

MEMORIA 2020

ASOCIACIÓN PÁRKINSON BURGOS

CENTRO MULTISERVICIOS DE ATENCIÓN INTEGRAL

-Luisa de Liras-



1. DATOS DE LA ENTIDAD

2. LA ENFERMEDAD DE PÁRKINSON

3. ASOCIACIÓN PÁRKINSON BURGOS (A.P.B)

3.1 HISTORIA

3.2 OBJETIVOS

4. COMPOSICIÓN

4.1 JUNTA DIRECTIVA

4.2 PERSONAL (PROFESIONALES QUE ATIENDEN AL COLECTIVO)

4.3 PERSONAS ASOCIADAS

4.4 REQUISITOS PARA SER BENEFICIARIO O USUARIO

5. SERVICIOS Y PROGRAMAS DE LA ASOCIACIÓN PÁRKINSON BURGOS

5.1. SERVICIO DE COORDINACIÓN, GERENCIA Y ADMINISTRACIÓN

5.2. SERVICIO PSICOSOCIAL

- Servicio de Información, Orientación y Asesoramiento.
- Servicio de Atención Social.
- Servicio Psicológico y tratamiento emocional para personas con enfermedad de párkinson, familiares y personas cuidadoras.

5.3. SERVICIO DE VIDA INDEPENDIENTE

Promoción de la Autonomía Personal a través de los servicios:

- Promoción mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional
- Estimulación Cognitiva
- Habilitación y Terapia Ocupacional

5.4. SERVICIO DE ÁREA DE CONVIVENCIA

- Servicio de Centro Terapéutico de Día
- Servicio de Respiro Familiar
- Servicio de Rehabilitación Integral (fisioterapia, logopedia, musicoterapia, terapia ocupacional, psicomotricidad)
- Rehabilitación a través de sistemas activos y pasivos MOTOMED.

5.5. SERVICIO DE ASESORAMIENTO PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON EN ESTADIOS DE INICIO TEMPRANO (IT).

5.6. SERVICIO DE TELEREHABILITACIÓN

5.7. SERVICIOS DE TRANSPORTE ADAPTADO.

5.8. PROGRAMA "JARDÍN DE TERAPIA"

5.9. PROGRAMA DE VOLUNTARIADO.

5.10. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y ATENCIÓN EN LA PROVINCIA DE BURGOS.

5.11. OTROS SERVICIOS

6. ACTIVIDADES

6.1. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

6.2. PROGRAMA DE OCIO, TIEMPO LIBRE Y ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

6.3. PROGRAMA DE FORMACIÓN

7. RECURSOS

8. PROYECTOS NUEVOS PARA EL 2021

SITUACIÓN EXCEPCIONAL. AÑO 2020

NOTA INFORMATIVA CRISIS SANITARIA OCASIONADA POR COVID-19

En el año 2020, puede observarse, que el número de personas usuarias, ha sufrido una pequeña disminución respecto a años anteriores. Esta situación es debida a que los servicios e instalaciones de la entidad han estado cerrados desde mediados del mes de marzo hasta el 9 de junio de 2020 por el estado de alarma ocasionada por la situación sanitaria COVID-19 y cuyas limitaciones han afectado tanto a la asociación, como a las personas usuarias de los servicios.

Durante dicho tiempo, la asociación solo ha podido mantener habilitado el servicio de atención social mínimo a través de consultas telefónicas y telemáticas.

La Asociación Párkinson Burgos en su apuesta por continuar con los servicios especializados para las personas con enfermedad de párkinson en estas circunstancias tan excepcionales, ha apostado por realizar una importante inversión económica para la mejora de sus servicios tanto presenciales como la puesta en marcha de servicios telemáticos.

Aún teniendo en cuenta dicha situación en la que, la entidad no haya podido atender a más personas con enfermedad de párkinson en el año 2020, sigue teniendo una tendencia al alza respecto a las personas a las que se proporciona respuesta ante sus necesidades en la enfermedad de párkinson. El número de personas que se benefician de los servicios de la Asociación Parkinson Burgos, sigue aumentando año tras año.

1. DATOS DE LA ENTIDAD

“ASOCIACIÓN PÁRKINSON BURGOS” **CENTRO MULTISERVICIOS DE ATENCIÓN INTEGRAL “LUISA DE LIRAS”**

Paseo de los Comendadores, nº2 (Recinto Hospital Militar), 09001. Burgos

TELÉFONO: 947 279 750 / 695255110

FAX: 947 279 750

CORREO- E: info@parkinsonburgos.org

WEB: www.parkinsonburgos.org

TWITTER: @ParkinsonBurgos

FACEBOOK: @parkinsonburgos

INSTAGRAM: @parkinsonburgos

C.I.F.: G- 09348046

HORARIO:

- De lunes a viernes de 09:00h a 19:00h. (20:30h - martes, miércoles y jueves)

(Festivos cerrado)

SERVICIOS ACREDITADOS JCYL

5.4.A.- Programa de Promoción y Recuperación de la Autonomía Personal:

- Promoción mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional
- Estimulación Cognitiva
- Habilitación y terapia ocupacional

5.4.B.- Servicio de Centro Terapéutico de Día.

- Programa de Respiro Familiar
- Programa de rehabilitación integral (fisioterapia, logopedia, musicoterapia, terapia ocupacional, psicomotricidad)
- Rehabilitación a través de MOTOMED.

5.4.C.- Servicio de Asistencia Personal

2. LA ENFERMEDAD DE PÁRKINSON

¿Qué es la Enfermedad de Párkinson?

La EP es un trastorno del sistema nervioso central caracterizado por una degeneración de un tipo particular de células que se encuentran en una región de la profundidad del cerebro denominada “**ganglios basales**” y especialmente en una parte del tronco del encéfalo llamado “sustancia negra”. Estas células fabrican dopamina, responsable de transmitir la información para el correcto control de los movimientos. Cuando hay una marcada reducción del nivel de dopamina, las estructuras que reciben esta sustancia (receptores dopaminérgicos), localizadas en una región del cerebro denominada cuerpo estriado, no son estimuladas de manera conveniente y esto se traduce en temblor rigidez lentitud de movimientos e inestabilidad postural, entre otros síntomas.

La EP es una enfermedad crónica, que progresa lentamente y afecta de forma diferente a los distintos individuos. La evolución puede ser muy lenta en algunos pacientes mientras que en otros puede evolucionar mucho más rápido

¿Cuál es la causa de la EP?

A pesar de todos los avances de la Neurología, se desconoce la etiología de la EP. Se especula que factores genéticos asociados a otros factores presentes en el medioambiente podrían ser los responsables de la pérdida neuronal. Muchas personas relacionan el comienzo de los síntomas con estados de estrés o desencadenantes emocionales, pero éstos sólo pueden poner en evidencia la enfermedad mas no causarla.

¿Cuáles son los síntomas?

Es importante recordar que los síntomas de la enfermedad de Párkinson pueden variar mucho de una persona a otra. Por ejemplo, un paciente puede presentar temblor, mientras que otro puede experimentar intensa rigidez y lentitud sin temblores.

En fases iniciales de la enfermedad, a menudo los síntomas afectan primero a un lado del cuerpo. Más tarde, los síntomas pueden extenderse al otro lado.

Algunos síntomas frecuentes de la enfermedad de Párkinson son:

- Sacudidas o temblor de las manos, brazos, piernas, mandíbula y cara (lo que se define con frecuencia como temblor)
- Rigidez e hipertonía muscular (lo que se define como rigidez)
- La hipocinesia afecta especialmente a la cara y a los movimientos de las extremidades. El enlentecimiento muscular es progresivo y especialmente se hace evidente al caminar, al realizar giros y durante tareas en las que se necesite destreza manual. El paciente suele presentar una cara inexpresiva y va perdiendo la mímica facial.
- La bradicinesia hace referencia a la lentitud de movimientos o dificultad para iniciar los movimientos como levantarse de una silla.
- Problemas de equilibrio y de coordinación, que suelen ser características tardías de la enfermedad

3. ASOCIACION DE PÁRKINSON BURGOS (A.P.B)

3.1 HISTORIA

- **Entidad legalmente constituida el 24 de noviembre de 1998.**
- La Asociación Párkinson Burgos abre sus puertas el 10 de enero del 2000, comenzando inmediatamente a impulsar el acercamiento de los familiares y afectados a la Sede Social.
- Inscrita en el Registro de Asociaciones de la JCYL con el nº 2484 sección PRIMERA
- Inscrita en el Registro de Entidades y Servicios y Centros de carácter social de Castilla y León; Servicios de Promoción de la Autonomía Personal (Promoción, mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional; Estimulación Cognitiva; Habilitación y Terapia Ocupacional)
- Inscrita en el Registro de Entidades Servicios y Centros de carácter social de Castilla y León con el nº 09.0332E
- **Declarada Entidad de Utilidad Pública el 28 de mayo de 2003.**
- Pertenece a la Federación Española de Párkinson.
- Miembro de la Comisión Ejecutiva de la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Burgos (FEDISFIBUR)
- Ostenta la Presidencia de COCEMFE CYL desde 2017.
- **Apertura del 1º Centro Terapéutico de Día para Enfermos de Párkinson en Castilla y León el 14 de marzo del 2005.**
- Sometida a la Ley 15/1999 de protección de datos de carácter personal desde el año 2006.
- Acogida a la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, de régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales del mecenazgo desde noviembre de 2007.
- **Premio Ciudad de Burgos 2013, a la Convivencia.**
- Apertura del Centro Multiservicios de Atención Integral de Párkinson “Luisa de Liras” en septiembre de 2019.
- **Inauguración de la nueva sede Párkinson Burgos. Centro Multiservicios de atención Integral “Luisa de Liras” el 24 de enero 2020.**

3.1 OBJETIVOS

Se trata de una Asociación sin ánimo de lucro constituida por personas afectadas por la enfermedad de Párkinson, así como por familiares y amigos que se reúnen para compartir conocimientos, experiencias y modos de solucionar dificultades, siempre desde un planteamiento positivo.

