

UN TEMA PARA TODOS

El **Alzheimer** es una enfermedad neurodegenerativa (degeneración de las neuronas, células esenciales del sistema nervioso).

La enfermedad de Alzheimer produce una degeneración neuronal que afecta principalmente a neuronas altamente especializadas encargadas de realizar las funciones que más nos caracterizan como seres humanos. De hecho, la enfermedad de Alzheimer como tal parece propia de los seres humanos.

En Colombia no tenemos disponible información actualizada sobre la enfermedad de Alzheimer. La última investigación de esta índole se realizó en 1995, siendo el punto de partida para una nueva indagación, realizada por Yuri Takeuchi, Yoseth Ariza y Sergio Prada, especialistas de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Icesi.

“Tuvimos como referencia los datos que arrojó la investigación de 1995, actualizamos la población según el Dane e implementamos un

modelo dinámico para entender los factores de riesgo de la enfermedad y proyectamos las cifras a 2020, fecha estimada por investigadores a nivel mundial. La finalidad de la investigación es que el Ministerio de Salud se prepare para atender con calidad a estos pacientes”, explicó Yoseth Ariza, investigador y docente de la Facultad de Salud de la Icesi. Se estimó que para 2005, 216.380 colombianos mayores de 60 años tendrían algún tipo de demencia, 70 % de los casos pacientes con Alzheimer. El estudio estima que para 2020, por lo menos 342.956 personas mayores de 60 años tendrán algún tipo de demencia, 258.498 de ellos tendrán enfermedad de Alzheimer, siendo la población femenina la más afectada. Los investigadores aseguran que el aumento en el número de casos se espera que sea principalmente a expensas del estadio de severidad moderada, para el que se requiere de cuidadores y una red de soporte que se ocupe además de los pacientes, de sus núcleos familiares.

(Continuará en noviembre) Fuentes: consultorsalud.com y knowalzheimer.com

el Carlino

CONSTRUIMOS SONRISAS CON BUENAS NOTICIAS



Periódico mensual

Octubre 2015

GERENCIA / BIENESTAR / COMUNICACIONES

EDITORIAL

Aunque pueda parecer anticuado ofrecerle el asiento en algún medio de transporte a alguien que lo necesita más que nosotros, la amabilidad y la consideración nunca pasarán de moda. Esta es una frase que se rescata de un pequeño, pero muy bonito, almanaque permanente de gotas de sabiduría que reposa sobre un escritorio de Calucé.

transporte y que pudo haber tenido un día más pesado que el nuestro.

La consideración con los demás debería ser algo así como una obligación perenne en nuestro consciente e inconsciente. Un deber ser con todo aquel que nos rodea, y que aún sin nosotros saberlo, podemos hacer su vida un poco más feliz.

PASATIEMPO

Descubra el valor del triángulo amarillo:

$$\text{Círculo púrpura} \times \text{Triángulo amarillo} + 8 = 8$$

$$\text{Triángulo amarillo} + 3 + 2 = 5$$

$$\text{Círculo púrpura} \times \text{Cuadrado verde} \times \text{Triángulo amarillo} = \text{Triángulo amarillo}$$

$$\text{Triángulo amarillo} = \underline{\hspace{2cm}}$$

A veces, lo que una persona necesita no es una mente brillante que le hable, sino un corazón paciente que le escuche.

Adivina adivinanza:

Es alargada y naranja, se la comen los conejos para así llegar a viejos.

En septiembre decía:

Por ella me vuelvo loco de un amor sin comparación...

Si quieres saber de quién hablo: es la suegra de la mujer de mi hermano.

Es mi **mamá**

¿Qué es lo anticuado? Lo define el diccionario como aquello que está en desuso desde hace tiempo; pasado de moda o propio de otra época. Sin embargo, cada día es común ver en los medios se rescata algo “que fue en otro tiempo”, pero que se actualiza y se pone de moda.

Así deberían también rescatarse esos valores como la amabilidad y la consideración, los cuales no solamente deberían aplicarse con las personas mayores, sino con todo aquel que nos rodea. El compañero de trabajo, la secretaria, el asistente, nuestros padres, una persona con alguna limitación física... O sencillamente, aquel desconocido con el que coincidimos en algún medio de

Una sonrisa a quien cruza con nosotros en la calle, en el conjunto, en el barrio; ayudar al vecino que llega cargado con el mercado para la semana... O dar una ayuda para alguien que no tuvo para el mercado.

