



**MEMORIA ACTIVIDADES ATENCIÓN
INTEGRAL PARA PERSONAS
AFECTADAS POR LA ENFERMEDAD DE
PÁRKINSON.**

**ASOCIACIÓN PARKINSON JOVELLANOS
PRINCIPADO DE ASTURIAS**

AÑO 2022

ÍNDICE

1.- Presentación

1.1 Ficha técnica

1.2 Fines de la Entidad

1.3 Equipo interdisciplinar

1.4 Junta Directiva

2.- Localización e infraestructuras

3.- Servicios, Terapias y Actuaciones:

3.1.- Información, asesoramiento y apoyo socio – familiar

3.2.- Rehabilitación física y gerontogimnasia

3.3.- Logopedia

3.4.- Taller de memoria

3.5.- Servicio Respiro Familiar

3.6.- Servicio de transporte adaptado y apoyo a la autonomía personal

3.7.- Ocio y tiempo libre

3.8.- Taller de Baile

3.9.- Divulgación y Sensibilización sobre la E.P

4.- Beneficiarios

5.- Evaluación del programa

6.- Cuenta de pérdidas y ganancias (PYG)

1.- PRESENTACIÓN

La Asociación Parkinson Jovellanos Principado de Asturias tiene personalidad jurídica propia e independiente, carece de ánimo de lucro. La Asociación se rige por los principios de la Constitución Española, la Ley Orgánica 1/2002, de 22 de marzo reguladora del Derecho de Asociación, por las disposiciones legales vigentes y los Estatutos.

Está integrada en la Federación Española de Parkinson (FEP) y en la Federación Asturiana de Mayores del Principado de Asturias (FAMPA). Tiene como ámbito territorial de actuación el Principado de Asturias Dada de alta el 3 de Marzo de 2000 en el Registro de Asociaciones del Gobierno Autonómico de Asturias con el nº 6.111 y en el del Ayuntamiento de Gijón con el nº 812, con CIF G-33865981, está integrada por 273 socios afectados por la enfermedad de Parkinson, familiares y colaboradores.

Nuestra Misión:

- ✚ Mejorar la calidad de vida de las personas enfermas de Parkinson y sus familiares.
- ✚ Promover la unión solidaria de personas afectadas por la enfermedad de párkinson, sus familiares.
- ✚ Desarrollar programas de rehabilitación integral para la EP y sus familias y promover el acceso de las personas afectadas a las terapias rehabilitadoras.
- ✚ Promover y desarrollar actividades de divulgación y sensibilización sobre la EP. Estimular y apoyar la investigación científica de la enfermedad.
- ✚ Representar ante la Administración y otras instituciones los

intereses de las personas enfermas de Parkinson y sus familias.

Nuestra Visión:

- ✚ Ser un referente en la atención integral a las personas afectadas por la EP. Ser defensores de los derechos de los pacientes.
- ✚ Desarrollar en coordinación con la Federación Española de Parkinson programas, actividades y campañas de sensibilización, divulgación y formación sobre la EP.

Nuestros Valores:

- ✚ Calidad, empatía, transparencia y buenas prácticas.

Nuestros Objetivos:

- ✚ Ofrecer información, asesoramiento y apoyo socio-familiar sobre la EP
- ✚ Desarrollar un programa de rehabilitación integral para enfermos de párkinson y sus familias.
- ✚ Promover la eliminación de barreras arquitectónicas
- ✚ Favorecer la integración social de las personas afectadas por la EP
- ✚ Desarrollar campañas de sensibilización y divulgación sobre la EP en coordinación con la FEP.

La Asociación Parkinson Jovellanos Principado de Asturias, es una entidad sin ánimo de lucro que tiene como fin primordial mejorar la calidad de vida de las personas enfermas de Parkinson y de sus familiares, así como el acercamiento de las terapias rehabilitadoras al enfermo.

Desde el inicio de nuestra actividad en el año 2000, venimos desarrollando un intenso programa dirigido a las personas afectadas

por la enfermedad de párkinson, que ha ido aumentando sus servicios y terapias, consolidándose año tras año y que es un referente de calidad. Nos avalan 20 años trabajando en la mejora de la vida de las personas con esta enfermedad, a través de un sistema de terapias de rehabilitación personalizado, complementario al tratamiento farmacológico, poniendo en marcha campañas de divulgación y sensibilización sobre la enfermedad, ofreciendo apoyo y asesoramiento a las personas afectadas y a sus familias, participando en estudios sobre el párkinson, colaborando con el desarrollo de nuevas tecnologías aplicadas a esta enfermedad y velando por sus derechos y por el reconocimiento y apoyo social necesarios para su plena inclusión en la sociedad.

Para ello, es muy importante reducir el estigma, y la información y sensibilización social son las vías para conseguirlo; tan importante como recibir una atención adecuada, es que la sociedad conozca y comprenda las dificultades a las que se enfrenta una persona con párkinson para avanzar en su inclusión, apoyo y respeto.

1.1 – FICHA TÉCNICA

NOMBRE: Asociación Parkinson Jovellanos Principado de Asturias

CIF: G-33865981

REPRESENTANTE LEGAL: Olga María Díez Rodríguez

CARGO: Presidenta

DIRECCIÓN: “Equipamiento Social del Natahoyo” - Avenida de Moreda 11, 1ª y 2ª planta, 33212 - Gijón

TELEFONO: 985 15 09 76 / 683908684

E.MAIL: parkinson.jovellanos@gmail.com

1.2.- FINES DE LA ENTIDAD

Según consta en el artículo 5 de nuestros Estatutos, los fines de la Asociación Parkinson Jovellanos Principado de Asturias son:

- a) La unión solidaria de personas afectadas por la enfermedad de párkinson, sus familiares y cuantas personas estén interesadas en la problemática de la enfermedad.
- b) Mejorar la calidad de vida de las personas enfermas de párkinson y de sus familiares.
- c) Promover las condiciones para integrar en esta Asociación a las personas enfermas de Parkinson, a sus familiares y a otras personas interesadas en ofrecer su colaboración.
- d) Promover al acercamiento, así como el acceso de las personas enfermas de Parkinson a las terapias rehabilitadoras.

- e) Estimular a investigación científica de la enfermedad.
- f) Representar ante la Administración y otras instituciones los intereses de las personas enfermas de Parkinson y sus familias.
- g) Adherirse, federarse, colaborar o participar en uniones, federaciones y confederaciones y cualquier organismo o entidad de carácter municipal, autonómico, estatal, de la Unión Europea o Internacional, que considere adecuado al cumplimiento de los fines sociales.

