



PROGRAMACIÓN DEL CENTRO 2023

A.F.A. LA RAMBLA

Ctra. La Rambla- Montalbán s/nº
14540 La Rambla (Córdoba)
957 682 204
afarambla@hotmail.com

INDICE

1. DENOMINACIÓN DEL CENTRO
2. DATOS DEL CENTRO
3. TIPO DE CENTRO
4. CAPACIDAD ASISTENCIAL
5. HORARIO DEL CENTRO
6. DESCRIPCIÓN DE LOS SERVICIOS ASISTENCIALES
7. RECURSOS HUMANOS
8. PLAN GENERAL DE ACTUACIÓN
9. PROGRAMAS A DESARROLLAR DEL PLAN GENERAL
10. ACTIVIDADES NO ORDINARIAS
11. PROGRAMACIÓN SEMANAL

1. DENOMINACIÓN DEL CENTRO

CDM enfermos de Alzheimer "AFA La Rambla"

2. DATOS DEL CENTRO

Dirección: Carretera La Rambla-Montalbán, s/n Edificio "La Aduana"

Teléfono: 957682204

Correo-e: afarambla@hotmail.com

Página web: <http://www.afarambla.es>

3. TIPO DE CENTRO

Centro de día para personas mayores.

4. CAPACIDAD ASISTENCIAL

30 plazas, 22 concertadas y 8 privadas.

5. HORARIO DEL CENTRO

De lunes a viernes de 9 a 18,30 horas de manera ininterrumpida.

6. DESCRIPCIÓN DE LOS SERVICIOS ASISTENCIALES

El centro ofrece los siguientes servicios, adecuándolos a las necesidades de las personas atendidas en situación de dependencia según su grado y nivel, de acuerdo con lo establecido en su Programa Individual de Atención.

- **Atención social.** Tiene como objeto informar, orientar y asesorar respecto a recursos sociales, la afrontación y resolución de conflictos, favoreciendo la convivencia en el centro, fomentando la participación y la realización de actividades estimuladoras de las relaciones entre las personas usuarias, diseñando programas de intervención, coordinación con profesionales y recursos sociales y sanitarios del entorno.
- **Atención social familiar.** Tiene por objeto informar, orientar, asesorar y acompañar a la familia durante el proceso de atención de la persona usuaria.

- **Animación sociocultural.** Conjunto de actividades de relación y ayudas encaminadas a la autopromoción individual o grupal, que faciliten el desarrollo de las inquietudes culturales, intelectuales, etc.
- **Atención sanitaria.** El centro garantiza una atención sanitaria dirigida al seguimiento de los tratamientos médicos prescritos y al control de parámetros vitales en coordinación con el Sistema Público de Salud.
- **Atención de enfermería.** Dirigida a la prestación de cuidados de enfermería, tales como preparación y administración de medicamentos, curas, sondajes, otros.
- **Atención psicológica.** Conjunto de actuaciones dirigidas a la acogida y adaptación de la persona mayor en situación de dependencia, entrenamiento en estrategias para mejorar la memoria, estimulación del lenguaje, entrenamiento en actividades de relajación, prevención e intervención en situaciones de depresión, desarrollo de habilidades sociales, etc. Con especial atención a las personas con problemas psicogeriátricos y demencias.
- **Actividades de terapia ocupacional.** Cuyo objetivo es la prevención del deterioro y el mantenimiento de las aptitudes de las personas usuarias. Actividades de rehabilitación. El centro ofrece un servicio que incluya la rehabilitación preventiva, de mantenimiento y terapéutica.
- **Atención nutricional.** El centro asegura el cumplimiento de una adecuada nutrición de las personas usuarias, la cual se especificará en una carta de menús, que está supervisada por una especialista en dietética o nutrición. Ésta se someterá a criterios dietéticos, atendiendo las necesidades en cuanto a cantidad, calidad y variedad, contemplando la elaboración de dietas especializadas para aquellas patologías que así lo requieran.
- **Servicio de peluquería.**
- **Servicio de podología.**
- **Ayudas técnicas.** Se prestará especial atención a la utilización de las ayudas técnicas necesarias para la atención de la persona usuaria.

