



Asociación Provincial de
Pensionistas y Jubilados de La Coruña

U.D.P.

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2017

31/12/2017

Tabla de contenido

Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados. UDP- A Coruña	3
Programas realizados	4
Programas de formación, bienestar y envejecimiento activo	4
Programa Cultural y Social	8
Otras actividades	9
El Complejo Gerontológico La Milagrosa	10
Actividades por Departamentos	11
Departamento de Administración	11
Departamento Médico	11
Departamento de Enfermería	11
Departamento de Psicología	14
Departamento de Fisioterapia	19
Departamento de Terapia Ocupacional	25
Departamento de Logopedia	33
Departamento de Animación Socio-cultural	35
Departamento de Trabajo Social	42
El Veterano	44
Investigación	46
Actividades docentes	47

Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados. UDP- A Coruña

La Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados de A Coruña (UDP Coruña) fue fundada en mayo de 1992. Los estatutos de la Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados (UDP) de A Coruña fueron adaptados por asamblea extraordinaria de fecha 22 de noviembre de 2006 de acuerdo a lo dispuesto en la Ley Orgánica 1/2002 de marzo, reguladora del derecho de asociación y normas concordantes.

En el año 2017, la Junta Directiva estuvo compuesta por los siguientes miembros:

- Presidenta: M^a Luísa Ansorena Hortega
- Vicepresidente: Jesús Grandio Rivas
- Secretario: Margarita Bárcena Pardo
- Tesoreiro: Fernando Wonenburger Macia
- Vocal: M^a Dolores Novo López
- Vocal: Manolita Jares Hervella

Siendo el número de socios de 930.

Es una Asociación solidaria, pluralista, no confesional, e independiente de cualquier otra entidad pública o privada, partidos políticos, centrales sindicales, organizaciones de carácter religioso y demás organizaciones de cualquier índole, pudiendo recabar el apoyo y/o colaboración de los mismos en aras a la mejor defensa de los derechos de las personas mayores y pensionistas, cuyos fines son:

- Representar, defender y promover la mejora de las condiciones de vida del colectivo de las personas mayores y de los pensionistas, ante la sociedad y las instituciones públicas o privadas, especialmente dentro de su ámbito de actuación.
- Informar, difundir, orientar y asesorar a todos los socios acerca de sus derechos como consumidores y usuarios como fin primordial de la Asociación.
- Ser cauce de opinión, representación y participación de los asociados ante las administraciones públicas, privadas y demás agentes sociales.
- Potenciar el principio de solidaridad entre sus asociados y la sociedad, fomentando su desarrollo.
- Coordinar la actuación de todas las personas jurídicas que forman la Asociación, fortaleciendo su actividad y acción reivindicativa y el intercambio de experiencias.

- Promover la sensibilización y mentalización social hacia las Personas mayores y pensionistas como ciudadanos activos y de pleno derecho en la sociedad.
- Promover y proteger el derecho de las personas mayores y pensionistas a la información y educación en otras materias que sean de interés para el colectivo que representa.
- Promover y proteger el derecho a la salud y a la seguridad de las personas mayores y pensionistas.
- Promover y proteger los legítimos intereses económicos y sociales de las personas mayores y pensionistas.
- Promover y proteger los legítimos intereses económicos, sociales, de ocio y tiempo libre, culturales de las personas mayores y pensionistas; especialmente dentro de su ámbito territorial.
- Promover la representación y participación de Asociación en cuantos organismos públicos y privados existan, que directa o indirectamente incidan en el desarrollo de los intereses del colectivo que representa, especialmente dentro de su ámbito de actuación.
- Estimular la creación de Asociaciones de personas mayores y pensionistas, de voluntariado y de cooperación social, propiciando la unidad y solidaridad entre las mismas.
- Fomentar y facilitar la formación, información y asesoramiento de las personas mayores y pensionistas de cara a fomentar la no discriminación del mayor en la sociedad.

Los fines señalados en los estatutos no son excluyentes, sino que se perseguirán todos aquellos relacionados en el carácter de la Asociación.

Además, y de acuerdo a las actividades desarrolladas, en junio de 2015 se solicita en el Registro de Asociaciones de la Xunta de Galicia, la modificación de los estatutos para incluir entre sus fines el referido a *“Promover y desarrollar actividades de I+D+i en el campo de las personas mayores y/o del envejecimiento, generando conocimiento científico y tecnológico transferible a la sociedad”*.

PROGRAMAS REALIZADOS

Programas de formación, bienestar y envejecimiento activo

- Clases de francés, impartidas por profesor nativo, con dos grupos, niveles intermedio y perfeccionamiento, dos días a la semana
- Pintura y manualidades: dos días a la semana de la mano de un profesional con años de experiencia.
- Club de lectura: impartido una vez a la semana
- Taller de memoria, bajo la supervisión de una psicóloga, una vez a la semana.

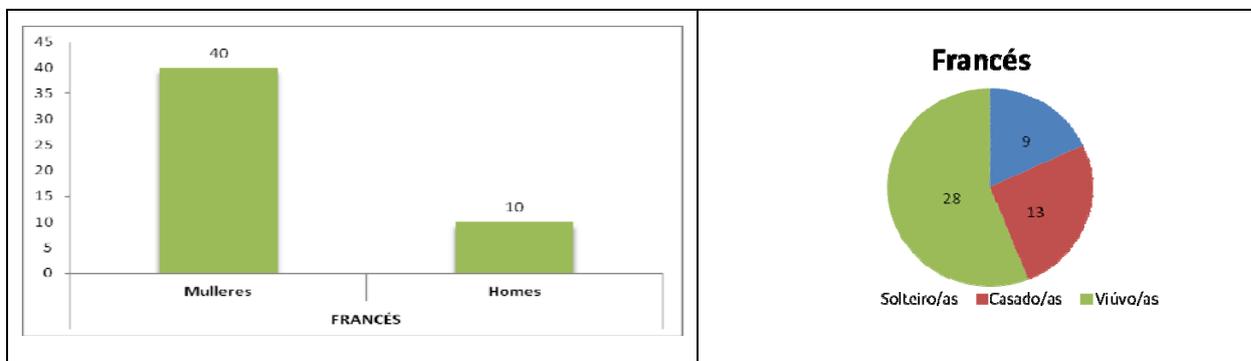
- Clases de informática: Nivel de iniciación y nivel de perfeccionamiento, un día a la semana por nivel.
- Taller de suelo pélvico: una vez por trimestre
- Taller de prevención de caídas: una vez por trimestre

Actividades de difusión

- Hacer folletos, correo electrónico masivo de información general.
- Posters Carteles específicos y dípticos para información específica: ayudas, conferencias ...
- Publicidad de actividades, reuniones o noticias en todos los niveles por radio, prensa y cualquier medio que se considere apropiado.
- Llamadas telefónicas, entrega de correo electrónico,
- Impresión de materiales representativos: hojas y sobres estampados.
- Representación de los mismos en el consejo de administración frente a organismos públicos (Xunta de Galicia, Excma. Diputación Provincial ...) y entidades privadas.

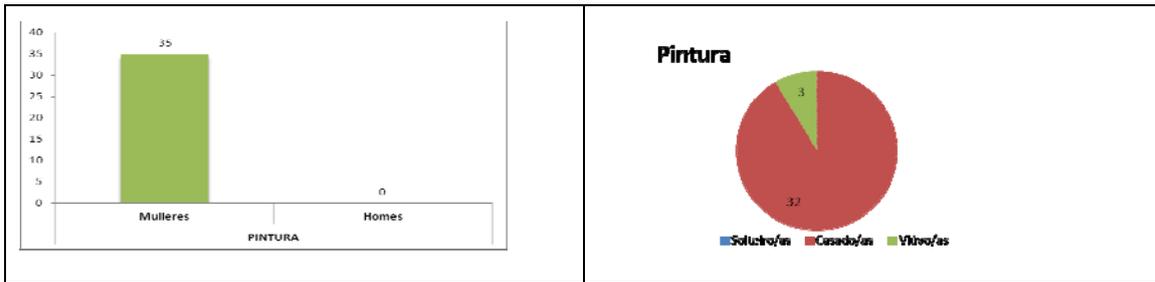
Perfil de la persona usuaria programas formación

Francés



- Porcentaje de seguimiento de la actividad: 98%
- Tasa de abandono de la actividad: 2%

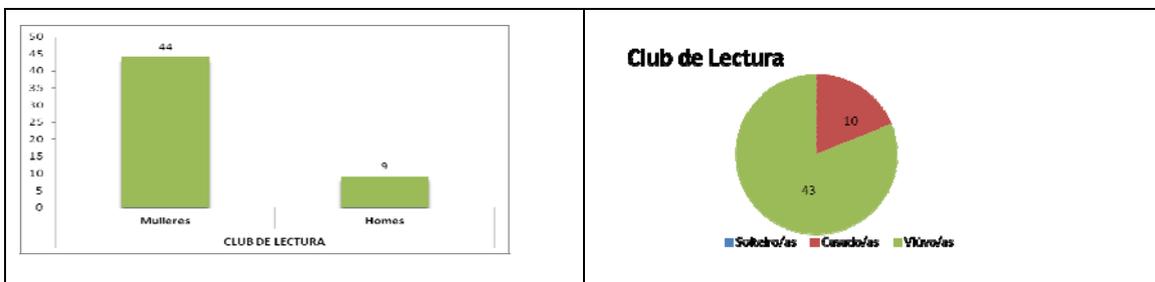
Pintura



— Porcentaje de seguimiento de la actividad: 100%

— Tasa de abandono de la actividad:0%

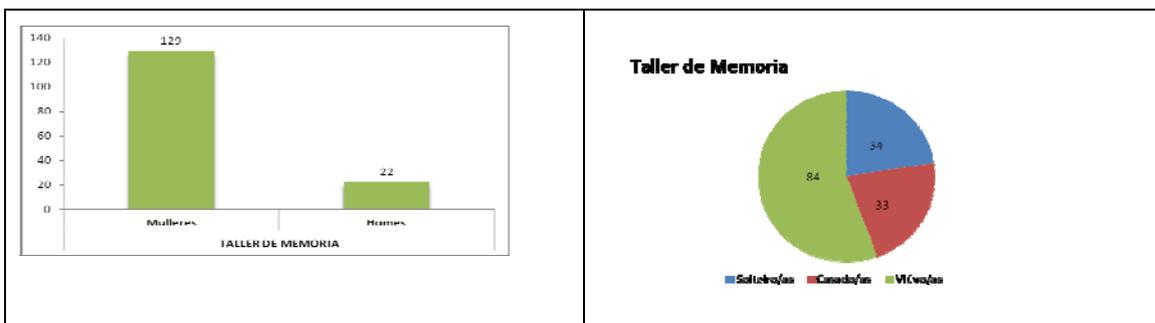
Club de Lectura



— Porcentaje de seguimiento de la actividad: 100%

— Tasa de abandono de la actividad:0%

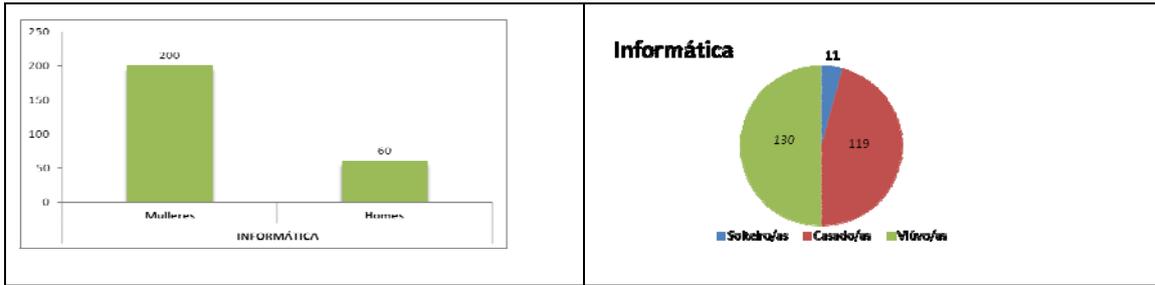
Taller de Memoria



— Porcentaje de seguimiento de la actividad: 62%

— Tasa de abandono de la actividad:38%

Informática

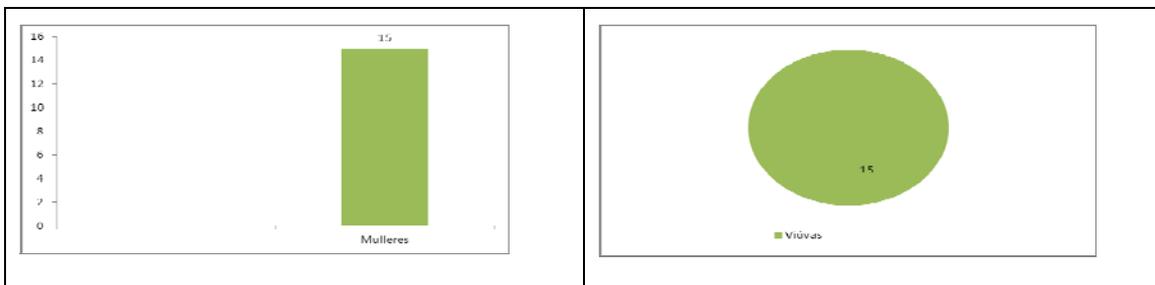


— Porcentaje de seguimiento de la actividad: 77%

— Tasa de abandono de la actividad: 23%

Talleres

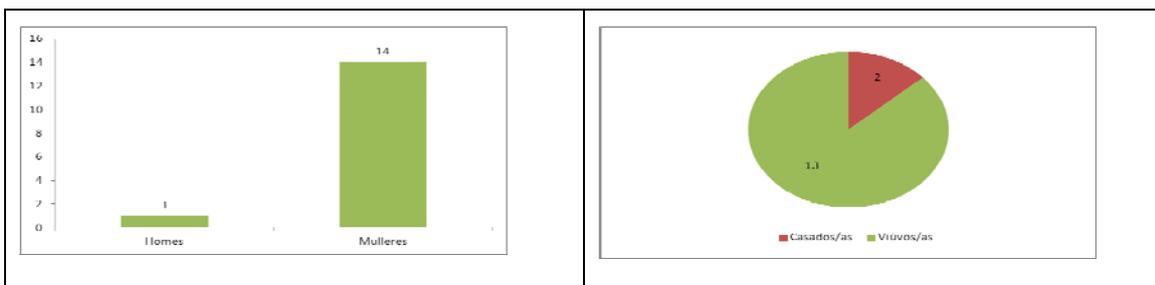
Suelo Pélvico



— Porcentaje de seguimiento de la actividad: 100%

— Tasa de abandono de la actividad: 0%

Prevención de Caídas



— Porcentaje de seguimiento de la actividad: 100%

— Tasa de abandono de la actividad: 0%

Programa Cultural y Social

El objetivo principal de este programa es aumentar la importancia y el impacto de la cultura como factor de desarrollo comunitario. Busca propiciar cambios conceptuales que promuevan sociedades más participativas, justas, equitativas, democráticas, solidarias y tolerantes. Para esto, los objetivos secundarios son:

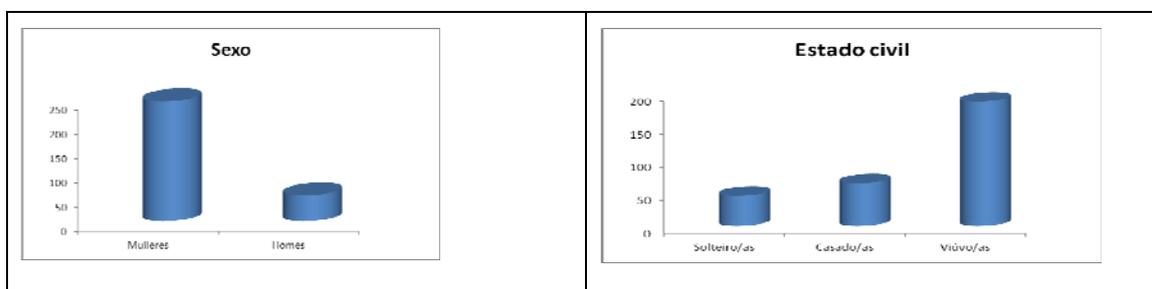
- Promover el desarrollo de cambios conceptuales
- Promover la inclusión de la creatividad, la identidad, la diversidad y el pluralismo cultural como sustantivo en la participación social de las personas mayores.
- Fomentar la cooperación cultural como factor clave para el desarrollo del pueblo gallego.
- Promover la coordinación y la coherencia con otros agentes que permitan la transversalidad de las acciones culturales.

Diversas actividades se han llevado a cabo para conocer desde el punto de vista sociocultural y desde una perspectiva histórica las cuatro provincias de Galicia:

- Caurel
- Vigo-Redondela
- A Coruña: visitas culturales al casco antiguo.
- Viajes culturales
- Portugal
- Malpica-Corme
- La Guardia y el Monte de Santa Tegra

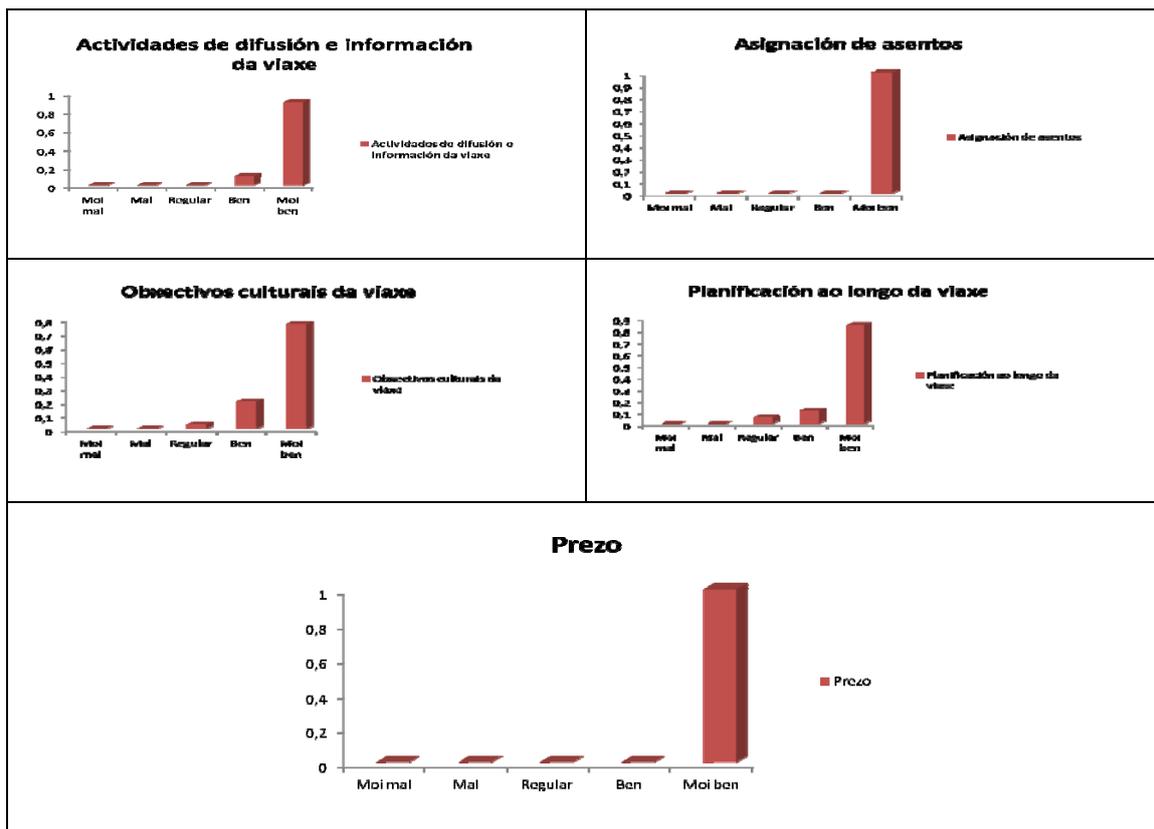
Perfil de la persona usuaria programas culturales

(Valores promedio de todos los viajes realizados en 2017)





Resultados de la encuesta telefónica: satisfacción con los viajes



Otras actividades

- Conferencias versadas en temas de interés para las personas mayores, y solicitadas por ellos. Para la realización de estas conferencias de capacitación, siempre se solicita la colaboración, voluntaria y no remunerada, de profesionales de la materia.
- Día del comandante.
- Visitas a museos y casas regionales.
- Visite empresas del tejido industrial gallego: Bonilla, Estrella Galicia.
- Entrevistas con figuras públicas además de visitas a entidades públicas y privadas con el objetivo de mantener la presencia de los mayores gallegos en la agenda política.

— Coordinación y preparación, participación en actividades en colaboración con UDP Nacional.

EL COMPLEJO GERONTOLÓGICO LA MILAGROSA

A fin de expandir sus actividades y cumplir con sus objetivos, la UDP-A Coruña incorpora en el 2001 la gestión de un centro de día (70 plazas) al que más tarde se incorpora una residencia geriátrica (64 plazas), constituyéndose el denominado como Complejo Gerontológico La Milagrosa (134 plazas).

Cada uno de los recursos realiza las actividades que le son propias y que se van a caracterizar por el perfil del usuario. Básicamente se van a diferenciar por el régimen de estancia de los usuarios, diurna o permanente, dado que el perfil del usuario es de persona con dependencia, bien por un problema físico (aparato locomotor, accidente cerebrovascular, etc.) o psíquico (demencias principalmente), las actividades van dirigidas al mantenimiento y potenciación, en la medida de lo posible, de ambas capacidades asegurando la atención médica y de cuidados de enfermería y auxiliares.

Por tanto, las actividades realizadas vendrán determinadas por las valoraciones realizadas a los usuarios, que serán la base para implementar el programa de intervención personalizado.

La valoración parte del concepto de “**geriátrica integral**”, siendo llevada a cabo por los distintos departamentos del centro:

- **Departamento Médico** encargado de historiar al paciente, diagnosticarlo y hacer seguimiento de su evolución
- **Departamento de Enfermería**, encargado de hacer el diagnóstico de enfermería y aplicar los cuidados necesarios, bien directamente, bien a través del personal auxiliar.
- **Departamento de Psicología**, encargado de realizar la valoración de la función mental (estado cognitivo y afectivo) y aplicar los programas de entrenamiento oportunos
- **Departamento de Terapia Ocupacional** que evalúa la capacidad del sujeto para la realización de las actividades de la vida diaria marcando las pautas para preservar o recuperar su autonomía.
- **Departamento de Fisioterapia**, que hace la valoración física del paciente interviniendo en su rehabilitación de acuerdo a las necesidades detectadas
- **Departamento de Logopedia** encargado de evaluar los problemas referidos a audición y lenguaje, realizando la intervención terapéutica adecuada
- **Departamento de Animación Socio-cultural**, encargado de dinamizar el centro mediante la organización programada de actividades en relación con diferentes eventos (San Juan, San Valentín, Carnavales, Semana Santa, Navidades, Cumpleaños, etc.).

- **Departamento de Trabajo Social**, encargado de realizar la valoración del sujeto y de acuerdo a ello establecer las medidas de apoyo oportunas.

ACTIVIDADES POR DEPARTAMENTOS

Departamento de Administración

- Elaboración de la contabilidad y custodia toda la documentación soporte con utilización de programa contable
- Relación con proveedores (pagos, pedidos, facturación, presupuestos)
- Relación con clientes (facturación y cobros) con utilización de programa de gestión
- Archivo de documentación de personal, realización de contratos, entrevistas de personal y gestión de las nóminas.
- Archivo de documentación referente a hacienda pública y otras administraciones.
- Control de subvenciones, peticiones y justificaciones.

Departamento Médico

La actividad médica a lo largo del año 2017 se diversificó en las siguientes tareas:

- Ingresos:
 - 38 evaluaciones médicas para su ingreso en residencia en régimen de estancias permanentes.
 - 8 evaluaciones médicas para ingreso en residencia en régimen de estancia temporal
- Bajas:
 - Derivaciones al hospital:3 con 2 exitus y un reingreso
 - Exitus: 10 personas.
 - Traslado otras Residencias: 4 personas.
 - Exitus en residencia: 10 personas.
- Sesiones Clínicas: 43.
- 41 residentes evaluados o reevaluados.
- Recepción de alumnos del Practicum del Master de Gerontología de UDC.
- Recepción de alumnos de Universidad Sénior de UDC.
- Participación en proyecto de Investigación y publicaciones del Grupo de Investigación en Gerontología.