1.3 – EQUIPO INTERDISCIPLINAR

En el desarrollo de nuestras acciones participó un equipo de múltiples disciplinas compuesto por los siguientes profesionales y personal voluntario:

1. Administrativa
2. Trabajadora Social
3. Tres Fisioterapeutas (dos de enero a octubre y tres el resto del año debido a un aumento en los usuarios y usuarias de las terapias y servicios)
4. Logopeda
5. Una Auxiliar de Enfermería
6. Auxiliar sanitaria
7. Miembros de la Junta Directiva
8. Miembros voluntarios adscritos a los proyectos.

1.4 – JUNTA DIRECTIVA

La Junta Directiva es el órgano de gobierno después de la Asamblea General. Su principal función es la de asumir la dirección de la Asociación y atender a todos los asuntos de la misma. Durante este año 2021 hubo cambio en la composición de la Junta Directiva. La nueva composición de la Junta Directiva es la siguiente:

- **Presidenta**: Olga María Díez Rodríguez
- **Vicepresidente**: Constantino Roces Dago
- **Secretario**: Faustino Obeso Carrera
- **Tesorero**: Aquilino Díez Llana
- **Vocales**:
 - Francisco Covarrubias Espartero
 - Pablo Alonso Margolles
 - Juan Tuñón Tuñón
 - Serafina Rodríguez Suárez
 - Manuela Tascón Polledo
 - Carmen Fernández Tamargo

2.- LOCALIZACIÓN E INFRAESTRUCTURAS

Las actividades se desarrollaron en la sede social de la Asociación Parkinson Jovellanos Principado de Asturias, en el “Equipamiento Social del Natahoyo” situado en la Avda. De Moreda 11, 1º y 2º, 33212 - Gijón.



El local es exterior con iluminación natural y amplios ventanales. Las instalaciones que utilizamos son las siguientes:

1ª planta: gimnasio con dos salas cerradas con cristal: una con tres cabinas individuales y sala con un despacho y equipamiento informático para elaborar la Historia y Valoraciones, así como la documentación necesaria para la gestión del servicio de fisioterapia y una cabina con una camilla neurológica.

2ª planta: Sala de logopedia, Sala de Usos Múltiples, despachos de Presidencia, Dirección, Administración, despacho de terapeutas, vestuario de personal, almacén y baños, incluido uno para personas con discapacidad.

El edificio consta de dos ascensores, uno de ellos con capacidad para una camilla lo que facilita la movilidad de las

personas enfermas entre ambas plantas.

GIMNASIO

Equipamiento de Gimnasio:

- Paralelas, mesa de manos, escalera doble, banco de cuádriceps, bicicleta estática, bicicleta con respaldo, elíptica, colchonetas, pelotas, aros, conos, bastones,...
- Sillas confortables que se emplean en algunos ejercicios de las sesiones de fisioterapia con las personas que tienen más dificultades motoras.
- Sillas de ruedas para trasladar con seguridad a las personas con dificultades motoras.





CABINAS INDIVIDUALES

Los equipos y técnicas que se utilizan en las cabinas individuales son:

- 3 Compex Sport Elite.
- 1 Microondas Enraf Radamer 650 Plus.
- 3 Lámparas de Infrarrojos Millas.
- 1 Baño de Parafina Whitehall.
- 2 Camillas Hidráulicas de Masoterapia.
- 1 Camilla Hidráulica Neurológica.
- 1 Silla Multifunción para Masajes.

SALA DE LOGOPEDIA, SALA POLIVALENTE Y DESPACHOS

I.- Equipamiento Zona Social y Salas de Logopedia y Polivalente: armarios empotrados y estanterías para los materiales de terapias, pizarra, percheros, mesas y sillas confortables con y sin apoyabrazos.

II.- Equipamiento Informático: ordenador, impresora en todos los despachos, y conexión a Internet por WIFI



SERVICIO DE TRANSPORTE

Para el Servicio de Transporte contamos con una furgoneta Volkswagen Crafter de 7 plazas y 2 plazas más para sillas de ruedas, adquirida con la cofinanciación de la Consejería de Servicios y Derechos Sociales y Cajastur, así como sillas de ruedas manuales para el traslado de las personas enfermas con más dificultades de movilidad de la furgoneta al centro de terapias.



3.- SERVICIOS, TERÁPIAS Y ACTUACIONES

3.1 – INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO

LUGAR Y FECHAS DE REALIZACIÓN

Lugar: Sede de la entidad.

Teléfono: 985150976 y también hemos habilitado el 684602407

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 y de 17:00 a 19:00

Calendario: de enero a diciembre de 2022 (agosto cerrado del 1 al 15 por vacaciones personal)

Profesionales: Administrativa Y Trabajadora Social.

Fue un servicio gratuito para cualquier persona que solicitó información sobre la E.P fueran socios o no y se pudo solicitar por teléfono, por correo electrónico, desde nuestra página web o mediante nuestras RRSS.

Durante el año 2022 a parte de la información dada a los Socios/as, fueron a la sede social a solicitar información por primera vez **125 personas de las cuales 44 son mujeres y 81 hombres.**

La persona que facilitó una primera información sobre las actividades de la Asociación Párkinson Jovellanos, así como sobre los requisitos para hacerse socio si manifestaban interés fue la Administrativa. Tras este primer contacto se le informó del horario de atención para poder darles una información más detallada, que conozcan el Centro y si así lo deciden, puedan inscribirse como socios. Tras este trámite se deriva a las profesionales necesarios en

cada caso: Trabajadora Social, Fisioterapeutas y/o Logopeda, y si demandan servicio de transporte también con las auxiliares.

Las actividades desarrolladas por la Trabajadora Social fueron las siguientes:

1. Coordinación con el equipo de profesionales y la Junta Directiva, en la planificación, selección y organización de programas y actividades que se desarrollaron en la Asociación.
2. Elaborar los programas y proyectos sociales de la Asociación.
3. Planificación y organización de las actividades divulgativas y de sensibilización: Jornadas del Día Mundial del párkinson, charlas,...
4. Gestiones de movilización de recursos.
5. Apoyar en gestiones burocráticas y de administración que sean precisas para la buena marcha de la asociación.
6. Coordinar la relación de la Junta Directiva con los medios de comunicación.
7. Entrevistas y reuniones con la Federación Española de Parkinson, Asociaciones de vecinos, Servicios Sociales, personal sanitario, etc.
8. Reuniones de coordinación y seguimiento con la Junta Directiva
9. Asesorar, informar y orientar a los socios sobre los recursos y prestaciones existentes en la comunidad.