7. RECURSOS HUMANOS

- 1 profesional de dirección
- 1 profesional de psicología
- 1 profesional de trabajo social
- 1 profesional TASOC
- 1 profesional de enfermería
- 1 profesional de fisioterapia

- 8 profesionales de atención directa
- 1 profesional de coordinación de personal de atención directa
- 1 profesional de atención en el domicilio
- 1 profesional de servicios generales

8. PLAN GENERAL DE ACTUACIÓN

1. Objeto y alcance

Establecer las pautas para la óptima gestión del Centro de Día para personas mayores enfermas de Alzheimer "AFA La Rambla" perteneciente a la Asociación de Familiares y Amigos de Enfermos de Alzheimer y Otras Demencias de La Rambla, con el fin de que queden definidos cada uno de los programas de intervención. Teniendo en consideración el abordaje integral dirigido a todas las áreas afectadas de la persona enferma, se establecen las acciones necesarias para la correcta organización y coordinación de los diferentes programas que actúan hacia un fin común.

2. Prioridades

Satisfacer las necesidades de cualquier persona mayor dependiente afectada por una demencia, independientemente de su estado cognitivo y funcional, siempre que resulte en un beneficio la asistencia a las mismas.

3. Perfil de la población

Personas mayores afectadas por algún tipo de demencia, especialmente tipo Alzheimer.

4. Criterios de la intervención

- a) Adecuación.** El centro se adecuará a las necesidades de las personas atendidas en situación de dependencia, según su grado y nivel.
- b) Normalización.** El modo de vida de las personas usuarias se ajustará lo más posible a la conducta y pautas de comportamiento consideradas como cotidianas para la ciudadanía.
- c) Estimulación.** Favorecer el desarrollo de la autonomía personal de la persona usuaria.
- d) Intimidad.** La actuación e intervención con las personas usuarias respetará y protegerá el derecho a la intimidad.
- e) Participación.** Se potenciará la participación de las personas usuarias en las actividades y funcionamiento del centro.

- f) **Integración**, tanto en el ámbito social como cultural.
- g) **Globalidad**. La atención que se preste será integral, abarcando los aspectos sanitarios, psicológicos, sociales, culturales, ambientales y análogos.
- h) **Profesionalización**. El personal del centro tiene la cualificación técnica correspondiente a su nivel profesional, sin perjuicio de la labor del voluntariado social debidamente coordinado.
- i) **Atención personalizada**. Se prestará una atención personalizada adaptada a las necesidades de cada persona.
- j) **Prevención**, a nivel sanitario y social, llevando a cabo, de forma coordinada, actuaciones de promoción.
- k) **Confidencialidad**, por parte de todo el personal remunerado o voluntario respecto a todo aquello que se refiera a las personas usuarias.
- l) **Colaboración con la Administración**, debiendo aportar todos los datos, e informes que se soliciten con carácter periódico o puntual.

5. Previsión presupuestaria

El presupuesto para 2023 será de 350.000 euros.

Los ingresos procederán de las aportaciones de las personas asociadas, donativos de particulares, recaudaciones a través de las mesas informativas, así como otras actividades de carácter benéfico, algunos de ellas organizadas por otras entidades o personas particulares. A lo que se añade la aportación particular de las personas usuarias por los servicios específicos y la procedente de la Agencia de Servicios Sociales y Dependencia de Andalucía por el Servicio de Centro de Día. Durante el ejercicio se contará además con ayudas económicas procedentes de entidades públicas y privadas, destinadas al desarrollo de programas y servicios que la Asociación desarrolla.

Los gastos en que se incurrirá durante el ejercicio son principalmente los de personal y aprovisionamientos, también otros gastos de explotación como servicios exteriores, tributos, etc.

9. PROGRAMAS A DESARROLLAR DENTRO DEL PLAN GENERAL

1. Control y mantenimiento de la Salud

Este programa está dirigido a todas las personas usuarias del Centro de Día.

Objetivos

1. Valoración sanitaria de las personas usuarias.
2. Tratar las enfermedades agudas y descompensaciones de las crónicas.
3. Controlar los factores de riesgo, en especial vasculares.
4. Seguimiento de la demencia y sus complicaciones.
5. Coordinar las actuaciones y asesorar al equipo interdisciplinar.
6. Prestar apoyo, asesorar y formar a los familiares y/o cuidadores.

Metodología

El trabajo comienza con la recogida de datos en la entrevista con los familiares de la persona usuaria, previa al ingreso, en la que se recogen los datos sobre los antecedentes patológicos, personales y familiares, y los diagnósticos y tratamientos actuales.

