



X MARCHA SOLIDARIA

Alcantarilla, 9 de Mayo 2014

www.afade.es



C/ Carmen, 23
30820 Alcantarilla - Tlf 968 89 59 18
afade_alcantarilla@hotmail.com
www.afade.es

Declarada de utilidad pública con fecha 25/ 05 / 2005
Certificada en calidad: Enero 2009

Junta Directiva:

Presidenta: *Julia Fernández Sánchez*
Vicepresidenta: *Antonia Vicente Guzmán*
Secretaria: *Maribel Suárez Cubillana*
Tesorera: *Juani Riquelme Martínez*
Vocal: *Francisco Huertas Hernández*

Dirección y Coordinación: Julia Fernández Sánchez

Redacción e Información: AFADE

Colaboradores: Rubén Carrión Martín
Félix Moreno Jara

Depósito Legal: MU - 1010 - 2005

La asociación de Enfermos de Alzheimer de Alcantarilla (AFADE), no se hace responsable del contenido de colaboraciones o artículos publicados. Tampoco de los anuncios publicitarios insertados en esta revista, ni avalamos su veracidad.

Sumario

Editorial	3
Nuestras autoridades y el Alzheimer	5
Rincón Informativo	11
AFADE en Imágenes. Memoria de actividades	16
Colaboración con el IMAS	23
Agradecimientos	35

COLABORADORES CON LA X MARCHA SOLIDARIA AFADE 2014

- | | | |
|------------------------------|---------------------------------|--|
| - ACQUAJET | - PANADERÍA GAZQUEZ | - CARNICERÍA RUFINO EL MORATALLA |
| - COCA COLA | - PAN DE SAN PEDRO PANADERÍA | - PANIFICADORA HERMANOS MORENO |
| - EL POZO, S.A. - AGUADEUS | - CARNICERÍA HNOS. LÓPEZ | - HORNO DE SALVADOR MENGUAL |
| - NESTLE ESPAÑA, S.A. | - VALLE-PAN | - PANADERÍA MAGUEZ |
| - ACEITUNAS KARINA | - EMBUTIDOS DE BANDERA | - PANADERÍA PAQUI |
| - HERO ESPAÑA, S.A. | - PANADERÍA GUIRAO | - CARNICERÍA JOSÉ A. RODRÍGUEZ |
| - PANADERÍA PUCHE ABELLÁN | - MAMA ELENA | - PANADERÍA J. ANTONIO |
| - PANADERÍA IGNACIA | - CARNICERÍA SABINO | - EL EXTREMEÑO |
| - PANADERÍA SALVADOR MENGUAL | - CARNICERÍA HERMANOS HERNÁNDEZ | - NESTLÉ |
| - VENTA EL PERETÓN | - CARNICERÍA ORENES | - MANZANO |
| | | - LUIS CREMADES BELMONTE E HIJOS, S.A. |



NUESTRO CERTIFICADO DE CALIDAD / RENOVADO EN 2011

Desde Enero de 2009, AFADE se convirtió en una de las pocas asociaciones de Familiares de Alzheimer de toda España, en poseer un certificado de calidad, según la Norma ISO 9001:2008, y la única en poseer dicha acreditación en toda la Región de Murcia.

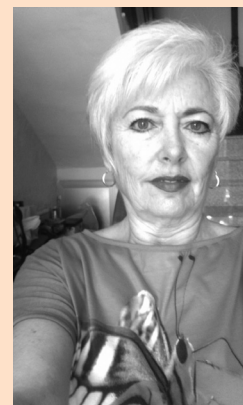
Este certificado supone el compromiso de una entidad, de un grupo de profesionales y de una Junta Directiva, por asegurar la correcta prestación de una serie de servicios, asegurando la calidad de estos, y la profesionalidad de los trabajadores, y su intención constante de mejorar.

El logro de esta distinción, se basa en la implantación de un sistema de calidad; un sistema que ha supuesto el esfuerzo de un grupo de profesionales en su único afán por situar a AFADE, como una de las asociaciones referentes en toda la Región de Murcia en el tratamiento de la Problemática del Alzheimer.

Desde aquí, felicitamos a todos y cada una de las personas que han hecho posible obtener este certificado, porque ellos, con su esfuerzo y dedicación, han demostrado su gran compromiso para con el colectivo con el que trabajan.

Un año más, un año menos de hipoteca!...ilusionados, cansados...agradecidos por la fidelidad mostrada a lo largo de los años. Gracias a eso y al esfuerzo conjunto, tanto de familiares, como de profesionales, amigos y colaboradores, podemos continuar ofreciendo el servicio y atención que realmente precisa este colectivo.

Alguna que otra persona nos dice: “¿por qué os habéis metido en este centro tan grande? Y precisamente ahora, que está todo tal mal!!” entonces, nos miramos sonriendo, contestamos “no sobra ni un solo metro de espacio, todas las dependencias son utilizadas cada día; estamos donde realmente teníamos que estar desde que abrimos, y que, por falta de presupuesto, no podíamos estar”. Estamos hipotecados, sí, pero con una fuerza increíble y un sentimiento conjunto de que lo lograremos sacar adelante (ya solo quedan 19 años!!!), y con más usuarios cada día; ya contamos con 38, y tenemos capacidad para 63.



Yo espero poder seguir aquí cuando AFADE-Alcantarilla abone su última cuota de hipoteca, pero si por circunstancias no pudiera disfrutarlo, sentiré, desde donde esté, que tantísimo esfuerzo, lágrimas derramadas, ausencias familiares y desencuentros con personas, que respetando profundamente sus cargos, no podían dar respuesta a la necesidad de AFADE en ese momento, han merecido la pena.

Las personas que dirigimos este centro, lo hacemos desde lo más profundo de nuestro corazón, no nos duelen las horas incansables que dedicamos, junto con gran parte del personal, en la búsqueda de recursos para poder seguir, restándole ese tiempo a nuestras familias; solo nos preocupa que AFADE siga cumpliendo el propósito con el que se fundó: dar respuesta a familias que, cuando se les trasmite el diagnóstico sufre ese shock, y no saben qué hacer ni dónde acudir. Por ello mismo se fundó AFADE, ofreciendo una atención inmejorable a sus usuarios.

No se necesita más recompensa que el saber que estamos haciendo lo correcto mientras estamos aquí; y si en algún momento decidiéramos estar en otro lugar, que nos aporte mayor tranquilidad emocional, pues cambiemos de asunto y ya está; todo es respetable, siempre y cuando se haga desde la honestidad con uno mismo. Voy a citar un mensaje, que por casualidad me llegó, y yo lo puse en todas las dependencias del centro, porque es lo que para mí significa estar trabajando: “Encuentra un trabajo que ames y no volverás a trabajar en tu vida”.

Siempre que se trabaja con personas, pero, aún mucho más cuando son dependientes de otra persona para sobrevivir, hay que trabajar poniéndose en el lugar del otro cada minuto, así se hace más fácil todo: “¿Me sentaría a mi bien si me hicieran las cosas así?”.

Gracias, también, a los profesionales tan, y tan humanos, comprometidos, y porque no decirlo, generosos con el colectivo al que atienden, y con los que AFADE tiene la gran suerte de contar; por ello, desde estas líneas, voy a expresar lo que me cuesta decirles: gracias por estar junto a mí, por seguirme con lo exigente y “puñetera” que soy con todo lo que concierne a esta asociación de Alzheimer; decirles también, que sentirme parte de este equipo es la mejor sensación que he tenido a lo largo de estos años, y que pasando los días, buenos y malos, se ha conseguido lo que hoy tenemos, sobre todo, gracias a que todos hemos mirado hacia el mismo horizonte, una única mirada, el bienestar de los usuarios, de sus familias y, como no, la continuidad de la asociación. A unos les ha costado más que a otros, pero el resultado es lo que cuenta para mí, y eso es lo que valoro a día de hoy.

Como última responsable de AFADE-Alcantarilla me siento muy orgullosa del equipo humano con el que cuenta esta Asociación, que siento está muy consolidado y sin vuelta atrás; que los nuevos profesionales que se incorporan, muestran el mismo talante, y que cuando me recordéis lo hagáis con un poquito de condescendencia, ya que toda mi inquietud cada día a lo largo de estos 16 años, no ha sido otra, que bajo mi dirección no se olvide nunca la finalidad con la que se fundó AFADE: dar respuesta, calor y orientación a familias y pacientes que, como yo, en algún momento se perdieron y no sabían dónde acudir.

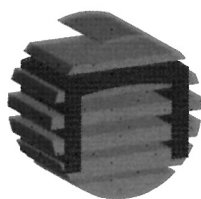
Desde AFADE, creemos que las personas afectadas por Alzheimer son un colectivo que precisa de una permanente supervisión y atención, y que esta desde ser la base de nuestro trabajo, de forma que se eviten errores y se pueda continuar con el buen hacer que, hasta hoy, nos ha reportado el prestigio con el que contamos, y que tanto trabajo nos ha llevado.

Deseo y espero, poder contarles algo más alegre el próximo año.

Un agradecimiento general a todos los que nos siguen, y por favor, rogarles que sigan con nosotros cuando les invitemos a cada uno de los eventos que organizamos!

JULIA FERNÁNDEZ SÁNCHEZ
-PRESIDENTA DE AFADE-

**AFADE-Alcantarilla, sus Socios,
Junta Directiva y Profesionales
desean al Pueblo de Alcantarilla y a
todos sus vecinos, unas felices y
entrañables Fiestas de Mayo!**



**A S E S O R E S
N E S A**

**ASESORIA FISCAL, LABORAL,
CONTABLE Y CONSULTORÍA
DE NORMAS ISO**

GINESA SOLEDAD ZAPATA CANO

Avda. Reyes católicos, 39 3º A
30820 Alcantarilla (Murcia)
www.asesoresnesa.com
Telf. Fijo: 968 904 415
Fax: 968 975 110
Móvil: 638 048 234



acquaJet
presume de agua

Telf. 600 578 013
Fax: 901 021 771
www.acquajet.com



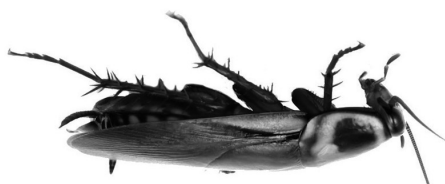
**Ya has acabado con la primera,
pero sabemos que donde hay una hay varias**

T. 968 694 436
www.gamsa.es

Desde 95€

**Tratamiento sin olores,
y sin desalojar**

Efectivo





EL VALOR DE LA CONSTANCIA

"Nuestra recompensa se encuentra en el esfuerzo y no en el resultado. Un esfuerzo total es una victoria completa".

(Mahatma Gandhi)



El Alzheimer es una de las enfermedades más deshumanizadoras que existe y ha desconcertado a los científicos durante décadas. No hay cura, aunque se ha avanzado mucho en los últimos años, y, en gran medida, ha sido gracias al esfuerzo de las asociaciones como AFADE, que han unido a pacientes y familiares en una lucha ejemplar que ha ido ganando terreno a la enfermedad, generando un valor que debemos cuidar. Ha sido ese esfuerzo lo que podemos considerar como una victoria en la lucha contra el Alzheimer, gracias a una gran constancia en el trabajo.

Según los últimos estudios publicados, hay unos 15.000 enfermos de Alzheimer en la Región de Murcia, que generan unas 5.000 visitas anuales a la Unidad de Demencias, donde cada año son atendidos unos 700 nuevos pacientes.

El apoyo de los profesionales en el tratamiento de los enfermos es esencial en su día a día. El desarrollo de la asistencia se ha venido realizando contando con las asociaciones de enfermos y sus familiares, cuya labor ha sido esencial para desarrollar tratamientos individualizados, que cumplan con el propósito de frenar el desarrollo de la enfermedad, y, a la vez, tengan en cuenta la implicación de los familiares.

Otro pilar básico, que no podemos olvidar es la investigación. Sabemos mucho sobre el Alzheimer que no sabíamos hace pocos años, pero tenemos mucho que aprender. Por eso es necesario que sigamos apoyando la investigación, ya que para avanzar en los tratamientos es esencial seguir investigando, y para ello necesitamos que los pacientes estén en las mejores condiciones posibles.

La dedicación y el trabajo de todos estos años constituye uno de los mayores valores de los cuidadores familiares y de las asociaciones; un empeño que merece el reconocimiento de la sociedad. Nos consta el esfuerzo y sacrificio que -tanto de manera individual como de forma colectiva- realizan día a día en AFADE, semana a semana, mes a mes, y así viene siendo desde 1998, y hasta hoy mismo.

Esta voluntad de trabajo y esfuerzo ha ido recibiendo grandes recompensas, la última, el Centro de Día que inauguramos en febrero del año 2013 en Alcantarilla, y que es el ejemplo más claro de cómo una asociación con vocación de servicio y trabajo por los demás puede conseguir todo aquello que se proponga.

La asociación, tras dos ubicaciones previas, ahora dispone de un centro moderno, amplio y capaz de atender con todas las garantías a los usuarios del mismo, quienes participan durante su estancia en el centro en sesiones de fisioterapia y estimulación cognitiva, entre otras terapias adecuadas a sus demencias.

La Comunidad Autónoma dispone de un total de 20 plazas públicas en el centro de AFADE, en virtud del contrato suscrito entre AFADE y el Instituto Murciano de Acción Social, un contrato que queremos renovar para seguir ofreciendo la mejor asistencia a nuestros pacientes y sus familiares.

La Región de Murcia cuenta en este momento con 933 plazas públicas de centro de día entre propias y concertadas, de las que el 50 por ciento son personas con Alzheimer y otras demencias. En dichos centros se realizan actividades personalizadas y talleres de estimulación cognitiva.

"Para hacer que una lámpara esté siempre encendida, no debemos dejar de ponerle aceite", decía la Madre Teresa de Calcuta. El esfuerzo de los voluntarios de AFADE es el aceite, y el nuevo centro de día inaugurado el año pasado es la luz brillante que hemos conseguido mantener encendida entre todos. Por eso debemos seguir trabajando con el ímpetu que nos ha traído hasta aquí, para seguir alcanzando objetivos, que los paciente de Alzheimer y sus familiares sigan mejorando su calidad de vida y nuestro esfuerzo diario siga siendo una victoria sobre la enfermedad.

ALBERTO GARRE LÓPEZ

Presidente de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia



En **Hospital Viamed San José** la atención que ofrecemos a nuestros pacientes es el eje de nuestra filosofía. Para ello contamos con **profesionales médicos de reconocido prestigio**, con una gran formación y experiencia.

Además nuestro personal de plantilla asistencial y de apoyo ofrece un trato humano, siempre respetando el **rigor profesional**, desde la **cercanía** y la **comprensión**. Asimismo y para garantizar la calidad asistencial, nuestros profesionales disponen de la tecnología más avanzada en técnicas de diagnóstico y tratamiento.

La **atención integral al paciente**, base fundamental de nuestro trabajo, se apoya en una gestión ágil para reducir, en la medida de lo posible, los trámites burocráticos y administrativos que alargan los tiempos de espera.



ESPECIALIDADES

Especialidades médicas

Anestesia
Dermatología
Medicina Interna
Neurofisiología Clínica
Oncología
Pediatria
Rehabilitación y Fisioterapia
Unidad de Endoscopias Digestivas
Unidad de Nutrición y Dietética
Unidad de valoración del daño corporal
Unidad del Dolor

Especialidades Quirúrgicas

Cirugía General
Cirugía Maxilofacial
Cirugía Plástica y Reparadora
Cirugía Vascular
Ginecología
Oftalmología
Otorrinolaringología
Traumatología y Ortopedia
Urología

SERVICIOS

Hospitalización

148 camas
Salas de estar para familiares
Nido

Servicio de rehabilitación

Gimnasio para Fisioterapia
4 Boxes de Rehabilitación-Fisioterapia
Sala de tratamientos especiales

Área Quirúrgica

5 Quirófanos uno de ellos para CMA
5 Puestos de REA
Área de Preanestesia
Esterilización
Área de información médica para familiares

Urgencias

5 Boxes de observación
Box de parada cardio-respiratoria
Sala de urgencia y curas
Sala de yesos

Área Diagnóstica

Radiodiagnóstico digital
Radiología convencional
RMN
TAC
Ecografía
Eco-doppler
Eco-doppler color
Electromiografía

Laboratorio

Hematimetría
Bioquímica
Inmunología
Microbiología
Pruebas especiales

Murcia



HOSPITAL VIAMED SAN JOSÉ

Maestra Lola Meseguer, 999 · 30820 Alcantarilla (Murcia)

Tel: 968 800 600

www.viamedsanjose.com



Decir AFADE en Alcantarilla es sinónimo de atención, cuidado, esfuerzo y entrega. Es una asociación que está perfectamente integrada entre los alcantarilleros y alcantarilleras de todos los segmentos sociales, sean socios colaboradores o no. La revista nos da cada año la oportunidad de saludar a todos sus miembros y felicitarles por su trabajo y por la labor social que realizan en beneficio de enfermos y familias, que luchan contra una situación muy difícil y que necesita del apoyo y de la comprensión de todos.

Alcantarilla es un pueblo solidario que siempre ha colaborado con AFADE, lo que ha posibilitado que hoy estén en disposición de dar unos servicios del máximo nivel a sus asociados. El hito que supuso la puesta en marcha de las nuevas instalaciones ha hecho posible que sus profesionales puedan trabajar en las mejores condiciones posibles, lo que sin duda está beneficiando a todos los usuarios.

La enfermedad del Alzheimer somete a las personas que la padecen a una dependencia total y absoluta, por lo que su tratamiento requiere de una entrega sin límites, algo que desde la Asociación se hace de forma permanente y con las mejores garantías de atención personalizada. Como vecino de nuestro municipio conozco varios casos de personas que sufren las consecuencias de este proceso y que han obligado a sus familias a cambiar de forma drástica su vida. Desde estas páginas quiero dar testimonio de mi más sincero reconocimiento por su entrega y dedicación.

Como alcalde de nuestra ciudad siento el orgullo y la satisfacción de ser un municipio en el que los enfermos y sus familiares, después de muchos años de trabajo, disponen de una buena red asistencial y, lo que no deja de ser muy importante también, una clara concienciación de los ciudadanos de que hay que apoyar a AFADE para que pueda seguir prestando su servicio a la sociedad con los mejores medios posibles. Desde el Ayuntamiento siempre hemos recogido el testigo y seguiremos haciéndolo en el futuro. Mi reconocimiento y el más sincero agradecimiento a un trabajo bien hecho por un equipo magníficamente dirigido.

LÁZARO MELLADO SÁNCHEZ
Alcalde de Alcantarilla



Restaurante - Mesón La Torre

Carril de la Torre, 50 • PUENTE TOCINOS • 30006 Murcia

Teléfonos: 968 30 02 53 • 968 30 23 00



Pol. Industrial Oeste
C/. Perú, Parcela 1-12 B
30835 ALCANTARILLA



RECREATIVOS

HNOS. MARIN, S.A.

C/ Ruiz Carrillo, 4 - 30820 ALCANTARILLA (Murcia)



**TRABAJOS EN ACERO INOXIDABLE
ALUMINIO - HIERRO**

Pol. Ind. "Marimingo" - C/. Altiplano, Parc/13
30180 BULLAS (Murcia)
Telf./Fax: 968 654 475
www.gilmetal.es
E-mail: gilmetal@hotmail.es



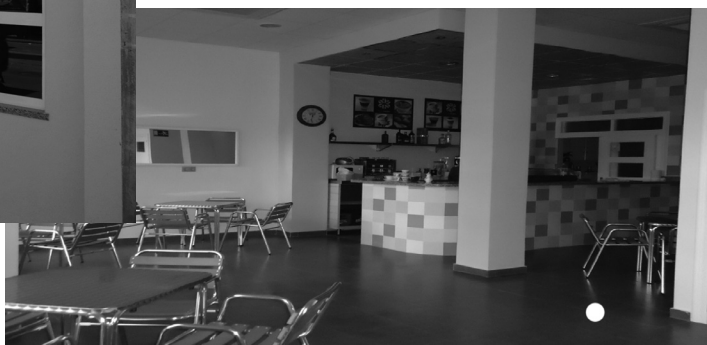
C/. San Francisco Javier, 2
30150 La Alberca (Murcia)
Telf.: 968 84 72 39
Fax: 968 84 76 03
E-mail: a.canovas@elpajarito.net
E-mail: construccioneselpajarito@elpajarito.net



Pescados _____
Domingo Teruel, s.l.
Unipersonal

C/ Mayor, 138 - 4º • 30820 ALCANTARILLA (Murcia)

CAFETERÍA Y CENTRO DE DÍA



C'AFADE

BAR-CAFETERÍA SOLIDARIA DE LA ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS DE ALCANTARILLA

Especialistas en:

- Tapas Caseras
- Bocadillos Variados
- Cafés y Tes Orgánicos y Saludables
- Desayunos y Bollería
- Platos Combinados
- Paellas

Ven a Celebrar con nosotros todas tus fiestas, cumpleaños con animación, cenas y comidas de empresa, reuniones de amigos, etc. Haz tus consultas y encargos en el 666142014.

Disfruta de nuestras grandes especialidades, y de nuestro mejor servicio, a la vez que colaboras con AFADE. Seguro que repites y te sienta mejor!!!



Josefa Lorente García

C/ Mayor, 99 • Telf.: 968 800 594
ALCANTARILLA (Murcia)



GABRIEL MARÍN

Gabriel Marín Saura
CORREDOR DE SEGUROS

C/ Mayor, 156 (Apartado 132)
Tel. y Fax: 968 80 53 54
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

EL PAPEL DEL LOGOPEDA

Hoy en día todos hemos oído hablar de la Enfermedad de Alzheimer, y popularmente es conocida como “la enfermedad que afecta a la memoria”. Sin embargo, cuando una persona sufre una demencia, el deterioro cognitivo va mucho más allá de la memoria y hace que existan consecuencias a nivel global. El lenguaje es una de las capacidades que se van viendo comprometidas con el desarrollo de la enfermedad, y por esta razón, la intervención logopédica es fundamental desde los primeros estadios.

Con un tratamiento adecuado, conseguimos mantener las habilidades lingüísticas por más tiempo, evitando así que el paciente quede aislado. Además se evita que pierda la herramienta principal para cualquier otra actividad o terapia: el lenguaje. Si una persona no comprende qué tiene que hacer, difícilmente será aplicable ninguna actividad de entrenamiento. La pérdida del lenguaje produce un efecto de bola de nieve en la evolución de la enfermedad, mientras que si se consigue conservarlo, los beneficios se manifiestan en todas las áreas.

Cuando desafortunadamente la enfermedad llega a un estadio avanzado y el lenguaje se ha perdido, un logopeda también puede ayudar a familiares asesorando y formándoles para que establezcan una comunicación eficaz con el paciente. No obstante, prevenir siempre es mejor. En los inicios, el deterioro del lenguaje puede ser enmascarado voluntaria o involuntariamente por el enfermo y pasar desapercibido por su entorno. Por eso se recomienda que todas las personas de tercera edad se sometan a una revisión logopédica al menos cada dos años, y que permitiría detectar cualquier deterioro lingüístico.

Por otro lado, también existen tratamientos logopédicos que permiten al enfermo conservar la capacidad de alimentación vía oral por más tiempo, y evitar la alimentación por sonda.

Es muy importante que la población tenga conocimiento de que los logopedas son los únicos profesionales sanitarios formados y cualificados para tratar los problemas relacionados con éstas áreas, establecido por la Orden CIN/726/2009 que regula esta especialidad.

Maribel Carrasco Campillo
Logopeda en Clínica DRM
Colegiada 30/553



Avenida Juan de Borbón, 53
30007 Murcia
868 12 77 33
www.drmllogopedia.es

Número de Registro Sanitario 40000364
Número de registro de publicidad sanitaria 4000182/RMu

Tu óptica **AVELINO**

C/. Mayor, 100
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléfono 968 80 05 83

INVESTIGADORES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BARCELONA HAN LOGRADO REVERTIR LA PÉRDIDA DE MEMORIA EN CASOS PRECOCES DE ALZHEIMER, MEDIANTE UNA TERAPIA GÉNICA APLICADA EN ROEDORES

Investigadores de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) han logrado revertir la pérdida de memoria mediante una terapia génica aplicada, de momento, en ratones.

El hallazgo, publicado en la revista , se basa en la identificación de una proteína que, si se bloquea, impide la consolidación de la memoria, ha informado este miércoles la UAB en un comunicado.

La terapia génica consiste en la inyección en el hipocampo (una región del cerebro importante para la memoria) de bloqueada en los pacientes con la enfermedad, la 'Crtc1'. La proteína restituida por la terapia génica permite desencadenar los señales necesarios para activar los genes implicados en la consolidación de la memoria a largo plazo.

Fuente: EUROPA PRESS

LA APATÍA PODRÍA SEÑALAR ATROFIA MUSCULAR EN LA VEJEZ

Los adultos mayores que muestran señales de apatía tienden a tener un volumen cerebral más bajo que sus iguales que muestran más energía y vigor, sugiere un estudio reciente.

Los investigadores hallaron que de más de 4,300 adultos mayores, los que tenían al menos dos síntomas de apatía tenían ligeramente menos materia gris y materia blanca en el cerebro. La materia gris básicamente funciona como los centros de procesamiento de información del cerebro, mientras que la materia blanca es como el cableado que conecta dichos centros.

Los expertos dijeron que no está claro cómo interpretar los hallazgos, que aparecen en la edición en línea del 16 de abril de la revista Neurology.

Aunque el estudio vinculó a la apatía con una reducción en el volumen cerebral, no probó causalidad.

Es posible que la apatía pueda servir como una "señal de advertencia" de un mayor riesgo de demencia o de algún otro trastorno que afecte al cerebro, según Lenore Launer, una investigadora del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento de EE. UU. que trabajó en el estudio.

Pero comentó que se necesita más investigación para comprender qué sucede.

Fuente: HealthDay News

UNA NUEVA TÉCNICA DE IMAGEN PODRÍA OFRECER NUEVOS DATOS SOBRE EL ORIGEN DEL ALZHEIMER

Investigadores de la universidad de Lancaster (Reino Unido) han diseñado una nueva herramienta de imagen que podría aportar nuevos conocimientos acerca del origen de las enfermedades de Alzheimer y Parkinson.

Nuevas investigaciones sugieren que la acumulación de fibras amiloides en el centro de las placas seniles del cerebro se genera como respuesta defensiva del cuerpo ante presencia de proteínas más pequeñas y tóxicas, los oligómeros de beta amiloide.

Estas estructuras son muy difíciles de observar por el microscopio a causa de su diminuto tamaño. Para solucionar este problema, los expertos han creado una nueva técnica de imagen consistente en un escáner vibrante que se mueve arriba y abajo, de un modo similar al de una máquina de coser, y que ofrece una imagen con mayor calidad y alto contraste de la muestra.

"Estas imágenes son muy importantes para entender cómo se crean los oligómeros y valorar el efecto de los inhibidores que estamos diseñando sobre su proceso de formación", explican los expertos.