En las tareas de administración del Programa, la Trabajadora Social contó con el apoyo de la Administrativa. Es la profesional responsable del área de administración que desarrolló las siguientes

actividades:

- Tareas administrativas: envíos postales, archivo de facturas.
- Registro de los asientos contables que contabiliza la Asesoría
- Actualización de listados, carnets de socios,...
- Actualización base de datos.
- Registro de los estadillos mensuales de las actividades.
- Apoyo en la elaboración del registro de datos necesarios para las memorias.
- Atención telefónica y derivación de llamadas.
- Atención directa a socios para gestiones administrativas e información general.

3.2 – REHABILITACIÓN FÍSICA (FISIOTERÁPIA)

LUGAR Y FECHAS DE REALIZACIÓN

Lugar de desarrollo: Gimnasio y Salas de Tratamiento de la Sede Social

Horario: Lunes a Viernes de 9:00h a 14:30h

Calendario: De Enero a Diciembre de 2022. (Agosto cerrado del 1 al 15 por vacaciones personal)

Profesionales: 2 Fisioterapeutas de enero a octubre, se contrató una tercera profesional durante el resto del año por aumento en las usuarias y usuarios del servicio.

ACTIVIDADES

En la primera sesión las fisioterapeutas realizaron un Historial Clínico y una Evaluación Inicial tras la que se le recomienda al paciente el tratamiento más adecuado. Desde la primera cita de valoración que realiza la fisioterapeuta se hace un seguimiento continuo de la evolución del paciente para adaptar el programa de actividades a las necesidades específicas de los beneficiarios, ofreciendo diversidad de actividades, servicios, flexibilidad de horarios,....El programa de actividades se pautó siempre en consenso con el enfermo y su familia, y se van añadiendo actividades gradualmente respetando los ritmos de cada persona.

1. SESIONES DE FISIOTERAPIA INDIVIDUAL

Las citas individuales fueron con **cita previa** y se realizaron **semanalmente**. Las sesiones individuales se integran en el plan de actividades de cada persona. Lo habitual fue que asistieran una vez por semana, aunque hubo personas que realizaron 2 sesiones. Cada mes se planificaron las sesiones en función de la evolución de cada caso y de las demandas de los pacientes nuevos que se incorporaron.

El Servicio de Rehabilitación Física individual se prestó de lunes a viernes de Enero a Diciembre por las fisioterapeutas; en horario de 9:00 a 14:30 h.

Se procuró que las sesiones fueran motivadoras y no rutinarias para hacer de ello también una actividad lúdica y en ellas se trabajaron las siguientes cuestiones:

- **Cinesiterapia:** pasiva, auto pasiva, activa asistida o activa; generalizada o de un miembro más afectado para mejorar su función, evitar restricciones musculotendinosas o tratar una lesión secundaria.
- **Potenciación muscular:** con la resistencia manual del fisioterapeuta o diversos aparatos (banco de cuádriceps, bicicleta, pedaleta.), para mejorar el estado general o analítico de la musculatura del paciente.
- **Ejercicios propioceptivos:** facilitación neuromuscular propioceptiva (Kabat), ejercicios propioceptivos con pelota, ejercicios de equilibrio sobre un pie, disequilibrios con plato de Vholer, planos inestables como colchonetas,...
- **Ejercicios respiratorios:** torácicos, diafragmáticos y toraco-diafragmáticos, trabajándose fundamentalmente la respiración diafragmática. Estiramientos de los músculos respiratorios, sincronismo diafragmático, potenciación de los músculos respiratorios principales (diafragma y torácicos) y accesorios (escalenos, esternocleidomástoideo, intercostales,), espiración forzada (para expulsar flemas), reeducación de la tos,.....
- **Ejercicios de Kegel y la gimnasia hipopresiva:** Algunos pacientes con párkinson tienen como síntoma secundario incontinencia urinaria, incontinencia fecal o disfunción sexual. Los ejercicios de Kegel y la gimnasia hipopresiva están destinados a fortalecer la musculatura perineal.
- **Ejercicios de relajación:** relajación muscular progresiva,

entrenamiento autógeno, respiración e imaginería.

- **Ejercicios de marcha:** alargar el paso, balanceo de los brazos, disociación de cinturas, marcha con paradas, cambios de sentido y circuitos con obstáculos.
- **Ejercicios de coordinación:** Disociación de cinturas; ejercicios con pelota, ejercicios de coordinación de Frenkel,...
- **Técnicas especiales:** Bobat, Perffeti, Pilates,...

Nº DE BENEFICIARIOS DE FISIOTERAPIA INDIVIDUAL: 430

2. SESIONES DE GERONTOGIMNASIA

Las sesiones grupales tuvieron una duración **de 45 minutos dos días** a la semana **en días alternos**, los pacientes se dividen en grupos según su estadio, nivel de afectación, movilidad, etc. Las sesiones transcurrieron de la siguiente manera:

- Comienza la sesión con un calentamiento para mover todas las articulaciones desde la cabeza a los pies.
- Posteriormente se realizó un trabajo de potenciación muscular suave con diversos accesorios como: palos de madera, cuerda, tera-band, pelota de goma-espuma, etc.
- Cada 2 sesiones de gimnasia se alternó la potenciación muscular con ejercicios en colchoneta, Pilates o circuitos con diversos ejercicios de coordinación.
- Tras el trabajo muscular se realizaron autoestiramientos musculares, ejercicios de Kegel y la gimnasia hipopresiva.
- Trabajo de la marcha, insistiendo en el braceo y realizando

diversos ejercicios para evitar arrastrar los pies, levantar mejor las rodillas y evitar bloqueos.

- Técnicas de relajación (relajación muscular progresiva, entrenamiento autógeno, respiración e imaginería).
- Por último, para mejorar la destreza manual, coordinación, agudeza visual y por su puesto las relaciones con los compañeros.

A continuación detallamos la clasificación y los horarios de los grupos que se han desarrollado a lo largo del 2022:

GRUPOS DE ENERO A DICIEMBRE DE 2022

GRUPOS	HORARIO
Grupo 1	Lunes y miércoles 10:15 a 11:00h
Grupo 2	Lunes y miércoles 11:15h A 12:45
Grupo 3	Lunes y jueves 12:00 a 12:45h
Grupo 4	Miércoles 9:30 a 10:15h
Grupo 5	Lunes y miércoles 13:30 a 14:15h

Grupo 6	Martes y jueves 9:30 a 10:15 h
Grupo 7	Martes y jueves 11:15 a 12:00 h
Grupo 8	Martes y jueves 12:00 a 12:45 h

El Servicio de gerontogimnasia se prestó por dos fisioterapeutas de **lunes a viernes y de enero a diciembre** (a excepción de los días 1 al 15 de agosto que la Entidad cerró por vacaciones); En **horario de 9:00 a 14:30 horas y según los grupos arriba indicados.**

Los huecos en los que no hay sesiones grupales, se han dedicado a sesiones a realizar valoraciones, actualización de historiales, hojas de seguimiento, horarios y demás gestiones necesarias para en buen desarrollo del servicio de rehabilitación física.