Departamento de Enfermería

La actividad de Enfermería a lo largo del año 2017 consistió principalmente en:

- Cuidados diarios, en los que se incluyen aplicación de pomadas, inhaladores, colirios, parches transdérmicos, inyectables y realización de curas según pauta médica.
- Pase de visita diario que se realiza en colaboración con el Departamento Médico.
- Registro diario de las incidencias sucedidas, procesos gripales, caídas, aparición de nuevas heridas, situación de agitación, inestabilidad en la marcha, insomnio, incontinencia, detección de infecciones urinarias, ...
- Realización de cambios de medicación en función de nuevas pautas dadas por el médico.
- Administración, revisión, reposición y petición de medicación en residencia y centro de día.
- Preparación de medicaciones machacadas y bebibles tanto en centro de día como en residencia.
- Renovación de colirios mensual.
- Toma de constantes, se lleva a cabo un registro semanal de tensión arterial, resto de constantes vitales según proceda.
- Registro de peso mensual de todos los residentes y peso semanal de aquellos que lo precisen.
- Extracciones de sangre para control de Sintrom y Analíticas (Privado y/o Público).
- Se atendieron situaciones de urgencia y derivaciones hospitalarias.
 - Ingresos en los que se realiza la cumplimentación de la historia de enfermería, toma de constantes y escalas de valoración geriátrica.
- Se realizaron Informes de Valoración Gerontológica Integral, para usuarios que causaron baja en Residencia o por concesión de plaza pública.
- Programación de citas y petición de ambulancias para traslados.
- Tiempo para hablar/informar a las familias, se atendieron llamadas diariamente.
- Realización de informes de valoraciones semestrales de todos los usuarios tanto de Residencia como de Centro de Día.
- Se realizaron sesiones clínicas semanales.
- Comunicaciones diarias con el departamento de farmacia para tratar las posibles incidencias e informar de nuevas pautas, cambios y modificaciones en los tratamientos de los residentes.
- Realización de los pedidos de material de curas, apósitos para curas húmedas, espesantes, complementos nutricionales y medicación a aquellas familias que no dependen de la farmacia del centro.

- Revisión mensual de la caducidad de la medicación y material del carro de parada.
- Actualización semanal de los cambios en los registros del dossier de auxiliares y de cocina en los que se incluyen información de las dietas, siestas, cambios posturales...
- Valoración del estado de los pies de los residentes por si necesitan ser incluidos en el Servicio de Podología.
- Se realizaron las cumplimentaciones de los casos de GEROCARE de los ingresos y se procedió a la revisión de las modificaciones en los mismos, de todos los residentes, cada dos semanas.
- Campaña de vacunación, tanto en Residencia como en Centro de Día.
- Se realizaron funciones de asignación de pauta, modificación y retirada de medidas de contenciones diurnas y nocturnas de los usuarios de Residencia, en coordinación con el Departamento de Medicina, Trabajo Social y Terapia Ocupacional.
- Se realizaron funciones de asignación de pauta y modificación de uso de absorbentes en coordinación con el departamento de Medicina.
- Coordinación y colaboración en las acciones llevadas a cabo por el personal auxiliar de enfermería, entre las que se incluyen las referidas a:
 - Higiene y aseo personal de los usuarios.
 - Alimentación y nutrición.
 - Reeduación miccional.
 - Control de deposiciones.
 - Movilización y prevención de úlceras por presión.
 - Programa de deambulación.
- Colaboración con el Departamento de Terapia Ocupacional en la pauta, modificación o retirada de:
 - Medidas de contención
 - Medidas de apoyo en el aseo.
- Colaboración con el Departamento de Fisioterapia en la necesidad de pautar, modificar o retirar según proceda:
 - Programa de deambulación.
 - Transferencias en sillón geriátrico.
 - Problemas de movilidad.

- Colaborar con el Departamento de Logopedia para que se valore la necesidad de pautar, modificar o retirar según proceda:

- Cambios de textura en la dieta.
- Pauta de espesante.
- Ubicación en el comedor.
- Revisión de dentaduras postizas.
- Revisión de audífonos.

- Colaborar con tareas de Docencia e Investigación:

- Formando a alumnos/as del Máster en Gerontología de la UDC.
- Colaboración en proyectos de I+D+i como la Sala Snoezelen o Fragiless.

Departamento de Psicología

Actividades relacionadas con los usuarios

Valoración Gerontológica Integral

- Valoración cognitiva, afectiva y conductual de todos los usuarios del complejo (conocer a fondo el estado cognitivo, afectivo y conductual de todos los usuarios del complejo a través de distintas escalas de valoración para realizar una correcta intervención).
- Valoración pre-ingreso de posibles usuarios de centro de día (conocer al usuario antes del ingreso para poder ubicarlo correctamente en el grupo de actividades y dar las pautas de intervención adecuadas al equipo).
- Valoración pre-ingreso de posibles usuarios de residencia (conocer qué trastornos de conducta presenta con el objetivo de ver si cumple los requisitos para ingresar y recopilar datos del usuario para que en el momento del ingreso esté informado todo el personal y así saber cómo proceder con él).
- Realización de informes integrales (proporcionar la información psicológica sobre el usuario a valorar)
- Realización de informes solicitados por otros Departamentos (Trabajo Social/Medicina, para derivar a diferentes Organismos Oficiales y/o Especialistas).
- Revaloraciones y realización de informes trimestrales de usuarios de residencia.
- Realización de informes cuatrimestrales de todos los usuarios del Complejo.
- Sesiones clínicas (estudio de dos casos semanales entre todos los miembros del equipo y establecer una intervención acorde a sus características).

Intervención

A nivel cognitivo:

- Favorecer y activar la orientación espacial y temporal para mantenerla el mayor tiempo posible.
- Mantener la orientación de la persona.
- Activar la memoria personal o autobiográfica.
- Optimizar los niveles de atención y concentración.
- Favorecer las habilidades visuo-constructivas.
- Optimizar los niveles de atención sobre el material visual, auditivo y corporal.
- Optimizar la memoria reciente, mediante la presentación de estímulos verbales y visuales.
- Conservación de praxias ideatorias e ideomotoras.

A nivel afectivo:

- Ofrecer elementos emotivos que favorezcan la permanencia de los recuerdos lejanos.
- Estimular la propia identidad y autoestima: dignificar.
- Mejorar la Calidad de Vida del usuario y de sus familiares/cuidadores.
- Evitar la desconexión del entorno y fortalecer las relaciones sociales
- Minimizar la anhedonía.

A nivel conductual:

- Minimizar el estrés y evitar reacciones psicológicas anómalas.
- Minimización de la apatía.
- Fomentar la tranquilidad para prevenir posibles trastornos de conducta.

Para el cumplimiento de los objetivos anteriores se llevan a cabo distintas actividades:

- Talleres de memoria.
- Programa de psicoestimulación: en el que se trabajan distintas capacidades cognitivas como la atención, percepción, razonamiento, cálculo, lenguaje.
- Orientación a la realidad: para que tenga presente los datos básicos de la realidad en la que vive y reaprender datos sobre sí mismo y sobre su entorno
- Terapia de Remotivación: forma de intervención centrada en las capacidades y el potencial de las personas. Integra características de varias modalidades de intervención terapéutica: primero, orientación de la realidad al hacer preguntas sobre el tiempo y el espacio, así como información sobre sí mismo; segundo, reminiscencia

pidiéndoles que compartan sus experiencias de vida y sus recuerdos; tercero, validación por parte del terapeuta a través de su receptividad, neutralidad e imparcialidad; y finalmente, estimulación sensorial a través de imágenes, música y canciones.

- Grupos de debate para mayores: se crea un espacio en el que los usuarios pueden compartir experiencias y conocimientos, con el objetivo de mantener o mejorar el propio desarrollo personal e impulsar el de los demás miembros del grupo.
- Terapias de estimulación a través de sus capacidades sensoriales (oído, vista, gusto, tacto y olfato).
- Psicomotricidad.
- Tareas de evocación, utilizando ayudas de clave semántica o fonética.
- El reconocimiento numérico y el cálculo
- La percepción visual y el reconocimiento de objetos cotidianos,
- Razonamiento a partir de ejercicios de clasificación de palabras.
- Musicoterapia: uso de la música y/o sus elementos (sonido, ritmo, melodía, armonía) en un proceso creado para facilitar, promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, para así satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.
- Estimulación multisensorial en una sala Snoezelen: se realiza estimulación multisensorial con el objetivo de trabajar las capacidades más básicas: las sensaciones, la percepción y la integración sensorial. Facilita ver, sentir, tocar...para que los usuarios estén expuestos a estímulos controlados: música, luces de colores, aromas, texturas, combinados en un espacio seguro donde la persona explora, descubre y disfruta del mundo de los sentidos y los afectos.
- Terapia de Validación: esta técnica supone aceptar y validar los sentimientos del paciente, reconocer sus pérdidas y las necesidades humanas que se deducen de sus conductas. Lo importante no es ajustar al paciente a nuestra realidad cotidiana, sino ajustarnos nosotros a su realidad emocional.

Funciones relacionadas con los familiares

- Coordinación y desarrollo de programas de apoyo a las familias a través de proyectos de investigación.
- Dar apoyo y consuelo a familiares en momentos críticos.
- Atender posibles quejas y resolverlas.

- Atender peticiones.
- Informar de posibles cambios (cognitivos o conductuales) de los usuarios.
- Estar pendiente de las ausencias de los usuarios (llamar a las familias e informar a los departamentos oportunos).
- Mantener informados a los familiares a cerca de los cambios y actividades que se llevan a cabo en el complejo
- Programa Psicoeducativo grupal dirigido a familiares de los residentes: se diseñó y puso en marcha un **Programa** con el objetivo de mejorar el bienestar emocional del cuidador, así como reducir los niveles de estrés y sobrecarga. A través de las sesiones, se pretende dotarles de habilidades y estrategias de regulación emocional que faciliten el afrontamiento de las situaciones asociadas al cuidado y prevengan el desarrollo de problemas emocionales.

Funciones relacionadas con los trabajadores

- Salud laboral.
- Gabinete psicosocial: atención a los trabajadores del CG.
- Estudio de la sobrecarga de los cuidadores profesionales (síndrome de Burnout).

Otras actividades

- Taller de memoria a miembros de la UDP (con el objetivo de motivar a la persona mayor a mejorar sus facultades mentales mediante la psicoestimulación, transferir los mecanismos activados durante las sesiones del programa a las actividades de la vida cotidiana, mejorar la Calidad de Vida a través de un programa de Intervención, aumentar la autoestima personal a través de la participación y creatividad y fomentar la socialización y evitar la soledad mediante la intervención grupal).
- Colaboración en distintos proyectos de investigación desarrollados por el Grupo de Investigación en Gerontología de la Universidade da Coruña (Fragi-less: valoración y seguimiento de una población de sujetos frágiles institucionalizados: Factores protectores y de riesgo.)
- Tutorización de alumnos en prácticas del Máster en Gerontología para que el alumno conozca el funcionamiento del centro y el papel de cada profesional en el mismo y conseguir que el alumno adquiriera las nociones básicas en todos los ámbitos de este trabajo).
- Tutorización de alumnos del Practicum del Máster en Psicogerontología USC, para que el alumno adquiriera experiencia práctica en la evaluación e intervención psicológica con personas mayores sanas y con patologías edad-dependientes; Experiencia práctica

para trabajar en equipos multidisciplinares en los centros de atención a personas mayores; para que desarrolle habilidades de comunicación interpersonal y de manejo de las emociones adecuadas para una interacción efectiva con las personas mayores, cuidadores y demás profesionales implicados en la atención gerontológica.

- Reuniones de equipo (puesta en común de aspectos a mejorar en el complejo).
- Reuniones de departamento (coordinación del trabajo a realizar).

Actividades coordinación centro de día

Con respecto a terapeutas y terapias:

- Elaboración de horarios.
- Modificación de horarios cuando es necesario.
- Coordinar los días libres o ausencias de terapeutas.
- Coordinación de terapias de centro de día y terapias de residencia.
- Distribución de usuarios en los distintos grupos de intervención.
- Informar de altas y bajas a todos los departamentos del complejo.

Con respecto a auxiliares:

- Elaboración de turnos.
- Elaboración y actualización de protocolos.
- Supervisión de tareas.
- Coordinación de días libres y cambios de turnos.
- Resolver incidencias.
- Informar de altas y bajas de usuarios.
- Informar de recados de familiares.
- Dar la medicación que traen los usuarios a enfermería.
- Cubrir semanalmente los registros de enfermería de cada uno de los usuarios del centro de día y colocarlos en los ficheros correspondientes.
- Actualizar el listado de desayunos en centro de día e informar a cocina.