Fuente: ScienceDaily



LUMEN
ELÉCTRICAS

- Mantenimiento de instalaciones eléctricas.
- Elaboración de proyectos y licencias de apertura.
- Instalaciones eléctricas en Alta y Baja tensión, Centros de Transformación y Alumbrados Públicos.
- Instalaciones eléctricas en edificios, naves industriales, oficinas, centros públicos...

Lumen Eléctricas, S.L.
C/. Mayor, 145 – Sangonera la Verde – Murcia
Email: lumen@lumenelectricas.es Tlf.: 968 866 188

Juan Carlos López Pacheco

Abogado



C/. Mayor, 44 - 2º C
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

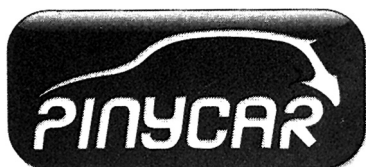
Accidentes de Tráfico

Teléfns: 968 89 46 08 - 968 89 47 67
Fax: 968 89 46 59
E-mail: jclpacheco@icamur.org

JAVIER LUCAS AZORIN ODONTÓLOGO

AVDA. ALFONSO X EL SABIO, 11 - EDIF. VELÁZQUEZ
TELÉFONO 968 241 214 - 30008 MURCIA

TALLER DE CHAPA Y PINTURA



Perito Agrícola Juan López, 17
Pol. I. CABEZO VERDE
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Tel. 968 86 151 - Fax 968 896 007
pinycar@terra.es

ELECTRICIDAD DEL AUTOMÓVIL

Alfonso
García

Telf. 968 894 887



Panadería PAQUI



" tó güeno "

C/. Mayor, 28 • Telf.: 968 89 18 68 • 30831 Javalí Viejo (Murcia)



JUVAMUR
GRUPO JUVASA

ENVASES
Y EMBALAJES

Avda. Fernando III El Santo, Ctra de Mula, Km. 0,100
30820 Alcantarilla - Murcia

Telf.: +34 968 89 26 11 - Fax: +34 968 89 16 11
www.juvasa.com • antoniodelcerro@grupojuvasa.com

CAMINAR DOS VECES A LA SEMANA A PARTIR DE LOS 50 AÑOS REDUCE EL RIESGO DE PADECER DEMENCIA

Se sabe que el ejercicio físico es un factor de protección en el marco de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Numerosas publicaciones han subrayado el beneficio del ejercicio físico. Pero faltaba una demostración científicamente válida. Es la aportación de un estudio de la "University of Eastern Finland".

Demostrar la validez de un factor de protección implica una modificación de los hábitos de vida a partir de los 50 años, es decir, muchos años antes de la aparición de los síntomas clínicos.

Participaron en este estudio 1432 personas de 50 años desde el año 1972 con exploraciones cognitivas en 1998 y 2005-2008. Los individuos que realizaban actividad física al menos dos veces a la semana tuvieron menos riesgo de padecer una demencia que las personas inactivas. Este efecto protector se manifiesta independientemente del sexo o el riesgo genético de las personas que participaron en el estudio. El grupo que más se benefició del efecto protector fueron las personas con sobrepeso.

Así que practicar algún tipo de actividad física después de los 50 años es beneficioso para retrasar la aparición de la demencia.

Fuente: Alzheimer and Dementia

LOGRAN RALENTIZAR LA FORMACIÓN DE LAS PLACAS QUE MATAN LAS CÉLULAS EN EL ALZHEIMER

Científicos de la Universidad de Michigan (UM), en Ann Arbor, Estados Unidos, han aprendido cómo reparar una estructura celular llamada aparato de Golgi que misteriosamente se fragmenta en todos los pacientes con Alzheimer y parece ser una de las principales causas de la enfermedad. Estos expertos dicen que entender este mecanismo ayuda a decodificar la formación de placas de amiloide en los cerebros de pacientes de Alzheimer, que son las que matan las células y contribuyen a la pérdida de memoria y otros síntomas de la patología.

Los investigadores descubrieron el proceso molecular detrás de la fragmentación de Golgi y también desarrollaron dos técnicas para "rescatar" esa estructura. "Utilizaremos esto como una estrategia para retrasar el desarrollo de la enfermedad - describe uno de los autores, Yanzhuang Wang, profesor asociado de Biología Molecular, Celular y de Desarrollo de la UM-. Ahora entendemos mejor por qué se forma rápidamente la placa en la enfermedad de Alzheimer y hemos encontrado una manera de frenar este proceso".

Fuente: Europa Press

LA SOLEDAD ALTERA EL CEREBRO

La soledad prolongada en la edad adulta produce alteraciones cerebrales y un déficit de aprendizaje. Así lo han comprobado en unos ratones de laboratorio investigadores de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) y la de Murcia.

Según los resultados publicados en la revista *Neurobiology of Learning and Memory*, este aislamiento social provocó en los roedores una reducción del volumen del hipocampo, una región del cerebro fundamental para el aprendizaje y la memoria.

Aunque las conclusiones no se pueden extrapolar al ser humano, los investigadores sugieren algunos posibles paralelismos. "Esta investigación podría indicar que las relaciones sociales de las personas, sobre todo mayores, posiblemente representan un factor importante a tener en cuenta para que nuestro cerebro se mantenga sano y que la función cognitiva no se deteriore o lo haga más despacio cuando envejecemos", explica el científico de la UNED.

Fuente: ABC.es

RECORDAR EVENTOS PASADOS AYUDA A MANTENER LA MEMORIA ACTIVA

El doctor Richard G.M. Morris, director del Centro de Estudios Cognitivos y Sistemas Neurales de la Universidad de Edimburgo, que ha impartido una conferencia en el Centro de Investigación Médica Aplicada (CIMA) de la Universidad de Navarra, ha afirmado que "recordar eventos pasados ayuda a mantener la memoria activa".

El experto considera que la memoria es "muy importante" para el ser humano. "Es como un pegamento que mantiene unidos muchos de los aspectos de nuestras vidas y que nos permite pensar en el pasado, planear el futuro y nos distingue del resto de las personas. Hay grandes diferencias entre recordar eventos y desarrollar habilidades", indica, para añadir que "esto hace distinguir entre dos tipos de memoria: recordar, por ejemplo, qué has desayunado (memoria episódica) es muy diferente a recordar cómo ir en bicicleta (memoria procedural)". "En ambos casos intervienen distintas áreas cerebrales", dice.

Morris ha explicado, que cuando se almacena un recuerdo se suceden diversos cambios bioquímicos y estructurales en el cerebro. "Y en casos de enfermedades neurodegenerativas, como en la enfermedad de Alzheimer, se producen alteraciones en estas vías que afectan a áreas implicadas en los procesos de memoria y aprendizaje", ha indicado.

Del mismo modo, se ha sugerido que "mantenerse en buen estado físico puede contribuir a mantener un cerebro sano: realizar ejercicio es bueno, igual que comer bien". "Es parte de la disciplina para mantenerse cognitivamente en buen estado", ha comentado el especialista.

Fuente: Europa Press

Chamai
Gestoría de servicios

Servicios:

- Animación Infantil
- Castillos hinchables
- Iluminación y sonido
- Representaciones artísticas
- Organización de eventos
- Gestión de cualquier servicios que necesites

fb.com/chamai.gs
@chamai_

629 156 841 **www.chamai.es**
info@chamai.es



Talleres JOPAFE, S.L.

RECTIFICADOS • RECAMBIOS DE MOTOR

Ctra. Alcantarilla, 144 - 30166 NONDUERMAS (Murcia)
Tlfs. 968 25 18 82 - 968 25 19 11



FERRETERIA
Zapata S.L.

Carretera de Mula, nº 1 - 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléfonos 968 89 18 88 - 968 89 45 74 - Fax: 968 89 18 88
ferreteriazapata@gmail.com



Europea de
Estanterías
s.l.