Ser considerado es ser capaz de ponerse en los zapatos del otro, en los pañales del otro, en las gafas del otro. Otro que no es tan distinto como nosotros pues respira, siente, duerme, lee, escucha, come: está vivo. No estamos exentos nosotros de que mañana tengamos la necesidad de ser escuchados, atendidos, ayudados **y considerados.**



EVENTOS

Octubre, mes de decisiones, mes de elecciones

El próximo domingo 25 de octubre los colombianos estamos llamados, como se dice popularmente, ‘a cumplir una cita con la democracia’. Una cita que demuestra el compromiso con el país, con los conciudadanos, con los niños, los jóvenes, los abuelos, los adultos mayores. No se trata solamente de apoyar a un candidato, sino de abrir caminos hacia el progreso, de refrescar ideas políticas, que gústenos o no, afectan nuestro diario vivir.

Sin querer hacer valoraciones políticas ni ejercicios sobre percepciones electorales, más bien, queremos invitarle a conocer el programa o plan de gobierno que propone su candidato. A que tome en cuenta criterios rigurosos para tomar una decisión y no se deje llevar por el afiche,



la pancarta, o una sola frase que rime y suene bonito.

En Colombia, según datos del Consejo Nacional Electoral, hay un potencial de 32'415.206 electores, y en las últimas elecciones de 2014, ejercieron su derecho al voto 14'261.196 ciudadanos en las elecciones al Congreso, 13'115.411 en la primera vuelta presidencial y 15'683.510 en la segunda vuelta. Estas cifras nos muestran unos elevados niveles de abstención entre el 50 y el 60% una elevada cifra que estamos llamados a disminuir.

Votar significa una gran responsabilidad. No deje de hacerlo. Cuando usted no vota está dejando más de lo que cree en manos de los demás. Ejercer su derecho y vote.

DIEZ SABIOS CONSEJOS

1. Abrir las cortinas, compartir con los demás y hablar de temas positivos es una excelente medicina para empezar el día con todo el ánimo.
2. Alimentarse sanamente y hacer un poco de ejercicio. Caminar a diario es calidad de vida.
3. Caminar sin arrastrar los pies, con la cabeza en alto, espalda recta... Como quien va a recibir honores.
4. Cuidar de nuestra presencia todos los días, arreglarnos para ir a la fiesta de la vida.
5. Quien escucha consejos llega a viejo, dice un certero refrán.
6. Hay una planta que se llama optimismo, hay que cultivarla todos los días.
7. Mantengamos vivas y cordiales las relaciones personales. Sonreír es el lenguaje universal de la amabilidad.
8. Que cada día podamos sentir un poquito más de amor.
9. Quien piensa que todo pasado fue mejor es conformista... Hay que disfrutar como nunca el presente y mirar al futuro con esperanza.
10. Hay que trabajar con las manos, pero también con la mente. Cada día hay que hacer algo que nos apasione.

AGRADECIMIENTO ESPECIAL

Dice la canción “Cuando un amigo se va queda un espacio vacío que no lo puede llenar la llegada de otro amigo”. Sea este el espacio y momento para agradecer a la familia Zuluaga Gómez por la confianza puesta en nosotros. Es un motivo de alegría considerar a la señora Catalina Gómez de Zuloaga, una amiga de todos, siempre elegante y glamurosa; siempre atenta a los detalles, y siempre con una sonrisa dispuesta a iluminar a quienes estuvimos a su alrededor.

MÁS EVENTOS

Semana Cultural 2015







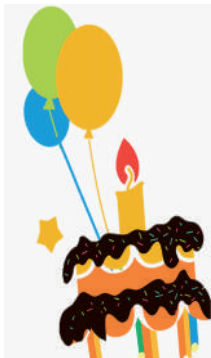
Un espacio para la vida, los valores, el arte, la música, para el baile, la alegría, la paz...
¡PARTICIPE!
26 al 31 de Octubre

Puede hacer sus donaciones en alimentos, obsequios para los grupos invitados, bailes, presentaciones, etc.

¡FELIZ CUMPLEAÑOS!