Sus **objetivos principales** han sido tanto científicos, benéficos y sociales.

El Principal Objetivo de la Asociación Párkinson Burgos (APB) es la mejora de la calidad de vida de las personas con párkinson y sus familiares.

Sus **objetivos más específicos** serían:

1. Favorecer una adaptación lo más saludable posible a la enfermedad de Párkinson y propiciar así una mejor calidad de vida.
2. Promover y favorecer la investigación sobre todos los aspectos relativos a la Enfermedad de Párkinson.
3. Prestar atención a las personas con Enfermedad de Párkinson en los aspectos asistencial, laboral y de integración social, así como la orientación y asesoramiento al paciente y a sus familiares sobre la problemática de la enfermedad y sobre las soluciones que para paliarla se ofrezcan.
4. La agrupación y colaboración con entidades públicas y privadas con similares objetivos.
5. Representar, gestionar y defender, si lo considerase conveniente, los intereses de sus asociados ante toda clase de personas y entidades, públicas o privadas.
6. Desarrollar actividades terapéuticas dentro de la Sede y Centro Terapéutico de Día: Fisioterapia, Psicoterapia, Musicoterapia, Logopedia, etc., como tratamiento rehabilitador.
7. Desarrollar programas de reeducación y aprendizaje de sus capacidades deficitarias, previniendo deterioros personales.

La Asociación Párkinson Burgos se plantea la atención de sus miembros, socios y beneficiarios de forma integral, desde una perspectiva individual, familiar, social, y terapéutica. Todo ello enfocado hacia la búsqueda de una mejor calidad de vida del enfermo de Párkinson y de sus familiares y/ o cuidadores.

Para cumplirlo, trabajamos desde diferentes proyectos que abarcan toda la problemática y apostamos fuertemente por la investigación en la enfermedad de Párkinson.

Además, la APB realiza una importante labor de relaciones institucionales, representando al colectivo ante instituciones públicas y privadas y protegiendo que los derechos de las personas con párkinson y de sus familiares no sean vulnerados.

MISIÓN, VISIÓN Y VALORES

Misión

Coordinar y gestionar todo aquello que sirva para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por la enfermedad de párkinson y sus familiares, así como participar de todo lo que sea posible para lograr mayores resultados en investigación.

Visión

- Convertirnos en un referente en la enfermedad de Párkinson en Burgos y provincia.
- Ser defensores de los derechos de las personas con enfermedad de párkinson.
- Ser una fuente de información fiable y de primera mano
- Dar a conocer la enfermedad para fomentar la conciencia social sobre ella.

Valores

- Calidad, transparencia y buenas prácticas.
- Participación activa dentro de la organización.
- Lucha por la igualdad de oportunidades.



4. COMPOSICIÓN DE LA ASOCIACIÓN

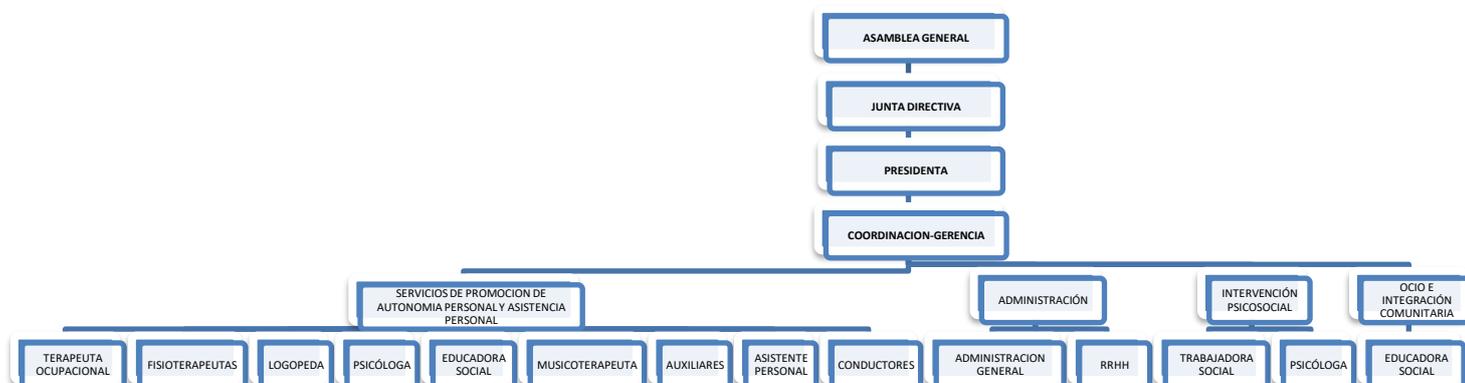
4.1. JUNTA DIRECTIVA

PRESIDENTA: M^a Jesús Delgado de Liras
 VICEPRESIDENTA: Pilar Barriomirón Ruiz
 SECRETARIO: Ramón Barriuso Martín
 TESORERO: José Ángel Mediavilla Vicente
 VOCALES: M^a Franca Aparicio García;
 Carolina Carrillo Diez;
 M^a José Alarcia López;
 Eustasio Villanueva Riu

4.2. PERSONAL, PROFESIONALES QUE ATIENDEN AL COLECTIVO

- 1 logopeda,
- 1 musicoterapeuta,
- 2 fisioterapeutas,
- 2 psicólogas,
- 1 educadora social,
- 1 responsable de transporte adaptado,
- 1 administrativa,
- 3 auxiliares de geriatría,
- 3 terapeutas ocupacionales,
- 1 trabajadora social y
- 2 conductores.

ORGANIGRAMA PÁRKINSON BURGOS

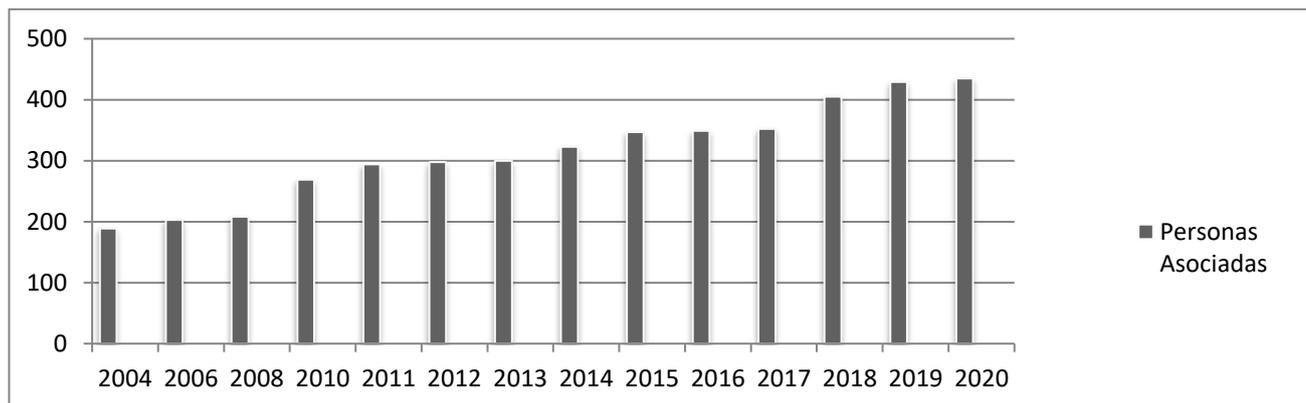


4.3. PERSONAS ASOCIADAS 2020

Nº DE PERSONAS ASOCIADAS: 435

Nº DE PERSONAS AFECTADAS: 215

EVOLUCIÓN DEL Nº DE PERSONAS ASOCIADAS EN PÁRKINSON BURGOS



4.4 REQUISITOS PARA SER BENEFICIARIO O USUARIO

Para ostentar la condición de persona destinataria de los servicios que presta la Asociación Párkinson Burgos, es requisito principal tener enfermedad de párkinson o ser familiar de una persona afectada, no siendo obligatoria la condición de socio para ser usuario de los servicios, por estar declarados de UTILIDAD PÚBLICA.

Sus actividades no están restringidas exclusivamente a beneficiar a sus asociados, sino abiertas a cualquier otro posible beneficiario o usuario que reúna las condiciones y caracteres exigidos por la índole de sus propios fines.

Las condiciones económicas de los servicios prestados son:

LISTADO DE PRECIOS 2020

PÁRKINSON BURGOS

CUOTAS SOCIOS:

- SOCIOS NUMERARIOS (personas Afectadas por la Enfermedad): Cuota Anual de 58€
- SOCIOS AMIGOS (Colaboradores y Simpatizantes de la Asociación): Cuota Anual mínima de 25€
Los socios amigos pueden contribuir, si lo desean, con una cantidad superior a 25€

CUOTAS CENTRO DE DÍA

- CUOTA CENTRO DE DÍA MEDIA JORNADA 400 €/mes
- CUOTA CENTRO DE DÍA MEDIA JORNADA + COMIDA 500 €/mes
- CUOTA CENTRO DE DÍA JORNADA INTERMEDIA + COMIDA 600 €/mes
- CUOTAS CENTRO DE DÍA JORNADA COMPLETA 800 €/mes
- ❖ Matrícula Inicial para personas socias de menos 1 año (consultar en oficina)

CUOTAS TERAPIAS

- CUOTAS SOCIOS
 - TERAPIAS GRUPALES 120 €/mes
 - TERAPIAS INDIVIDUALES
Fisioterapia, Logopedia, Terapia Ocupacional y Psicología
 - EN CENTRO PÁRKINSON BURGOS 18 €/sesión
 - EN DOMICILIO 25 €/sesión
- CUOTAS NO SOCIOS
 - TERAPIAS GRUPALES 156 €/mes
 - TERAPIAS INDIVIDUALES
Fisioterapia, Logopedia, Terapia Ocupacional y Psicología
 - EN CENTRO PÁRKINSON BURGOS 23 €/sesión
 - EN DOMICILIO 33 €/sesión