Nº DE BENEFICIARIOS DE GERONTOGIMNASIA: 615





3.3 – LOGOPEDIA

LUGAR Y FECHAS DE REALIZACIÓN

Lugar de desarrollo: Salas de Logopedia y Cabina Individual con camilla neurológica para algunas sesiones de logopedia individual del Gimnasio de la Sede Social

Horario: Lunes a Viernes de 9:00h a 14:30h

Calendario: De Enero a Diciembre de 2022 (Agosto cerrado del 1 al 15 por vacaciones personal)

Profesionales: Una Logopeda

ACTIVIDADES

En primer lugar, la logopeda realizó una evaluación inicial del habla del enfermo. Se observaron los siguientes aspectos: proceso respiratorio, fonación, articulación, prosodia, escritura y lectura. Una vez realizada la evaluación se decide el tipo de terapia (individual o en grupo) más adecuada a cada caso.

1. SESIONES INDIVIDUALES DE LOGOPEDIA

Las **citas individuales** han sido desarrolladas de lunes a viernes, en **horario de 9:30 a 14:15 h** con **cita previa**, que suele mantenerse todas las semanas, salvando los horarios de las Sesiones de Grupo que se detallan en el siguiente punto.

Las sesiones individuales se integran en el plan de actividades de cada persona. Lo habitual fue que asistieran **una vez por semana**, si bien hay personas que necesitaron 2 sesiones individuales a la semana. Cada mes se planificaron las sesiones en función de la evolución de cada caso y de las demandas de los pacientes nuevos que se incorporaban.

Las sesiones tienen una **duración de 45 minutos**, fueron planificadas según las capacidades de los pacientes y adaptadas a ellos, en cada sesión se trató de prestar atención a las dificultades específicas de cada usuario, y trabajar aspectos para prevenir y retrasar síntomas propios de la enfermedad.

Las actividades que se plantean están dirigidas al trabajo de los tres sistemas que intervienen durante la fonación: sistemas

respiratorio, fonatorio y articulatorio, tratando de hacerlas coincidir con la fase On del enfermo.

Nº DE BENEFICIARIOS DE LOGOTERAPIA INDIVIDUAL: 99

2. SESIONES DE LOGOTERAPIA EN GRUPO

Las sesiones han tenido una **duración de 45 minutos**, siendo lo habitual la asistencia a grupos de **2 sesiones semanales**.

Las sesiones son planificadas según las capacidades de sus pacientes y adaptadas a ellos, se trata de que sean motivadoras y no rutinarias para hacer de ello también una actividad lúdica en constante renovación.

A continuación detallamos la clasificación y los horarios de los grupos que se han desarrollado a lo largo de 2022:

1.- DE ENERO A DICIEMBRE

GRUPO	NIVEL	HORARIO	ESPECIFICACIONES
Grupo 1	Alto	Lunes y Miércoles 10:15 a 11:00h	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios de relajación. - Ejercicios de respiración y coordinación fonorespiratoria. - Actividades de expresión oral y escrita: fluidez, articulación y evocación. - Actividades de memoria y estimulación cognitiva

			<p>complejas.</p> <p>-Informar y detectar problemas de disfagia</p>
Grupo 2	Bajo	Lunes y Miércoles 11:15 a 12:00h	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios de relajación. - Ejercicios de respiración y coordinación fonorespiratoria. - Actividades de expresión oral: fluidez, articulación y evocación. - Actividades de memoria y estimulación cognitiva de complejidad simple. - Intervenir en los problemas de disfagia
Grupo 3	Medio-alto	Lunes y Miércoles 12:45 a 13:30h	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios de relajación. - Ejercicios de respiración y coordinación fonorespiratoria. - Actividades de expresión oral: fluidez, articulación y evocación. - Actividades de memoria y estimulación cognitiva media.

			-Informar y detectar problemas de disfagia
Grupo 4	Medio	Martes y Jueves 10:15h a 11:00h	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios de relajación. - Ejercicios de respiración y coordinación fonorespiratoria. - Actividades de expresión oral y escrita: fluidez, articulación y evocación. - Actividades de memoria y estimulación cognitiva complejas -Informar y detectar problemas de disfagia
Grupo 5	Medio	Martes y Jueves : 12:00 a 12:45h	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de relajación. - Ejercicios de respiración y coordinación fonorespiratoria. - Actividades de expresión oral y escrita: fluidez, articulación y evocación. - Actividades de memoria y estimulación cognitiva complejas -Informar y detectar problemas de disfagia

Nº DE BENEFICIARIOS DE LOGOTERAPIA GRUPAL: 348

Tanto en las sesiones individuales como en las sesiones grupales se trabajaron los siguientes aspectos:

Relajación: Encaminada a relajar la musculatura que interviene en la fonación. Los ejercicios con los que se pretende relajar la musculatura que envuelve a la laringe, están acompañados de audición de música.

Respiración: Se trabajó la respiración, con el fin de adquirir y asimilar el modelo costo-difragmático como base de la comunicación, tratando de evitar la respiración superficial y la falta de control, de cara a la coordinación fono – respiratoria. En coordinación de este servicio con el de Fisioterapia se realizaron ejercicios respiratorios utilizando balones, palos de madera... Las fases de la respiración se coordinan con movimientos de brazos teniendo como referencia el material indicado. También para los ejercicios respiratorios se utilizó material de mesa como son los incentivadores de soplo, botella de agua y cañas, velas, molinillos, pomperos...

Coordinación Fono – Respiratoria: Uno de los problemas más graves que el logopeda encuentra es precisamente éste, la incoordinación fono-respiratoria, puesto que una vez que los usuarios adquieren el patrón correcto de respiración, pueden llevarlo a cabo con mayor o menor esfuerzo, sin embargo, la ulterior coordinación con la fonación, suele ser verdaderamente ardua. Respecto a ella, es necesario comentar el trabajo que se ha de realizar en cuanto a la intensidad, tono y resonancia.

