Muñecas para recordar un pasado feliz

06/03/2022



Raquel Ruiz realiza este taller que ayuda a pacientes a recordar momentos felices | J.C.

La **Asociación de Familiares de Alzheimer de Elda y Comarca, AFA**, ha incorporado con éxito un nuevo taller, se trata de la **terapia con muñecas**, una técnica que **ayuda a reducir los niveles de agitación en pacientes con demencia moderada o grave** y que sirve para retornar a épocas más felices y entrañables de su vida y les permiten **revivir sensaciones** como la de ser padres.

Las muñecas ayudan a las personas con Alzheimer a calmarse y consolarse, lo que es muy útil para los cuidadores, indica la monitora encargada de impartir este taller en AFA, **Raquel Ruiz**. En AFA se imparte este taller para dos grupos, aquellas personas que sufren Alzheimer en fase leve y para quienes tienen la enfermedad más avanzada. "**Para usuarios en fases leves utilizamos muñecos más rígidos mientras que para quienes se encuentran en fases más avanzadas usamos muñecos más blandos, pues resultan más fáciles de manipular**", señala Ruiz.



El taller ayuda a recordar la época en la que fueron madres | J.C.

Valle de Elda presenció uno de los talleres a los que acudieron cuatro mujeres en las primeras fases de la enfermedad, **María José, Ángela, Asun y Reme.** Esta fue una clase amena, una actividad de recuerdo casi sin ser consciente, pues mientras **desvestían, aseaban y cuidaban de su muñeca asignada**, rememoraban **su maternidad**. Ángela contó como no tuvo que recibir puntos y Reme añadió que antes no era como ahora "no sabíamos el sexo que tendría nuestros hijos hasta el parto, **era emocionante**".

Todas admitieron sentir **nostalgia por esa época de su vida**, una de sus etapas más bonitas, las de cuidar y amamantar a sus hijos, que ahora son mayores, incluso algunos les ha dado ya algún nieto, y otras admitían tener ganas de que llegase el momento de tenerlos.

Guiadas por Raquel Ruiz, hablaron sobre **cómo vivieron hace unas décadas la maternidad,** cómo algunas creaban la propia ropa de sus hijos y como todas les cantaban nanas. De hecho, conjuntamente **cantaron una de estas bonitas melodías con las que calmaban a sus hijos.**



Las pacientes disfrutan estos talleres | J.C.

En este taller de 45 minutos la nostalgia y la añoranza se palpaba en el ambiente, y son estos sentimientos los que ayudan a las usuarias a ejercitar la memoria, recordar tiempos pasados, felices, por lo que resulta una muy buena herramienta. Además, **está demostrado que este tipo de talleres ayudan a mejorar la comunicación así como la interacción con otros.**

Aunque en este taller la mayoría de las usuarias son mujeres, también hay algún **hombre,** y Ruiz señala que a veces le **cuentan con nostalgia como ellos no amamantaron ni cambiaron ni siquiera un pañal de sus hijos**, algo habitual en la sociedad de su juventud, pero admiten que les habría gustado hacerlo, pero era algo habitual cuando eran jóvenes. **Las edades son muy dispares, la usuaria más joven tiene 58 años y la más mayor, 88 años.**

Durante casi una hora, las pacientes cambian de rol, **ya no son quienes reciben atención sino quienes cuidan, muestran interés, sonríen más y, sobre todo, se abren,** una experiencia muy positiva para su terapia. Si algo queda claro durante el taller, es que no se infantiliza a las usuarias, no es un juego, sino que tienen que cuidar a los bebés, lo que les permite expresarse en un ambiente de calma.



Durante el taller cuidan a cada bebé mientras recuerdan vivencias | J.C.