

IDENTIFICACIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA
Nombre
“MEMORIA Y LENGUAJE”
Responsable (Departamento / Área / Delegación)
Responsable del Departamento, Directora Técnica P.B.S: M ^a Eugenia Jiménez Frutos Coordinador del Servicio de Salud: Carlos de Arpe Muñoz. Creación y Mantenimiento del Proyecto, Programa de Logopedia: M ^a Josefa Jiménez Álvarez.
Colaboradores (internos y externos)
El proyecto ha sido realizado a iniciativa del PROGRAMA DE LOGOPEDIA, Del Servicio De Salud, con la colaboración del EQUIPO DE INTERACTIVOS Y COMUNICACIÓN del Ayuntamiento.
Fecha de inicio
El proyecto fue presentado a Dña. M ^a Eugenia Jiménez Frutos, en 2013, DIRECTORA TECNICA del Patronato de Salud y Bienestar Social y a Don Carlos de Arpe Muñoz. Coordinador del Servicio de Salud. Fue aprobado y puesto en funcionamiento y presentado informando a la revista municipal El Siete Días en junio de 2014.
ENFOQUE
Antecedentes
El Proyecto se encuentra directamente vinculado con la actuación Habitos Saludables Y Envejecimiento Activo 151,154, 155 del Proyecto Motor 2.6 Salud y envejecimiento activo, dentro del Eje 4 de Responsabilidad Social. Objetivo General 4.2 Desarrollo de estrategias Preventivas de Bienestar Social en Materia de Salud, Educación, Formación, Empleo y Consumo , en el Plan Estratégico DISEÑA ALCOBENDAS, planteado hasta el año 2020. Cómo surge este proyecto: Dña. M ^a Eugenia Jiménez frutos solicita al programa de logopedia, realizar actividades para un grupos de mayores, posibilidad de curso informativo-formativo. Si bien esta la demanda fue realizada, posteriormente llegué a la conclusión de que podría ser más completo, si además de estos cursos presenciales,

dirigidos a esta población general, para la prevención de dificultades de memoria en los mayores, **el crear una página web**, podría resolver, que pudieran acceder desde casa en cualquier momento que estimen oportuno, **a aplicaciones interactivas y otros materiales imprimibles para la estimulación cognitiva.**

Estos materiales también pueden ser utilizados por profesionales para tratamientos, o para trabajos individuales y/o de grupos. Por ello me dediqué a crear MEMORIA Y LENGUAJE, desde el programa de logopedia del Servicio de Salud del Patronato de Bienestar Social del Ayuntamiento de Alcobendas.

Objeto

Podemos intervenir preventivamente desde la práctica de hábitos saludables para mejorar la calidad de vida y anticiparnos a la aparición de posibles enfermedades degenerativas, pero también con la estimulación cognitiva, **se ha demostrado que las capacidades cognitivas del ser humano se pueden mejorar, tras haber sido entrenadas en tareas de atención, memoria, lenguaje etc.**

Este proyecto consiste en la creación de una página web, un espacio pensado para que adultos y mayores puedan ejercitar sus capacidades cognitivas, de forma sencilla y entretenida, desde casa, donde se incluyen contenidos para trabajar memoria, atención, lenguaje, sopas de letras, lecturas, conocimientos matemáticos y juegos divertidos para estimular la percepción y memoria visual, auditiva, táctil, mejorando así las capacidades cognitivas.

Ofrezco a los profesionales un espacio donde pueden acudir y seleccionar materiales de alta calidad y gratuitos, para sus tratamientos y actividades de estimulación tanto de forma individual o en grupo. Un recurso más, para el trabajo cotidiano.

La actividad mental es buena a cualquier edad. A las personas mayores les ayuda a estimular sus capacidades cognitivas y a envejecer en mejor estado.

Objetivo/s

. Crear un espacio en la web de Salud destinado a adultos y mayores con

dificultades leves de memoria, atención y/o lenguaje.

- . Mejorar la calidad de vida, con estimulación cognitiva y con informaciones de interés para la salud.

- . Ofrecer un acercamiento al uso del ordenador.

- . Aumentar y mantener habilidades mentales de los mayores en el contexto de las nuevas tecnologías dadas las características de la sociedad actual.

- . Ofrecer aplicaciones informáticas a profesionales para que puedan ser utilizadas de forma individual o en grupo. Un recurso más, para el trabajo cotidiano.

- . Ofrecer un espacio concreto para que los mayores puedan estimular la memoria, atención, lenguaje, cálculo, razonamiento, leer y reflexionar sobre temas de salud”

- . Sin tener que cambiar continuamente de página, y que esa búsqueda de páginas les haga perder tiempo y olvidar el objetivo primario.

Criterios:

- . Importante para hacer un uso productivo.

- . Este espacio estará libre de excesiva publicidad. Los materiales seleccionados son gratuitos, de alto valor educativo.

Nuestro objetivo es ofrecer a los adultos un acercamiento al uso del ordenador, y a la utilización de esta herramienta que facilita y potencia el aprendizaje y la memoria, ayuda a centrar la atención, aumenta la motivación y favorece la autonomía.

También facilita la comunicación y se comparte información tanto con grupos de personas de la misma edad como con personas jóvenes, favoreciendo las relaciones intergeneracionales.

Estas aplicaciones respetan el ritmo de aprendizaje y ofrecen refuerzos positivos, en ellas vamos a encontrar muchas estimulación visual y auditiva y animaciones divertidas. Numerosos estudios nos informan de la importancia de “las expectativas y de las creencias que las personas mayores tienen acerca de su rendimiento en memoria”.

La expectativa de que a pesar de la edad se puede mantener o mejorar el rendimiento en memoria, puede conducir a una utilización de estrategias y por tanto menor deterioro de la memoria.

Disponemos de una dirección logopediaencasa@aytoalcobendas.org a la que nos pueden enviar sugerencias que valoraremos, para mejorar y ampliar la página.

Las aplicaciones seleccionadas son utilizadas en educación y en los distintos procesos de intervención en logopedia. Con ellas podemos conseguir más de un objetivo. Por ejemplo, con tareas, de estimulación del lenguaje, siempre vamos a estimular otros mecanismos, perceptivos, memoria, atención o habilidades de lectoescritura.

DESPLIEGUE

Desde que nacemos comienza el proceso de envejecimiento. Es un proceso que se da a lo largo de la vida, “es el ciclo de la vida”. El envejecimiento se manifiesta generalmente a partir del momento de la máxima vitalidad, al finalizar la fase de madurez de los individuos, en la que se produce una declinación natural de las funciones físicas y mentales: pérdida de cabello, audición, agilidad, memoria, aprendizaje....pero no es una enfermedad.

No todos los seres humanos envejecen de la misma forma, ni al mismo ritmo. El estado en el que se llega a esta etapa viene condicionado por factores genéticos, pero también por los cuidados que a lo largo de vida hemos procurado a nuestra salud, la situación socioeconómica, la cultura, todo condiciona nuestro futuro.

Las actuales investigaciones nos hablan de la plasticidad neuronal que nuestro cerebro posee. La pérdida de neuronas no implica necesariamente un deterioro de facultades ya que hay muchos mecanismos que compensan esas pérdidas y se crean nuevas conexiones. Esto implica que pese a los cambios cerebrales que se producen con la edad, el cerebro puede reorganizarse, mantener las funciones cognitivas y desarrollar nuevas habilidades.

“Cuanto más actividad mental le demos al cerebro, dedicando tiempo suficiente a realizar tareas, la mayoría de las personas mayores sanas puede mejorar su rendimiento.

” La estimulación cognitiva tiene como objetivo conservar la capacidad intelectual y enseñar estrategias que permitan enlentecer y compensar los cambios que se producen en el conjunto de operaciones mentales con la edad”.

El programa de Logopedia del SERVICIO DE SALUD, ha creado este espacio en la web de SALUD destinado a la población en general que deseen realizar actividades para mejorar su memoria, atención, lenguaje pero especialmente para adultos con dificultades leves de memoria y/o lenguaje, incluidas las personas mayores, proporcionando acceso a materiales seleccionados e información de alto valor educativo, para cubrir sus necesidades.

La actividad mental es buena a cualquier edad. A las personas mayores les ayuda a estimular sus capacidades cognitivas y a envejecer mejor.

El proyecto ha sido realizado a iniciativa del PROGRAMA DE LOGOPEDIA Del Servicio De Salud, con la colaboración del Equipo DE INTERACTIVOS Y COMUNICACIÓN.

EL MANTENIMIENTO DEL PORTAL, SUPONE UN GRAN AHORRO DE COSTES:

- . La Financiación: GRATUITA.
- . Los Recursos humanos: PERSONAL MUNICIPAL.
- . Materiales: EL SOFTWARE ES GRATUITO. Equipamiento ordenadores, son los existentes en los centros municipales con conexión WIFI.
- . DIFUSIÓN:
 - Difusión en prensa escrita y radio SER MADRID NORTE de las actividades del programa.
 - Artículos en el SIETE DIAS- (revista municipal).
 - Revista Nosotras
 - Facebook

EVALUACIÓN

LA EVALUACIÓN REALIZADA: Junio de 2014- febrero de 2017.

La evaluación es realizada a través de la contabilidad de entradas a la página y las aportaciones y opiniones al correo, de numerosos vecinos y profesionales que nos agradecen, nos solicitan y algunos materiales para poder trabajar en sesiones y con grupos de mayores.

Hasta el momento la evaluación es de tipo cuantitativo. A partir de 2016 vamos a introducir encuestas de tipo cualitativo.

RESULTADOS

MEMORIA Y LENGUAJE JUN 2014-DIC-2017



Hemos participado en el IV CONGRESO de la Fundación Grupo DEVELOP, los días 25 y 26 de noviembre en el Centro de Arte de Alcobendas bajo el título “PROPUESTAS INNOVADORAS DE LAS ORGANIZACIONES SOCIALES”. Se hizo entrega, al Ayuntamiento de Alcobendas del premio a las Buenas Prácticas. Y EN CIUDADES AMIGAS DE LA INFANCIA 2014 , hemos recibido la Mención de Excelencia como Ciudad Amiga de la Infancia que otorga UNICEF.

A la vista de la aceptación y de los resultados obtenidos, considero la importancia de seguir trabajando en esta línea, en el año 2018, tanto en el mantenimiento y renovación de la página web “MEMORIA Y LENGUAJE” aportando nuevas aplicaciones y materiales de interés, como creando nuevos cursos para este tipo de población:

- El estrés y sus consecuencias, como influye el estrés en la memoria de los mayores y recursos para afrontar el estrés.
- Mejora tu memoria.

PERSONA DE CONTACTO

Nombre:	Carlos de Arpe Muñoz. Coordinador Servicio salud. 916637001 Extensión 4014. jcarpe@aytoalcobendas.org y
Dirección:	M ^a Josefa Jjiménez Álvarez. .Programa de Logopedia, del
Teléfono:	Servicio de Salud.
E-mail:	916637001ext 4041 mjjimenez@aytoalcobendas.org