Articulación: Junto a estos dos aspectos primordiales, está la movilidad de la cara y la articulación. Se trató de conseguir una mayor precisión articulatoria y se realizó, fundamentalmente a través de

ejercicios de cara y mejillas y de las Praxias Bucofonatorias. Se busca la exageración consonántica y el discurso sílaba por sílaba, retardando la frecuencia del habla y permitiendo así el movimiento lo más exacto posible de cada articulador.

Ejercicios de silabeo: Los realizamos también acompañados en muchas ocasiones de ejercicios de coordinación con pelotas de menor tamaño. En otras ocasiones nuestros pasos sirvieron para silabear palabras o frases. Nos ayudamos de conos de colores que señalan la longitud de nuestro paso.

Prosodia: En algunos casos también fue importante recalcar la función de la prosodia, mostrando al enfermo de parkinson que el habla tiene gradaciones y matices de los que es importante disponer. Así pues manejamos las variaciones de entonación, intensidad, acentuación...etc. Los ejercicios de prosodia no siempre son fáciles para los enfermos. Como apoyo visual nos ayudamos de la Pizarra Blanca. En ella se escribieron distintos mensajes con diferentes entonaciones y se marcaron con rotuladores de distintos colores los parámetros a trabajar.

Lectura y escritura: Junto con estas cuestiones, que en general, se hizo imprescindible trabajar, encontramos el problema de la lectura y escritura, que no siempre se abordó directamente, sino que se trabajó a través de actividades relacionadas que facilitan un mantenimiento y/o mejora de estas. Se trabajó lectura de textos que varían desde los poemas, trabalenguas, noticias, etc.

Terapia Miofuncional: Es una rehabilitación activa o pasiva, es decir con la colaboración o no del paciente .Se llevó a cabo de manera manual o con ayuda de aparatos. Se trabajó a través de masajes y manipulación manual de la zona para conseguir una mayor

movilidad, sensibilidad y reeducación de las disfunciones producidas por la enfermedad, afectando a la respiración, masticación, deglución y articulación. Se utilizaron también diferentes texturas y temperaturas para trabajar la sensibilidad, tanto el defecto como el exceso (hipo o hipersensibilidad).

Masaje facial: Este masaje se acompañó en ocasiones de técnicas de estimulación. Estas técnicas se aplicaron, coordinándose con el servicio de fisioterapia, a aquellos pacientes que presentaron mayor grado de amimia. La estimulación estuvo encaminada a potenciar el músculo frontal. Se acompañó de un masaje laríngeo que es beneficioso para el enfermo a la hora de realizar los ejercicios de voz que se presentan a posteriori. Se realizó en la camilla neurológica del Gimnasio.



3.4 – TALLER DE MEMORIA

LUGAR Y FECHAS DE REALIZACIÓN

Lugar de desarrollo: Salas de Logopedia de la Sede Social

Horario: Miércoles de 12:45 a 13:30h

Calendario: De Enero a Diciembre de 2022 (Agosto cerrado del 1 al 15 por vacaciones personal)

Profesional: 1 Logopeda

ACTIVIDADES

Se ha realizado sesiones en grupo con una duración de **45 min**, **1 día por semana** en las que se han trabajado los siguientes aspectos:

La asociación: ya que es una estrategia en la que ligamos los recuerdos.

La atención: ya que el proceso de memorización se inicia a nivel sensorial; cuanta más atención se presta a lo que queramos recordar, más fácilmente recordaremos.

Las actividades de Visualización: mediante las que debemos recordar imágenes visuales del material presentado una vez que éste ya no está presente.

El Lenguaje: con las que se pretenden mejorar las dificultades en encontrar palabras.

HORARIO DE ENERO A DICIEMBRE

GRUPO	NIVEL	HORARIO	ESPECIFICACIONES
Taller de Memoria	Alto	Miércoles: Memoria 12:45 a 13:30h	T. - Actividades de memoria y estimulación de las funciones cognitivas complejas: atención, concentración, organización y planificación. Estos ejercicios van adaptados según el nivel de cada integrante.

Nº DE BENEFICIARIOS DEL TALLER DE MEMORIA: 66





3.5 – SERVICIO DE RESPIRO FAMILIAR

LUGAR Y FECHAS DE REALIZACIÓN

Lugar de desarrollo: Sala de usos múltiples de la Sede Social

Horario: Lunes, miércoles y viernes de 16:00 a 20:00h

Calendario: Del 15 de febrero al 31 de Diciembre de 2022 (Agosto cerrado del 1 al 15 por vacaciones personal)

Profesional: 1 terapeuta ocupacional y 1 auxiliar encargada del transporte y la atención directa a los usuarios y usuarias del servicio.

ACTIVIDADES

Presentamos en este año 2022 un Proyecto de Respiro Familiar en el que tres días a la semana y en horario de 16:00 a 20:00 horas los beneficiari@s realizan **Terapia Ocupacional, Rehabilitación Física y Ergoterapia; con servicio de Transporte Adaptado (recogida y entrega) y merienda.**

Se trabajaron los siguientes puntos:

- **Entrenar en las actividades básicas de la vida diaria** (vestido, higiene personal, desplazamiento de un lado a otro de la cama, alimentación, etc.)
- **Facilitar** el disfrute de su **tiempo libre y actividades de ocio.**
- **Gimnasia** para mantener las destrezas/habilidades que conserva y sustituir las destrezas/habilidades que ha perdido.
- **Asesorar a la hora de adaptar la vivienda** para que sea un lugar más seguro (quitar alfombras, colocar asideros o barras en el baño, quitar muebles que supongan un riesgo de caída, etc.)
- **Mejorar y mantener las funciones cognitivas.**
- Mejorar la **amplitud de movimiento.**
- **Prevenir las limitaciones articulares** provocadas por la rigidez.
- Mejorar y/o mantener la **coordinación motriz de la extremidad superior, especialmente, las manos.**

El servicio fue destinado a aquellas personas que requirieron una terapia más específica y que presentaron mayores dificultades en la movilidad, en las actividades y ocupaciones básicas de la vida

diaria y qué precisaron un mayor estímulo en la participación social.

Con ello contribuimos en poder dotarles de una mayor autonomía, un descanso para los cuidadores y cuidadoras principales y a aumentar la permanencia de la personas afectadas por la enfermedad de párkinson en sus domicilios.

**Nº DE BENEFICIARIOS DEL SERVICIO DEL RESPIRO FAMILIAR:
60**

3.6 – SERVICIO DE TRANSPORTE ADAPTADO Y APOYO A LA AUTONOMÍA PERSONAL

LUGAR Y FECHAS DE REALIZACIÓN

Lugar de desarrollo: Domicilios del Municipio de Gijón y Sede Social

Horario: Lunes a Viernes de 9:00h a 14:00

Calendario: De Enero a Diciembre de 2022 (Agosto cerrado del 1 al 15 por vacaciones personal)

Profesionales: Dos Auxiliares.