Con respecto a los familiares:

- Atender posibles quejas y resolverlas.
- Atender peticiones.
- Informar de posibles cambios (cognitivos o conductuales) de los usuarios.

- Estar pendiente de las ausencias de los usuarios (llamar a las familias e informar a los departamentos oportunos).

Departamento de Fisioterapia

Tratamiento individual

La intervención individual se basa en los siguientes puntos:

- Valoración inicial de fisioterapia al ingreso del usuario/ residente.
- Establecimiento de objetivos de tratamiento según el tipo de patología ya sea de tipo agudo como crónico: alteraciones reumáticas como artritis o artrosis, alteraciones físicas en demencias, fracturas agudas de cadera, muñeca, hombro u otras, enfermedad de Parkinson, A.C.V.(Accidente Cerebro Vascular), lesiones del sistema nervioso periférico, lesiones medulares, patologías respiratorias.
- Planificación del tratamiento: estableciendo la prioridad del tratamiento en cuanto al número de sesiones, periodicidad y continuidad.
- Reevaluación periódica y seguimiento de casos, evolución.
- Realización de sesiones clínicas semanales que constan de:
 - o Valoración de usuarios incluidos en sesión clínica semanal, uno o dos usuarios semanales para puesta en común de los profesionales del equipo multidisciplinar.

Terapia grupal

Se realizan de 2 grupos semanales según las necesidades del CG cuyos objetivos son:

- Conservar los rangos articulares.
- Estiramientos y potenciación muscular.
- Trabajar la coordinación y la postura.
- Mejorar la capacidad respiratoria.
- Entrenamiento de patrones motores de las Actividades Básicas de la Vida Diaria.

Actividades:

- Calentamiento inicial muscular y articular (5 min.)
- Flexibilidad y estiramientos activos (5 min.)
- Trabajo de coordinación y lateralidad (5 min.)
- Trabajo respiratorio, reeducación diafragmática (5 min.)
- Trabajo articular y muscular (20 min.)

- Trabajo de psicomotricidad con juegos (5 min.)
- Relajación y vuelta a la calma (5 min.)

A su vez se realizan una serie de programas específicos para los usuarios/ residentes que se describirán a continuación:

Programa para la evaluación del riesgo de caídas y prevención de caídas

Los **objetivos** de este programa son los siguientes:

- Disminuir el número de caídas evitables: se disminuye estableciendo una valoración mensual o reevaluación de estado funcional mensual con valoración de riesgos y test de equilibrio y marcha para minimizar sus efectos y los factores principales que aumentan el número de las mismas. Se hace un registro de caídas (Departamento de Enfermería) y se analizan causas y efectos producidos en las mismas tratando de establecer nuevas pautas y modificar estos riesgos si fuese necesario.
- Elaborar y aplicar planes de intervención individualizados, si fuese necesario.

Las **tareas** principales que se realizan en esta evaluación consisten en primer lugar en la valoración del riesgo caídas de todos los usuarios mediante hojas informativas para auxiliares que se actualizan y revisan durante la semana. Los instrumentos que se usan principalmente son específicamente el Test T.G.U, y las escalas de Tinetti de equilibrio y marcha. Otros, como la escala de Berg, Test de Romberg, etc. se utilizan en algunas ocasiones.

Segundo, en la evaluación de factores de riesgo de caídas ya que a través de la aplicación Resiplus, el Departamento de Enfermería el registra las mismas y el de Fisioterapia se encarga de reevaluar de nuevo el riesgo de caída y los factores de riesgo que pueden influir en las mismas para intentar al menos minimizar los riesgos. Por último, este Departamento desarrolla la tarea de poner en marcha nuevas medidas como la supervisión del correcto uso de las ayudas técnicas para la deambulación y prescripción de las mismas o cambios de pautas en la propia deambulación en consenso con el Departamento de Terapia Ocupacional.

Programa de higiene postural

Objetivos

- Formar al personal asistencial en las normas básicas de higiene postural y aplicación del programa. Estas actividades de formación se realizan in situ cuando se valora o reevalúa a un usuario en habitación, en sala y/o en la realización de la capacidad de transferencia, además también se valora in situ la postura correcta tanto en las salas (sillones, sillas o butacas) como en el programa de deambulación realizado por los auxiliares.

- Crear unas normas generales de aplicación supervisadas por el terapeuta correspondiente.
- Conseguir una postura correcta de todos los usuarios, se supervisa observando cual es la colocación correcta en la sala prestando especial atención a los usuarios que presenten inmovilismo tanto relativo como absoluto: Esta actividad se supervisa por observación directa y en consenso con el departamento de T.O

Tareas

- Valoración y registro en hojas informativas para auxiliares del control postural de todos los usuarios en las salas , realización de ajustes posturales y cambios de silla o sillones geriátricos
- Supervisión de la correcta alineación corporal de los usuarios durante las actividades de terapia y en el centro.
- Formación sobre higiene postural y movilizaciones dirigidas a profesionales del centro.
 - En la realización de actividades de la vida diaria.
 - En la realización de actividades terapéuticas, mejorando su calidad.
- Disponer correctamente los utensilios necesarios para la realización de las actividades.
- Posturografía: evaluación y tratamiento con la plataforma dinamométrica o posturógrafo para valoración del equilibrio dinámico y estático.
 - Valoración inicial de dos casos control.
 - Valoración con escalas específicas de equilibrio y marcha.
 - Establecimiento de objetivos de tratamiento.
 - Planificación del tratamiento.
 - Evaluación y seguimiento del usuario.
 - Recogida y análisis de datos estadísticos.
 - Colaboración con alumnos externos al centro.

Programa de deambulación

Objetivos

- Mantener durante el máximo tiempo posible la capacidad para deambular en aquellas personas que presentan algún tipo de afectación. Las principales patologías relacionadas con la afectación de la marcha son: a nivel cognitivo (demencia vascular, enfermedad de Alzheimer), a nivel psicológico (síndrome post-caída, depresión...), a

nivel neurológico (enfermedad de Parkinson, A.C.V...), a nivel osteoarticular (artrosis, artritis, osteoporosis).

- Mejorar los parámetros de la marcha y el equilibrio.
- Fomentar la independencia funcional.
- Mejorar la interacción con el medio.
- Prevenir las consecuencias derivadas de la inmovilidad y la aparición de síntomas por inmovilismo.

Tareas

- Valoración de los usuarios partidarios de inclusión o exclusión del mismo, y de los que ya están incluidos.
- Asignación de los usuarios al programa mediante hojas informativas para coordinadoras de auxiliares y auxiliares de salas.
- Elaboración de los registros y recambio de los mismos.
- Seguimiento y control del funcionamiento correcto del programa.
- Recogida y supervisión de los datos registrados y archivo de los mismos.

Programa de psicomotricidad

Objetivos

- Reeducación del equilibrio estático y dinámico.
- Reeducación de la marcha.
- Tonificación muscular general.
- Reeducación postural y psicomotriz.
- Reeducación del ritmo a través de la música y de la coordinación y esquema corporal.
- Trabajo de praxias y esquema corporal.

Tareas

- Valoración del equilibrio y la marcha de cada individuo incluido en el programa
- Desarrollo de programa de ejercicios adaptados a las capacidades psicomotrices y funcionales.
- Puesta en marcha del programa con ayuda de un auxiliar.
- Evaluación continuada del mismo.

Programa para grandes dependientes

El programa llevado a cabo con grandes dependientes se basa en un servicio principalmente individual y de cuidado con el que se consigue que las personas muy afectadas y con dependencia, y con una movilidad muy reducida, mejoren su Calidad de Vida gracias a los ejercicios. De lo contrario, cuando no se movilizan, a la larga puede provocarles dolor, una deformidad o un deterioro de las articulaciones realizando también prevención en la aparición de complicaciones por inmovilismo prolongado tales como úlceras por presión y rigidez entre otras.

Objetivos

- Movilización pasiva de ambos hemicuerpos y técnicas de inhibición de la espasticidad/tonificación, en pacientes que han sufrido un ACV entre sus antecedentes.
- Ejercicios activos y de potenciación muscular, en caso de que sea posible.
- Fisioterapia respiratoria en el paciente geriátrico gran dependiente con patología respiratoria.
- Corrección postural en cama durante la sesión y búsqueda de posturas que eviten la retracción y aumento de la espasticidad.

Tareas

- Selección de los usuarios que serán incluidos en el programa, de acuerdo a los criterios establecidos.
- Coordinación con los demás departamentos (auxiliares, trabajadora social y recepción) para el desarrollo del programa.
- Valoración y evaluación continuada del mismo, mediante un cronograma mensual, seguimientos de fisioterapia y valoración de fisioterapia en Resiplus.
- Aplicación de las sesiones de 25 minutos de duración cada una, a razón de 18 por semana, lo que hace un total de 72 sesiones al mes (estas son las sesiones totales planificadas por el departamento, que siempre se verán reducidas debido a las sesiones no completadas por diferentes razones).

Actividades relacionadas con la gestión

Registro de datos en GEROCARE, en consenso con el Departamento de Terapia Ocupacional:

- Elaboración de la tabla de control con los usuarios.
- Asignación de ayudas técnicas para el equilibrio y marcha.
- Asignación de pegatinas en caso de grado de dependencia o independencia funcional.
- Revisión semanal y cambio de pautas, pegatinas, etc.

Elaboración de informes, registros para el Resiplus, mails:

- Informes de alta.
- Informes de baja.
- Informes cuatrimestrales.
- Informes para las familias.
- Recogida, actualización y registro de datos informativos de Resiplus.
- Introducción de datos en escalas.
- Envío de mails a otros departamentos.

Reuniones asistenciales

- Sesiones clínicas.
- Reuniones interdepartamentales.
- Reuniones asistenciales.
- Reuniones de equipo referidas a gestión de recursos.

Revisión de recursos materiales

- Detección de necesidades.
- Elaboración de presupuestos.
- Búsqueda de recursos.

Intervención con familiares y trabajo administrativo

- Reuniones con familiares.
- Llamadas a familiares
- Elaboración de memorias, memorándums, power points y guiones didácticos.
- Elaboración y planificación de agenda y de horarios.
- Visitas guiadas.

Actividades de investigación

- Presentación de ideas para futuros proyectos.
- Colaboración en el proyecto de Telegerontología y en Posturografía.
- Creación de un circuito en primavera-verano out-door.

- Tutorías de alumnos/as del Practicum del Máster en Gerontología de la UDC: supervisión y formación del alumno en la correcta asistencia a las sesiones individuales y actividades grupales de fisioterapia, así como en su movilidad en el centro.
- Otras actividades del departamento: animación, grabaciones de videos tutoriales...etc.

Resumen y conclusiones

La fisioterapia del CG va encaminada de forma general y/o individual a mejorar y/ o mantener las capacidades funcionales activas con un conjunto de técnicas encaminadas a prevenir y tratar lesiones o patologías propias del envejecimiento. El tratamiento de fisioterapia ayuda a reducir el dolor, restaurar la movilidad, mejorar el equilibrio y la confianza y autonomía del anciano. Los programas de psicomotricidad y de gerontogimnasia grupales o individuales ayudan al mantenimiento y mejora de las capacidades físicas y psicosociales de los ancianos, así como previene y/o retrasa su deterioro cognitivo y físico.

La fisioterapia del centro es útil para mejorar el estado físico general y prevenir complicaciones en el mayor frágil ayudando a mantener su independencia durante períodos más largos de tiempo. También ayuda a evitar caídas, algo que es crucial en su esperanza de vida, evitando así un deterioro funcional más rápido. En definitiva: “si nos mantenemos activos nos mantendremos vivos, en movimiento y funcionales”, en un envejecimiento activo y sin deterioro rápido y dependiente.

Departamento de Terapia Ocupacional

Actividades asistenciales

Valoración y realización de informes

- Valoración pre-ingreso del futuro usuario.

En este primer contacto, se lleva a cabo a través de una entrevista con el cuidador o familiar así como con la persona mayor, en caso de acudir al centro, una valoración funcional en la que se tiene en cuenta su capacidad y necesidad de apoyo a la hora de realizar sus actividades cotidianas, así como sus hábitos diarios, además de registrar otros datos referentes a los productos de apoyo que utiliza, su historia de vida personal, así como aquellas actividades que motivaron y motivan a la persona mayor que son imprescindibles para facilitar su proceso de adaptación en el centro.

- Valoración funcional una vez esté integrado en la dinámica del centro.