CUOTAS TRANSPORTE

- TRANSPORTE SOCIOS 44 €/mes
- TRANSPORTE NO SOCIOS 55 €/mes

5. SERVICIOS DE LA ASOCIACIÓN PÁRKINSON BURGOS

5.1. SERVICIO DE COORDINACIÓN, GERENCIA Y ADMINISTRACIÓN

5.2. SERVICIO PSICOSOCIAL

- Servicio de Información, Orientación y Asesoramiento.
- Servicio de Atención Social.
- Servicio Psicológico y tratamiento emocional para personas con enfermedad de párkinson, familiares y personas cuidadoras.
 - Grupo de Autoayuda. (AA) para personas afectadas por la EP
 - Grupos de Autoayuda para familiares y personas cuidadoras (AC)

5.3. SERVICIO DE VIDA INDEPENDIENTE

Promoción de la Autonomía Personal a través de los servicios:

- Promoción mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional
- Estimulación Cognitiva
- Rehabilitación y Terapia Ocupacional

Desarrollado a través de servicios integrados de:

- Servicio de Terapia Ocupacional
- Servicio de Fisioterapia
- Servicio de Estimulación Cognitiva
- Servicio de Logopedia
- Servicio de Musicoterapia
- Servicio de Motomed

5.4. SERVICIO DE ÁREA DE CONVIVENCIA

- Servicio de Centro Terapéutico de Día
- Servicio de Respiro Familiar
- Servicio de Rehabilitación Integral (fisioterapia, logopedia, musicoterapia, terapia ocupacional, psicomotricidad)
- Rehabilitación a través de sistemas activos y pasivos MOTOMED.

5.5. SERVICIO DE ASESORAMIENTO PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON EN ESTADIOS DE INICIO TEMPRANO (IT).

5.6. SERVICIO DE TELEREHABILITACIÓN. *(Novedad)*

5.7. SERVICIOS DE TRANSPORTE ADAPTADO.

5.8. PROGRAMA “JARDIN DE TERAPIA”. *(Novedad)*

5.9. PROGRAMA DE VOLUNTARIADO.

5.10. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y ATENCIÓN EN LA PROVINCIA DE BURGOS.

5.11. OTROS SERVICIOS

5.1. SERVICIO DE COORDINACIÓN, GERENCIA Y ADMINISTRACIÓN

- Coordinación del equipo Técnico (RRHH).
- Gestión de proyectos y Subvenciones.
- Gestión administrativa.
- Fomentar el asociacionismo de las personas con enfermedad de párkinson y sus familiares para mejorar su calidad de vida consiguiendo una adaptación lo más saludable posible a la enfermedad
- Coordinación de las actividades de la Asociación
- Promocionar las relaciones de la Asociación Párkinson Burgos con otras entidades públicas o privadas
- Coordinación con otras entidades públicas y privadas.



5.2. SERVICIO PSICOSOCIAL

SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO

Actuaciones del servicio

- Información y valoración. Las personas a las que se diagnostica la enfermedad y sus familiares se encuentran desconcertadas ante la noticia y no saben dónde acudir y muchas veces desconocen lo que es la propia enfermedad. A los nuevos usuarios que acuden se les realiza una valoración inicial, se les informa sobre la enfermedad, sobre los recursos existentes y sobre las actividades que se desarrollan
- Acogida de personas que acuden a la entidad
- Informar y orientar a aquellos enfermos que acaban de ser diagnosticados y a sus familias.
- Proporcionar información relacionada con los distintos aspectos de la enfermedad a los familiares y/o cuidadores y a la población en general
- Estimular el conocimiento de la enfermedad a través de charlas conferencias
- Sensibilizar a la población sobre los problemas que presenta la enfermedad
- Informar, orientar y asesorar sobre la enfermedad de párkinson, así como de los recursos existentes.

En 2020 se han realizado 990 intervenciones en este servicio

SERVICIO DE ATENCIÓN SOCIAL

Actuaciones del servicio

- Mediante una serie de entrevistas se pretende conocer la situación personal, familiar, el estado de afectación del usuario para poder ofrecer los recursos y tratamientos adecuados tanto a la persona afectada, como a sus familiares, dentro de la asociación
- Informar sobre las prestaciones básicas del sistema de Servicios Sociales y de otros organismos o entidades tanto públicas como privadas
- Desarrollar actuaciones de carácter asistencial a la vez que preventivos, actuando sobre las causas que pueden generar problemas específicos.
- Atender las necesidades de las personas usuarias, abordando de forma integral los problemas.
- Atención personal y telefónica de las demandas de las personas con enfermedad de párkinson y sus familiares y/o cuidadores principales.
- Recibir y atender las demandas de las personas afectadas y sus familiares y/o cuidadores.
- Apoya en la tramitación y gestión de recursos tanto del Sistema de Acción Social, como de otros sistemas de Protección Social.

En 2020 se han realizado 536 intervenciones en este servicio

(268 dirigidas a personas con enfermedad de párkinson y 268 a familiares y personas cuidadoras)

SERVICIO DE TRATAMIENTO EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON Y SUS CUIDADORES PRINCIPALES

Servicio terapéutico que tiene con objetivo el bienestar emocional y psicológico.

Se ofrece atención tanto a los familiares y cuidadores principales de personas con enfermedad de párkinson puesto que constituyen las piezas clave para el bienestar de la persona.

Se proporciona información, orientación y asesoramiento a toda persona y/o familiar directa o indirectamente por esta enfermedad.

En 2020 se han realizado 522 intervenciones en este servicio

(305 dirigidas a personas con enfermedad de párkinson y 217 a familiares y personas cuidadoras)

TRATAMIENTO EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO EN PERSONAS CON PÁRKINSON.

Objetivos generales:

- Informar al paciente sobre los síntomas no motores de la enfermedad de Párkinson
- Informar al paciente de la medicación que toman y sus posibles efectos secundarios
- Evitar que la desinformación o información sesgada aumente la ansiedad e incertidumbre del paciente.
- Aprender estrategias de afrontamiento ante su nuevo estilo de vida.
- Aceptación y adaptación a la enfermedad de Párkinson.
- Adquirir nuevos hábitos: toma puntual de la medicación, paseos diarios, vida ordenada
- Aumentar y/o mantener la autoestima del paciente.

Objetivos específicos

Depresión y ansiedad:

- Combatir los pensamientos negativos y elevar el estado de ánimo.
- Aprender habilidades para hacer frente a los cambios y al estrés.
- Reducir los estados de ansiedad, tensiones y preocupaciones que ocasiona el adaptarse al nuevo estilo de vida que impone la enfermedad de Párkinson.
- Adquirir hábitos de toma de medicación.
- Elevar la autoestima.
- Aumentar el sentimiento de control ante las situaciones y cómo respondes ante las dificultades.
- Adquirir recursos para solucionar los problemas cotidianos y tomas de decisiones.
- Mantener el repertorio de respuestas necesario para interactuar con las otras personas del entorno.
- Adquirir estrategias para prevenir y controlar los problemas emocionales.
- Adquirir habilidades para hacer frente emocionalmente a los momentos "Off".

Alucinaciones y delirios:

- Informar al paciente de los síntomas psicóticos que puede sufrir
- Aprender pautas para hacer prevenir y hacer frente a los síntomas psicóticos

Trastornos del sueño:

- Modificar hábitos para mejorar la cantidad y la calidad del sueño

Trastornos del control de impulsos:

- Informar al paciente sobre los trastornos del control de impulsos y su relación con la enfermedad de Párkinson
- Adquirir pautas de autocontrol y manejo de impulsos
- Aprender habilidades de control de la ansiedad

TRATAMIENTO EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO PARA CUIDADORES PRINCIPALES

Se lleva a cabo dentro de un “PROGRAMA DE AYUDA MUTUA PARA FAMILIARES Y CUIDADORES”, cuyo objetivo primordial es favorecer una adaptación lo más saludable posible a la Enfermedad de Párkinson y garantizar así una mejor calidad de vida.

Objetivos generales:

En la actualidad la familia es la principal fuente de cuidados para la persona que tiene una discapacidad. Cuando se habla de cuidados en el entorno familiar es imprescindible que nos refiramos a la figura del cuidador familiar, el cual por el tiempo de dedicación destinado a ofrecer los cuidados necesarios durante todo el proceso de la enfermedad va a necesitar de una serie de apoyo específicos para poder llevar a cabo su función.

El objetivo principal del programa es mejorar la calidad de vida del familiar.

Objetivos específicos

- Disminución de la sobrecarga física y psíquica de los cuidadores principales
- Que los cuidadores principales puedan continuar con su vida laboral, social y familiar
- Disposición para el cuidador principal de tiempo libre para sí mismo
- Información, asesoramiento sobre los cuidados que necesitan las personas que tienen la enfermedad de párkinson.
- Apoyo psicológico durante todo el proceso de la enfermedad.

GRUPOS DE AUTOAYUDA PARA PERSONAS AFECTADAS, FAMILIARES Y/O CUIDADORES PRINCIPALES

➤ GRUPOS DE AUTOAYUDA PARA PERSONAS AFECTADAS POR ENFERMEDAD DE PÁRKINSON

Objetivos:

- Adquirir habilidades que permitan adaptarse a los cambios que conlleva la enfermedad.
- Aprender a gestionar las emociones y a frustración que supone el diagnóstico de una enfermedad crónica y degenerativa.
- Compartir con las personas que forman el grupo las emociones y a las que se enfrentan.
- Encontrar un espacio personal en el que las personas afectadas se sientan comprendidas y aceptadas.