Cuando la persona usuaria ingresa en el Centro de Día, se elabora el plan de tratamiento y el plan de cuidados con el tipo de dieta alimentaria, su consistencia y sus peculiaridades.

El Plan Individual de Atención se revisa periódicamente y siempre en caso de necesidad o urgencia.

La actuación de la enfermera consiste en:

- Detección precoz de los problemas de salud.
- Control de constantes: tensión arterial, frecuencia cardiaca y temperatura, así como del registro diario de ingestas, deposiciones y micciones.
- Cura de heridas y úlceras.
- Control de la higiene, la hidratación de la piel y sus anejos y la limpieza de la boca y manos, especialmente después de las comidas.
- Supervisión de la administración de la dieta alimentaria adecuada en cuanto a tipo y consistencia,

la ingesta de líquidos y la detección de posibles complicaciones.

- Gestión y administración de la medicación de las personas usuarias.
- Derivaciones al fisioterapeuta y otros miembros del equipo cuando sea necesario.

Actividades del programa

1. Actividad clínica:

- Atención de las consultas solicitadas por las personas usuarias.
- Actuación frente a los problemas de salud referidos por los miembros del equipo de atención o por los familiares y o cuidadores.
- Revisión de los cambios de medicación y de los nuevos informes médicos que se aportan.
- Actuación en las situaciones de emergencia.
- Revisión de las personas usuarias cuando se reincorporan al Centro de Día tras la ausencia por enfermedad o ingreso hospitalario.
- Diagnóstico y tratamiento precoz de los SPCD.
- Detección precoz de la disfagia.
- Atención a los familiares o cuidadores, a demanda o de forma programada, presencial o telefónicamente.

2. Actividad preventiva:

- **Prevención primaria:** promoción de hábitos saludables (alimentación, ejercicio y, en algunos casos, supresión de hábitos tóxicos), implementación del programa de vacunación antigripal y contra la Covid-19, registro de datos sobre otras vacunaciones...
- **Prevención secundaria:** diagnóstico precoz de enfermedades intercurrentes, tratamiento de enfermedades agudas o descompensación de enfermedades crónicas y vigilancia de cualquier incidencia en materia de salud.
- **Prevención terciaria:** rehabilitación de enfermedades que lo precisen.
- **Prevención cuaternaria:** prevención de la iatrogenia, vigilando los efectos secundarios no deseados de los tratamientos.

Actuación según protocolos

Se dispone de varios protocolos de actuación sanitaria, desarrollados al efecto:

1. Adquisición, control y administración de fármacos.
2. Prevención y tratamiento de caídas.
3. Úlceras por presión.
4. Emergencias sanitarias.

2. Actividad física

La actividad física personalizada y sistematizada es un método efectivo para mantener el mayor grado de independencia de la persona. Son muchos los hechos demostrados de que el ejercicio no solo ayuda a nivel físico, sino que también favorece el estado de ánimo y las relaciones sociales.

El Programa se dirige a todas las personas usuarias que acuden al Centro de Día.

Objetivos

- Reeducar el equilibrio, la coordinación y el patrón de la marcha.
- Mantener y/o mejorar la elasticidad, tono y fuerza muscular.
- Incrementar y/o mantener las capacidades funcionales y motoras.
- Evitar rigideces articulares y deformidades.
- Mantener y/o incrementar los rangos articulares.

Metodología

A toda persona usuaria nueva que inicia en el Centro de Día se le realiza una exploración fisioterapéutica inicial en el que se valora el estado del usuario en lo referente a la morfología del usuario, las posibles deformidades, las posturas, el equilibrio, la marcha, ...

Una vez terminada la evaluación inicial se decide que intervención se realizará la persona usuaria, de este modo hablamos de:

1. Fisioterapia de mantenimiento:

El Programa de Mantenimiento lo conforman 4 grupos de gimnasia donde se busca la homogeneidad de sus participantes atendiendo a factores como el deterioro cognitivo y la capacidad motora, entre otros.

- ❖ Mecanoterapia
- ❖ Movilizaciones pasivas
- ❖ Gimnasia grupal

2. Fisioterapia Rehabilitadora

Consiste en abordar patologías concretas con un tratamiento individualizado específico a aquellas personas usuarias que lo necesiten, tras valoración fisioterapéuticas.