Una vez integrado en la dinámica del centro, y en un periodo máximo de un mes, se realiza una valoración de seguimiento. Los instrumentos de valoración podremos administrarlos directamente a la persona mayor (si tiene capacidad para ello) o bien a través de la entrevista con cuidador principal o familiar.

Siempre que es posible se realiza la observación directa como metodología complementaria para recoger esta información en los casos en los que los cuidadores o familiares no puedan aportar todos los datos necesarios. De este modo, solicitaremos al mayor que realice las actividades propuestas en cada índice o escala y seremos nosotros mismos quienes completemos las valoraciones.

- Revaloraciones funcionales.

Estas valoraciones nos permiten conocer si la situación funcional de la persona mayor ha permanecido estable o si es necesario ajustar y/o modificar pautas debido a un cambio en su estado de salud, bien por mejora o por precisar un mayor apoyo para desenvolverse en su día a día. Toda esta información se transmite al dpto. de auxiliares así como al resto del equipo que participa en el plan de actuación del mayor.

En caso de existir procesos agudos estas revaloraciones se llevarán a cabo, una vez el Departamento Médico y/o el equipo gerontológico observe que dicho proceso interfiere en su día a día produciéndose un cambio de funcionalidad, con sus consiguientes actualizaciones de pautas.

- Valoraciones e informes para reconocimiento de dependencia.

Tanto en la residencia como en el centro de día, se trabaja conjuntamente con otros departamentos a la hora de realizar el informe necesario para solicitar dicha prestación. Además de realizar el acompañamiento con la persona mayor una vez el personal de dependencia acude al centro y proporcionar la información pertinente tanto a los mayores como a sus familiares en caso de ser necesario.

- Informes de alta de los usuarios.

Cada vez que se produce un alta en nuestro centro se realiza un informe de cortesía para el centro/recurso al que es derivado.

- Informes integrales para los familiares.

Se realizan dichos informes para complementar la información integral desde un punto de vista funcional en el caso de precisar atención/valoración especializada.

- Informes de actividades.

Dos veces al año, se lleva a cabo un informe en donde quedan reflejados los objetivos que nos marcamos en ese plan individual de actuación, así como de las actividades que se han llevado a cabo en su grupo de trabajo. Una vez integrado con el resto de departamentos, dicho informe se envía a las familias.

Intervención desde el área de Terapia Ocupacional

Una vez realizada esta primera valoración, la propuesta de trabajo va dirigida a estimular un nivel adecuado de actividad en función de sus necesidades e intereses promoviendo un adecuado equilibrio ocupacional.

Además de seguir fomentando y estimulando hábitos que ya tiene o si fuera necesario enseñar y entrenar estrategias para conseguir la máxima participación a la hora de realizar sus actividades diarias. Intentando mantener la conexión con el entorno, estimulando su propia identidad así como conservar la comunicación verbal y gestual en aquellos casos que fuera preciso.

Para alcanzar este plan de intervención, se diseñan actividades que resulten significativas, ya que sabemos que los mejores resultados se consiguen cuando el mayor participa activamente en el proceso y disfruta realizando las actividades.

Es por ello, que las actividades que se proponen han de cumplir una serie de requisitos:

- La persona mayor debe ser parte activa y en la medida de lo posible debe participar en la toma de decisiones sobre dicho proceso.
- Han de ser propositivas, siempre dirigidas a la consecución de un objetivo y significativas para ellos.
- Ser lo más funcionales posibles o estar relacionadas con el futuro mantenimiento de las capacidades que permiten que el mayor se desenvuelva por él mismo.

Igual de importante y a tener en cuenta, son otros factores que pueden favorecer o interferir en la participación de la persona en las actividades que vamos a realizar, tales como:

- Que exista un buen clima de trabajo, a través del control de factores como la iluminación, la acústica y la temperatura/ventilación de las salas, podremos disminuir el número de conductas no deseadas en nuestros mayores.
- Que el entorno resulte estimulador y facilitador, eliminando el mayor número de barreras que puedan provocar posibles caídas, a través de una adecuada distribución del mobiliario.
- La propia ubicación de los mayores en el grupo según el tipo de actividad a realizar.
- Así como comprobar que dispongan de sus prótesis visuales y/o auditivas, en el caso de precisarlas para poder realizar una actividad.

A.- Teniendo en cuenta todo lo anteriormente expuesto, a continuación se mencionan algunas de las actividades diseñadas y programadas para realizar en **sesiones grupales**:

- Geronto-gimnasia.

Esta actividad, permite a las personas mayores una oportunidad adaptada y adecuada para el fomento de su actividad física, a través de movilizaciones activas y voluntarias, así como de

ejercicios controlados y programados que les permiten disfrutar de una mayor vitalidad y calidad de vida

- Circuitos o ejercicios de psicomotricidad.

A través del movimiento de la persona, así como de diferentes actividades o ejercicios más lúdicos, se consigue trabajar la posición del propio cuerpo en relación al entorno que le rodea y así estimular conceptos como delante/ detrás, cerca/lejos, arriba/abajo, etc. Además de ayudarles a comprender las nociones de duración, orden, ritmo, periodicidad, etc., que servirán a la persona, para organizar su día a día o planificar una actividad.

Sesiones de baile estarían incluidas dentro de este apartado de psicomotricidad

- Talleres de AIVD.

En fases iniciales es importante mantener capacidades que nos ayudan a controlar y a mantenernos en nuestro entorno. Es por ello, que se refuerzan actividades como pueden ser el manejo del dinero, realizar la lista de la compra, la utilización de medios de transporte o realizar rutas imaginativas para llegar a determinados lugares entre otros.

- Talleres de praxias.

Lo que se pretende es favorecer la producción de actos motores voluntarios, que nos van a ayudar a mantener actividades tan importantes como son el vestido, la higiene personal, la alimentación entre otros, reforzando por ejemplo la utilización de objetos cotidianos.

- Talleres de gnosias.

Las gnosias son alteraciones en el reconocimiento, ya sea por la entrada visual, auditiva, táctil, olfativa o gustativa. A través de las actividades de este taller, pretendemos conservar la capacidad de percibir y reconocer formas, características físicas y el significado de los objetos y en fases más avanzadas, reforzar el reconocimiento de las personas de su entorno y de su propio esquema corporal.

- Lectura activa del periódico.

Este tipo de actividad nos posibilita mantener el contacto con lo que sucede en nuestra sociedad, acercándonos a un mundo cercano y lejano al mismo tiempo. En algunos casos influyen positivamente en el fomento y mantenimiento de la lectura y en otros como punto de debate para poder expresar opiniones y sentimientos a cerca de una temática concreta.

- Laborterapia.

Técnica que nos permite desarrollar su creatividad e imaginación; así según la época del año, podemos desarrollar actividades, elaborando bufandas, bolsos, gorros, carteras, realizados a calceta o ganchillo entre otras técnicas o construir maquetas con diferentes materiales.

- Utilización y disfrute del huerto.

Desde que disponemos de un jardín adaptado con macetas diseñadas para trabajar de la manera más segura y accesible, se utiliza la horticultura como una herramienta terapéutica más a tener en cuenta por este departamento.

Actividad con un gran éxito de participación, en la que se colabora desde la elección de qué productos son los que se van a cosechar, qué momento es el más adecuado para recolectarlos y la manera de conservarlos. Una vez recolectados, son utilizados en nuestra cocina y degustados posteriormente por los mayores.

En otras ocasiones son utilizados como material para trabajar en otras terapias (reconocimientos de los productos, percepción olfativa, gustativa, táctil...)

Es importante comentar que gracias a las instalaciones exteriores de las que disponemos y de los diferentes elementos que lo forman, muchas de estas actividades se han podido realizar en un ambiente estimulador en sí como son nuestros jardines gerontológicos. Espacios abiertos diseñados y basados en la filosofía Snoezelen, con multitud de estímulos sonoros, visuales y táctiles que facilitan una mayor interacción del mayor con el entorno que los rodea y fomentar más si cabe, las relaciones sociales entre los compañeros a la vez que proporcionan espacios de intimidad para poder relacionarse también con sus familiares.

B.- La intervención de forma individualizada, se ha realizado a través de **Técnicas no Farmacológicas** como:

La estimulación multisensorial (EMS): Actividad que va dirigida a aquellas personas que por el estado de deterioro en que se encuentran, las terapias más tradicionales no se adecuan a su nivel, sin producir los resultados esperados.

Este tipo de EMS, se lleva a cabo en unas salas que reciben el nombre de Salas Snoezelen, que nos permiten realizar una atención más personalizada hacia el mayor con un enfoque no directivo por parte del terapeuta y en donde se estimulan los sentidos primarios sin la necesidad de actividad intelectual y/o física, adecuada para personas,

Entrenamiento Cognitivo mediante Nuevas Tecnologías: Telegerontología® es un recurso de apoyo gerontológico que incluye diferentes funcionalidades (contenidos estáticos, vídeos con terapias físicas y cognitivas, sistema de videoconferencia con profesionales, etc.) entre las que se encuentra un sistema de estimulación cognitiva a través de una aplicación propia llamada Telecognitio. A través de este sistema se evalúan y se entrenan diferentes áreas cognitivas como la memoria, la atención, la concentración, etc. mediante diferentes tipos de actividades.

Todas estas actividades tanto las desarrolladas de forma individual como en sesiones grupales, se han diseñado y llevado a cabo, teniendo en cuenta las características funcionales, gustos y preferencias de nuestros mayores, formando parte de los siguientes programas:

Programa de Actividades de la Vida Diaria (AVD)

En este programa se llevan a cabo las actuaciones necesarias para planificar, orientar, supervisar y entrenar en la ejecución de las diferentes Actividades Básicas de la Vida Diaria.

Programa de Productos de Apoyo (PA)

Se realiza una valoración, prescripción y entrenamiento de posibles PA que sean necesarios, bien sea de forma puntual o permanente. Información y asesoramiento de las mismas a las familias.

Programa de Higiene Postural y Ergonomía

Se pretende fomentar que cada mayor disponga del mobiliario que más se adecúe a sus características personales y actuales, favoreciendo así una mejor postura corporal y un mejor desempeño de sus actividades cotidianas.

Programa de adaptación del entorno:

Trabajamos para crear entornos flexibles, facilitadores y proveedores de apoyos.

Realización de registros y otras colaboraciones

Semanalmente, se valoran y actualizan ciertas pautas que quedan registradas (GEROCARE y sistemas de tríos) y recogidas en los protocolos que posteriormente son transmitidos al resto de departamentos y que forman parte del denominado Programa de AVD, en donde se refleja la capacidad de la persona en las siguientes áreas:

Aseo: se valora la capacidad que tienen los mayores a la hora de ducharse y en el caso de precisar ayuda, qué tipo de apoyo es el más adecuado. Se registra si la persona tiene capacidad para realizarlo de pie con o sin supervisión, si es necesario el apoyo de una silla de baño, si su apoyo es total o si por sus características es necesario el uso de la bañera geriátrica para realizar un aseo más correcto o en caso muy puntuales si debe realizarse en cama.

Alimentación: en esta actividad se recoge información en relación a:

Si la persona come sin necesidad de supervisión.

Con capacidad para comer de su mano, una vez se le prepara la comida (ayuda para cortar/o escoger pescado).

Si precisa de supervisión por otro tipo de factores (comer de forma compulsiva, anorexia, etc).

Si precisa de apoyo para iniciar el acto y es necesario indicación verbal/gestual.

Apoyo total por no reconocimiento de los alimentos y /o limitaciones articulares

***Vestido:** se intenta fomentar siempre su máxima participación y se distingue si puede hacerlo de pie o si es aconsejable sentarse; por lo que distinguimos:

Si se viste sin necesidad de supervisión. Prepara y escoge ropa.

Si se viste sola pero con una mínima supervisión (casos que exista riesgo de caída, no se mude la ropa, etc)). Necesario escoger la ropa.

Con capacidad para vestirse si le va proporcionando la ropa en el orden correcto.

Viste la parte superior/inferior y el resto precisa de apoyo.

Apoyo total para esta actividad.

Uso del W.C.:

Con capacidad para ir solo.

Precisa acompañamiento por su inestabilidad, una vez en el wc se maneja y llama al timbre una vez finaliza la tarea.

Precisa acompañamiento para subir y bajar la ropa.

Precisa acompañamiento para realizar una correcta higiene.

Precisa apoyo total.

Transferencias:

En consenso con el Departamento de Fisioterapia, se valora si la persona precisa apoyo o no a la hora de incorporarse de la cama o de la silla/wc, así como para la colocación del absorbente, entre otros casos.

De ser necesario se valora y pauta el apoyo más adecuado; transferencia con apoyo de un auxiliar, entre dos o si es necesaria la utilización de la grúa.

**Todas estas actividades se desempeñan con los mayores tanto de residencia como de Centro de Día in situ, a excepción del aseo/vestido que en caso de Centro de Día se realizan en forma de actividades simulando las acciones.

Asesoramiento y Control de Productos de Apoyo

El Departamento de TO es el encargado de valorar las necesidades de posibles productos de apoyo (PA) que el mayor precise de manera puntual o permanente. Así distinguimos:

- PA para el aseo:

El asesoramiento va encaminado en caso del Centro de Día, a facilitar la adaptación del entorno en donde el mayor realiza sus actividades de higiene, informando al cuidador de la situación actual y de las posibilidades que hay en el mercado, así como de las posibles ayudas a las que puede optar.

En residencia, se lleva el control del material (sillas clean, bañera geriátrica) así como el registro y actualización del mismo

- PA para la deambulaci3n:

En consenso con el dpto de medicina/fisioterapia, se valora la necesidad de un PA específico, tal como silla de ruedas, andador, bastón entre otros, siendo el terapeuta ocupacional el encargado de asesorar e informar a las familias de las diferentes posibilidades que hay en el mercado y cuáles se adaptan más, bien a través de la entrevista personal con el cuidador y/o informe de características del mismo.

- PA la incontinencia:

En relación a la incontinencia, se trabaja en colaboración con el dpto de enfermería, valorando las diferentes necesidades del mayor tanto de día como de noche; por lo que a través de los protocolos queda reflejado qué personas se benefician de la utilización de cuña y/o conejo o de incorporarlos y acompañarlos durante la noche para acompañarlos al wc.

Así como, la capacidad que tiene la persona para llamar al timbre en caso de necesidad o de dejar señales luminosas de guía en su trayecto al wc.

- PA para la prevención de UPP:

En consenso también con el dpto de medicina/enfermería y tras valorar el estado de la piel así como su capacidad de movilización, se asesora sobre los diferentes productos que existen desde los cojines antiescaras, colchones de aire, etc.

- PA para la corrección postural:

En ocasiones, son necesarios ciertos dispositivos que nos faciliten posturas más funcionales; esta corrección postural se puede llevar a cabo a través de cinturones ergonómicos de diferentes características como pueden ser los abdominales, de tronco, abdomino-perineales o completos según la fase en la que se encuentre.

- Otros:

Otras veces, son necesarios otros productos tales como pijamas ortopédicos o manoplas que nos ayudan en procesos agudos en donde el mayor precisa de un elemento externo para evitar lesiones cutáneas y/o manipulación del absorbente.

Como se comentó anteriormente, el sistema de recogida de información del plan de intervención personalizada, se realiza a través de pautas que se recogen a través de dos sistemas:

GEROCARE

Es un sistema que, basado en imágenes, trata de dar información precisa al personal asistencial residencial acerca del estado del mayor y las medidas de soporte/apoyo que precisan. En él está incluida:

- Medidas de prevención de lesiones cutáneas como pueden ser el uso de colchones y/o cojines antiescaras.

- Prótesis visuales.
- PA para en el baño.
- PA para la incontinencia.
- Usabilidad del timbre.
- Capacidad para el vestido.

B.- Sistema de tríos

En él también se facilita la información precisa al personal asistencial, en donde el Departamento de TO cubre la parte relacionada con las siguientes áreas y capacidades:

- Uso de prótesis visuales
- Comer
- Ir/uso del wc
- Necesidad de grúa
- Utilización y asignación de PA en la sala
- Utilización y asignación de cojín antiescaras

Por último, comentar que se realiza una Colaboración con en el periódico del centro “El veterano” donde en coordinación con el resto del quipo y de los mayores se realiza mensualmente la publicación del mismo.

Departamento de Logopedia

Como actividad principal, el Dpto. de Logopedia se ocupa de la valoración e intervención en los trastornos del lenguaje, habla, voz, audición y deglución.

En cuanto a la valoración, el objetivo es la detección precoz de trastornos específicos de la comunicación y deglución para la adecuación de los planes de intervención y derivación a otros especialistas si fuera necesario. En la Tabla 1 se muestran de forma más desarrollada estos aspectos. En cuanto a la intervención el objetivo es mejorar, mantener o paliar las alteraciones del lenguaje, habla, voz, audición y deglución. En la Tabla 2 pueden consultarse los programas específicos de intervención de este departamento.

PROGRAMAS DE VALORACIÓN		
Nombre de la actividad	Objetivo	Pruebas utilizadas
Valoración de la deglución	Detectar riesgo de atragantamiento, ausencia o presencia de disfagia y grado de	Protocolo de exploración anatómica, clínica, funcional y

	disfagia para prescribir las pautas de intervención adecuadas.	neuromuscular de la deglución
Valoración del lenguaje	Detectar alteraciones en la denominación, fluencia verbal y comprensión verbal.	Test Abreviado de Denominación de Boston (TDB) Test de Fluencia Verbal (TFV) Token test (TT)
Valoración del habla y la voz	Detectar trastornos del habla y la voz (disartria, disfonía, presbifonía, etc) para aplicar pautas de intervención específicas y derivar a otros especialistas si fuera pertinente.	Protocolo de exploración clínico y funcional del habla y la voz.
Valoración del lenguaje escrito	Detectar alteración en la lecto-escritura	Protocolo de valoración de lectura y escritura
Valoración de la audición	Detectar pérdida auditiva y tapones de cerumen.	Audiometría tonal Otoscopia

Tabla 1. Programas de valoración llevados a cabo por el Dpto. de Logopedia durante el año 2017.

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN	
Nombre de la actividad	Objetivo
Estimulación de la fluidez verbal	Mejorar/mantener la memoria semántica y la fluidez verbal
Estimulación de acceso al léxico	Realizar ejercicios de estimulación y enseñar estrategias para reducir/paliar la “anomia” o el fenómeno de “Punta De la Lengua”
Estimulación de la comprensión verbal	Mejorar/mantener los aspectos comprensivos del lenguaje
Estimulación de la comunicación	Potenciar la comunicación en personas con demencia en estadio moderado-grave a través de: <ul style="list-style-type: none"> – Lenguaje no verbal y verbal – Músicoterapia – Estimulación multisensorial (sala Snoezelen)

Estimulación auditiva	Mejorar la discriminación auditiva de sonidos, palabras y frases
Intervención en la disfagia	Pautar y realizar modificaciones de la dieta, corrección postural y ejercicios de rehabilitación
Adaptación, supervisión y mantenimiento de prótesis auditivas	Control diario de su correcto uso, reposición de pilas, limpieza y derivación en caso de averías. Supervisión e instrucción de los auxiliares en la colocación de los mismos.
Animación a la lectura y escritura para el mantenimiento/mejora de capacidades	Mejorar/mantener la capacidad lectora y la escritura mediante: <ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios de conciencia fonológica - Taller de escritura - Biblioteca - Actividad Intergeneracional de Lectura*

Tabla 2. Programas de intervención llevados a cabo por el Dpto. Logopedia durante el año 2017.

*En colaboración con el Dpto. de Animación y como en años anteriores, se continuó realizando es la "Actividad Intergeneracional de Lectura" en la cual niños de 8-9 años pertenecientes al Colegio "Salgado Torres" y dirigidos por su profesora acuden a realizar una lectura de un cuento involucrando a los mayores en su actividad. El objetivo es fomentar el interés por los libros y la lectura al mismo tiempo que se producen los beneficios propios de los encuentros intergeneracionales.

Además de los programas de valoración e intervención, el Dpto. de Logopedia trabajó en coordinación con los demás departamentos del centro para la consecución de sus objetivos y participó activamente en las actividades comunes del equipo como las sesiones clínicas, formación y asesoramiento a familiares/cuidadores, formación a alumnos en prácticas o la realización de informes clínicos. Así mismo, se ocupa de la cumplimentación del Gerocare de cada usuario en los apartados de prótesis auditivas y dentales. También de la asignación de los sitios en comedor en función de la dieta, afinidad/socialización y accesibilidad al espacio, en colaboración con el Departamento de Psicología y Terapia Ocupacional.

Por último, a nivel investigador se llevó a cabo una renovación y actualización de los contenidos de acuerdo a las investigaciones actuales y a los resultados de las valoraciones participando, así mismo, en la divulgación del material en eventos científicos y colaborando con el Departamento de I+D+i en los proyectos que así lo requirieron.

Departamento de Animación Socio-cultural

La **Animación Sociocultural** es un método de intervención psicosocial que trata de motivar y estimular al colectivo de las personas mayores de una forma participativa, buscando la

implicación del grupo en su propio desarrollo social y cultural en un medio concreto, que en este caso sería nuestro Complejo Gerontológico.

Su objetivo principal es mejorar la calidad de vida de los usuarios y residentes, facilitando espacios de comunicación y convivencia mediante la realización de actividades de culturales, sociales, educativas y recreativas diseñadas en función de sus gustos, preferencias y necesidades que desde esta institución se detectan.

Cuando hablamos de las funciones de este departamento, no hablamos de un simple método de entretenimiento, enfocado desde un punto de vista únicamente lúdico, sino de funciones muy claras y concretas, tales como:

- Ejecución y presupuestación de proyectos y programas varios, así como realización de los informes y evaluaciones pertinentes.
- Coordinación con diferentes profesionales del complejo a la hora de diseñar e implementar los programas de actividades.
- Elaborar y ejecutar el plan anual de actividades del departamento.
- Establecer relaciones de colaboración entre diversas entidades (asociaciones, instituciones, colegios, centros cívicos, etc).
- Desarrollar y ejecutar las diversas técnicas de animación, individuales y/o grupales, que impliquen a los usuarios y residentes en la ocupación de su tiempo libre, y promover así su integración y desarrollo grupal.
- Motivar a los usuarios y residentes ante la importancia de su participación para conseguir su integración y relación positiva con el entorno.
- Participar activamente en reuniones periódicas con el resto del equipo, así como con los responsables de diferentes entidades que colaboren con nuestro complejo.
- Realización de informes de seguimiento con carácter cuatrimestral de usuarios de Centro de Día y residentes.
- Registros de actividades, seguimientos, incidencias, etc. en el programa Resiplus.
- Registro y actualización de las autorizaciones de captación de material video-gráfico.
- Colaboración en "El Veterano" periódico del centro.
- Colaboración en la formación de alumnos en prácticas.

Programa Anual de Actividades

Este programa incluye todas las actividades realizadas a lo largo del año, y pretende que la participación en las mismas sea generalizada y extensible tanto a los usuarios y residentes como a sus familiares.

Por otra parte, el programa anual incluye actividades semanales de frecuencia diaria y actividades extraordinarias (fiestas, eventos y celebraciones anuales).

A continuación se muestra el programa de actividades realizadas durante el transcurso del año 2016.

Actividades Semanales

Las actividades de animación sociocultural están encuadradas en horario de tarde. En su mayoría suelen ser estables y se van modificando según la época del año, las necesidades, gustos y preferencias de los usuarios y residentes. Comprenden por una parte, actividades estimativas o terapéuticas adaptadas a las necesidades del usuario y destinadas al mantenimiento de las capacidades funcionales y cognitivas, y por otra, se realizan actividades de recreativas y de ocio destinadas a que los usuarios disfruten del tiempo libre de manera agradable, al mismo tiempo que se fomenten las relaciones sociales.