ACTIVIDADES

SERVICIO DE TRANSPORTE: Las auxiliares conducen la

furgoneta y apoyan a los usuarios y usuarias de la misma. Es un servicio muy valorado ya que sin él, estos enfermos con dificultades severas de movilidad , no podrían asistir a las terapias . El servicio se desarrolló de **lunes a viernes en horarios de mañanas y los lunes, miércoles y viernes en horario de tardes como complemento al servicio de Respiro Familiar.** Se marcan una o dos rutas cada día en función de las zonas donde residen los beneficiarios y de las horas a las que tienen que asistir a las terapias. De esta manera se logra una mayor eficacia, eficiencia y aprovechamiento de los recursos a la vez que se da respuesta a las necesidades de los beneficiarios.

Nº DE BENEFICIARIOS DEL TRANSPORTE: 221

APOYO A LA AUTONOMÍA PERSONAL: Las auxiliares desarrollaron las siguientes tareas: transferencias y acompañamiento de los beneficiarios en una fase más avanzada de la EP en las salas de terapia; acompañamiento al aseo, acompañamiento en los desplazamientos, subir y bajar del transporte, etc., De esta forma se garantizó la seguridad de los pacientes que no tienen autonomía en sus movimientos, por lo avanzado de la enfermedad, a lo que se le añade en la mayoría de los casos alteraciones cognitivas.

Se trata de un servicio gratuito que necesitan cada vez más personas, especialmente este año que por motivo de las diversas restricciones las personas afectadas por la enfermedad de Parkinson han permanecido más tiempo en sus casas. Supone un servicio fundamental tanto para la persona afectada como para sus familias que tuvieron la tranquilidad de que su familiar recibía el apoyo que

precisa para poder asistir a las terapias con autonomía de sus cuidadores.

Nº DE USUARIOS QUE NECESITARON SERVICIO DE APOYO: 65

3.7 – OCIO Y TIEMPO LIBRE

Durante este año las actividades de Ocio y Tiempo libre se realizaron las siguientes comidas: Día Mundial del parkinson celebrada el 9 de abril en el restaurante Savannah y la de Navidad.

La comida de fraternidad con motivo del día mundial del parkinson 11 de abril se celebró en el restaurante Savannah de Gijón, con gran afluencia de 40 personas.

3.8 – TALLER DE BAILE

El procesamiento cerebral de la música sirve de apoyo en algunos procesos cognoscitivos alterados como la memoria, la atención y la conducta y en como el control de la marcha en el párkinson. La música actúa como un estímulo específico para obtener las respuestas motoras y emocionales mediante la combinación del movimiento y la estimulación de diferentes vías sensoriales.

HORARIO DE SEPTIEMBRE A DICIEMBRE

GRUPO	NIVEL	HORARIO	ESPECIFICACIONES
Taller de Baile	Alto	Viernes: 10:15 a 11:00h	- Actividades que permitan explorar el movimiento y la música en formas que sean estimulantes y creativas. Mejorar el movimiento, la marcha, el equilibrio y la Coordinación.

Nº DE ASISTENTES AL TALLER DE BAILE: 103

3.9 – DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA E.P

La enfermedad de Parkinson es un trastorno neurológico, crónico, degenerativo e invalidante que afecta a más de 160.000 familias en toda España, de las cuales, el 10% presentan la enfermedad en estado avanzado. La E.P. sigue siendo muy desconocida y estigmatizada, lo que genera problemas a las personas afectadas y sus familiares y hace que corran el riesgo de aislarse socialmente. Para luchar contra ello desarrollamos campañas de información y sensibilización.

CAMPAÑA DÍA MUNDIAL DEL PÁRKINSON:

El 11 de abril, Día Mundial del Párkinson es una fecha muy importante para nuestra Asociación ya que en este día la enfermedad de Parkinson se vuelve protagonista. La Asociación aprovecha esta celebración para lanzar campañas de sensibilización que atraigan la atención de los medios de comunicación, de la sociedad en general y del colectivo párkinson.

Un año más y en ese marco de celebración organizamos una Campaña de Divulgación y Sensibilización en **coordinación con la Federación Española de Parkinson** con el fin de dar mayor visibilidad a la Enfermedad, reivindicar las necesidades del colectivo y desterrar estereotipos.

Mostramos **#la otra cara del Párkinson (lema de la campaña)** con el objetivo de cambiar la imagen que la sociedad y los medios (sobre todo internet) tienen y muestran de la enfermedad. Para ello **mostramos rostros reales con historias reales**. Desmitificando la imagen errónea que existe sobre la misma y combatiendo el estigma social, los prejuicios y los estereotipos que la rodean.

Dentro de dicha campaña una de las actuaciones que desarrollamos y que cosechó un gran éxito fue la **instalación de una mesa informativa y divulgativa en suelo público en la entrada del rastro de Gijón (C/ Palacio de los Deportes Gijón, 33203) el domingo día 3 de Abril de 2022, en horario de 9:30 horas a 14:00.**

