

La Fundación Pasqual Maragall pone en marcha grupos de apoyo online para personas cuidadoras de familiares con Alzheimer en todo el territorio español

- **Mediante el programa de formación y apoyo emocional en remoto “Aprende a cuidar y a cuidarte”, la Fundación Pasqual Maragall se acerca a los cuidadores y cuidadoras de personas con Alzheimer**
- **La entidad ha organizado más de 140 grupos de apoyo con más de 1.200 cuidadores desde 2015 con el objetivo de mejorar su bienestar emocional y calidad de vida**
- **En más del 80% de los casos de Alzheimer, la atención directa recae en la familia, con una media de dedicación de la persona cuidadora principal de 15 horas diarias**

Barcelona, 26 de enero de 2023 - La [Fundación Pasqual Maragall](#), dedicada a la investigación en prevención del Alzheimer y al apoyo social en relación con esta enfermedad, realizará este año 33 grupos online de formación y apoyo emocional para cuidadores y cuidadoras no profesionales de personas con Alzheimer en todo el territorio español.

Mediante el programa “Aprende a cuidar y a cuidarte” la entidad ofrecerá este espacio psicoeducativo online a más de 300 personas cuidadoras. Los grupos serán dirigidos por una profesional especializada. El objetivo es dotar a las personas cuidadoras de las herramientas necesarias para gestionar el día a día de una persona con Alzheimer y para aumentar tanto su propio bienestar como el de las personas a las que se cuida. Durante las sesiones se proporcionarán herramientas y recursos para mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras, abordando distintos temas relacionados con la enfermedad del Alzheimer, como el diagnóstico, la comunicación con la persona diagnosticada y el desgaste emocional relacionado con el rol de cuidador.

Elena de Andrés, psicóloga de la Fundación Pasqual Maragall y terapeuta del programa, pone en valor la importancia de otorgar a las personas cuidadoras espacios en los que compartir su experiencia y la importancia de tener herramientas y recursos para el cuidado, *“gracias a la tecnología impulsamos este programa psicoeducativo online, con orientación práctica. El objetivo es crear un espacio de expresión libre de juicios en el que se fomenta el apoyo entre*

personas cuidadoras, para que tomen conciencia del impacto que tiene cuidar y la importancia de su autocuidado”.

La Fundación Pasqual Maragall realiza intervenciones grupales de apoyo a las familias cuidadoras desde 2015. Más de 1.200 cuidadores y cuidadoras ya se han beneficiado de los más de 140 grupos impartidos y organizados por la entidad. Con el objetivo de ofrecer nuevos formatos y facilitar la participación de las personas cuidadoras, en 2021 también se inició el programa en remoto “Aprende a cuidar y cuidarte”, gracias al cual más de 200 personas han recibido apoyo emocional y han adquirido estrategias para afrontar el cuidado de sus familiares con Alzheimer.

Cómo inscribirse

Las personas cuidadoras no profesionales pueden inscribirse gratuitamente en el programa “Aprende a cuidar y cuidarte” a través del siguiente enlace: <https://fpmaragall.org/cuidando-al-cuidador/>

Situación de la persona cuidadora en España

Según datos disponibles, en más del 80% de los casos de Alzheimer, la atención directa recae en la familia. La persona cuidadora principal le dedica una media de 15 horas diarias, los siete días a la semana, una cifra que durante el confinamiento se elevó hasta las 18 horas diarias. En la gran mayoría de los casos, la atención de una persona dependiente permanece en la intimidad familiar, suponiendo sacrificio y renuncia, al tener que reducir su jornada laboral o, incluso, abandonar su carrera profesional.

Esta implicación, sumada al desconocimiento sobre muchos aspectos relacionados con la enfermedad y a los vínculos emocionales con la persona afectada, hace que la persona cuidadora a menudo sufra problemas físicos y psicológicos derivados de su rol, como por ejemplo estrés, ansiedad, depresión o frustración.

Las cifras del Alzheimer

Actualmente se estima que el Alzheimer y las enfermedades neurodegenerativas afectan a 900.000 personas, una de cada diez de más de 65 años y un tercio de las de más de 85. Estas patologías son una de las causas principales de mortalidad, discapacidad y dependencia y no existe un cuidado efectivo que modifique su curso. Cabe también destacar el elevado impacto en costes, una estimación conservadora sitúa el coste anual de la enfermedad en 21.000 millones de euros, 24.000 por persona afectada y año y hay que tener presente que en más del 80% de los casos, es la familia que cuida de la persona con Alzheimer y asume el 87% del coste.

Por ello, con la esperanza de vida en aumento, y si no se encuentra una cura efectiva, en el año 2050 el número de casos podría triplicarse en el mundo, superando el millón y medio de personas sólo en España y se podrían llegar a colapsar los sistemas sanitarios y asistenciales.

Sobre la Fundación Pasqual Maragall

La Fundación Pasqual Maragall es una entidad privada sin ánimo de lucro que nació en abril de 2008, como respuesta al compromiso adquirido por Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona y expresidente de la Generalidad de Cataluña) al anunciar públicamente que se le había diagnosticado Alzheimer. La Fundación está dirigida por Arcadi Navarro y presidida por Cristina Maragall, hija de Pasqual Maragall. Este último ostenta el cargo de presidente de honor.

Más de 200 profesionales trabajan actualmente en la Fundación con una doble misión: promover la investigación para prevenir el Alzheimer, y ofrecer soluciones que mejoren la calidad de vida de las personas afectadas, sus familias, y sus cuidadores. En el ámbito de la investigación científica, la Fundación cuenta con el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centro de investigación dedicado a la prevención de la enfermedad y al estudio de las funciones cognitivas afectadas en el envejecimiento sano y patológico.

Todo esto es posible gracias al apoyo de una quincena de entidades y una base social de más de 60.000 socios, que contribuyen económicamente a la continuidad del proyecto. Su apoyo es imprescindible para seguir trabajando por un futuro sin Alzheimer, puesto que la investigación científica es el único camino para vencer la enfermedad.

Para colaborar con la Fundación Pasqual Maragall: fpmaragall.org/ca/donatius

Para más información: fpmaragall.org/ca



PARA MÁS INFORMACIÓN:

Agencia de Comunicación

ATREVIA

David Moreno / Laura Puig

dmoreno@atrevia.com / lpuig@atrevia.com

682 68 76 67 / 619 64 93 62

Departamento de Comunicación

Fundación Pasqual Maragall

Mar Escardó

mescardo@fpmaragall.org

93 316 09 90

La Fundación Pasqual Maragall cuenta con el apoyo de:

