

TERÀPIES (des de la primera setmana de setembre a la segona de juliol)

Estimulació cognitiva i acompanyament emocional,

per Anna Campabadal, Psicòloga especialista en Neuropsicologia Clínica



Aquestes sessions estan dirigides tant als malalts de Parkinson com als seus familiars.

Setmanalment realitzem sessions d'estimulació cognitiva i acompanyament emocional amb les persones afectades de Parkinson. Actualment treballem dividits en 3 grups de malalts d'entre 8-10 persones per grup.

Treballem sobre els següents objectius:

- Minimitzar, pal·liar i compensar els dèficits de les funcions cognitives (p. ex. memòria, atenció,...) i conductuals.

- Reduir l'aïllament social
- Millorar l'estat d'ànim
- Millorar la comprensió de la malaltia

Quinzenalment es realitzen sessions amb els familiars. Es fa acompanyament, seguiment i assessorament de les famílies durant tot el procés evolutiu de la malaltia. Es comparteix informació i novetats sobre el Parkinson i es debat sobre el dia a dia del malalt i la seva família.

Al llarg del curs passat es van oferir 40 sessions per als malalts i 20 per als familiars a la Fundació Hospital (dimecres tarda).

Logoteràpia i rehabilitació cognitiva

per Cristina Petit, logopeda



Està enfocada als problemes de comunicació verbal que se solen presentar durant la malaltia de Parkinson i ofereix estratègies per prevenir-los i per evitar, o almenys alleugerir, els seus efectes.

Es proposa un programa d'exercicis per millorar la parla, com, per exemple, l'estimulació de la musculatura de la fonació, el control de la respiració i de la fonació, el control de l'articulació fonorespiratòria (pronunciació) i de la prosòdia (entonació) i, finalment, per facilitar la deglució, ja que en fases avançades de la malaltia sol aparèixer la disfàgia (problemes per empassar aliments).

Eventualment es treballen estratègies per combatre el deteriorament cognitiu mitjançant exercicis d'atenció, de memòria i de visió espacial i perceptiva.

Aquest any 36 pacients, organitzats en quatre grups per nivell d'afectació, han assistit a un total de 45 sessions, els dilluns al matí a la Fundació Hospital.

Biodansa

per Marta González, tècnica formadora



Un cop a la setmana, durant una hora, els participants duen a terme un seguit d'exercicis al ritme de la música. Es tracta d'una activitat molt adequada per als malalts de Parkinson, ja que consisteix en què els participants realitzin diversos exercicis físics - sols, en parella o en grup - per tal de millorar aspectes especialment afectats per la malaltia: la mobilitat, l'equilibri, l'expressivitat corporal i el ritme..

Aquesta activitat es fa al Centre Cívic Cabot i Barba de Mataró els dimarts a la tarda i durant aquest curs hi han pres part, segons el trimestre, entre 7 i 9 malalts.

Fisioteràpia

per fisioterapeutes especialistes de l'H. de Mataró i Fisiosalut



Amb aquesta activitat els participants duen a terme un programa d'exercicis de rehabilitació i manteniment especialment indicat per a malalts de Parkinson, sota la tutela d'un equip de fisioterapeutes especialitzats.

A l'H.de Mataró per poder participar-hi, cal passar una entrevista i rebre el vistiplau d'aquest equip mèdic. L'activitat es realitza en una sala del Servei de Rehabilitació dimecres a les 15 hores durant 1 hora.

Fisiosalut ofereix l'activitat dijous de 11 h a 12 h en el seu local del Carrer Pintor Marià Andreu 1, a Mataró.

Tai-Txi

per Braulio Porcel, mestre formador



El Tai-txi és una activitat de caràcter físiocemocional, que es basa en la meditació en moviment i en la realització d'exercicis físics per millorar la coordinació dels moviments corporals i la relaxació del to muscular, que són aspectes sovint fortament deteriorats en els pacients de Parkinson.

És per això que hem organitzat aquest any per primer cop una hora setmanal de Tai-txi com a nova teràpia. Aquesta activitat, com la Biodansa, es realitza al Centre Cívic Cabot i

Barba, els divendres cap al migdia i, durant aquest primer curs hi han pres part 9 dels nostres associats.