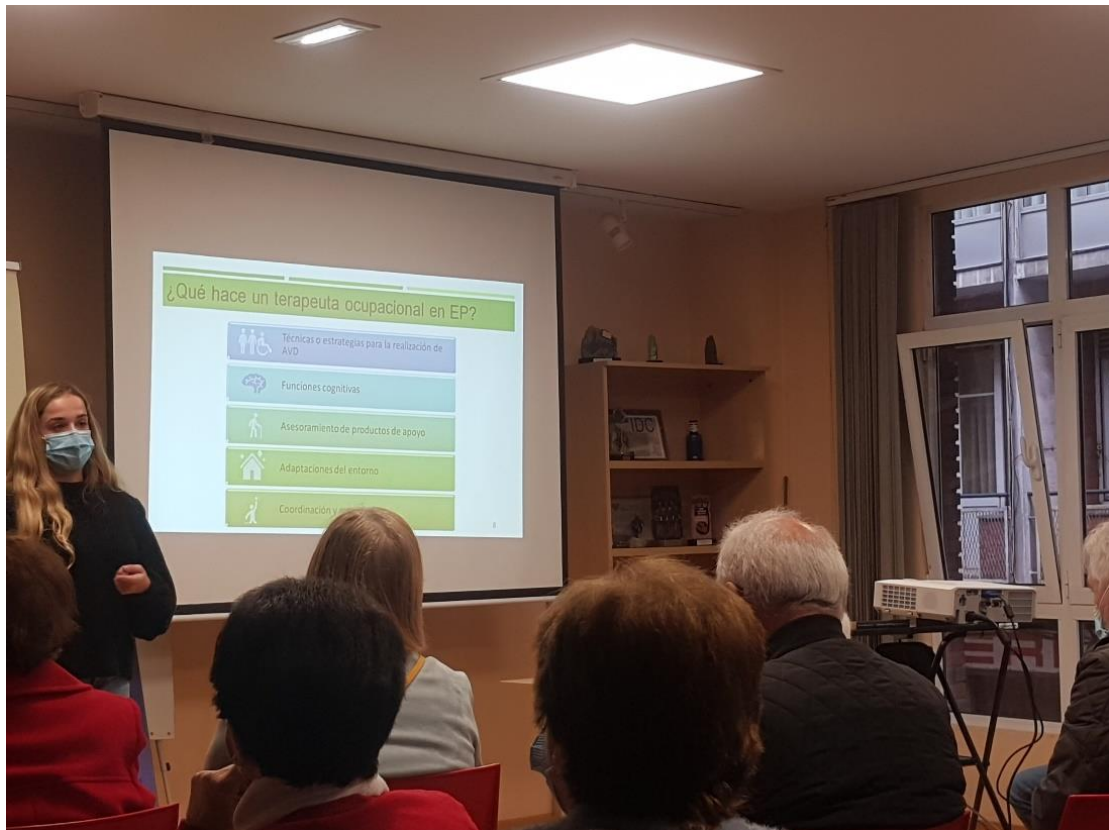
En la mesa se tuvieron materiales de difusión con el lema de la campaña de este año, así como cartelería. Además, dispusimos de

ramilletes de tulipanes naturales, flor que nos representa, para su venta como donativo.



CHARLAS DIVULGATIVAS: Desarrollamos charlas con el fin de informar y sensibilizar sobre la Enfermedad de Parkinson a las personas afectadas, familiares y cuidadores. Fueron Charlas-Taller apoyadas con presentación de diapositivas, casos clínicos y rueda de preguntas para resolver dudas. Estuvieron dirigidas a personas afectadas por el párkinson, familiares y cuidadores.

- **Charla-coloquio** sobre la enfermedad de Parkinson y la terapia ocupacional, en la Asociación de Vecinos del Jovellanos (Asociación de vecinos de la zona centro de Gijón). Día 8 de abril a las 19:00 horas.





- **Charla- Coloquio con la Dra. Dña. Jessica González Ardura Neuróloga del hospital Universitario de Cabueñes Gijón, en la que se habló sobre los síntomas no motores de la enfermedad de parkinson.**

ASOCIACIÓN PÁRKINSON JOVELLANOS PRINCIPADO DE ASTURIAS



Organiza:

“LOS OTROS SÍNTOMAS DEL PÁRKINSON”
Dra. Jessica González, Neuróloga del Hospital
Universitario de Cabueñes, especialista en la
Enfermedad de Párkinson

- Fecha: 31 de marzo de 2022
- Hora: 17:00 H.
- Lugar: Salón de actos C.M.I del Coto

Colaboran:



- **Mesa informativa** sobre la enfermedad del Parkinson el día 11 de abril en el Paseo de Begoña de Gijón, frente al Teatro Jovellanos; con horario de 10:00 a 14:00 horas.

MEMORIA 2022 –ATENCIÓN INTEGRAL.



- **Charla-coloquio** a las familias de personas afectadas por la enfermedad de parkinson del Centro Social del Llano de Gijón. Día 14 de diciembre a las 11:00 horas.



4- BENEFICIARIOS

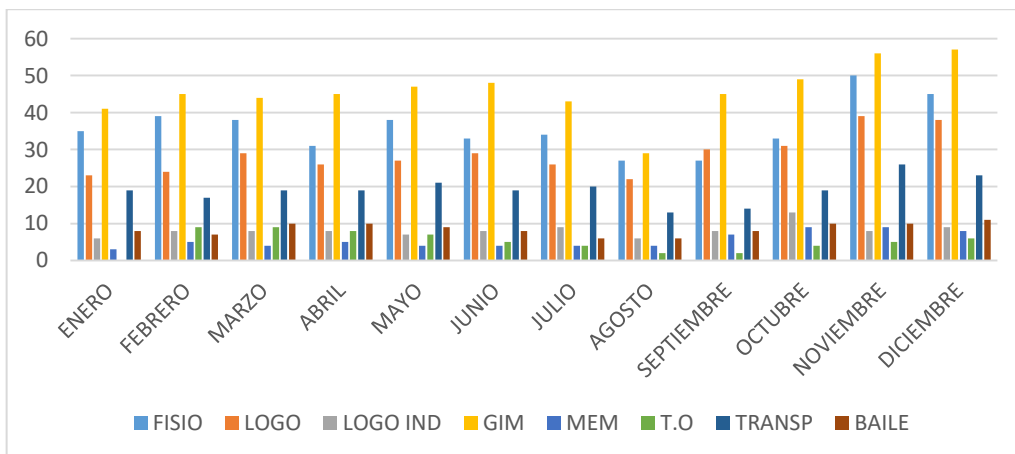
RESUMEN DATOS BENEFICIARIOS 2022

EDAD	
50-59	6
60-69	25
70-79	65
80-89	29
>90	0
TOTAL	125

SEXO	
HOMBRE	81
MUJER	44
TOTAL	125

CATEGORIA	
E.P	119
FAM	6
TOTAL	125

TOTAL	EDAD					GÉNERO		CATEGORÍA	
	50-59	60-69	70-79	80-89	>90	H	M	E.P	F
125	6	25	65	29	0	81	44	119	6



5- EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

Para la evaluación de nuestro programa utilizamos indicadores cuantitativos e indicadores cualitativos, que nos permitieron afirmar que se cumplieron los objetivos marcados inicialmente con la puesta en marcha del programa. A continuación pasamos a desarrollarlos;

1. Indicadores Cuantitativos:

En lo que se refiere a las personas que asistieron a las diversas actividades, la previsión del programa era:

- Nº de personas beneficiarias por la rehabilitación/ año:
400
- Nº de personas beneficiarias por el apoyo/ año:100
- Nº de personas beneficiarias por la información y sensibilización/ año: 500

Y el número real de beneficiarios del programa fue la siguiente:

- Nº de personas beneficiarias por la rehabilitación/año: 850
- Nº de personas beneficiarias por el apoyo/año: 341
- Nº de personas beneficiarias por la información y sensibilización/ año: En torno a 80/90 personas asistentes a las **charlas**; número que aumenta al añadir la participación en el **Día Mundial** en el que se vendieron 1.000 tulipanes, la repercusión de los artículos en prensa, el alcance de nuestras redes sociales y plataformas digitales, etc. Por lo que se puede decir que la previsión inicial de 500 beneficiarios, se quedó muy lejos de la realidad, ya que la repercusión de las actividades de

información y divulgación que desarrollamos en el año 2022 fue sin duda de gran relevancia.

