

## Alares, Te cuidamos en casa: la alternativa a la Residencia

Alares: En toda España, desde 1999

Y si, en Alares prestamos este servicio en todo el territorio nacional, y con igual coste, ya sea en pequeñas aldeas como en grandes ciudades, ese ha sido siempre nuestro principal reto. Son ya muchos los años de experiencia, desde 1999, y muchas las personas atendidas con enorme satisfacción para todos y calidad de vida para ellos en toda la geografía nacional.

# Alares



**Javier Benavente Barrón**  
Presidente de Alares

### Salud Cognitiva / Pérdida de Memoria

La pérdida de memoria es un proceso en el que intervienen numerosos factores, y alguno de ellos se puede intervenir favoreciendo la estimulación y el mantenimiento cognitivo.

Se considera que la edad es un factor importante a tener en cuenta en los fallos de memoria, pero está comprobado a su vez que existen otra serie de variables personales y ambientales que tienen un peso específico tan importante o incluso mayor. Nos referimos a factores ambientales como la jubilación, la disminución de estimulación cognitiva por menores exigencias del medio o por falta de costumbre, el uso de herramientas como la

calculadora, la memoria en los teléfonos, etc. Y el internamiento no deseado en una Residencia, aunque no demostrado científicamente, se está comprobado que acelera el deterioro.

**9 de cada 10 personas mayores prefieren su Domicilio a una Residencia**

Actualmente las personas mayores de 65 años representan alrededor de un 20% de la población total y se estima que en 2050 este porcentaje llegue al 30%.

Las estadísticas dicen que 9 de cada 10 personas dependientes prefieren estar en su propio domicilio antes que en una residencia. Por ello, el servicio "Alares Te Cuidamos en Casa", como alternativa a la

## Alares, Te cuidamos en casa: la alternativa a la Residencia

Residencia, proporciona los servicios necesarios para que una persona pueda tener la opción de permanecer en su domicilio habitual sin tener que ser internada en un centro de mayores, todo a través de una metodología propia, probada y testada durante años, que denominamos "Método Alares" de asistencia integral en domicilio, con supervisión total a los usuarios y cuidadores las 24 horas, los 365 días.

Ponemos uno o dos cuidadores permanentes en el domicilio, los que precise el usuario, las 24h, de lunes a domingo, día y noche y, además, podrá contratar con Alares todos los servicios adicionales de tratamientos especializados que necesite tales como fisioterapeuta, psicólogo, podólogo, peluquería y estética, enfermería y pequeñas curas, etc...todo lo que precise.

Además, el servicio "Alares te Cuidamos en Casa", como alternativa a la Residencia, incluye siempre, para ser utilizado tanto por el Usuario como por el cuidador, lo siguiente:

***"se trata de integrar el ejercicio intelectual a la rutina diaria para mejorar la calidad de vida del usuario"***

- Teleasistencia Alares 24h. conectada a nuestra central de gestión de emergencias donde disponemos de todos los datos clínicos, médicos y de familiares del Usuario.

- TeleFarmacia 24h. de medicamentos a domicilio.

- Mi Asistente: Su Gestor Personal Telefónico 24h. de Alares para gestionar en su nombre todo lo que precise: dar de baja un recibo, hacerle la compra por teléfono, avisar a un fontanero, adquirirle un libro, pedir cita con el notario, gestionarle trámites administrativos ...

- Consultas telefónicas ilimitadas a médicos de familia, geriatras, psicólogos, dietistas-nutricionistas y expertos



***"Actualmente las personas mayores de 65 años representan alrededor de un 20% de la población total"***

## Alares, Te cuidamos en casa: la alternativa a la Residencia

- Informes periódicos a familiares de situación y evolución del Usuario. Etc.
- Informe bi-mensual de situación para los familiares, con valoración de nuestros equipos multidisciplinares y del Médico de Familia Geriatra de Alares que le visita periódicamente.

Desde este servicio tenemos dos objetivos: 1º) Mejorar la Calidad de Vida, la Dignidad Personal y el Bienestar del Usuario, al poder permanecer en su propio domicilio y 2º) Mantener y mejorar la función cognitiva e instruir en técnicas de estimulación de la misma.

### ***“Ponemos uno o dos cuidadores permanentes en el domicilio”***

**Un servicio a la medida de las necesidades de cuidados de cada persona**

Un Experto social (psicólogo y/o trabajador social) de Alares en la primera visita, a través del Método Alares de Asistencia Individual Personalizada (MAIP) valora en profundidad el estado y necesidades del usuario, de la familia así como el contexto en el que se encuentra. A partir de ahí se determina el plan individual de cuidados ideal, con los profesionales necesarios acordes al caso, y se presenta presupuesto. Tras ser aprobado por la familia o tutor, se inicia la selección de los profesionales expertos que van a prestar el servicio y se presentan a la familia para que esta dé el visto bueno de los mismos antes del inicio del servicio, pues los aspectos de empatía personal son extremadamente importantes para el éxito de la atención. Alares los forma in situ, en el propio domicilio, en aquellos aspectos específicos del caso y comienza el servicio. Todo esto se hace en un periodo de tiempo realmente corto.



Una vez iniciado el Servicio se realiza seguimiento telefónico diario y visitas personales continuas (semanales o quincenales) en las que evaluamos a través del Método Alares, por un lado si el Cuidador cumple con los objetivos y tareas acordadas en el Contrato, y, por otro lado, si el Usuario va evolucionando a nivel biopsicosocial. De esta manera vamos adaptando el servicio a las necesidades que vayan surgiendo. Debemos tener en cuenta que cada persona y familia son únicas y distintas, no hay dos casos iguales, es un servicio totalmente personalizado.

### **Asistencia especial ante deterioro cognitivo o pérdida de memoria**

Si en la primera visita al domicilio el Experto social bajo valoración individual personalizada según “Método Alares” detecta que existe diagnóstico clínico o se detecta principio de deterioro cognitivo se le recomienda un tratamiento individualizado opcional con nuestro psicólogo y/o terapeuta ocupacional.

## Alares, Te cuidamos en casa: la alternativa a la Residencia

El Psicólogo y/o Terapeuta Ocupacional durante la sesión lleva a cabo una serie de ejercicios prácticos del tipo:

Orientación espacial y temporal con Ejercicios de Orientación Temporal: Saber el día y la fecha, y Ejercicios de Orientación Espacial: ejercicios en los que dibujen, ver planos de lugares conocidos (su casa, su barrio, municipio, comunidad, país) junto con ciertas pruebas para realizar recorridos dentro de mapas, planos), lenguaje con ejercicios de conversación con interlocutor, siendo emisor y receptor de información, ejercicios de narración, siendo sólo emisores de información, ejercicios de fluidez verbal y Juegos de palabras incompletas, antónimos y sinónimos. Refranes incompletos (trabajamos además la memoria a largo plazo).

Ejercicios de repetición (trabajamos además memoria auditiva a corto, medio y largo plazo), Ejercicios de memoria, Redacciones sobre aspectos importantes o acontecimientos de la vida de uno (juventud, juegos, boda, hijos, amistades, etc...), rememoración de hechos o acontecimientos históricos por décadas y cálculo mental.

El Psicólogo y/o Terapeuta Ocupacional se coordinará con el Experto Social y el Cuidador del servicio para que apoyen en el día a día al Usuario en la realización de Ejercicios sencillos que le prescribe como los siguientes:

Juego de mesa, dominó, cartas, sopa de letras, sudoku, crucigrama, busca las diferencias, refranes.

Fichas individuales de lecto-escritura: Selección de una noticia del periódico del día y comentarla, cálculo, resolución de problemas, etc.)

En definitiva, se trata de integrar el ejercicio intelectual a la rutina diaria para mejorar la calidad de vida del usuario.

**Un Coste muy similar al de una Residencia**

En cuanto al coste total del servicio para cuidar a una persona en su domicilio es muy similar al de una Residencia, y cuando se atienden a dos personas, caso de un matrimonio, el coste es mucho más económico en su propia casa que en una residencia, con la ventaja de que puede permanecer en su domicilio, en su propio entorno, en su lugar de siempre, y que el usuario lo puede pagar con los cheques servicios de asistencia de su Comunidad o el dinero que le entregue el Estado a través de la Ley de Dependencia para pagar los servicios que precise.

Es un servicio, por tanto, asequible a la mayor parte de las familias que están pensando internar a su familiar en una Residencia. Se trata de un recurso en el que su Comunidad Autónoma concede al beneficiario una Prestación Económica Vinculada a un Servicio que se encuentra dentro de las ayudas que contempla la Ley de dependencia.



***“9 de cada 10 personas dependientes prefieren estar en su propio domicilio antes que en una residencia”***