HUÉSPEDES	DÍA
Sr. GERMÁN NAVARRO	10
Sr. EDUARDO RESTREPO PEREA	20
Sra. HILDA MARÍA LOSADA LORA	22
Sra. AMANDA NIETO	24
Sra. MARIELA TORRES CALLE	31

SERVIDORES	DÍA	ÁREA/CARGO
ELIDA MORENO RÍOS	7	Auxiliar de enfermería
LILIANA ALEXANDRA ROSAS ACOSTA	14	Auxiliar de enfermería
MARÍA ALEJANDRA FERNÁNDEZ	15	Auxiliar de enfermería
ROSÁ MARÍA GONZÁLEZ	27	Servicios Generales



ACTIVIDADES BIENESTAR

FECHA	HORA	ACTIVIDAD
1	9:00 a. m.	CAMINATA - ACTIVIDAD ARTÍSTICA
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - ACTIVIDAD DE ORIENTACIÓN
2	9:00 a. m.	CAMINATA - DANZATERAPIA
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- TARDE DE CINE
3	11:00 a. m.	EUCARISTÍA
	3:00 p. m.	ACTIVIDAD DE PERCEPCIÓN VISUAL
4	11:00 a. m.	ACTIVIDAD DE CATEGORIZACIÓN
	3:00 p. m.	MOMENTOS DE REFLEXIÓN
5	9:00 a. m.	CAMINATA - TALLER DE YOGA - MUESTRA MÚSICAL DE "PIANO"
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - ACTIVIDAD DE MOTRICIDAD FINA
6	9:00 a. m.	CAMINATA- ARTETERAPIA - TALLER DE CREATIVIDAD
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - TALLER DE MANUALIDADES
7	9:00 a. m.	CAMINATA- DANZATERAPIA - MOMENTOS ESPIRITUALES
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- CLUB DE LECTURA
8	9:00 a. m.	CAMINATA- TALLER ARTÍSTICO
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- ACTIVIDAD DE SECUENCIAS
9	11:00 a. m.	CAMINATA- DANZATERAPIA - MUESTRAS MÚSICALES EN VIVO
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- TARDE DE CINE
10	11:00 a. m.	EUCARISTÍA
	3:00 p. m.	CHARLA MÚSICAL
11	11:00 a. m.	ACTIVIDAD DE PROCESAMIENTO LÓGICO
	3:30 p. m.	LECTURAS BÍBLICAS Y SANTO ROSARIO
12	11:00 a. m.	EJERCICIOS SALUDABLES
	3:30 p. m.	SANTO ROSARIO - TARDE LÚDICA Y DE ESPARCIMIENTO
13	9:00 a. m.	CAMINATA - ARTETERAPIA - TALLER DE CREATIVIDAD
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - TALLER DE MANUALIDADES
14	9:00 a. m.	CAMINATA- DANZATERAPIA - MOMENTOS ESPIRITUALES
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- ACTIVIDAD DE ASOCIACIÓN
15	9:00 a. m.	CAMINATA- TALLER ARTÍSTICO
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - ACTIVIDAD DE PERCEPCIÓN VISUAL
16	9:00 a. m.	CAMINATA - DANZATERAPIA - MÚSICA EN VIVO DE CUERDA
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- TALLER DE CINE

FECHA	HORA	ACTIVIDAD
17	11:00 a. m.	EUCARISTÍA
	3:30 p. m.	SANTO ROSARIO- CHARLA MÚSICAL
18	11:00 a. m.	ACTIVIDAD DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
	3:30 p. m.	MOMENTOS DE REFLEXIÓN
19	9:00 a. m.	CAMINATA - TALLER YOGA - MÚSICAL DE "PIANO"
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO
20	9:00 a. m.	CAMINATA- ARTETERAPIA - TALLER DE CREATIVIDAD
	3:30 p. m.	SANTO ROSARIO- TALLER DE MANUALIDADES
21	9:00 a. m.	CAMINATA- DANZATERAPIA - MOMENTOS ESPIRITUALES
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO- CLUB DE LECTURA
22	9:00 a. m.	CAMINATA- TALLER ARTÍSTICO
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - EJERCICIOS DE MOTRICIDAD
23	9:00 a. m.	CAMINATA- DANZATERAPIA - MÚSICA DE CUERDA EN VIVO
	3:00 p. m.	SANTO ROSARIO - TARDE DE CINE
24	11:00 a. m.	EUCARISTÍA
	3:00 p. m.	CHARLA MÚSICAL
25	9:00 a. m.	ACTIVIDAD FÍSICA
	3:30 p. m.	MOMENTOS DE REFLEXIÓN

SOL **Semana Cultural 2015**

Un espacio para la vida, los valores, el arte, la música, para el baile, la alegría, la paz...
¡PARTICIPE!
26 al 31 de Octubre

Puede hacer sus donaciones en alimentos, obsequios para los grupos invitados, bailes, presentaciones, etc.

Si habito en tu memoria no estaré solo. Mario Benedetti