

## Un llibre i un vídeo de tècniques d'estimulació cognitiva

Des de fa un any i mig, a l'Àrea Sociosanitària de l'Hospital vam iniciar una nova activitat: l'Hospital de Dia per a Pacients amb Demència. La idea dels professionals que portem a terme aquesta activitat sempre ha estat molt dinamitzadora. Considerem que l'Hospital de Dia per a Pacients amb Demència ha de tenir un esperit rehabilitador i que la nostra funció bàsica consisteix a estimular els malalts perquè mantinguin les seves funcions superiors durant el màxim de temps possible, conservant d'aquesta manera la seva autonomia. Per a les famílies, el fet de deixar el paper de cuidador durant unes hores suposa un descans. El suport a les famílies és l'altra fita important, ja que si no "cuidem el cuidador, ell deixarà de cuidar". Per aquest motiu realitzem els cursos psicoeducatius, on es parla de la malaltia en tots els aspectes (mèdic, psicològic, social, d'infermeria, legal, etc.).

### Actors per un dia

Fa uns dies, els pacients van fer d'actors i creiem que ho passaren bé. El motiu va ser la filmació d'un vídeo que anirà acompanyat d'un manual per a cuidadors professionals, realitzat per les integrants de la Unitat Psicogeriàtrica del nostre hospital, Pilar

de Azpiazu i Raquel Cuevas, amb la col·laboració de Núria Trias. L'animadora terapèutica, Anna Marquès, ha col·laborat en la realització del vídeo que porta com a títol "La psicomotricitat, un mètode d'estimulació cognitiva", esponsoritzat per



*Moment del rodatge d'un grup de pacients*

la Fundació "la Caixa", i que té l'objectiu de donar a conèixer una nova tècnica d'estimulació cognitiva. Durant tota la jornada que va durar el rodatge, pacients i professionals de l'Hospital de Dia van mostrar davant la càmera com treballen les tècniques d'estimulació cognitiva a través de la psicomotricitat.

La psicomotricitat es va començar a utilitzar amb nens, però és innovadora en el camp de les demències. La vam dissenyar a partir d'un mètode d'ensenyament de la

música, la rítmica, que va ser desenvolupat pel metge i pedagog Jacques Dalcroze.

Vam descobrir amb sorpresa que, encara que la resposta emocional d'aquests pacients estava disminuïda, podíem estimular-la mitjançant la música. El record antic de situacions afectives passades, com ballar o cantar o simplement escoltar una música coneguda, provocava una resposta emocional fins i tot en aquells pacients en un procés evolutiu avançat, en el qual creïem que la capacitat de demostrar afecte ja estava perduda.

L'estimulació cognitiva a través de la psicomotricitat intenta assolir diversos objectius principals: mantenir la coordinació motora, estimular la memòria immediata, de fixació i remota, estimular el reconeixement del propi cos amb relació a l'espai i el temps, estimular el sentit del ritme i la sensibilitat mitjançant la música, recordar aprenentatges bàsics com els colors o les figures geomètriques, i aprendre exercicis senzills de relaxació per tal de finalitzar les sessions amb una agradable sensació de benestar.

**Pilar de Azpiazu, Raquel Cuevas, Anna Marquès, Gemma Clapera, Lola Martín i Montse Ortiz.**

**Professionals de l'Hospital de Dia-Geriàtric**

## Escucha Emi

En el afán de buscar un porqué y en el empeño de encontrar una justificación a la pérdida injusta de una joven madre y esposa y compañera y amiga, "ella" se nos ha ido sin más y te preguntas "¿porqué?", "¿porqué no yo?"...y sigues deseando tener alguna explicación y no está en ninguna parte. El trágico y crudo sentimiento de la vida y la muerte de un ser querido. Resulta que hay un final, sí, un acabar de vivir o, como dice la Iglesia, un empezar a vivir de

nuevo, pero no físicamente sino en el alma. Y aún así no te conformas y continuas y te sigues preguntando "¿porqué?".

La insoportable levedad del ser, la sensación de que únicamente nacemos para pasar la mayor parte del tiempo sufriendo, sufrimiento que asumimos para intentar llegar algún día a alcanzar la gloria, esa gloria del bienestar, de la felicidad absoluta, de la que ya gozas tú, Emi.

Todas las compañeras que te

hemos conocido, que hemos tenido la suerte de que estuvieses a nuestro lado...Pervivirás por siempre en cada una de nosotras, en nuestro dolor, en nuestra amargura, pero también en nuestro dulce y nostálgico recuerdo de tu sonrisa, de tus bromas, de tu enorme personalidad. Tu memoria seguirá viva en nosotras, eternamente, aquí, en tu segunda tierra, en Catalunya. Mucho amor, Emi.



*Emilia Pérez*

**Les teves companyes**