Con todos estos datos podemos afirmar que desde un punto de vista cuantitativo, no solo hemos cumplido los objetivos previstos sino que en algunas actuaciones los hemos superado con creces.

2. Indicadores Cualitativos:

Realizamos una encuesta de satisfacción en la que de forma anónima se evaluó por parte de los participantes en las actuaciones y sus familias las diferentes actividades, el contenido y horario de las terapias, el trato y la atención de los profesionales, el clima en el centro, la información recibida y los posibles aspectos de mejora del servicio.

De los resultados de la encuesta se desprenden las siguientes conclusiones:

En relación a la satisfacción general respecto a las terapias, servicios y actividades de la Asociación, la atención por parte de las personas que realizan esas actividades, la organización de las mismas, etc. la puntuación recibida es bastante alta; de las personas encuestadas la mayoría de las puntuaciones se sitúan en los ítems más altos de las tablas (entendiendo el 0 como el resultado más malo y el 5 como el mejor resultado). Los aspectos de mejora (preguntas abiertas) a destacar planteados en las diferentes encuestas son coincidentes de nuevo, plantean mejoras en el horario de las actividades, por una parte quieren una duración mayor de las sesiones y por otro lado plantean la opción de abrir el centro por las tardes.

Otras de las mejoras que solicitan van unidas a la implementación de nuevas actividades, concretamente durante este año **las terapias rehabilitadoras en piscinas y talleres destinados exclusivamente a las familias.**

Recogemos las propuestas y las plasmaremos en nuestro programa del año 2023.

Por todo lo expuesto arriba podemos afirmar que con el **“Programa de Atención Integral para enfermos de Parkinson y sus familias.** Se beneficiaron un número importante de personas afectadas que pudieron asistir a un programa de terapias personalizado en función de su nivel de afectación y sus necesidades. Así como de disponer de información sobre su enfermedad, asesoramiento para una mejor adaptación a su evolución, y apoyo sociofamiliar para aliviar situaciones críticas muy habituales a medida que avanza la enfermedad de Parkinson.

Como se puede observar por los datos aportados, el grado de cumplimiento de los objetivos marcados es excelente. Nuestro programa, ofrece una atención personalizada que se adapta a las necesidades de las personas afectadas y de sus familias. Para lograrlo, en nuestro equipo estamos en un proceso de mejora continua. Todos los meses hacemos valoraciones y adaptamos las actividades de los beneficiarios a su evolución tanto si mejora, que es así en la mayoría de los casos, como si se agrava como también pasa en algunos casos, se hace una evaluación, se habla con la persona afectada y con su familia y se adapta el Programa de Terapias a sus nuevas necesidades.

La Valoración del Programa a nivel interno es muy positiva en cuanto ya que estamos garantizando en igualdad de condiciones el

acceso a las actividades de rehabilitación física, de la comunicación y sociales que se han programado adaptándolas a las necesidades de los enfermos.

A nivel externo, es decir en lo que se refiere a la colaboración por parte de las Administraciones, decir que necesitamos más apoyo para poder continuar desarrollando un Programa que tantos beneficios aporta a los beneficiarios y también a la Administración porque estamos contribuyendo a prevenir agravamientos en la evolución de una enfermedad neurodegenerativa y apenas hay ingresos en Centros de Día ni Residencias con el ahorro que esto supone para la Administración.

6- PYG

Cuenta de Pérdidas y Ganancias

Filtro: Desde 01/01/2022 hasta 31/12/2022

Empresa: 146 - ASOCIACION PARKINSON JOVELLANOS

Ejercicio. 2022

1. Importe neto de la cifra de negocios: 85.975,55

7050 Prestaciones de servicios: 80.301,05

7220 INGRESOS POR PROMOCIONES: 5.674,50

2. Variación de existencias de productos terminados y en curso de Fabricación: 0,00

3. Trabajos realizados por la empresa para su activo: 0,00

4. Aprovisionamientos:-3.988,55

6010 Compras de materias primas:-490,00

6020 Compras de otros aprovisionamientos; .498, 55

5. Otros ingresos de explotación: 50.609,42

7400 Subvenciones, donaciones y legados a la explotación; 50.609,42

6. Gastos de personal:-112.955,20

6400 Sueldos y salarios: -85.727,09

6420 Seguridad Social a cargo de la empresa: -26.756,86

6442 Retribuciones a largo plazo mediante sistemas de p.: -471,25

7. Otros gastos de explotación: -21.240,88

6210 Arrendamientos y cánones: -229,30

6230 Servicios de profesionales independientes: -2.924,78

6240 Transportes: -189,28

6250 Primas de seguros: -1.369,12

6260 Servicios bancarios y similares: -325,58

6270 Publicidad, propaganda y relaciones públicas: -1.859,95

6280 Suministros: -7.583,83

6290 Otros servicios: -6.579,84

6310 Otros tributos: -179,20

8. Amortización del inmovilizado -513,01

6810 Amortización del inmovilizado material -513,01

9. Imputación de subvenciones de inmovilizado no financiero y otras 0,00

10. Excesos de provisiones 0,00

11. Deterioro y resultado por enajenaciones del inmovilizado 0,00

12. Otros resultados -426,00

6780 Gastos excepcionales: -426,00

A) RESULTADO DE EXPLOTACION (1+2+3+4+5+6+7+8+9+10+11+12): -

2.538,67

13. Ingresos financieros: 0,00

14. Gastos financieros: -2.301,09

6623 Intereses de deudas con entidades de crédito: -2.301,09

15. Variación de valor razonable en instrumentos financieros: 0,00

16. Diferencias de cambio: 0,00

17. Deterioro y resultado por enajenaciones de instrumentos financieros:

0,00

B) RESULTADO FINANCIERO (13+14+15+16+17): -2.301,09

C) RESULTADO ANTES DE IMPUESTOS (A+B): -4.839,76

18. Impuestos sobre beneficios: 0,00

D) RESULTADO DEL EJERCICIO (C+18): -4.839,76

