

La Fundació Pasqual Maragall posa en marxa grups de suport online per a persones cuidadores de familiars amb Alzheimer a Catalunya

- **Mitjançant el programa de formació i suport emocional en remot “Aprèn a cuidar i a cuidar-te”, la Fundació Pasqual Maragall s’apropa als cuidadors i cuidadores de persones amb Alzheimer**
- **L’entitat ha organitzat més de 140 grups terapèutics amb més de 1.200 cuidadors des de 2015 amb l’objectiu de millorar el seu benestar emocional i qualitat de vida**
- **En més del 80% dels casos d’Alzheimer, l’atenció directa recau en la família, amb una mitjana de dedicació per part de la persona cuidadora principal de 15 hores diàries**

Barcelona, 26 de gener de 2023- La [Fundació Pasqual Maragall](#), dedicada a la recerca en la prevenció de l’Alzheimer i a l’ajuda social en relació amb aquesta malaltia, realitzarà aquest any 20 grups online de forma i suport emocional per a cuidadors i cuidadores no professionals de persones amb Alzheimer a Catalunya.

Mitjançant el programa “Aprèn a cuidar i a cuidar-te” l’entitat oferirà aquest espai psicoeducatiu online a 200 persones cuidadores. L’objectiu és dotar als cuidadors i cuidadores de les eines necessàries per gestionar el dia a dia amb una persona amb Alzheimer i per incrementar tant el seu propi benestar, com el de la persona a la que cuiden. Durant les sessions es proporcionaran eines i recursos per millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores, abordant diferents temes relacionats amb la malaltia d’Alzheimer, com el diagnòstic, la comunicació amb la persona diagnosticada i el desgast emocional relacionat amb el rol del cuidador.

Júlia Pons, psicòloga de la Fundació Pasqual Maragall i terapeuta del programa, posa en valor la rellevància de proporcionar a les persones cuidadores espais on compartir la seva experiència i la importància de tenir eines i recursos per a la cura, *“l’objectiu del programa és posar a disposició de les persones cuidadores un espai d’expressió lliure de judicis on trobin suport i eines que els hi puguin servir per al seu dia a dia, però també on prenguin consciència de la importància de la seva autocura i de l’impacte que té cuidar”*.

La Fundació Pasqual Maragall realitza intervencions grupals de suport a les famílies cuidadores des de 2015. Més de 1.200 cuidadors i cuidadores ja s’han beneficiat dels més de 140 grups impartits i organitzats per l’entitat. Amb l’objectiu d’oferir nous formats i facilitar la participació de les persones cuidadores, el 2021 també es va iniciar el programa “Aprèn a cuidar i a cuidar-

te”, gràcies al qual més de 200 persones han rebut suport emocional i han adquirit estratègies per afrontar la cura dels seus familiars amb Alzheimer.

Com inscriure's

Les persones cuidadores no professionals poden inscriure's de forma gratuïta al programa “Aprèn a cuidar i a cuidar-te” en el següent enllaç: <https://fpmaragall.org/cuidando-al-cuidador/>

Situació de la persona cuidadora a Espanya

Segons les dades disponibles, en més del 80% dels casos d'Alzheimer, l'atenció directa recau en la família. La persona cuidadora principal li dedica una mitjana de 15 hores diàries, els 7 dies de la setmana, xifra que durant el confinament es va elevar fins a 18 hores diàries. En la gran majoria dels casos, la cura d'una persona dependent es resol en el sí de la intimitat familiar, suposant sacrifici i renúncia, haver de reduir la seva jornada laboral o, fins i tot, abandonar la seva carrera professional.

Aquesta implicació, sumada al desconeixement sobre molts aspectes relacionats amb la malaltia i als vincles emocionals amb la persona afectada, fa que la persona cuidadora sovint pateixi problemes físics i psicològics derivats del seu rol, com per exemple estrès, ansietat, depressió o frustració.

Les xifres de l'Alzheimer

S'estima que actualment l'Alzheimer i les demències afecten 900.000 persones a Espanya, el que es tradueix en una de cada deu de més de 65 anys i un terç de les de més de 85. Aquestes patologies relacionades amb l'edat són una de les causes principals de mortalitat, discapacitat i dependència. Si no es troba una cura efectiva i amb l'esperança de vida en augment, l'any 2050 el número de casos podria triplicar-se al món, superant el milió i mig de persones només a Espanya, fet que podria col·lapsar-se els sistemes sanitaris i assistencials.

Sobre la Fundació Pasqual Maragall

La Fundació Pasqual Maragall és una entitat privada sense ànim de lucre que va néixer l'abril del 2008, com a resposta al compromís adquirit per Pasqual Maragall (exalcalde de Barcelona i expresident de la Generalitat de Catalunya) a l'anunciar públicament que se li havia diagnosticat Alzheimer. La Fundació està dirigida per Arcadi Navarro i presidida per Cristina Maragall, filla de Pasqual Maragall. Aquest últim ostenta el càrrec de president d'honor.

Al voltant de 200 professionals treballen actualment a la Fundació amb una doble missió: promoure la recerca per prevenir l'Alzheimer, i oferir solucions que millorin la qualitat de vida de les persones afectades, les seves famílies, i els seus cuidadors. En l'àmbit de la investigació científica, la Fundació compta amb el Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centre de recerca dedicat a la prevenció de la malaltia i a l'estudi de les funcions cognitives afectades en l'envelliment sa i patològic.

Tot plegat és possible gràcies al suport d'una quinzena d'entitats i una base social de més de 60.000 socis, que contribueixen econòmicament a la continuïtat del projecte. El seu suport és imprescindible per seguir treballant per un futur sense Alzheimer, ja que la recerca científica és l'únic camí per vèncer la malaltia.

Per a col·laborar amb la Fundació: fmaragall.org/ca/donatius

Per a més informació: fmaragall.org/ca

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Agència de Comunicació

ATREVIÀ

David Moreno / Laura Puig

dmoreno@atrevia.com / lpuig@atrevia.com

682 68 76 67 / 619 64 93 62

Departament de Comunicació

Fundació Pasqual Maragall

Mar Escardó

mescardo@fmaragall.org

93 316 09 90

La Fundació Pasqual Maragall compta amb el suport de:

