo objetivo.

Nuria Latorre, por su parte, destacó que los recursos que ofrecen van dirigidos a familiares y cuidadores de personas con demencia "porque son los grandes olvidados". "En un primer momento, no saben a lo que se enfrentan y, con el paso del tiempo, pueden sufrir el síndrome del cuidador quemado. Por eso, es muy importante cuidar el bienestar emocional y físico de la persona que cuida", añadió.

El Banco de Sangre de Aragón necesita donaciones de cara a la Semana Santa

Las extracciones se realizan este martes en Teruel y mañana en Calaceite

Redacción
Teruel

El Banco de Sangre y Tejidos de Aragón ha recordado la importancia de ir a donar ante la llegada del puente festivo de la Semana Santa. Por este motivo, ha organizado una colecta este martes 4 de abril de 17:00 a 21:00 horas en el Hospital Obispo Polanco de Teruel y un día después de 18:00 a 21:30 la unidad móvil estará en

el edificio de la Comarca del Matarraña de Calaceite.

El Banco de Sangre utiliza este año como lema de la campaña *Prográmalo en tu agenda. Estos días los hospitales tampoco descansan*. Y es que el puente de Semana Santa es uno de los que más desplazamientos del año se realizan.

El Banco recuerda que la actividad hospitalaria no solo no se paraliza estos días sino que pue-

de verse afectada por accidentes de tráfico o de montaña. "Es, por tanto, vital aumentar las unidades de componentes sanguíneos en la comunidad autónoma", señalaron.

Condiciones

Las personas de entre 18 y 65 años, que pesen más de 50 kilos y gocen de buena salud, pueden hacer su donación de sangre este martes 4 de abril de 17:00 a 21:00

horas en la zona de consultas externas del hospital turolense sin necesidad de reservar cita previa y sin la necesidad de acudir en ayunas.

Y este miércoles 5 de abril, una unidad móvil permanecerá realizando extracciones de 18:00 a 21:30 horas en el edificio comarcal de Calaceite.

Desde la Hermandad de Donantes de Sangre de Teruel, insistieron en que "estamos en plena

campana de Semana Santa. Habrá muchos desplazamientos y más posibilidad de sangre por urgencias y accidentes".

Desde la entidad también recordaron que es posible donar sangre cada dos meses. Las mujeres pueden hacerlo tres veces al año y los hombres, cuatro. "La sangre es esencial para salvar vidas y para el funcionamiento diario del sistema hospitalario", argumentaron. De ahí que desde el Banco de Sangre y Tejidos se anime a convertir este gesto altruista en un hábito cotidiano, especialmente durante estos días, vísperas de la Semana Santa.

Del mismo modo, la Dirección General de Tráfico (DGT) explicó que cada año más de 50.000 donaciones de sangre en España son destinadas a víctimas de accidentes de tráfico.