

## 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 disfrutaron 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.