Estos grupos siempre están dirigidos por la psicóloga de la Asociación especializada en Enfermedad de Párkinson

➤ GRUPOS DE AUTOAYUDA PARA FAMILIARES Y/O CUIDADORES PRINCIPALES.

Los objetivos son:

- Conocer los síntomas de la enfermedad de Párkinson y adquirir habilidades y herramientas que nos permitan adaptarnos a la nueva situación.
- Interiorizar y aplicar el cuidado físico, mental y emocional como cuidador para poder cuidar bien.
- Encontrar en el grupo un lugar de desahogo emocional y compartir con el resto de personas cuidadoras y/o familiares las dudas y problemas a las que se enfrentan.

Modalidades:

- Grupo de primer impacto.

Dirigido a familiares y/o cuidadores principales de personas afectadas recién diagnosticados

- Grupo de consolidación.

Dirigido a familiares y/o cuidadores principales de personas afectadas con diagnóstico no reciente.

Estos grupos siempre están dirigidos por la psicóloga de la Asociación especializada en Enfermedad de Párkinson

5.3. SERVICIO DE VIDA INDEPENDIENTE PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON

El Servicio de Vida independiente se fundamenta en los Servicio de Promoción de la Autonomía Personal (Promoción mantenimiento y recuperación de la autonomía funcional, Estimulación Cognitiva, Rehabilitación y Terapia Ocupacional) desarrollado a través de Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Estimulación Cognitiva, Logopedia, Musicoterapia, Servicio de Motomed, en diferentes modalidades:

- Grupos de mañana

Existen tres grupos de terapias dentro del horario de 09:00 a 14:00h que se desarrollan en el Centro Multiservicios de Atención Integral de Párkinson Burgos (Pº de los Comendadores, nº2 - Hospital Militar) Burgos. Depende de la edad y el estadio de la enfermedad los afectados reciben la terapia más acorde en uno de los tres grupos. Durante 2020, 42 personas afectadas han recibido este servicio.

- Grupos de tarde

Se trata del Programa de Terapias para personas con enfermedad de párkinson de Inicio Temprano” Dirigido a aquellos Enfermos de Párkinson menores de 65 años.

Este Programa de Terapias se desarrolla en el Centro Multiservicios de Atención Integral de Párkinson Burgos (Pº de los Comendadores, nº2 - Hospital Militar) Burgos. Existen tres grupos de inicio temprano. Durante 2020, 23 personas afectadas han recibido este servicio.

- Terapias en Domicilio

Servicio que ofrece terapias de Logopedia, Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Apoyo Emocional y Psicológico para aquellos socios afectados que por el estadio avanzado de la enfermedad no pueden acercarse a la sede a realizar el programa rehabilitador.

Durante 2020, 10 personas afectadas han recibido este servicio.

- Terapias individuales.

Servicio que ofrece terapias de Logopedia, Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Apoyo Emocional y Psicológico de forma individual, atendiendo personalmente aquellas necesidades que presenta cada afectado. Este Programa de Terapias se desarrolla en el Centro Multiservicios de Atención Integral de Párkinson Burgos (Pº de los Comendadores, nº2 - Hospital Militar) Burgos.

Durante 2020, 22 personas afectadas han recibido este servicio.

- Centro terapéutico de día

A partir de una valoración individualizada y personalizada se elabora un programa rehabilitador de forma integral. Las terapias llevadas a cabo en el Centro de Día son de Logopedia, de Fisioterapia, de Apoyo Psicológico, de Psicomotricidad, de Animación, ocio y tiempo libre, de Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria, Entrenamiento de la Memoria

Nuestro Centro de Día está situado en la Sede de la Asociación Párkinson Burgos, Centro Multiservicios de Atención Integral de Párkinson Burgos (Pº de los Comendadores, nº2 - Hospital Militar) Burgos.

Durante 2020, 37 personas afectadas han recibido este servicio.

Total: 134 personas

PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y RECUPERACIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

La asociación de párkinson pone al alcance de sus socios afectados por la enfermedad un amplio cuadro de terapias especialmente estudiadas para las personas con enfermedad de párkinson.

Previa evaluación por nuestros terapeutas el afectado ingresa en el grupo de terapias más acorde a su problemática y edad sin olvidarnos que no hay dos personas iguales por lo que en muchos casos, aunque se ingrese en un grupo de terapias también se hará la terapia individual más idónea.

❖ ***El programa de Promoción y Recuperación de la Autonomía Personal engloba los diferentes servicios y terapias:***

➤ **SERVICIO DE TERAPIA OCUPACIONAL**

Se proporcionarán estrategias para resolver aquellos problemas que surgen en la vida cotidiana, asesorando en las actividades básicas que se vuelven difíciles de llevar a cabo (para el cuidado de uno mismo, vestido, alimentación, baño, cama, traslados, ayudas técnicas, etc.). Se trabaja entrenando las actividades de la vida diaria.

El objetivo **general** de la terapia ocupacional es mantener al máximo la independencia del paciente afectado en la realización de actividades de la vida diaria, es decir, lograr que la persona con Párkinson pueda mantener su nivel habitual de actividades básicas, la productividad, el ocio y retrasar al máximo la necesidad de una tercera persona.

Tiene como objetivos **específicos**:

- Prevenir deterioros futuros causados por la discapacidad con el objeto de potenciar la autonomía personal del afectado en la ejecución de las actividades de la vida diaria, instrumental y de ocio
- Mejorar el autoconcepto de la persona facilitando el reconocimiento de sus capacidades y de su potencial, desarrollando la confianza como resultado del logro y de su desarrollo personal.
- Ayudar a los individuos a adquirir nuevas habilidades y recursos personales.
- Aumentar la sensación de logro, de satisfacción y de control del paciente.
- Estudio del hogar y del lugar de trabajo para que disponga de todas las adaptaciones y ayudas técnicas necesarias
- Conseguir la colaboración del individuo y la familia, a lo largo de todo el proceso de rehabilitación de manera que deben ser informados del tratamiento que van a llevar a cabo.
- Mejorar la sensación de dignidad y autovaloración de la persona afectada por esta enfermedad.
- Mejorar la postura o mantenerla si todavía es correcta.
- Mejorar y mantener las capacidades físicas (mantener o aumentar la amplitud de movimiento articular y el balance muscular).
- Mantener la independencia en las A.B.V.D
- Adaptar objetos de uso cotidiano cuando sea necesario.
- Mejorar y/o mantener la destreza y habilidades manuales y Habilidades cognitivas
- Entrenar y/o adaptar la comunicación escrita.

➤ **SERVICIO DE FISIOTERAPIA**

Dirigida a mantener en buen estado el aparato locomotor y del organismo en general.

Está demostrado que el ejercicio físico, moderado y adaptado en cada caso, está altamente indicado para personas con enfermedad de párkinson ya que retrasa el avance de la enfermedad, mejora la calidad de vida y su autonomía.

Se realiza también dentro de esta disciplina masaje terapéutico para el grupo de Inicio Temprano.

Objetivos generales:

- Contribuir a la consecución de la movilidad más cómodo y fácil en la actividad diaria, dentro de unos patrones motores correctos.
- Desarrollar estrategias para afrontar y/o superar las dificultades motoras que comportan la enfermedad.
- Ayudar a la persona a mantenerse activa el mayor en el mayor grado posible.

Objetivos específicos

- Reeducar aquellos patrones de movimiento que están alterados o disminuidos.
- Aportar estrategias para mejorar las dificultades en iniciar el movimiento.
- Mejorar la movilidad necesaria para la realización de las actividades de la vida diaria.
- Preservar el tónus muscular y estimular la circulación sanguínea.
- Reeducar la postura, para prevenir así dolores derivados de malas posiciones mantenidas.
- Mantener y/o mejorar los volúmenes respiratorios, comprometidos por la rigidez y dificultades de movilidad torácica.
- Enseñar a los familiares a trabajar junto con la persona con Párkinson: movilización correcta para prevenir lesiones, cómo superar los bloqueos qué ejercicios pueden hacer juntos.
- Mantener el equilibrio y la coordinación.

➤ **SERVICIO DE LOGOPEDIA:**

Se ocupa de la evaluación, diagnóstico y rehabilitación de los trastornos del habla y/ o lenguaje y de los trastornos disfágicos (dificultad para tragar) mediante la realización de ejercicios que contribuyen a conseguir una mayor inteligibilidad del habla, mejora de la calidad de dicción y la caligrafía.

Además de las sesiones de Logopedia grupales también se realizan sesiones individuales para aquellos afectados que requieren una atención más individualizada.

Objetivos generales:

La enfermedad de párkinson puede provocar trastornos en la comunicación verbal por las siguientes causas:

- Disminución del volumen de la voz
- Monotonía del habla
- Dificultades en la pronunciación
- Inexpresividad facial
- Ritmo del habla acelerado
- Enlentecimiento del pensamiento
- Trastornos de la deglución

El objetivo general del de la logoterapia es tratar de forma eficaz estos trastornos del habla.

Objetivos específicos

- Orientar a aumentar la expresividad facial.
- Incrementar la intensidad de la voz.
- Mejorar los parámetros de calidad vocal.
- Perfeccionar la precisión articulatoria.
- Adecuar el ritmo del habla.
- Mejorar la prosodia.
- Aumentar el tamaño y calidad de la grafía
- paliar las dificultades de deglución.
- Favorecer la incorporación de técnicas y estrategias prácticas en las sesiones de logopedia.
- Concienciar a la persona sobre qué aspectos del habla dificulta su comunicación.

➤ SERVICIO DE MUSICOTERAPIA

Utiliza el sonido, la música y el movimiento para ayudar a las personas con enfermedad de párkinson en la mejora de su calidad de vida. Consigue buenos resultados en movilidad y habla, estimula las capacidades cognitivas. A través de la música y sus distintos elementos: ritmo, sonido, melodía y armonía, se conecta con el afectado para trabajar en distintas áreas de la persona.

La musicoterapia tiene como objetivos:

Área Cognitiva: estimular la atención, el lenguaje, la orientación y la memoria remota y reciente.

Área Socioemocional: estimular el estado de ánimo, comunicar emociones, aumentar la interacción verbal y no verbal, participar en experiencias exitosas y agradables y aumentar la autoestima-

Área Físico motriz: estimular las funciones respiratorias, la coordinación, mantener habilidades de la motricidad fina y ejercitar la movilidad en extremidades superiores y/o inferiores.

Objetivos:

- Mantener participación-atención durante toda la actividad musical: Discriminación auditiva, movimiento libre, repertorio preferido...
- Ejercitar el lenguaje: leer y/o cantar la letra de la canción o al escucharla. Explicar y expresar opiniones sobre una canción; ejercitar la expresión verbal cuando se interactúa con los compañeros. Completar frases de canciones, títulos de canciones, Bingo musical...
- Estimular la memoria reciente y remota: recordar las letras y melodías de canciones, títulos, nombre del cantante, época... Cantar canción de bienvenida y despedida.
Recordar la consigna dada, recordar los nombres de los compañeros, recordar un patrón rítmico dado y repetirlo, recordar y repetir secuencias motrices...
- Estimular la orientación en el tiempo y en persona: identificar la estación del año en la que está, día, hora, momento de la sesión de Musicoterapia....
- Mantener el estado de ánimo elevado: expresión distendida, sonrisas. Actitud cooperativa. Emplear repertorio preferido.
- Comunicación no verbal: actividades de canto, actividades con instrumentos musicales.
- Comunicarse a nivel verbal: expresar sentimientos, emociones y comentarios.
- Interactuar con compañeros/terapeuta (verbal y no verbal)
- Mantener habilidades sociales: esperar turnos, aplaudir, participar en experiencia de grupo.
- Seguir audición: con voz/movimiento. Reconocer. Discriminar palabra, cantante, instrumento...
- Mantener habilidades de danza- baile: coordinación. Seguir el gesto/movimiento.
- Seguir el ritmo-pulsación: con manos, pies, cuerpo, instrumento.
- Tocar instrumentos musicales: seguir la consigna dada. Expresarse libremente y creativamente.

➤ SERVICIO DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

El tratamiento que se ofrece en este servicio tiene como finalidad mantener, mejorar el funcionamiento de algunas capacidades cognitivas y emocionales, ya que debido a la enfermedad de párkinson están siendo afectadas.

Objetivos Generales.

Prevenir o retasar la aparición de un deterioro cognitivo mayor y mantener las capacidades cognitivas durante el mayor tiempo posible.

Aplicar las actividades de estimulación cognitiva que se realicen en los talleres a la vida cotidiana.

Mantener las actividades de la vida diaria mientras sea posible, ya que la gran mayoría de ellas implican realizar ejercicio cognitivo.

Objetivos específicos

Atención:

- Aumentar la rapidez de respuesta ante un estímulo
- Disminuir el tiempo de reacción necesario para realizar una tarea
- Entrenar la capacidad para seleccionar un estímulo entre otros
- Entrenar el aumento paulatino de tiempo dedicado a una actividad

Memoria:

En la memoria implícita procedural aprender estrategias de memoria para aquellos actos motores que se realizan en logoterapia, fisioterapia y terapia ocupacional, favorecer el aprendizaje verbal consciente de las secuencias necesarias para respirar adecuadamente, realizar giros en la cama y afrontar los casos de freezing o bloqueo en marcha.

En la memoria explícita o declarativa adquirir estrategias que les permita acceder a la información y generar estrategias adecuadas de solución de problemas.

Funciones visuales mantener la capacidad para posicionar los objetos en el espacio e integrarlos en un espacio coherente.

Funciones ejecutivas:

- Trabajar la capacidad de iniciativa y organización de la información.
- Trabajar la capacidad de formar conceptos o categorías.
- Aprender a detectar los pasos adecuados para realizar una actividad.

Lenguaje

- Mantener la fluidez verbal.
- Trabajar la velocidad en la construcción de frases.

5.4. SERVICIO ÁREA DE CONVIVENCIA

SERVICIO DE CENTRO TERAPÉUTICO DE DÍA

A partir de una valoración individualizada y personalizada se elabora un programa rehabilitador de forma integral.

- Programa de Logopedia
- Programa de Fisioterapia
- Programa de Apoyo Psicológico
- Programa de Psicomotricidad
- Programa de Animación, ocio y tiempo libre
- Programa de Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria
- Programa de Entrenamiento de la Memoria

Nuestro Centro de Día está situado en la Sede de la Asociación Párkinson Burgos, Centro Multiservicios de Atención Integral de Párkinson Burgos (Pº de los Comendadores, nº2 - Hospital Militar) Burgos. Hizo su apertura en septiembre del 2019.

Nuestro Centro Terapéutico de Día está equipado y adaptado especialmente para las personas con enfermedad de párkinson.

Mediante un equipo de personas especialmente formadas preparadas y motivadas el Centro Terapéutico de Día ofrece programas de Fisioterapia, Logopedia, Musicoterapia, Apoyo Psicológico, Psicomotricidad, programa de Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria y Taller de Memoria

Se desarrollan atenciones específicas como son los programas, servicios y terapias exclusivas para trabajar las dificultades que conlleva la enfermedad de párkinson, co-dirigido por nuestro personal cualificado y totalmente entregado para que se sientan como en su propia casa con la formación y vocación necesarias para la atención de los afectados/as.

Las personas usuarias del centro terapéutico de día tienen el acompañamiento y apoyo, por parte de personal auxiliar, en:

- Tareas de: apoyo en comedor, en el lavabo y aseo.
- Apoyo en transferencias de un lugar a otro dentro del centro;
- Apoyo y acompañamiento en el transporte adaptado;
- Apoyo y supervisión en las horas de comida y meriendas;
- Acompañamiento en paseos por el entorno exterior del centro.

Se reciben atenciones personalizadas en: comida, merienda, higiene y aseo personal. Además, contamos con transporte propio adaptado por lo que le recogemos en su propia casa para llevarle al centro y allí le dejamos por la tarde.

El Centro Terapéutico de Día tiene capacidad para 15 residentes. Tiene atención de lunes a viernes de 9.00h. A 19.00h. Atendido por 3 auxiliares de geriatría y 1educadora social, resto de profesionales en su horario y días convenido.

➤ **PROGRAMA DE RESPIRO FAMILIAR:**

Dirigido a aquellas personas afectadas por la enfermedad de párkinson estadios avanzados.

En la actualidad la familia es la principal fuente de cuidados para la persona que se encuentra en una situación de discapacidad.

Cuando se habla de cuidados en el entorno familiar es imprescindible que nos refiramos a la figura del cuidador familiar. Pero este cuidador familiar va a necesitar una serie de apoyos específicos para poder llevar a cabo su función ya que en la mayoría de los casos su vida va a girar en torno a las demandas de la persona afectada.

Se trata de proporcionar a los cuidadores principales de las personas con enfermedad de párkinson apoyo en el cuidado que les permita disfrutar de su tiempo libre, descargar tensiones ocasionadas por el cuidado de una persona con discapacidad, seguir con su vida laboral y social evitando así la sobrecarga física y emocional las personas cuidadoras (evitar el síndrome del cuidador quemado).

A partir de una valoración individualizada del afectado como de la situación familiar por parte del equipo multidisciplinar (coordinadora, psicóloga, terapeutas...) se procede la admisión del afectado en el centro de día.

El horario del respiro es de 9 de la mañana hasta las 19 con transporte propio adaptado. Puede ser de forma puntual o de forma continuada según las necesidades de la familia.

En el centro de día reciben cuidados especializados (comida, aseo, higiene, control postural...) por parte de auxiliares de geriatría formadas en el cuidado de personas con enfermedades neurodegenerativas. Así mismo reciben un tratamiento rehabilitador integral (fisioterapia, estimulación cognitiva, logopedia, psicomotricidad, musicoterapia, apoyo psicológico, terapia ocupacional, abvd...) consiguiendo una ralentización de la enfermedad.

❖ **Además, se realizan las siguientes actividades tanto en la sede como en el Centro Terapéutico Día**

▶ **RELAJACIÓN:**

Se está realizando un taller de relajación semanal para usuarios y familiares.

Aprender a relajarse es la fórmula más directa y segura que existe para poder recuperar las energías físicas y mentales para resolver cualquier dificultad de nuestra vida cotidiana.

Un continuado entrenamiento, ayuda a conseguir una profunda relajación de los músculos, un alivio de la fatiga mental y física, irrigación sanguínea mayor evitando inflamaciones y dolores, mejorando el agotamiento muscular provocado por las tensiones e hiperactividad, y aportando muchas otras ayudas al mantenimiento sano del cuerpo y del espíritu.

El objetivo del taller de relajación es proporcionar a las afectadas estrategias para que puedan afrontar situaciones de estrés y ansiedad, sirviendo como excusa para trabajar expresión de emociones, autoestima, etc.

▶ **PSICOMOTRICIDAD:**

La psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica. El objetivo, por consiguiente, de la psicomotricidad es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno, es favorecer el desarrollo de las potencialidades y capacitar al afectado/a para expresarse, crear y comunicarse de manera adecuada.

El trabajo de la psicomotricidad fina y gruesa permite al afectado ejercitar dichas habilidades y poder así ser más autónomo, evitando y/o retardando así el mismo deterioro.

▶ **MEMORIA:**

La memoria es una función cognitiva compleja que se refiere a las experiencias y a la información que recordamos. Se ha definido la memoria como la capacidad del hombre para recordar, conservar y reproducir la información.

Las personas afectadas por la enfermedad de párkinson suelen tener un rendimiento menor en las tareas de memorización y recuperación de la información en comparación con personas que no tienen dicha enfermedad.