Entre las actividades realizadas semanalmente se encuentran:

- *Grupos de conversación:* aficiones e intereses, historias de vida (antiguo oficio, lugar de procedencia, etc.), temas de actualidad, etc.
- *Actividades artístico-manuales:* dibujo, recortado, pintura, modelaje con diferentes materiales, collage, murales, elaboración de la decoración del centro según la época del año en la que nos encontremos, etc.
- *Taller de música y baile:* música receptiva, música activa, karaoke, ciclos musicales, juegos musicales, recorrido por la geografía a través de músicas populares de las distintas regiones españolas...
- *Actividades multimedia:* proyección de presentaciones en formato PPT, video-fórum, proyección de películas, vídeos y documentales, consulta de información en internet, proyección de fotografías y vídeos tomadas durante las actividades, etc.
- *Actividades lúdicas y recreativas:* partidas de bingo, dominó, cartas, campeonatos varios, juegos populares (bolo, tiro a la lata, diana, paracaídas, juegos con pelota, aros, etc.), dinámicas de grupo, juegos de expresión corporal, torneos y campeonatos.
- *El cajón de la sabiduría popular:* recuerdos de sucesos históricos, cuentacuentos y fábulas, enigmas, adivinanzas y acertijos, refranes y dichos populares, frases hechas, leyendas, etc.
- *Animación a la lectura:* lectura de cuentos, poesías, representación de cuentos, teatro leído, etc.
- *Otras actividades:* coloración en la redacción de noticias de "El Veterano"

Celebración de cumpleaños de usuarios y residentes

A finales de cada mes se realiza una fiesta para celebrar el cumpleaños de usuarios y residentes. En este caso deberemos siempre tener en cuenta si la persona desea celebrarlo, ya que para muchos, más que un sinónimo de fiesta, el paso de los años constituye totalmente lo contrario. En el caso de los que opten por celebrarlo se reúnen todos los usuarios que estuvieron ese mes de cumpleaños en una mesa rodeados del resto de compañeros; se les sorprende con una merienda especial, se les canta el cumpleaños feliz, soplan las velas de la “tarta” y meriendan todos juntos, todo esto con música apropiada para la ocasión y se les hace entrega de una postal personalizada.

Celebraciones y fiestas anuales

Con este tipo de actividades se pretende preservar la noción del tiempo social a pesar de la rutina. A continuación se muestra un calendario mensual de actividades lúdicas realizadas:

ENERO
<ul style="list-style-type: none"> • Clausura Ciclo de “cine navideño” • Especial Bingo de Reyes • Celebración “Día de Reyes” • Concierto de Año Nuevo amenizado por la coral “Cantores de San Diego”. • Celebración Día de la Paz y la No Violencia. • Preparación Carnaval, Carnaval I (elaboración de disfraces y decoración carnalera). • Olimpiadas de invierno.

FEBRERO
<ul style="list-style-type: none"> • Carnaval, Carnaval II • Programa “All you need is love” (San Valentín) • Fiesta de carnaval • Actuación musical “Carlos López” • Actividad intergeneracional de con lxs hijxs y nietxs del personal. • Ciclo de cine español

MARZO

- Celebración día de la mujer trabajadora
- Celebración día del padre
- Olimpiadas primaverales.
- Actividad intergeneracional de animación a la lectura en colaboración con los niños de 3º curso del CEIP “Salgado Torres”.
- Recital musical “Tuna de Veteranos”.
- Tradiciones de Semana Santa

ABRIL

- Olimpiadas de juegos populares
- “Semana de la Salud” con motivo del día mundial de la Salud.
- “Semana del libro” con motivo del día del libro
- Trivial “monumentos gallegos”, con motivo del día mundial de monumentos y sitios.
- Actividad intergeneracional de animación a la lectura en colaboración con los niños de 6º curso del CEIP “Salgado Torres”.
- Gran Feria de Abril con la Actuación del grupo de sevillanas “A Barcarola”.

MAYO

- Celebración de día del trabajador
- Actividad intergeneracional de animación a la lectura en colaboración con los niños de 6º curso del CEIP “Salgado Torres”.
- Celebración día de la Madre
- Actividad “Remember Eurovisivo”
- “Semana das nosas letras” con motivo del día das Letras Galegas.
- Actuación musical del “Coro Adayeus”. Gran “festa dos maíos”

JUNIO

- Tarde meiga de San Juan
- Juegos medioambientales (con motivo del día mundial del M.A.)
- Jornada de convivencia con familias para festejar San Juan.
- Actuación de folclore tradicional “La Marola” de Mera.

JULIO

- Cine de verano
- Actividades y grandes juegos de exterior
- Actuación “Amigos del Faiado”.
- Karaoke de Verano

AGOSTO

- Cine de verano II
- Bingo del verano
- Campeonatos de juegos predeportivos

SEPTIEMBRE

- Cine de verano III
- El gran juego de Kim (juegos sensoriales)
- Campeonato de Diana adaptada
- Decoración otoñal I

OCTUBRE

- Día Internacional de las “Personas Mayores.

- “Taller de fiestas patronales (El Rosario y Día del Pilar)
- Decoración otoñal II
- Festa do Samhaín (Halloween)
- Actuación musical de la coral “Airiños de Feáns”.

NOVIEMBRE

- Celebración del Magosto
- Celebración 15º Aniversario Centro de Día
- Actuación musical “Javier y amigos”.

DICIEMBRE

- Taller de elaboración de adornos navideños
- Actividad de bienvenida de la navidad (puesta de árbol y encendido de luces navideño)
- Celebración 9º Aniversario Residencia- Amenizado por el “Coro Adayeus”.
- Ciclo de cine navideño.
- Taller de postales navideñas y centros de mesa
- Especial lotería “La Milagrosa”
- Visita de papa-noel y entrega de regalos
- Exhibición de tango a cargo del grupo “Amor de tango”.
- Tarde de música y baile a tradicional a cargo de los niños de la “Asociación Queiroa”
- Actuación musical “ Cuarentuna de Oro de La Coruña”.
- Concurso de Selfies Navideños.
- Fiesta de Nochevieja

Departamento de Trabajo Social

Desde este departamento, las actividades a realizar durante el año 2016 han sido las siguientes:

- Información sobre el Complejo Gerontológico La Milagrosa (telefónica y/o presencial).
- Asesoramiento sobre prestaciones y recursos y orientación en relación a los trámites a realizar a usuarios y/o familias.
- Gestión de altas y bajas en Residencia y Centro de Estancias Diurnas: firma de documentación, incorporar datos al programa de gestión, aviso a los departamentos implicados...
- Participación en Sesiones Clínicas semanales aportando datos desde este departamento, participando en la toma de decisiones y comunicando, si corresponde, decisiones adoptadas a departamentos y/o residentes-familiares.
- Seguimiento de casos y registros de las intervenciones llevadas a cabo con los residentes-usuarios y con su entorno.
- Participación en la edición mensual del noticiario El Veterano.
- Reunión con familiares y/o representantes de los usuarios a petición de los mismos o a iniciativa de este departamento.
- Informes semestrales, aviso a los departamentos implicados de la realización de los mismos, elaboración del contenido que corresponde a este departamento, configuración e impresión de los informes.
- Control mensual de la ocupación de residencia.
- Revisión de las valoraciones trimestrales de los residentes, registro de las mismas y comunicación a las familias si es necesario por modificación de cuota, previo conocimiento de la dirección del centro.
- Coordinación con otros departamentos, con carácter diario gobernantía, departamento médico y de enfermería. Con frecuencia semanal, dirección del Complejo. Con otros departamentos como administración, limpieza-lavandería, cocina y terapeutas cuando es necesario.
- Gestión de las demandas de residentes y/o familias y respuesta a las mismas.
- Elaboración de documentos: pésames, certificados del centro, informes interdisciplinares...
- Gestión-Coordinación con otras entidades: Centro de Salud, Farmacia, Delegación Territorial de la Consellería de Política Social, Departamentos de Trabajo Social de Hospitales, Mutuas, etc.

- Programación de las visitas al centro solicitadas por centros de formación y otras entidades e información-visita a las instalaciones en los días señalados.
- Participación en coordinación con otros dptos. de fiestas y eventos en el Complejo Gerontológico La Milagrosa (sardiñada, celebraciones navideñas, programación de eventos en diciembre y otras celebraciones extraordinarias).
- Coordinación del personal auxiliar de la Residencia. Registro y gestión de sus días libres, cambios de turno, vacaciones, etc...Supervisión y visto bueno de protocolos relacionados con este departamento.

El Veterano

Mensualmente se publica este periódico, con una extensión de dos carillas, en el que se hace un repaso a las actividades y eventos que realizaron tanto los residentes como los usuarios de centro de día en el mes anterior. Además, se publicitan otras noticias de interés para familiares de los residentes y/o socios de la UDP, se felicita a los usuarios y residentes que estarán de cumpleaños en el mes en curso. Destacar algunos apartados como “Pasado y presente” donde cada mes un usuario/residente aporta una fotografía relevante en su vida; esta fotografía se acompaña de una actual del usuario/residente, “Bienvenida” donde se agradece a los nuevos usuarios y residentes su confianza en nuestra entidad, y “La experiencia de envejecer”, donde cada mes un usuario/residente responde qué es para él/ella envejecer.

El Veterano incluye también un apartado referido a las actividades de investigación o a las ayudas recibidas por parte de diferentes organismos como es el caso de las recibidas en el 2016 para realizar los programas de Geromotion y Ecogestión por parte de la Diputación de A Coruña.

<div data-bbox="295 974 550 996">CUMPLEAÑOS</div> <p>Este mes cumplen años en el CENTRO DE DÍA M^º del Pilar Calviño Torres y Margarita Pérez Lestayo.</p> <p>Y en la RESIDENCIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arondina Díaz Taboada • Carmen Vázquez Saigado • Francisca Ansedo Cabado • Inés Blanco Omeiga • Jesús Maniega Bravo • M^º Carmen Varela Gómez • M^º Cruz Bermejo Sancho • M^º Jesús Ramos Mosqueira  <div data-bbox="295 1265 550 1288">PROGRAMA ECOGESTIÓN</div> <p>La Diputación de A Coruña, mediante el programa de subvenciones a entidades sin ánimo de lucro para inversiones de servicios sociales, cofinanció con la UDP A Coruña durante el 2016 el programa Ecogestión: Centros amigables para las personas mayores.</p> <p>Su objetivo es la mejora de la iluminación de acuerdo a la normativa vigente, al mismo tiempo que por un lado se emplea la luminoterapia como elemento que beneficia el entorno del residente y por otro, se produce un relevante ahorro energético en el Complejo.</p> <p>Esperamos que tanto los usuarios como los residentes, familiares y profesionales disfruten de esta mejora en el CG La Milagrosa.</p>	<div data-bbox="566 974 774 996">PASADO Y PRESENTE</div> <p>Este mes de enero contamos con los recuerdos de Angela Sabio (Lelina) nacida en O Temple (Cambre) en 1926. En la foto del pasado aparece con su marido Eduardo, paseando por Riazor en el año 1955.</p> <p>La foto actual se tomó durante una de las actividades grupales realizadas en La Milagrosa en el mes de diciembre.</p>  						
<div data-bbox="877 963 1276 1030">  <p>Complejo Gerontológico La Milagrosa Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados de A Coruña (UDP)</p> <p>Rúa de Casto I 12008 A Coruña T 981 189175 / 981 189174 F 981 189131 (fax) www.complejomilagrosa.org</p> </div> <div data-bbox="877 1041 1276 1097"> <h3>EL VETERANO Nº3/2017</h3> <p>MAIZO</p> <p>Dirección: Mónica Montero - Maquetación: Diana Alvarilo Cte. Redacción: Mónica Montero, Aranzazu Baló, Pilar Marante y Rocío Baceilo</p> </div> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="885 1108 1029 1220"> <div data-bbox="893 1108 1021 1131">CUMPLEAÑOS</div> <p>Este mes de marzo cumplen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En el Centro de Día: Ana Pilar Alonso, Elisa Díaz Juárez, María Sampedro García • M^º Carmen Amparo Garabana <p>En la Residencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • M^º Amalia Santos Castro (Mali) • M^º Inés Compa Viread • M^º de los Ángeles Rivera Vidal </td> <td data-bbox="1037 1108 1276 1243"> <div data-bbox="1045 1108 1268 1131">VISITA DIPUTADOS PROVINCIALES</div>  <p>El 10 de febrero el Complejo Gerontológico "La Milagrosa" recibió una visita muy especial. La diputada provincial de Bienestar Social, Anxela Franco Pousa y el diputado provincial de Patrimonio, Xosé Soto Vique, se desplazaron hasta nuestras instalaciones para conocer in situ el funcionamiento del Centro de Día y la Residencia.</p> <p>Después de la recepción oficial, en la que estuvieron presentes miembros de la dirección, seccion o cabe un breve recorrido por las diferentes dependencias del centro para conocer en primera persona la actividad diaria de nuestros usuarios y residentes, así como los diferentes proyectos y profesiones con los que cuenta el complejo.</p> </td> </tr> <tr> <td colspan="2" data-bbox="885 1243 1276 1366">  </td> </tr> <tr> <td colspan="2" data-bbox="885 1377 1276 1534"> <div data-bbox="885 1377 1276 1400">PASADO Y PRESENTE</div> <p>Este mes contamos con los recuerdos y las fotografías copias por parte de la familia de Inés Blanco Omega nacida en 1934, en Castro de Rei (Lugo).</p> <p>En la foto de la izquierda aparece junto su marido Jesús el día de su boda, celebrada en 1962 en San Pedro (Borrei). La foto actual fue tomada durante las pasadas navidades.</p> <p>(¡Gracias Inés y familia por compartir vuestras fotografías y recuerdos con nosotros!)</p>   </td> </tr> </table>		<div data-bbox="893 1108 1021 1131">CUMPLEAÑOS</div> <p>Este mes de marzo cumplen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En el Centro de Día: Ana Pilar Alonso, Elisa Díaz Juárez, María Sampedro García • M^º Carmen Amparo Garabana <p>En la Residencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • M^º Amalia Santos Castro (Mali) • M^º Inés Compa Viread • M^º de los Ángeles Rivera Vidal 	<div data-bbox="1045 1108 1268 1131">VISITA DIPUTADOS PROVINCIALES</div>  <p>El 10 de febrero el Complejo Gerontológico "La Milagrosa" recibió una visita muy especial. La diputada provincial de Bienestar Social, Anxela Franco Pousa y el diputado provincial de Patrimonio, Xosé Soto Vique, se desplazaron hasta nuestras instalaciones para conocer in situ el funcionamiento del Centro de Día y la Residencia.</p> <p>Después de la recepción oficial, en la que estuvieron presentes miembros de la dirección, seccion o cabe un breve recorrido por las diferentes dependencias del centro para conocer en primera persona la actividad diaria de nuestros usuarios y residentes, así como los diferentes proyectos y profesiones con los que cuenta el complejo.</p>			<div data-bbox="885 1377 1276 1400">PASADO Y PRESENTE</div> <p>Este mes contamos con los recuerdos y las fotografías copias por parte de la familia de Inés Blanco Omega nacida en 1934, en Castro de Rei (Lugo).</p> <p>En la foto de la izquierda aparece junto su marido Jesús el día de su boda, celebrada en 1962 en San Pedro (Borrei). La foto actual fue tomada durante las pasadas navidades.</p> <p>(¡Gracias Inés y familia por compartir vuestras fotografías y recuerdos con nosotros!)</p>  	
<div data-bbox="893 1108 1021 1131">CUMPLEAÑOS</div> <p>Este mes de marzo cumplen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En el Centro de Día: Ana Pilar Alonso, Elisa Díaz Juárez, María Sampedro García • M^º Carmen Amparo Garabana <p>En la Residencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • M^º Amalia Santos Castro (Mali) • M^º Inés Compa Viread • M^º de los Ángeles Rivera Vidal 	<div data-bbox="1045 1108 1268 1131">VISITA DIPUTADOS PROVINCIALES</div>  <p>El 10 de febrero el Complejo Gerontológico "La Milagrosa" recibió una visita muy especial. La diputada provincial de Bienestar Social, Anxela Franco Pousa y el diputado provincial de Patrimonio, Xosé Soto Vique, se desplazaron hasta nuestras instalaciones para conocer in situ el funcionamiento del Centro de Día y la Residencia.</p> <p>Después de la recepción oficial, en la que estuvieron presentes miembros de la dirección, seccion o cabe un breve recorrido por las diferentes dependencias del centro para conocer en primera persona la actividad diaria de nuestros usuarios y residentes, así como los diferentes proyectos y profesiones con los que cuenta el complejo.</p>						
							