Avda. Ciudad de Almería, 151
30010 - MURCIA
Tlf. 868 04 39 33 Fax 868 04 39 32
europeadeestanterias@gmail.com
Cif. B73783631

Restaurante
Extremeño

Avda. de Lorca, 124 - SANGONERA LA SECA (Murcia)
Teléf. 968 80 16 70 - **www.restauranteextremeño.es**

PANADERÍA CONFITERÍA



Garquez

C/. Mayor, 165
Telf.: 968 80 02 29
30820 ALCANTARILLA (Murcia)



Silvia Cesteros Fernández
Psicóloga Col. N. 1891 - Mu

Terapia dirigida a:

- Adultos
- Adolescentes
- Niños

C/ Dr. Antonio Mesa del Castillo, 1 - 6º G
30012 Murcia
Telf.: 695 925 034

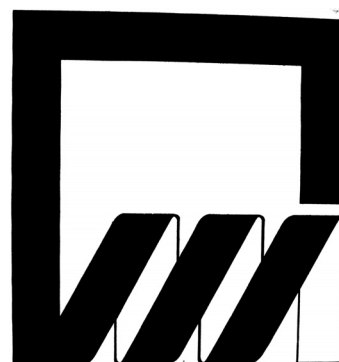
HAMBURGUESAS • HOT-DOGS
BOCADILLOS • ENSALADAS
SANDWICH



la boca te lía
MÁS QUE BOCADILLOS

TELÉFONO 968 93 80 05

SUPERMERCADO



madrugas

C/. De la Cruz, 1 - Telf. 868 91 60 88
ALCANTARILLA (Murcia)
www.madrugas.es

TOMAS ALBURQUERQUE SÁNCHEZ

Mayorista de Vinos

C/. Mayor, 259
Teléfonos: 968 80 08 72 - 968 80 05 70
30820 ALCANTARILLA (Murcia)



MEMORIA ACTIVIDADES 2013

- **Programa de Información, Orientación y Asesoramiento:** Desarrollado por el Trabajador Social de la Asociación, y dirigido a todas aquellas personas que acudan a realizar cualquier tipo de consulta en relación a nuestro ámbito de atención e intervención.
- **Programa de Atención Psicológica:** Dirigido a enfermos y familiares, tanto para orientar como para intervenir a nivel psicológico y conductual cuando así sea solicitado por los familiares, o lo consideren oportuno los profesionales de la entidad.
- **Jornadas de Formación para Voluntarios, Familiares y Estudiantes:** Desarrollado con la intención de acercar los conocimientos sobre la enfermedad de Alzheimer, sus tratamientos y los recursos existentes para abordarla, tanto a familiares, como voluntarios, así como estudiantes y cualquier otra persona interesada.
- **Actividades Benéficas y de Sensibilización y Concienciación:** Estas actividades son desarrolladas con el objetivo de concienciar y sensibilizar a la opinión pública sobre la problemática social de la enfermedad de Alzheimer. Además, se realizan distintas actividades con el fin de obtener fondos para continuar financiando los servicios que AFADE ofrece.
- **Participación en diferentes estudios e investigaciones:** A lo largo del año 2013, AFADE-Alcantarilla ha colaborado con diferentes entidades e investigadores, en el desarrollo de estudios que nos ayudan a conocer más sobre la enfermedad de Alzheimer, con el fin de mejorar la calidad de vida de todas las personas afectadas por esta patología.
- **Servicio de Fisioterapia a Domicilio:** Este servicio es llevado a cabo con la intención de poder atender a nivel físico y fisioterapéutico, a aquellas personas que bien, por el propio momento de evolución de la enfermedad, bien por sus condiciones socio-familiares, no pueden acudir al Centro a recibirlo.
- **Servicio de Estancias Diurnas especializado en el tratamiento de personas con enfermedad de Alzheimer y otras Demencias:** El objetivo de este centro es ofrecer una atención terapéutica, especializada e integral, para ralentizar los efectos negativos de la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencias, trabajando por lograr las mayores cotas de bienestar y calidad de vida posibles tanto en las personas que padecen directamente la enfermedad, como sus familiares y cuidadores principales. Dentro de Este Servicio, se desarrollan las siguientes actividades:
 - Programa de Estimulación Cognitiva.
 - Programa de Atención Física-Fisioterapéutica.
 - Programa de Terapias Naturales.
 - Programa de Atención Sanitaria.
 - Programa de Atención Social.
 - Actividades socio-culturales.
 - Comedor.
 - Transporte.
 - Podología.
 - Peluquería.
 - Baños Geriátricos.
 - Etc.

AFADE en imágenes. Memoria de Actividades

- **Programa de Voluntariado:** Este programa se encuentra abierto a toda aquella persona que desee colaborar, de forma desinteresada, con AFADE-Alcantarilla.

Los voluntarios, en función del perfil y formación que presenten, participan en las actividades de la asociación, apoyando a los distintos profesionales en la atención a la personas, tanto en el centro de estancias diurnas, como en los domicilios. Además, apoyan en la realización de actividades de sensibilización y concienciación, así como en aquellas desarrolladas para la captación de fondos. Los voluntarios de AFADE-Alcantarilla, antes de comenzar su labor, reciben una pequeña, pero precisa, formación, que les ayuda a desarrollar su papel de forma efectiva.



Obra de Teatro Benéfica “Los Pelópidas” Grupo de Teatro Arrixaca (Mayo 2013)



IX Marcha Solidaria (Mayo 2013)



Convivencia Solidaria (Junio 2013)



AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Gala Benéfica Academia M^a Dolores Riquelme (Septiembre 2013)



**II Ruta Senderista Solidaria
(Septiembre 2013)**



**Visita Director General de Personas Mayores
del IMAS y Concejala de Servicios Sociales
(Septiembre 2013)**



Día Mundial del Alzheimer (Septiembre 2013)



XIII Cena Benéfica (Octubre 2013)



Gala Benéfica de Cante, ofrecida por José Domingo y Amigos (Octubre 2013)



II Fiesta Solidaria Infantil de AFADE, con la Colaboración de Chamai (Octubre 2013)



Obra de Teatro de Navidad (Diciembre 2013)



AFADE en imágenes. Memoria de Actividades



Fiesta Carnaval CD (Febrero 2014)



Gala Benéfica Nuevo Ballet Flamenco de Murcia (Marzo 2014)



Jornadas de Formación (Abril 2014)



Terapia con Animales en CD, con la colaboración del Centro Centauro-Quirón (Abril 2014)

ACTIVIDADES DE AFADE-ALCANTARILLA 2014

- **X Marcha Solidaria.** 9 de Mayo de 2014, 11.00 horas.
- **Fiesta de Verano en el Centro de Día de AFADE.** de Junio de 2013, 11.00horas.
- **Misa Huertana en Memoria de los Difuntos por la Enfermedad.** de Septiembre de 2014, 11.30 horas, Parroquia Nstra. Sra. de la Asunción. (Alcantarilla)
- **Mesas Petitorias e Informativas,** con Motivo del Día Mundial del Alzheimer (21 de Septiembre). 19 de Septiembre de 2014, Calle Mayor (Alcantarilla).
- **Gala Benéfica de Baile,** a cargo de la Academia de M^a Dolores Riquelme. 19 de Septiembre de 2014, 20.30 horas, Centro Cultural Infante Elena (Alcantarilla).
- **III Ruta Senderista Solidaria de AFADE.** 21 de Septiembre de 2014, lugar por determinar.
- **XIV Cena Benéfica de AFADE-Alcantarilla.** 3 de Octubre de 2014 Restaurante Mesón La Torre (Puente Tocinos)
- **III Fiesta Infantil de AFADE,** organiza CHAMAI Servicios. 18 de Octubre de 2014. Lugar por determinar.

ADEMÁS, SEMANALMENTE AFADE TE OFRECE:

- Taller de Yoga.
- Taller de Relajación.
- Clases de Pilates.
- Clases de Salsa.
- Taller de Biodanza.

Y mucho más... ven y consulta nuestra programación mensual.

SABÍAS QUE...

Sabías que...

La dieta que contiene los ácidos grasos presentes en el pescado, el pollo y las ensaladas, y evita las grasas saturadas de la carne y los lácteos puede beneficiar la conservación de la memoria y el pensamiento, según un artículo que publica hoy la revista Neurology.

Sabías que...

La lectura estimula la actividad cerebral, fortalece las conexiones neuronales y aumenta la reserva cognitiva del cerebro, un factor que se ha demostrado ser protector ante enfermedades neurodegenerativas

Sabías que...

24 Millones de ciudadanos de la Unión Europea sufren Alzheimer, y que cada 7 segundos se detecta un nuevo caso, es decir, 4,6 millones de nuevos enfermos cada año.

Sabía que...

La administración de Glucosa o Insulina en pacientes con Alzheimer puede hacer mejorar su memoria. Las personas que padecen diabetes tipo 2 tienen un riesgo más elevado de padecer alzhéimer, si bien la administración de glucosa o insulina en pacientes con esta enfermedad neurodegenerativa puede hacer mejorar su memoria y su capacidad de adquirir conocimientos, según ha apuntado la doctora Suzanne de la Monte, investigadora del Hospital Rhode Island de EEUU.

LA TERAPIA OCUPACIONAL Y FISIOTERAPIA EN CASER RESIDENCIAL

La Terapia Ocupacional y Fisioterapia son dos servicios claves en la calidad asistencial de Caser Residencial.

La **Terapia Ocupacionales** el uso terapéutico de las actividades de auto cuidado, trabajo y juego para incrementar la independencia, aumentar el desarrollo prevenir la incapacidad y ralentizar el deterioro, aumentando así la calidad de vida de nuestros mayores. Estas intervenciones que la Terapia Ocupacional ejecuta a diario en Caser Residencial busca lograr un ambiente facilitador y actividades que sean acordes a las habilidades de nuestros mayores para que conserven o restablezcan su desempeño ocupacional.



La **Fisioterapia en Caser Residencial** se centra en dos áreas:



– **Área preventiva**, dónde se trabaja con los residentes que no presentan una patología específica con el fin de prevenir y retrasar la pérdida de autonomía. Actividades como Gerontogimnasia son las que ayudan a conservar un buen estado físico.

– **Área terapéutica/rehabilitadora**, realizando sesiones de rehabilitación específica para personas con afecciones concretas, tales como fracturas, afecciones neurológicas, ACV, enfermedad de Alzheimer, etc.

En Caser Residencial ofrecemos a las personas mayores que lo necesite **la posibilidad de disfrutar de sus servicios de forma temporal o permanente**, según sean las necesidades que se presenten a cada persona.

Caser Residencial en la Región de Murcia:

Caser Residencial Santo Ángel, se encuentra en la pedanía de Santo Ángel, Murcia. Un recurso convivencial mixto, con 154 plazas residenciales, 100 de ellas concertadas, Unidad de Psicogeriatría, 24 plazas de centro de día y 65 apartamentos tutelados.

Y **Caser Residencial Alameda**, ubicado en Lorca, es un centro compuesto por 135 plazas residenciales, de las que 100 están concertadas con el IMAS.

Están todos invitados a conocer nuestras instalaciones. Sólo así percibirán la calidad de los servicios que prestamos.

CASER RESIDENCIAL OFRECE CONDICIONES ESPECIALES PARA LOS SOCIOS DE AFADE



AFADE-ALCANTARILLA AUMENTA SU COLABORACIÓN CON LA DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAS MAYORES DEL INSITUTO MURCIANO DE ACCIÓN SOCIAL (IMAS)

IMas instituto murciano
de acción social



Desde el 1 de Abril de 2014, la Dirección General de Personas Mayores del IMAS, ha aumentado el número de plazas que actualmente ya tenía concertadas, en el Centro Terapéutico de Estancias Diurnas de AFADe-Alcantarilla. Esta es una noticia muy celebrada por nuestra entidad, ya que por un lado, permite dar mayor cobertura a la gran demanda de plazas concertadas que tiene el centro, y por otro, es prueba de la gran confianza que la Administración Pública deposita en AFADe-Alcantarilla para el tratamiento especializado de las personas afectadas por enfermedad de Alzheimer y otras Demencias.

Gracias por vuestra confianza!

¡¡Aún quedan plazas libres!!



Para recibir más información al respecto, dirígete sin ningún compromiso a las oficinas de AFADe-Alcantarilla (C/Carmen, nº 23, 30820, Alcantarilla), o llama al 968895918.

La Copistería

DE ALCANTARILLA

C/. Murillo, 1 B (Junto Alejo TV)

30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Tel. y Fax: 968 89 66 33 - Móvil: 690 84 09 13

lacopisteriadealcantarilla@gmail.com



C/. Doctor Marañón, 1, bajo
Alcantarilla (Murcia)
Telf.: 968 80 74 66

C/. San Antonio, 9 bajo
Murcia
Telf.: 968 21 94 73

www.delfi-peluqueros.com
delfi@delfi-peluqueros.com

centro de yoga
SHAKTI
desarrollo integral

C/ Mariana Pineda, 25 · Alcantarilla

Tf.: 607 99 36 47

gineshakti.blogspot.com



Ctra. Nacional 340, nº 191

Telf. 968 93 62 71

30565 Sangonera La Seca (Murcia)

antonio@pcuestablanca.com



C/. Mayor, 22

30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Teléfono 968 891 145 - Fax 968 893 745

Higiene Industrial, Hostelería,
Industria, colectividades, etc.

ProquicelHigiene S.L.

- Productos químicos • Celulosas
- Complementos (para baño)
- Vasos y envases de Plástico
- Productos de Limpieza en general

info@proquicelhigiene.com
C/ Enrique IV, nave 4
30035 Sangonera La Seca

Tel. y Fax: **968 89 25 79** Móvil: **629 514 819**

TOISON

JOYERÍA
REGALOS
DECORACIÓN

Mayor 110 Ed. Boulevard Telf. 968 89 10 44 30820 Alcantarilla / Murcia

PROFESIONALES Y VOLUNTARIOS CON VOCACIÓN

Llegó a media mañana, puntual a nuestra cita. Lo primero que percibí cuando se sentó frente a mí para la entrevista, fue su ansiedad por transmitir lo que la impulsaba a solicitar un voluntariado en Afade y su agradecimiento por que la recibiésemos, dándole así la oportunidad de hacernos llegar su sentir, su interés y motivaciones. A lo largo de nuestra conversación pude extraer dos conclusiones; la primera la expreso verbalmente y hacía referencia a su necesidad personal de realizar voluntariado. Para la segunda conclusión no tuve que escucharla porque eran sus ojos los que me decían que estaba ante una persona que profesional o voluntariamente, debía dedicar tiempo a la participación social y que era plenamente consciente de que ello le reportaría tanta satisfacción personal, como bienestar fuese capaz de aportar al colectivo con el que colaborara.



A lo largo de estos años me he encontrado con muchos profesionales que han realizado bien su trabajo, que se han formado para poder desempeñar su tarea eficazmente, que han ido desarrollando habilidades que les facilitan su día a día; y seguro que si ustedes se encuentran con alguno de ellos lo califican como una persona competente. Pero podemos tener más. También me he encontrado con voluntarios y profesionales que persiguen igualmente realizar un trabajo de calidad pero además sus horarios son flexibles, sus logros no se miden con estadísticas porque no están conformes si no llegan a todos los individuos, dedican más tiempo a pensar como mejorar su trabajo que a felicitarse por el ya realizado, y además buscan en la mirada de los usuarios el brillo que les permitirá irse a casa satisfechos de su labor.

Las personas que conocen la enfermedad de Alzheimer saben lo duro que es el proceso que deben recorrer los familiares y profesionales que les cuidan y tratan. Por ello en nuestra asociación las puertas se abren de par en par cuando encontramos personas que necesitan dar tanto como otros necesitan recibir, que además buscan calidad en la tarea que han de desempeñar y que son conscientes de que el protagonista de su acción es el usuario y su familia.

Hoy, a pesar de las dificultades económicas que imperan en nuestro país, del abandono generalizado para las causas sociales que mantiene la clase política, en Afade nos enorgullecemos de seguir adelante. Y una de las razones que hacen esto posible es sin duda la dedicación vocacional de su equipo de profesionales y voluntarios, que a pesar de la adversidad continúan en su empeño de posibilitar un camino digno y de calidad a nuestros mayores.

VICENTA MARTÍNEZ PARDO
Pedagoga de AFADE



MAYORES Y PEQUEÑOS JUNTOS

Hace unos meses visitaron el centro de día AFADE dos clases de primaria del colegio "Nuestra Señora de la Salud" de Alcantarilla.

El equipo completo de profesionales preparamos las actividades para que todos juntos pasáramos una mañana diferente con una gincana de actividades. Se realizó con ilusión y esperábamos que fuera una bonita experiencia. Y así fue, las emociones de los niños salieron a la luz; el cariño y el arropo de los mayores deslumbraba en el centro. Hubo un intercambio generacional donde todos aprendimos de todos. Con el trascurso de la mañana era evidente el grado de satisfacción en los rostros de nuestros usuarios y de los alumnos del colegio, los mayores rodeados de tanta vitalidad estaban motivados con las actividades; los niños mostraron desde el primer momento un respeto hacia los mayores y en sus caras se reflejaban alegría.

Hace poco recibimos un obsequio por parte del colegio, no nos lo esperábamos, se trataba de un libro donde cada niño describía su experiencia; creo que estas palabras lo describen todo: "Estoy encantada de haber visitado Afade y de estar alrededor de tantas personas mayores y verlas sonreír, eran todos muy simpáticos y cariñosos; era como estar con nuestros abuelos, a ver si volvemos a repetir esta excursión". Por tanto, esta iniciativa que hemos realizado con el objetivo de que tuvieran un contacto con la enfermedad de Alzheimer ha sido muy positiva y de gran beneficio para todos y esperamos que se realice en más ocasiones.

MARIBEL SÁNCHEZ TAUSTE
Terapeuta Ocupacional de Afade

Nuestro trabajo es tu seguridad

Pasaje Antonio López Almagro, 2
Apartado de Correos 454
Telf. 968 61 19 96 - Fax 968 64 04 84
MOLINA DE SEGURA
evafernandez@evaseguros.com

www.evaseguros.com

La Merced

Servicios Funerarios

Y su seguro de decesos en:


CARRILLO MEDIACION
Agencia de Seguros

Traslados Inmediatos y Gratuitos a Tanatorios de toda la Región

ASISTENCIA
INMEDIATA

902.197.616

24H.

C/. Beato Andrés, s/n. Alcantarilla MURCIA (Tras Iglesia San Pedro) - Tlf.: 968 80 20 73 - Fax.: 968 89 56 61

CERVECERÍA

el esquina 20



Plaza Adolfo Suárez
Telf. 868 959 003
ALCANTARILLA



EL ÚLTIMO CAFEMUSICRESTAURANT

DESAYUNOS • ALMUERZOS • CENAS
COPAS • CUMPLEAÑOS
CENAS DE EMPRESA
DESPEDIDAS DE SOLTER@
CÁTERING

Plaza Los Técnicos, s/n. 30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 696 43 97 99 - 968 83 63 89



PONTE EN MIS ZAPATOS

La enfermedad de Alzheimer supone una pérdida progresiva de las capacidades cognitivas junto con la presencia de alteraciones de conducta y emocionales. En numerosas ocasiones, éstas últimas no pueden separarse de las primeras, sino que suponen una respuesta "normal" y "coherente" ante una realidad que, aunque no lo sea, la persona vive como frustrante o amenazante. Ejemplos de situaciones prototípicas podrían ser:

- Desorientación espacial: a lo largo del día, el enfermo de Alzheimer puede sufrir más de un episodio de desorientación espacial. De repente, no reconoce el entorno, no sabe dónde está. Su respuesta conductual, generalmente, gira en torno a "querer irse a casa", y ahí es donde centran todas sus energías, por lo que, ante una negativa en sus intentos, pueden acabar respondiendo con agresividad. La emoción que subyace a esto es el miedo, y el querer irse a casa no es más que un esfuerzo por restablecer el sentimiento de seguridad a través de la búsqueda de un entorno conocido.