Con esta terapia lo que se pretende es proporcionar a la persona con enfermedad de párkinson estrategias para memorizar la información y recordar la información mediante una serie de ejercicios específicos para ello.

TERAPIA A TRAVÉS DE MOTOMED

TERAPIA A TRAVÉS DE MOTOMED EN SESIONES DE FISIOTERAPIA PARA PERSONAS AFECTADAS POR ENFERMEDAD DE PÁRKINSON

Descripción

La terapia a través de Motomed enfocada a la enfermedad de Párkinson se basa en la Cinesiterapia. El motomed posee un motor controlado por software, lo que permite un entrenamiento de movimiento a velocidades altas, además de que el paciente puede dejarse mover o entrenar activamente. El uso del motomed en la rehabilitación desde la cinesioterapia permite trabajar con las personas afectadas por enfermedad de Párkinson en sus diferentes fases de la enfermedad, de tres formas diferentes y adaptándonos a las necesidades y capacidades de las personas usuarias.

- 1) Trabajo Pasivo: El **movimiento pasivo con motor** sin necesidad de fuerza corporal es adecuado para regular el tono muscular, para aflojar la musculatura y para el movimiento prematuro después de largo tiempo en reposo. El entrenamiento pasivo estimula el riego sanguíneo, la digestión y la movilidad articular. Indicado en los estadíos 4 y 5 de la escala Hoen y Yhar de Párkinson.
- 2) Trabajo asistido por motor: En el caso de la **terapia de movimiento asistido por motor**, la función ServoPedaleo de MOTomed posibilita una fácil transición del entrenamiento pasivo al entrenamiento activo. Eso fomenta la fuerza y la condición física aun en caso de las fuerzas musculares más pequeñas. Indicado en los estadíos 3 y 4 de la escala Hoen y Yhar de Párkinson.
- 3) Trabajo Activo: El entrenamiento activo MOTomed **con fuerza muscular propia**, contra resistencias finamente ajustables fortalece la musculatura de piernas, de brazos y del cuerpo superior y mejora el sistema cardiovascular. Indicado en los estadíos 1 y 2 de la escala Hoen y Yhar de Párkinson.

Objetivos

Las sesiones de terapia con Motomed tienen los objetivos generales:

- Conseguir efectos positivos en la capacidad de caminar, en el equilibrio, en la acinesia, en la motricidad fina y la estabilidad.
- Reducir los síntomas de temblor y la rigidez muscular

Objetivos específicos de la terapia

- Promover una marcha funcional y autónoma
- Mitigar las consecuencias de la inactividad física
- Activar fuerzas musculares residuales
- Fortalecer la salud mental y el bienestar
- Contrarrestar la fatiga

Beneficios:

- El alternar entre fases de esfuerzo y fases de descanso (intervalos) gracias al entrenamiento pasivo y activo, dan un estímulo de entrenamiento más alto, lo que conlleva a un mayor éxito terapéutico.
- Tarjeta personalizada permite hacer un registro para el seguimiento y evolución del control motor de cada paciente.
- Adaptación del programa de forma individualizada según capacidades físicas y dificultades de cada persona
- Uso como tratamiento complementario a la sesión individual, realizándose antes o después.

Metodología:

- Los fisioterapeutas se comprometen a diseñar un programa individual y personalizado a cada paciente y llevar un control de seguimiento de los tratamientos, actualizándolo cuando sea preciso y considere dicho programa
- Se entrena a cada paciente para un correcto funcionamiento en presencia o no del profesional dependiendo de os que este considere.
- Las sesiones individuales de fisioterapia tienen un porcentaje de tiempo dedicado a la terapia a través de Motomed.

Finalizada cada sesión se realiza una evaluación y los procedentes registros para posible actualización del programa elegido.



5.5. GRUPO DE ASESORAMIENTO PARA PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON EN ESTADIOS DE INICIO TEMPRANO

Las personas con enfermedad de párkinson, como cualquier otro ciudadano, aspiran a una vida digna, a disponer de unos servicios sanitarios que respondan a sus necesidades, a recibir una atención administrativa rápida y eficaz y a obtener un respeto social. Se ha avanzado mucho en las últimas décadas en este aspecto, no solo en lo referido a la investigación, sino también en el ámbito de la sensibilización y prestación de bienes y servicios, pero la seria crisis económica que hemos atravesado se ha convertido en un gran problema para seguir luchando por estos logros.

Para seguir progresando en esta mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad de párkinson, y sobre todo las personas que son diagnosticados entre los 40 y 60 años de edad, que su incidencia en los dos últimos años en nuestra ciudad ha sido elevada, la Asociación Parkinson Burgos ha elaborado este programa de “Intervención Integral en Inicio Temprano”. Un programa completo, exhaustivo y metódico que ahonda en aquellas necesidades sanitarias y sociales que directa o indirectamente afectan a las personas que son diagnosticadas y sus familiares por esta patología

Aunque lo usual es que la enfermedad de párkinson se manifieste a partir de los sesenta años, en ocasiones aparece mucho antes. Es lo que se conoce como párkinson de inicio temprano. En estos casos, la enfermedad irrumpe antes de los 50. Según estimaciones de la Federación Española de Párkinson, 1 de cada 5 personas con párkinson tiene menos de cincuenta años en España.

Si ya de por sí la enfermedad de párkinson y sus consecuencias son bastante desconocidas entre la población, lo que provoca una respuesta de aislamiento ante la incomprensión social, esta situación se agudiza cuando concurre en personas jóvenes.

OBJETIVOS GENERALES

- Garantizar el acceso a un diagnóstico precoz y a que las personas con párkinson reciban la ayuda de profesionales especializados sobre todo desde trabajo social y psicología en diagnósticos de inicio temprano, especialmente en el momento del diagnóstico, de manera que puedan confeccionar estrategias para aceptar y afrontar la enfermedad con una actitud constructiva lo que, sin duda, influirá en su futura calidad de vida.
- Promover programas socio-sanitarios coordinados entre diferentes profesionales que faciliten información sobre la enfermedad y su evolución además de información para acceder a las ayudas y a los recursos que tienen derecho, como son las tramitaciones de bajas laborales, ayuda domicilio, ayudas a la dependencia...
- Estar informado de forma fehaciente y veraz a través de las nuevas tecnologías
- Talleres uso nuevas tecnologías.

RESUMEN PERSONAS DESTINATARIAS EN DIFERENTES SERVICIOS EN 2020

ATENCIÓN DIRECTA A LAS PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON, FAMILIARES Y/O PERSONAS CUIDADORAS		ATENCIÓN DIRECTA A LAS PERSONAS AFECTADAS CON ENFERMEDAD DE PÁRKINSON		
SERVICIO PSICOSOCIAL		SERVICIOS DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL. <i>Servicio de Vida Independiente</i>		SERVICIO DE CENTRO DE DÍA <i>Servicio de Área de Convivencia</i>
		75 %		25 %
PERSONAS CON E.P.	FAMILIARES Y/O PERSONAS CUIDADORAS	TERAPIAS GRUPALES	TERAPIAS INDIVIDUALES O DOMICILIO	
57 %	43 %	52 %	23 %	
Nº total intervenciones 2020: 2.123 intervenciones recibidas por las personas destinatarias		Nº Total intervenciones 2020: 25.974 sesiones de atención recibidas por las personas destinatarias		Nº total Intervenciones 2020: 25.839 horas de atención recibidas por las personas destinatarias

5.6. SERVICIO DE TELERAHABILITACIÓN.

Atención realizada desde Asociación Párkinson Burgos a personas con Enfermedad de Párkinson y familiares.

El servicio de telerehabilitación Párkinson Burgos se crea con la finalidad de atender a personas con enfermedad de Párkinson, que no pueden ser atendidas en las propias instalaciones de la entidad.

Este servicio se crea por varios motivos:

- Tras la situación sanitaria vivida en 2020 debido a la COVID-19 y la imposibilidad temporal de realizar desplazamientos (tanto de las personas usuarias, como de los propios técnicos), así como el cierre de los servicios de la entidad, la Asociación Párkinson Burgos ha iniciado este servicio para poder seguir apoyando a las personas con enfermedad de párkinson y sus familiares.
- Abrir un espacio de atención especializada a las personas que viven en la provincia de Burgos y no pueden acudir a las instalaciones de la asociación.
- Ofrecer un servicio de apoyo a las personas residentes en la ciudad de Burgos que no pueden desplazarse a las instalaciones de la asociación, así como tampoco existe posibilidad para que los profesionales acudan a sus domicilios.

El Servicio de Telerehabilitación de Párkinson Burgos se pone en marcha en este año 2020

5.7. SERVICIO DE TRANSPORTE ADAPTADO

- Contamos con un AUTOBÚS especial municipal para el transporte de las personas afectadas a terapias en la asociación y de vuelta a sus domicilios al finalizar las terapias.
- La Asociación dispone de dos vehículos adaptados para llevar las personas afectadas la asociación y devolverles en sus domicilios una vez terminada la jornada siempre acompañados de una persona responsable de su bienestar.
 - Furgoneta Ford Transit
 - Furgoneta adaptada Volkswagen Crafter (subvencionada por MSSSI)
 - Furgoneta Ford Transit (subvencionada por GrupoUreta y Fundación “La Caixa”)



5.8. PROGRAMA “JARDÍN DE TERAPIA”

JARDÍN DE TERAPIA

En la asociación Parkinson Burgos hemos puesto en marcha una serie de actividades dentro del programa Jardín de los Sueños. Estas actividades utilizan las actividades propias del huerto y del cuidado del jardín como herramienta para mejorar el estado emocional y físico, buscando siempre el mejor bienestar de las personas con la enfermedad de párkinson.

Para nosotros es muy importante que las personas con la enfermedad sigan en contacto con la naturaleza, utilizando esta como medio de ruptura con su día a día, creando un espacio de esparcimiento social, libertad y autorrealización.