<div data-bbox="885 1377 1276 1400">PASADO Y PRESENTE</div> <p>Este mes contamos con los recuerdos y las fotografías copias por parte de la familia de Inés Blanco Omega nacida en 1934, en Castro de Rei (Lugo).</p> <p>En la foto de la izquierda aparece junto su marido Jesús el día de su boda, celebrada en 1962 en San Pedro (Borrei). La foto actual fue tomada durante las pasadas navidades.</p> <p>(¡Gracias Inés y familia por compartir vuestras fotografías y recuerdos con nosotros!)</p>  							

<p>PROYECTOS EN EL CG LA MILAGROSA</p> <p>Varios miembros del Grupo de Investigación en Gerontología (Universidad de La Coruña) están desarrollando tres proyectos en el CG "La Milagrosa". Se trata de los proyectos: Fragiles, Luminoterapia y EEG (Entrenamiento Cognitivo).</p> <p>Fragiles es un estudio longitudinal iniciado en 2014 que evalúa la transición natural de la fragilidad en instituciones gerontológicas a través de una valoración gerontológica integral de los usuarios, en el cual se estudian variables clínicas, psicológicas, sociales y funcionales que influyen en este síndrome geriátrico.</p>  <p>La luminoterapia es una intervención no farmacológica cuyo objetivo es mejorar la calidad del sueño, los síntomas psicológicos y conductuales asociados a demencia, y el deterioro cognitivo de las personas institucionalizadas con este diagnóstico. La luminoterapia se basa en incrementar la exposición lumínica diaria a fin de establecer ciclos de sueño-vigilia saludables, resultando así en una mejora en las alteraciones del sueño, de la conducta, del estado de ánimo y del estado cognitivo de estos usuarios.</p> <p>EEG, el efecto del entrenamiento de la memoria sobre la actividad cerebral. El entrenamiento de la memoria a través de las nuevas tecnologías, como ordenadores y tabletas, constituye una intervención prometedora que parece tener efectos beneficiosos sobre la memoria en las personas mayores. Además, este tipo de aplicaciones podrían generar cambios en el entorno que contribuyan a mejorar la aparición de problemas más graves. Por ello, vamos a estudiar cómo el entrenamiento regular de la memoria a través de aplicaciones produce cambios positivos en el cerebro.</p>	<p>EXCURSIÓN UDP A CORUÑA</p> <p>El pasado 18 de septiembre la UDP A Coruña organizó la primera excursión de la nueva temporada Océano-Invierno.</p> <p>En esta ocasión visitaron el Faro de Punta Nogueira en Matagosa y el Faro del Francoal en Corme.</p> <p>La excursión incluyó además, una comida en el espectacular Restaurante Miramar de Corme y una visita por la tarde al Escudo de Fiebra do Franco, en Burela, donde los asistentes pudieron conocer de primera mano el sabor de los antiguos "banhos" (saunas) y su tradicional manera de trabajar el barro con sus propios manos.</p>  <p>REFRÁN</p> <p>En octubre, no jugas el campo de cubre.</p>
<p>Complejo Gerontológico La Milagrosa Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados de A Coruña (UDP)</p> <p>EL VETERANO DICIEMBRE Nº12 / 2017</p> <p>Dirección: Mónica Montero - Maquetación: Diana Alvarino Cte. Redacción: Mónica Montero, Aránzazu Balo, Pilar Marante y Clara Diego</p> <p>CUMPLEAÑOS</p> <p>Este mes cumplen años:</p> <ul style="list-style-type: none"> En el Centro de Día <ul style="list-style-type: none"> Marta Álvarez Pérez MP del Pinar Corvino Torres En la Residencia <ul style="list-style-type: none"> Carmen García Rico Elsa Sifredo Gutierrez MP Luisa Rufuñal Vilagrand Manuela Barreiro Burtuce Margarita Lorenzo Muñoz Rancho Elmo Martínez <p>FOTO DEL MES</p> <p>Purificación Ramos nació el 01/11/1913 en Brea (A Coruña). Llegó en el complejo desde el 02/2014, cuando comenzó como asistente de centro de día y fue en el año 2015 cuando pasó a residencia. Actualmente, es la residente más longeva ya que en el pasado mes cumplió 104 años.</p> <p>Desde todo el Complejo le deseamos salud y felicidad, y que con el cariño y apoyo del personal siga cumpliendo años acompañada de todos nosotros. ¡¡¡Muchas felicitades Purifi!!!</p>  <p>COMEDOR NAVIDEÑO</p> <p>Los días 24, 25 y 31 de diciembre y 1 y 8 de enero los usuarios que lo deseen podrán acompañar a sus familias a una festividad navideña en el Complejo Gerontológico (15 €/comensal). La disponibilidad de plazas estará limitada a las 140 camas que admiten los residentes.</p> <p>Las personas interesadas podrán inscribirse en recepción (entre las 10:00h. del 15 de diciembre)</p>  <p>La Asociación Provincial de Pensionistas y Jubilados (UDP Coruña) y el Complejo Gerontológico "La Milagrosa"</p> <p><i>¡Felices Fiestas!</i></p> <p>Comité Gerontológico La Milagrosa</p>	

<http://www.centrolamilagrosa.org/cgmilagrosa/veterano.php>

Investigación

La UDP A Coruña está reconocida como entidad de I+D en el Registro de Entidades Solicitantes de Ayudas del Ministerio de Industria, Energía y Turismo (nº 0525122007).

A través del área del Investigación, desde el Complejo Gerontológico La Milagrosa se desarrollan actualmente los siguientes proyectos:

interviene en las siguientes tareas:

Proyectos

- Intervención no farmacológica en demencias a través de las nuevas tecnologías (Smartbrain)
- Intervención no farmacológica en demencias a través de la estimulación multisensorial (Sala Snoezelen y Luminoterapia)

Actividades docentes

Algunos profesionales del CG La Milagrosa imparten docencia en la UDC bien en másteres oficiales o bien en titulaciones de grado:

- Dra. Aranza Balo García. Psicóloga y Doctora en Gerontología. Profesora Asociada UDC.
- Dra. Isabel González-Abraldes Iglesias. Psicóloga y Doctora en Gerontología. Profesora Asociada UDC.
- Dra. Leire Lodeiro Fernández: Rehabilitación de las deficiencias auditivas en el Grado en Logopedia.
- Dra. Pilar Marante Moar: Estancias Prácticas en el Grado en Terapia Ocupacional.
- Dr. José Carlos Millán Calenti: Geriatría y Gerontología Clínica y Social, en el Grado de Terapia Ocupacional; diversas materias del Máster Interuniversitario en Gerontología Clínica; coordinador de dicho Máster; coordinador del Máster en Valoración e Intervención en Gerontología y Geriatría; coordinador del programa de doctorado en Gerontología.
- Dr. José Luis Rodríguez-Villamil Fernández: Gerontología Clínica I en el Máster Interuniversitario en Gerontología Clínica; Semiología Clínica en el Grado en Fisioterapia; Ciencias de la Salud Basadas en la Evidencia en el Máster en Asistencia e Investigación Sanitaria.

Prácticas clínicas Máster Gerontología

Desde la primera promoción del Máster en Gerontología de la UDC en el curso 2006-2007, el Grupo de Investigación en Gerontología que coordina dicho máster firmó un acuerdo con el Centro Gerontológico La Milagrosa para que los alumnos pudiesen realizar sus prácticas clínicas en dicho centro.

Estas Prácticas Externas (Practicum), con carácter obligatorio, consta de 15 ECTS, de acuerdo a las materias y programas previamente establecidos. El objetivo principal es conocer la práctica socio-sanitaria real así como sus diferentes técnicas y estrategias dentro de un marco de intervención gerontológico. Las prácticas se realizan supervisadas y tutorizadas por profesionales, con usuarios reales mayores de 65 años que acuden al Centro de día o a la Residencia. Además, se pretende que el alumno desarrolle las capacidades y habilidades que habiliten para un servicio gerontológico clínico de calidad, según la titulación previa del estudiante. Se pretende además, que el alumno valore las dos dimensiones de la intervención teórica y práctica en el área de la gerontología clínica.

Una vez terminadas las horas prácticas, la tutora de la alumna en el centro, envía al Grupo de Investigación en Gerontología de la UDC la hoja de evaluación de prácticas con la puntuación obtenida por el alumno. En esta hoja se evalúa (en una escala de 1 a 5) la puntualidad, la actitud en cuanto a normas, el interés, la iniciativa, las relaciones con los usuarios y otros profesionales, el aprovechamiento del tiempo, la responsabilidad, la integración de conocimientos y las destrezas conseguidas.

Prácticas clínicas Grado Terapia Ocupacional

Durante el curso 2016-2017, 48 alumnos/as de la materia Geriátrica acudieron durante 4 jornadas, en grupos de 12 personas cada día. Además 6 alumnas de 3er curso de Terapia Ocupacional estuvieron durante 3 semanas de prácticas en el CG.

Prácticas Clínicas Máster Psicogerontología

Anualmente un alumno del Máster de Psicogerontología de la Universidad de Santiago de Compostela realiza su practicum clínico en el Departamento de Psicología del Complejo Gerontológico La Milagrosa.

En A Coruña, a 31 de diciembre de 2017

Fdo. Dña. María Luisa Ansorena Hortega

Presidenta de la UDP Coruña