- Anomia: incapacidad total o parcial para evocar correctamente los nombres. Muchas veces, el enfermo de Alzheimer sabe qué necesita y se encuentra con la incapacidad de poder expresarlo. No son capaces de articular correctamente las palabras y en numerosas ocasiones su lenguaje es totalmente incoherente, para ellos y para quien les escucha. Generalmente, esta situación provoca sentimientos de impotencia y frustración que, a veces, proyectan hacia el interlocutor mostrando una respuesta agresiva hacia el mismo.

- Funciones Ejecutivas: capacidad de planificar y llevar a cabo una acción. En ocasiones, algo tan sencillo como tener la necesidad de ir al baño puede ser una situación angustiosa para un enfermo de Alzheimer. Pueden sentir la necesidad, pero no son capaces de pedirlo o de emprender los pasos necesarios para llevar a cabo la acción de forma independiente. Suelen mostrarse nerviosos y agitados.

- Afasia comprensiva: pérdida de capacidad para comprender el lenguaje. Las dificultades para comprender a los demás, y por tanto, para entender qué necesita el otro de mí, qué me está pidiendo o qué espera que haga suele generar sentimientos de frustración y rabia.

Desde esta realidad, que es la suya, resultan comprensibles determinadas respuestas, y desde esa comprensión, más sencillo el manejo de nuestras reacciones y, por tanto, nuestra capacidad de prevenirlas/solventarlas.

Que no se nos olvide ponernos en sus zapatos.

SILVIA CESTEROS FERNÁNDEZ

Psicóloga de "AFADE"

CLASES DE BIODANZA



SE REALIZAN EL ÚLTIMO VIERNES DE CADA MES

PRECIO: 10€/Sesión



ARMONÍA Herbolario

**FLORES BACH
REEQUILIBRIOS ENERGÉTICOS**

C/. Mayor, 153 (Plaza Nueva Las Palmeras)
30820 ALCANTARILLA (Murcia)

Puede que los recuerdos sean como una vieja cinta de cassette en la que indagas y encuentras ese momento de nostalgia que te tele-transporta a tu pasado.

Muchas veces los tenemos guardados acumulando polvo, pelusa y olvido. Otras veces, como en el caso del Alzheimer, es imposible que podamos recordar aquellos momentos de nuestra vida, aunque queramos. Se provoca un lío engorroso en la cinta que es imposible de arreglar. Rebobinar resulta imposible y ningún bolígrafo BIC es capaz de poner los recuerdos en su sitio (aunque siempre podamos escuchar alguno).

No creo que siempre se deba sacar este aspecto negativo. Mi moraleja es que detrás de la cara A siempre queda la cara B. Y el contenido puede que no se sienta, que no se escuche ni se palpe, pero sigue estando ahí, dentro de cada uno de ellos.

Igual que los cassettes quedaron anticuados y fueron mejorados con el tiempo por las últimas tecnologías, tengo claro que sucederá lo mismo con el Alzheimer. Aunque aún debemos trabajar y poner todos de nuestra parte para que se encuentre su cura rápidamente llegará el día en el que se quede en eso, una maldita y extinta enfermedad.



MARIANO ARQUES MENGUAL
Fisioterapeuta de Afade



MedicalCañada

suministros médicos



C/. Júbilo, s/n. Nave C6 • 30169 Pol. Ind. Oeste. San Ginés. Murcia
Telf.: +34 968 80 18 35 • Fax: +34 968 82 64 15
www.medicalcanada.es

INSEL S. C. L.

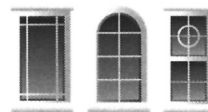
Instalaciones Eléctricas

C/. Teruel, 13 bajo • Telf.: 968 801 476 • Fax: 968 801 476
E-mail: insel.scl@terra.es



Plaza de la Paja, 3. Bajo
30002 Murcia
Telf. 968 90 89 30
despacho@nicolasizquierdo.es
nicolasizquierdo.es

Carpintería Metálica
JOSE MARÍA



- HIERRO • ALUMINIO • ACERO INOX. • PVC
- MOSQUITERAS • PUERTAS SECCIONALES
- PUERTAS ACORAZADAS
- MAMPARAS DE BAÑO Y DUCHA

Avda. San Ginés, 139 - 30169 San Ginés (Murcia)
Telf. 968 881 981 • www.carpinteriametalicajosemaria.es

TALLER DE VENTA Y REPARACION DE FURGONES FRIGORIFICOS Y LONAS



INSTALACIONES EN
SANGONERA LA SECA (MURCIA)

SERVICIO OFICIAL



INSTALACIONES EN
ANTAS (ALMERIA)



Estilista

CEREMONIA COMUNIÓN

Telf.: 868 94 93 20

C/. Alcalde Francisco Palacios y Parra
Plaza Adolfo Suárez
30820 Alcantarilla - Murcia
E.mail: mariolaalegria@hotmail.com
www.mariolaalegria.com



CARPINTERÍA DE ALUMINIO, HIERRO
Y ACERO INOXIDABLE

Avda. San Ginés, 137 - 30169 SAN GINÉS
Teléf. 968 88 04 80 - Fax 968 88 06 56
cejhernandez@regmurcia.com

Seguimos cumpliendo años, con la agradable y esperanzadora sensación, de que algo grande va creciendo a nuestro alrededor... AFADE!

Después de tantos años de lucha y entrega, y a pesar de que intenten arrancarnos cualquier atisbo de esperanza y alegría, sumiéndonos en un letargo de desánimo e inquietud, pienso que debemos detenernos, en nuestra ardua labor diaria, para celebrar y disfrutar lo que AFADE-Alcantarilla ha logrado. Creo, que es importante reconocer y valorar lo que se ha conseguido, aún más cuando no cesan de repetirnos que son tiempos difíciles. Nuestra Asociación crece, y no solo en tamaño, sino también en calidad, cariño, entusiasmo, esperanza... y todo esto es mérito de aquellas personas que creen, o algún día creyeron, en AFADE: usuarios, familiares, colaboradores, socios, voluntarios, administración pública y, como no, profesionales. Todos vosotros sois los verdaderos artífices que hoy, aunque solo sea por un momento, podamos detenernos a admirar y disfrutar lo que se ha logrado. Y con ello, no significa que nos detengamos aquí, siendo conformistas, sino que este receso nos sirva a la vez, para llenarnos de aire fresco, renovando ilusiones y esperanzas que nos ayuden a continuar, día tras día, dejándonos la piel por mejorar la calidad de vida y el bienestar de todas aquellas personas afectadas por esta terrible enfermedad, llamada Alzheimer. Con vuestro apoyo y confianza, seguiremos adelante a pesar de las adversidades, pues jamás cesaremos en nuestro gran objetivo: preservar, superando la crueldad de esta enfermedad, la dignidad de todas las personas que la padecen.



RUBÉN CARRIÓN MARTÍN
Trabajador Social de AFADE



Hotel * * * Restaurante
La Paz

Autovía del Mediterráneo - Salida 647
SANGONERA LA SECA (Murcia)
Teléfs. 968 80 13 37 - 968 89 15 29



Un año más llega el momento de comunicarnos con todos vosotros.

Somos el equipo de Auxiliares Sanitarios de AFADE, que como ya sabéis, nos encargamos de atender las necesidades básicas de nuestros usuarios (higiene, alimentación, hidratación, eliminación...) y junto a nuestra compañera Tatiana, nuestra enfermera, cuidar todos los aspectos en cuanto a necesidades sanitarias se refiere. Pero todo esto es bien sabido, ya nos conocéis.

Por eso este espacio lo queríamos dedicar a otros aspectos de nuestro trabajo.

En ocasiones nos hacéis comentarios del tipo - "¡Que paciencia tenéis que tener para trabajar allí!" - o - "¡Que buenas personas tenéis que ser para estar trabajado con estos enfermos!". Qué duda cabe de que para trabajar y disfrutar con este trabajo tiene que haber una "vocación".

Ya son muchos años los que estamos los tres trabajando en esta asociación (unos más que otros) pero no dejamos de ser profesionales con una formación básica y continua en un ambiente cada vez más adaptado a nuestros usuarios, rodeados con los mejores profesionales dedicados sola y exclusivamente a ellos durante toda la jornada.

Hoy queremos reconocer la paciencia que tienen los familiares de estos enfermos cuando en casa les hacen alguna "trastada", cuando desobedecen a cosas que para los demás son de lógica, cuando cada día cogen una nueva manía, cuando retrasan la ajetreada vida que todos llevamos... y todo mientras se olvidan de sus hijos, de sus nietos, de ellos mismos. Y aun así, no les falta el cariño, el humor y el interés por su bienestar. Eso para nosotros sí tiene mérito.