Nuestro proyecto de Jardín de Terapia, implica la participación activa de las personas que acuden a nuestro centro, plantando, regando, podando en definitiva buscamos su involucración en cuerpo y alma en estas actividades para luego contemplar los resultados de toda esta dedicación, viendo crecer la belleza a su alrededor con plantas floreciendo y dando frutos. Es una forma de sentirse útil y mejorar la autoestima, además de ser un aprendizaje diario que ayuda a trabajar de una forma divertida las capacidades cognitivas.

Beneficios:

- Sentimiento de autorrealización, mejora del estado de ánimo y autoestima.
- Entrenamiento de capacidades cognitivas, memoria a corto plazo y medio plazo, atención, concentración
- Desarrollo de la creatividad.
- Disminución de la ansiedad y estrés.
- Entrenamiento de la coordinación bimanual, y la motricidad fina.
- Entrenamiento sensorial.



5.9. SERVICIO DE VOLUNTARIADO

Proyectos 2020					
AREA I:		AREA II		AREA III	
Proyecto actividades el centro Párkinson Burgos	<p>Colaborar en las actividades que se realizan en el centro de día: talleres de memoria, talleres de manualidades, entre otros.</p> <p>Acompañamiento en el servicio de transporte en horario 10:30-12:20 13:30-14:00 -18:30 - 20:00</p>	Programa de ocio y tiempo libre	<p>Acompañamiento en salidas culturales o Actos anuales que tiene la asociación (plantación de un Árbol por el Párkinson, marcha solidaria, semana del día mundial de Párkinson,</p>	Programa de respiro	<p>Acompañamiento a personas con Párkinson que se encuentra en una situación de soledad y carecen o es insuficiente el apoyo socio-familiar. Visitas a hospitales y acompañamiento ante necesidades puntuales como acudir a terapias, médico</p>

5.10. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y ATENCIÓN EN LA PROVINCIA DE BURGOS

ESCUELAS ITINERANTES 2020

Proyecto dedicado a la atención de las personas con enfermedad de párkinson y otras enfermedades neurodegenerativas y a sus familias, en el medio rural de la provincia de Burgos. A través de la Escuela Itinerante se entra en contacto con las personas y familias con enfermedad de párkinson para realizar las formaciones, terapias y acompañamientos necesarios en cada caso. El programa desarrolla servicios orientados a la atención psicosocial y la promoción de la autonomía. A su vez, la itinerancia permite que las acciones de visibilización y sensibilización permeen más en el tejido social.

LA ESCUELA ITINERANTE

La Escuela Itinerante se trata de una de las actuaciones a desarrollar por parte de la asociación Párkinson Burgos en municipios de la provincia de Burgos

Descripción: Formación dirigida a personas con enfermedades neurodegenerativas, familiares, personas cuidadoras y público interesado

Objetivo general: Favorecer el empoderamiento de las personas afectadas, familiares y personas cuidadoras, y el desarrollo de sus competencias para afrontar la Enfermedad de Párkinson.

Objetivos Específicos:

- Informar sobre la enfermedad de Párkinson a personas afectadas y familiares
- Formar a personas cuidadoras en cuidados y la promoción de la salud
- Impulsar la participación de las personas afectadas en su entorno social.
- Visibilizar y sensibilizar la Enfermedad de Párkinson en el tejido asociativo y la población en general

Metodología: A través de dos formaciones complementarias:

- Alteraciones emocionales, cognitivos y conductuales.
- Promoción de la autonomía y participación; y asesoramiento en dispositivos de apoyo y ayudas técnicas

El personal encargado de impartir esta formación es: Psicóloga y Terapeuta Ocupacional, ambos especializados en enfermedad de párkinson y otras enfermedades neurodegenerativas.

En 2020 se ha realizado la escuela Itinerante en:

- Escuela Itinerante en **Villadiego**: organizada para el 25 de marzo de 2020 y suspendida por alerta sanitaria.
- Escuela Itinerante en **Los Ausines**: celebrada el 22 de octubre de 2020 con una asistencia de 15 personas.

Las limitaciones derivadas de la alerta sanitaria por la COVID-19 han impedido que la Asociación Párkinson Burgos haya acudido a realizar esta actividad a más municipios de la provincia de Burgos. Durante todo el año 2020 se ha informado, ofrecido y solicitado la realización de esta actividad a los municipios de la provincia de Burgos de la existencia de esta actividad a través de sus CEAS o Ayuntamientos. La Asociación está a disposición de los municipios para el momento en que las circunstancias sanitarias lo permitan.




5.11. OTROS SERVICIOS

- Se mantiene relación con otras asociaciones, entidades, organizaciones, etc. que se ocupan de enfermedades afines, tanto a nivel local, autonómico, nacional e internacional.
- Disponemos de una Coordinadora encargada de las gestiones pertinentes que requiera la Asociación.
- Servicio de “ASESORAMIENTO JURÍDICO” Con el objetivo de ofrecer un servicio de calidad y profesional la FEP ha contratado los servicios del bufete especialistas en el sector sanitario y en el tercer sector. El proyecto se centrará en dar respuesta a cuestiones sobre aspectos fiscales y contables, asesoramiento en materia mercantil y de gestión y asesoramiento en derecho sanitario.
- Disponemos de una pequeña biblioteca y videoteca sobre la enfermedad de párkinson, con servicio de préstamo a todos los socios.



6. ACTIVIDADES DE LA ASOCIACIÓN PÁRKINSON BURGOS

6. ACTIVIDADES

6.1. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

6.1. A. Día Mundial de Párkinson

6.1. B. Jornada APB *“Desde Atapuerca Hasta el Párkinson de Nuestros Días”*

6.1. C. Un Árbol por el Párkinson

6.1. D. Organización de actos divulgativos junto a otras asociaciones.

6.2. PROGRAMA DE OCIO, TIEMPO LIBRE Y ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

6.3. PROGRAMA DE FORMACIÓN

6.3. A. Formación para nuestros socios

6.3. B. Formación para nuestros profesionales

6.1. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

Uno de los objetivos de la Asociación Párkinson Burgos es divulgar y hacer conocer entre la población general, administraciones públicas, privadas, profesionales, familiares, la enfermedad de párkinson, y cómo afecta a quienes la padecen.

6.1. A. DÍA MUNDIAL DE PÁRKINSON 2020

El **11 de abril** es el día mundial de párkinson, declarado así por la Organización Mundial de la Salud en 1997. En este día tan importante para el colectivo, la Asociación Párkinson Burgos pretende sensibilizar a la población en general y para ello se realiza un programa de actividades vinculadas a la sensibilización e información.

La campaña del día mundial de párkinson 2020, se desarrolló exclusivamente a través de las redes sociales.



EL PÁRKINSON

El párkinson es una enfermedad neurodegenerativa, crónica e invalidante, que afecta a 160.000 personas en España y a más de 7 millones de personas en todo el mundo.

160.000
personas en España

MÁS DE 7 MILLONES
personas en todo el mundo

AUNQUE ES UNA ENFERMEDAD ASOCIADA A MAYORES, UN 10% DE LAS PERSONAS AFECTADAS SON DIAGNOSTICADAS ANTES DE LOS 50 AÑOS.

El temblor es el síntoma más conocido, sin embargo, se desarrollan muchos otros síntomas, en ocasiones desconocidos. Estos síntomas son las señales invisibles del párkinson.

ALGUNAS SEÑALES INVISIBLES:

- Trastornos del sueño.
- Trastornos afectivos.
- Depresión.
- Problemas para tragar.
- Alteraciones visuales.
- Problemas de comunicación.

LOS PROBLEMAS DE COMUNICACIÓN

Además, la enfermedad de Parkinson **puede generar problemas de comunicación** como: alteraciones del habla, rigidez facial o alteraciones de la escritura.

Estos problemas de comunicación ponen a la persona en una situación de vulnerabilidad. Un mayor conocimiento de la enfermedad de Parkinson **ayuda a la inclusión social, laboral y familiar** de las personas con párkinson.

XPRRSATE, COM SEA,
SEMPR HAY ALGEN
QE SCUHA

La omisión de letras es un reflejo de los problemas de comunicación que provoca el párkinson. Entre todos podemos vencer el miedo a no expresarse bien.

HAY MUCHO QUE DECIR, MUCHO QUE ESCUCHAR.

6.1.B. VI JORNADA PARKINSON BURGOS **DESDE ATAPUERCA HASTA EL PÁRKINSON DE NUESTROS DÍAS**

Fecha: 14 de octubre de 2020

El objetivo de la Jornada es dar a conocer los avances que se están realizando a nivel de investigación, tratamientos en la enfermedad de Párkinson, hacer más visible la enfermedad y los recursos, servicios existentes en la ciudad de Burgos y a nivel nacional.

Este año, debido a la situación actual de riesgo sanitario, la jornada fue **accesible únicamente Online**, y se siguió tanto por nuestro canal de YouTube como por Instagram. También, como cada año, por las redes sociales con la etiqueta **#DeAtapuercaAlParkinson**.



#DeAtapuercaAlParkinson
VI Jornada OnLine - Gratuita
ASOCIACIÓN PARKINSON BURGOS

10:00 Inauguración Autoridades

10:30 Conversaciones en el desayuno: PARKINSON, PANDEMIA Y EVOLUCIÓN... VAYA lío!!!
José María Bermúdez de Castro. Co-director de las excavaciones de Atapuerca, y Vicepresidente de la Fundación Atapuerca.
Marian @boticariagarcia. Doctora en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid. Docente de la Universidad Isabel I.

11:30 AUTOCUIDADO EMOCIONAL CUANDO APARECE EL AISLAMIENTO.
María Mendaña. Psicóloga Sanitaria. Centro de Psicología Aplicada (León).