ALTRES ACTIVITATS (no terapèutiques)

A. DIA MUNDIAL DEL PARKINSON



Aquest any es va celebrar el dissabte 1 d'abril (malgrat ser el dia oficial l'11 d'abril), per tal de no coincidir amb les festes de Setmana Santa, plantant com cada any una paradeta a la Plaça Santa Anna de Mataró. Es van exposar, per a la població en general, taules explicatives i dossiers i tríptics informatius sobre sobre la malaltia de Parkinson i sobre les activitats terapèutiques que oferim als nostres socis i sòcies. També es va fer l'habitual venda de plantes i d'objectes diversos, per tal d'obtenir recursos econòmics per a l'Associació.

B. CONFERÈNCIES

Cada any organitzem entre 5 i 6 conferències, a Mataró i a altres pobles del Maresme, gairebé sempre relacionades amb la malaltia, entre les quals cal incloure les que trimestralment organitzem a la Sala d'actes de la Fundació Hospital.

En el 2017 podem destacar:

El 27 de febrer el Dr. Albert Paludaries, a la Fundació, va dictar una conferència molt interessant sobre "QUÈ ENTENEM PER MENJAR SA?".

El 3 d'abril, a Can Palauet, ens va regalar una magnífica conferència el neuròleg en cap de l'Hospital de Sant Pau de Barcelona, Dr. Jaume Kolisevsky, sobre "LA MALALTIA DE PARKINSON, ESTAT ACTUAL I PERSPECTIVES".

El 8 de maig, a la Fundació Hospital, dintre del cicle "Activitats formatives per a la gent gran", el notari de Mataró, Sr. Guzman Clavel, va dissertar sobre "EL DRET DE SUCCESSIONS I ELS TESTAMENTS".

El 26 de juny, el Dr. Lluís Planellas, neuròleg i investigador de l'Hospital Clínic, ens va parlar sobre "ASSAJOS CLÍNICS I INNOVACIÓ EN RELACIÓ AL PARKINSON".

El 27 de novembre la Dra. Almudena Sánchez, neuròloga de l'Hospital Clínic, ens va donar una conferència sota el títol de "INFLUEIX EL SUCRE SOBRE LA MALALTIA DE PARKINSON?".

C. FESTES

Com cada any hem organitzat, amb una bona participació dels associats i associades i dels seus familiars, dues celebracions: la tradicional festa de Nadal, on aprofitem per fer una cantada de Nades, i la festa-berenar de mitjans del mes de juliol, amb la qual celebrem el "fi de curs" i que tots i totes ens podem anar de vacances fins al setembre.

D. RÀDIO I TELEVISIÓ

Amb motiu del dia mundial del Parkinson, com sol ser habitual, vam intervenir en la gravació i posterior emissió de programes de Mataró Audiovisuals, un de Televisió (Calidoscopi) i un altre de ràdio (El Mirador), amb els quals procurem informar d'aspectes rellevants relacionats amb la malaltia i aprofitem per donar a conèixer l'existència de la nostra associació als afectats del nostre entorn.

E. OBRA DE TEATRE

Aquest any hem col·laborat en la representació de l'obra teatral "Els avis neixen amb arrugues", al teatre La Sala d'Argentona, el diumenge 29 de gener, a les 6 de la tarda, que s'havia organitzat per tal de recollir donatius per a l'APM.

En aquesta obra hi van intervenir dos actors i una actriu i divuit nois i noies de l'Aula de Teatre de Mataró. Tractava de com un avi i una avia amb la malaltia de Parkinson es fan grans i de la relació amb els seus nets, amb un argument i una posada en escena que transmetien una gran tendresa i emoció. Dirigida per l'Oriol Colomer, va ser un èxit, amb el teatre ple i la gent sortint entusiasmada.

F. CONCERT

Coincidint amb la celebració del Dia Mundial del Parkinson, l'Aula de Música Massafrets de Mataró va organitzar, al vespre, una actuació musical, consistent en la interpretació de diverses peces instrumental i per a cor, a l'Església de Santa Anna.

PER MÉS INFORMACIÓ

Contacte'ns:

Per correu electrònic: parkinsonmaresme@gmail.com

Per telèfon: 93 796 48 20 (dilluns, matí i tarda, i dimecres tarda)

Per mòbil: 645 383 713 (de dilluns a divendres, matí i tarda)

A la nostra seu:

C/ Sant Pelegrí, 3, 1r. pis, 08301, Mataró (Fundació Hospital)

Els dilluns, de 9 a 13 h. i de 18 a 20 h.

Els dimecres, de 18 a 20 h.