NO TODO EL MUNDO ESTÁ PREPARADO PARA TENER UN ENFERMO DE ALZHEIMER EN CASA.

Y nosotros lo sabemos, por muchos años que estemos trabajando aquí, nunca dejaremos de elogiar y agradecer VUESTRA PACIENCIA.

*Loles Balsalobre, M^a Luisa Sornichero y Félix Nicolás.
Auxiliares de AFADE*



OIKOS - PRAXIS

CONSULTORES PROFESIONALES, S.A.L.

CAMPAÑA RENTA 2013
CONFIE SU DECLARACION EN
NUESTRA PROFESIONALIDAD

C/ Mayor, 262 - Teléf. 968 80 50 01
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
www.oikospraxis.com

FABRICA DE ESCAYOLA LOS MELLIZOS

Techos desmontables y decorativos

Tabiquería de pladú

Techos de pladú y escayola

Aislamientos acústicos y térmicos

Perfiles, herramientas y accesorios para escayola, yeso y pladú

968 80 16 76 C/Perito Agrícolas Juan Lopez Garcia 35

638 86 12 63 (espaldas clinica S. José) 30.820 Alcantarilla (Murcia)



Nuestras Legumbres

Ctra. de Mazarrón, Km. 2 - 30120 El Palmar (Murcia)

Teléfonos: 968 88 10 98 / 968 88 12 66 - Fax: 968 88 63 74

e-mail: administracion@legunbresfuensantica.com



EMPRESA MANTENEDORA Nº 10
EMPRESA INSTALADORA Nº 34

EXCLUSIVAS LEO S.L.

VENTA Y MANTENIMIENTO EXTINTORES
MATERIAL CONTRA INCENDIOS



C/. Río Ebro, 13 • Tel. y Fax: 968 89 12 92
30835 SANGONERA LA SECA (Murcia)

**Panadería
Confitería**

MAGUEZ, S.L.



Teléfs. 968 80 18 90 - 868 94 91 99

C/ Estación, 48 - ALCANTARILLA (Murcia)

**JUAN JOSÉ
MARTÍNEZ MARTÍNEZ**

**PRODUCTOS DE
LIMPIEZA**

Avda. de las Eras, 58
30509 Molina de Segura
MURCIA



Cafetería

Avda Reyes Católicos • Edif. Mirador del Segura • ALCANTARILLA

CENTRO DE DÍA TERAPÉUTICO



y especializado en Alzheimer y Demencias
AFADe es:

- Un recurso socio sanitario asistencial, donde se realizan actividades adaptadas para ralentizar el deterioro que provoca la enfermedad, y que permite a sus familiares desarrollar una vida social y laboral, dentro de unos límites más normales, proporcionando si es posible una mayor dignidad al enfermo y una mejor calidad de vida a sus familiares.

HORARIO CENTRO DE DÍA:

- **De Lunes a Viernes:** de 9,00 a 18,00 h.
(Horario continuado con comida y/o si lo prefiere hasta la 13,30 sin comida).

Con servicios adicionales de peluquería y aseo personal.

... Además: gerontogimnasia, estimulación cognitiva, taller de manualidades, taller de costura, musicoterapia, paseos etc...

C/. Carmen, 23
(Frente Colegio Asunción)
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléf. y Fax: 968 89 59 18
afade_alcantarilla@hotmail.com
www.afade.es

DESEO SER SOCIO

Apellidos.....

Nombre.....

Calle.....

N.º.....Piso.....

Teléf.....

Localidad.....C.P.....

Provincia.....

N.I.F.....

Familiar de Enfermo de Demencia:

☐ Si ☐ No

Cuota de Socio.....

☐ Al semestre ☐ Al año

Autorizo al Banco/Caja, para que cargue hasta orden en contrario los recibos de AFADe, en mi cuenta.

Entidad Oficina DC N.º Cta.

Fecha..... Firma

DESEO REALIZAR UN DONATIVO

DE..... Euros.

Puedes hacerlo a través de la siguiente cuenta bancaria:

2043 0005 03 0200517958

Las donaciones desgravan en la declaración del IRPF un 25%.

PANADERÍA



PUCHE ABELLÁN

Camino de la Silla, 70
Teléf. 968 80 18 49
ALCANTARILLA

Calzados
Guillamón



ZAPATOS, BOTAS, MALETAS,
BOLSOS Y CINTURONES

ALCANTARILLA:

C/ Mayor, 17 - Tlf. 968 89 00 21
C/ Mayor, 144 - Tlf. 968 89 20 05

MURCIA:

Torre de Romo, 18 - Tlf. 968 34 41 55



CICLO FORMATIVO DE GRADO SUPERIOR IMAGEN PARA EL DIAGNOSTICO

Centro de carácter privado, homologado por el M.E.C.
según O.M 10-10-97, BOE 17-11-97

Avda. Marina Española, 39 - 30007 Murcia
Teléfono 968 23 29 00

ARTESANOS



CARNICEROS

CARNICERIA - CHARCUTERIA

SABINO

AUTORIZACIÓN SANITARIA 8805077
ESPECIALIDAD EN TERNERA, CABRITO Y CORDERO LECHAL
"EMBUTIDOS CASEROS"

Encargos: 968 800 438

C/ Mayor, 131
ALCANTARILLA (Murcia)

aco artinez
Realizador de Sueños
www.realizasuenos.com
realizasuenos@gmail.com
620 26 18 83 - 968 89 52 66



Floristería Antonia 2

C/. La Cruz, 2
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Teléf. 968 89 09 54

CESIL

CENTRO PSICOLÓGICO Y
LOGOPÉDICO

Infantil y Adultos

AURORA AULLÓ CARRILLO Y
ANA LÓPEZ SANDOVAL
PSICÓLOGAS Y LOGOPEDAS

C/ Cartagena, 23
30820 ALCANTARILLA (Murcia)
Telf. 968 89 09 78

AL AYUNTAMIENTO
DE ALCANTARILLA A
TODOS SUS
COMPONENTES

A LA CONSEJERÍA DE
SANIDAD, POLÍTICA
SOCIAL, MUJER E
INMIGRACIÓN
A LA ACADEMIA
LOLA SORNICHERO

A LOS COLEGIOS,
INSTITUTOS Y APAS
POR SU ESTIMADA
COLABORACION EN
LOS EVENTOS QUE
ORGANIZAMOS

A TODO EL
EQUIPO
TECNICO DE
AFADE

A LOS AMIGOS DEL
CURSO DE PEDRO
CAS... POR SU GRAN
SOLIDARIDAD CON
AFADE

A LOS
VOLUNTARIOS DE
AFADE QUE NO
PIERDAN LA
ILUSION Y QUE
SIGAN CON
NOSOTROS

A LAS AMAS DE
CASA QUE SIEMPRE
NOS RESPONDEN
BIEN

A LA UNIVERSIDAD
DE MURCIA

A LOS ARTISTAS
QUE CON SU
PINTURA
COLABORAN EN
LA CENA ANUAL

A LA ACADEMIA DE
BAILE M^a DOLORES
RIQUELME Y A
TODOS LOS PADRES Y
ALUMNOS QUE SERAN
GRANDES ARTISTAS

A LAS
HERMANDADES
UN COLECTIVO
AL QUE LE
TENEMOS
MUCHO CARIÑO

A TODAS LAS EMPRESAS
Y ENTIDADES QUE CON
SU APORTACION HACEN
POSIBLE LA
PUBLICACION DE ESTA
REVISTA.
GRACIAS

A TODOS LOS AMIGOS QUE
SE SIGUEN SUMANDO A
NUESTRA CENA ANUAL.
EL AÑO PASADO SUPERAMOS
LA CIFRA DE 2010
ESTE AÑO SERA EL DIA 5 DE
OCTUBRE EN EL MESON LA
TORRE
OS ESPERAMOS

A LAS EMPRESAS QUE
COLABORAN EN EL
MERCADILLO MEDIEVAL Y EN
LA MARCHA SOLIDARIA CON
SUS PRODUCTOS.

A LOS ARTISTAS
QUE ESTE AÑO SE
HAN VOLCADO EN
LAS GALAS
BENÉFICAS
GRACIAS

A TODAS LAS PERSONAS
QUE REGALAN SU TIEMPO
Y SU SABER, EN LA
CONTINUIDAD DEL
NUEVO CENTRO
DE DÍA
AFADE PARA
PODER SEGUIR.



comprometidos contigo
comprometidos con lo nuestro



ALCANTARILLA - CAMPOAMOR

Mayor, 151 - 30820 Alcantarilla • Tel. 968 20 72 30 - 650 963 965 • Fax 968 89 82 44



En AFADE también se realizan colaboraciones con distintas entidades, subvencionando éstas parte de algunos de los proyectos que desarrolla AFADE. Así actualmente mantenemos acuerdos de colaboración con las siguientes:



Región de Murcia
Consejería de Sanidad
y Política Social



AYUNTAMIENTO DE
ALCANTARILLA

UNIVERSIDAD DE
MURCIA



FUNDACIÓN CAJAMURCIA



Obra Social "la Caixa"



FUNDACIÓN

cajamar