12:30 Conversaciones al vermut: COMO TRANSFORMAR LA ATENCIÓN SANITARIA EN LA ENFERMEDAD DE PARKINSON CON EL COVID - 19
Dr. Gurutz Linazasoro. Neurólogo y Director del Centro Investigación Parkinson de Policlínica Guipuzkoa.
Dra. Rosario Luquín. Neuróloga de la Clínica Universitario de Navarra y Directora Científica del IDISNA.

14 DE OCTUBRE DE 2020
UNIVERSIDAD ISABEL I
WWW.PARKINSONBURGOS.ORG
@PARKINSONBURGOS



6.1.C. UN ÁRBOL POR EL PÁRKINSON.

Fecha: 24 de enero de 2020

Actividad que consistió en plantar un olivo en la puerta de las nuevas instalaciones con la colaboración de Ayuntamiento de Burgos y la Junta de Castilla y León, y se hizo coincidir este año con la **Inauguración del nuevo Centro Multiservicio de atención integral "Luisa de Liras"**



6.1.D. ORGANIZACIÓN DE ACTOS DIVULGATIVOS JUNTO A OTRAS ASOCIACIONES

➤ **XI FERIA DE ENTIDADES CIUDADANAS.**

La Asociación Párkinson Burgos, participa como parte del tejido asociativo de Burgos, en la XI Feria de Participación Ciudadana 2020 Organiza por el Ayuntamiento de Burgos. El objetivo es dar a conocer a las entidades de la ciudad y su proyecto, fomentar el trabajo en red y proporcionar la participación ciudadana.

Este año 2020, debido a la pandemia la feria tendrá formato digital.

PARTICIPACIÓN DE PÁRKINSON BURGOS:

Elaboración del Belén Navideño Párkinson Burgos 2020

#Belen2020ParkinsonBurgos

La actividad consiste en crear un Belén navideño participativo en el que se incluyan figuras, decoraciones o símbolos que representen diferentes acontecimientos que hayan tenido lugar en este año 2020.

Se utilizarán diferentes técnicas artísticas como modelado en plastilina, dibujo, témperas, acuarelas, papiroflexia, fotografía, etc. para crear los componentes del Belén que representen a los personajes o sucesos más representativos de este año.

La intención es que los diferentes materiales que todos podamos tener en casa (telas, cartones, plástico, pintura...) nos inspiren y den ideas para crear distintas figuras o componentes para añadir al Belén.

Con esta actividad nos proponemos el objetivo de trabajar la creatividad, el humor, el optimismo y terminar el año realizando con nuestras propias manos una obra de arte que nos haga sentir más unidos y esperanzados.

La actividad estará dirigida por @Pabloplastilina, fisioterapeuta de la entidad y contará con el apoyo del área de psicología, logopedia, educación social, terapia ocupacional, así como el resto de profesionales de la Asociación.



6.2. PROGRAMA DE OCIO, TIEMPO LIBRE Y ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN

La Asociación organiza actividades que pretende fomentar la participación social y disminuir el aislamiento social que muchas de las personas con enfermedad de párkinson atraviesan.

Debido a la situación sanitaria ocasionada por la COVID-19, durante el año 2020 no se han podido realizar actividades de ocio y tiempo libre.

La asociación sí que ha realizado actividades de sensibilización a través de las redes sociales, tanto a nivel particular como en unión con otras asociaciones de la ciudad de Burgos, así como a través de federaciones de párkinson (autonómica y nacional) y federación / confederación de personas con discapacidad.

6.3. PROGRAMA DE FORMACIÓN

6.4. A. FORMACIÓN PARA NUESTROS SOCIOS

Debido a la situación sanitaria ocasionada por la COVID-19, este año no se han podido desarrollar actividades de formación en enfermedad de párkinson a familiares y personas asociadas.

Durante el estado de alarma de 2020, se han facilitado información útil y necesaria tanto a personas afectadas como las personas convivientes para pudieran mantener y trabar en casa sus habilidades tanto físicas como cognitivas.

6.4.B. FORMACIÓN PARA NUESTROS PROFESIONALES

La Asociación Párkinson en su afán de proporcionar a sus socios una atención lo más especializada posible promociona la formación de los profesionales a su cargo.

Para ello nuestros profesionales acuden a cursos, congresos y conferencias relacionados con la enfermedad de párkinson y la discapacidad.

Se encuentran a disposición diferentes talleres para pacientes familiares y profesionales ofrecidos por la Federación Española de Párkinson dentro del programa de Atención al Paciente con Enfermedad de Párkinson.

Formación realizada a través de la Federación Española de Párkinson:

El equipo profesional de Párkinson Burgos ha participado en la formación realizada a través del Aula Párkinson de la Federación Española de Párkinson:

Desde el área de Apoyo al Movimiento Asociativo de la Federación Española de Párkinson se crea un espacio de participación, formación y encuentro para asociaciones federadas.

- Foros profesionales de:

- Psicología
- Fisioterapia,
- Logopedia y
- Terapia Ocupacional

Espacio de encuentro entre profesionales de la misma área para intercambios de experiencias y buenas prácticas

- Planes de trabajo:

- Planes de Captación y Fidelización
- Plan Estratégico
- Planes de Voluntariado

Curso Profesionales: “ATENCIÓN INTEGRAL AL ENFERMO DE PÁRKINSON”

Formado por 10 módulos y cuyos objetivos son: conocer el significado de la enfermedad de párkinson, identificar los síntomas, conocer las pruebas diagnósticas existentes, identificar los tratamientos existentes en la enfermedad.

7. RECURSOS

➤ HUMANOS

Para la realización de los programas y servicios que desarrolla la A.P. B. se cuenta con personal técnico cualificado, además de contar con el apoyo de voluntarios y colaboradores.

Actualmente forman parte de la Asociación;

PERSONAL REMUNERADO:

- PSICÓLOGA, 2, información, asesoramiento y tratamiento psicológico.
- FISIOTERAPEUTA, 2, planificación y ejecución de la rehabilitación.
- TERAPEUTA OCUPACIONAL, 3 responsables del grupo de terapia ocupacional.
- LOGOPEDA, 1, planificación y ejecución de las sesiones de logopedia.
- MUSICOTERAPIA, 1 planificación y ejecución de las sesiones de música.
- AUXILIAR DE GERIATRÍA, 3, tareas de cuidado personal a los afectados.
- MONITORA DEL AUTOBÚS 1, responsable en los viajes.
- EDUCADORA SOCIAL, 1, terapias de psicomotricidad y AVD en el Centro de día.
- CONDUCTORES, 2 responsables del transporte de furgonetas.
- TRABAJADORA SOCIAL, 1 responsable del programa de Trabajo social.
- ADMINISTRATIVA, 1, responsable gestión administrativa.

➤ VOLUNTARIADO:

- ASESOR FISCAL, 1, responsable de la contabilidad y de la Presentación de la Cuentas Anuales
- ABOGADO, 1, responsable de las gestiones jurídicas.
- TODOS LOS MIEMBROS DE LA JUNTA DIRECTIVA
- Acompañante transporte adaptado
- Conductor suplente
- 7 voluntarios

➤ MATERIALES

Disponemos de local social e instalaciones en el Centro Multiservicios y de atención integral “Luisa de Liras” cedido por la JCYL

- Subvenciones, públicas y privadas
- Convenio Municipal EXCMO. AYTO. BURGOS
- Convenio Diputación Provincial
- Autobús municipal (especial) para recoger y llevar a los afectados, cedido por el Ayto. de Burgos.
- Furgoneta adaptada Ford Transit
- Furgoneta adaptada Vehículo Volkswagen Crafter Kombi “PRO”
- Furgoneta adaptada Ford Transit
- Material específico para llevar a cabo todos los Programas y Actividades.
- Materiales propios del Programa de Equipamiento de Centro Terapéutico de Día (concedido por... Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León)



8. PROYECTOS 2021

1. Organización de las actividades por el **Día Mundial de Párkinson de 2021**. Presentación de la campaña y programación de actividades de la semana mundial de Párkinson.
2. Organización de la **Jornada de Párkinson Burgos**. Dirigidas a profesionales de la medicina y del ámbito socio sanitario como son: Doctores, Terapeutas Ocupacionales, Fisioterapeutas, Enfermeros, Auxiliares de Clínica, Psicólogos. También pueden ser de gran utilidad a los estudiantes de estas disciplinas.
3. Organización de la actividad anual de la Asociación **“Un Árbol por el Párkinson”**.
4. Organización de otros actos de sensibilización, de información y divulgación como Ferias de Participación Ciudadana, Jornadas de Salud, etc.
5. Talleres de formación a las personas cuidadoras.
6. Talleres de nutrición, talleres de reposo y sueño, talleres de respiración y movimiento, talleres de higiene mensuales.
7. SALIDAS CULTURALES: visitas a las diversas exposiciones itinerantes y permanentes en la ciudad de Burgos.
8. Actividades de ocio: teatro, deportes tradicionales, excursiones, cine, etc.
9. Encuentro de Corales del Norte de España, de personas con párkinson.
10. Rehabilitación y estimulación cognitiva a través de **NeuroUP** y nuevas tecnologías

Principales objetivos 2021

- Es nuestro objetivo primordial para este año seguir con los grupos de terapias que teníamos en el 2020 incluso poder ampliar algún grupo más debido a la gran demanda existente de nuestros servicios en la actualidad.
- Ampliar nuestra masa social con nuevos socios amigos con cuotas mensuales
- Continuar ampliando programas permanentes de información y de tratamiento rehabilitador en el medio rural
- Fomentar el voluntariado con el colectivo de personas con discapacidad, con la enfermedad de párkinson.
- Seguir creando redes y alianzas entre entidades relacionadas con la salud.

M^a Jesús Delgado de Liras.

Presidenta de la Asociación Parkinson Burgos.

*En representación de la Junta Directiva
de la Asociación Párkinson Burgos.*