3. Intervención en Caídas

- Prevención de caídas: identificar a la persona con alto riesgo, aplicar medidas preventivas para tratar los factores de riesgo y evaluación de la capacidad motora.
- Tras una caída: valoración de las consecuencias y tratamiento de las mismas, comunicación con familias y profesionales y registro de caídas (para analizar las circunstancias).

3. Estimulación Cognitiva y Funcional

La estimulación cognitiva y funcional engloba todas aquellas actividades que se dirigen a mejorar el funcionamiento de la persona, trabajando capacidades tales como memoria, lenguaje, atención, cálculo, funciones ejecutivas, praxias o gnosias, entre otras.

En el Centro de Día, las personas usuarias han estado divididas en cuatro grupos diferentes, siendo el grupo A el de las personas con menor deterioro y así progresivamente hasta el grupo 4. El principal criterio seguido para dicha diferenciación ha sido el grado de deterioro estimado según la Escala de Deterioro Global Reisberg et al., 1982, sin obviar aspectos importantes como su capacidad funcional, presencia de alteraciones psicológicas o conductuales, personalidad, etc. Los talleres y actividades se realizan de manera diaria y están adaptados a las diferentes necesidades y particularidades de cada persona.

El Programa de Estimulación Cognitiva está dirigido a todas las personas usuarias que acuden al Centro de Día AFA La Rambla afectadas por algún tipo de demencia, especialmente tipo Alzheimer.

Objetivos

1. Potenciar dinámicas grupales que permitan la estimulación de las habilidades sociales, así como la creación de lazos sociales y relacionales.
2. Fomentar la autoestima y sentimientos de utilidad.

3. Favorecer la comunicación y relaciones personales.
4. Reducir la frustración e incapacidad.
5. General espacios de trabajo significativos.
6. Mantener el mayor grado de autonomía posible en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria.

Metodología

El presente Programa apuesta por una metodología centrada en la persona y en el trabajo en grupo, de manera que las personas usuarias se enriquecen del contacto con sus semejantes con situaciones, síntomas y problemas similares a los suyos. Trabajar en grupo potencia el reconocimiento del esfuerzo dado ante una tarea, la cooperación y la autoexigencia, favoreciendo, a su vez, la expresión de emociones, las cuales obtienen su feedback en el mismo grupo.

Así mismo, el conjunto de actividades que se aplican están adaptadas a las necesidades y capacidades de las personas usuarias y perfectamente organizadas; teniendo una estructura concreta, siendo motivadoras, innovadoras, cambiantes, atractivas y dinámicas. Creándose un ambiente de trabajo que favorece el rendimiento y la implicación en la tarea.

Actividades del Programa

1. Evaluación neuropsicológica y funcional: antes de que la persona usuaria se integre en el plan de actividades en el Centro, y tomando como referencia los informes de especialistas (neurólogos y psiquiatras) de cada usuario/a, se realiza una valoración de las capacidades cognitivas y funcionales, así como los posibles trastornos conductuales y psicopatológicos asociados a la demencia, a través de una entrevista con la familia, con el objetivo de adaptarnos lo máximo posible a las necesidades del usuario una vez se dé el ingreso. Para obtener esta información se lleva a cabo una entrevista semiestructurada sobre el estado cognitivo-funcional del usuario, y se aplican diferentes escalas estandarizadas que orientan los déficits.

Durante las dos primeras semanas después del ingreso en el Centro, se realiza una evaluación completa de las capacidades del enfermo. Anualmente se repite la evaluación, con el objetivo de que en todo momento reciba la estimulación adecuada, así

como la intervención en aquellos aspectos que se consideren para mantenerle con la mayor calidad de vida posible. No obstante, siempre que sea necesario, por motivos de incremento del deterioro o toma de decisiones respecto a la estimulación que se le ofrece al usuario/a, se realizará nuevamente una evaluación para poder adaptarnos en todo momento a sus necesidades.

2. Intervención cognitiva y funcional: el objetivo de los talleres es mantener las capacidades preservadas de las personas usuarias, por ello, considerando el grupo en el que se halla ubicado/a, participará de unos u otros, existiendo algunos comunes a todos los grupos y otros específicos, dependiendo del grado de deterioro.

Entre los diferentes talleres y actividades podemos diferenciar dos grupos: los destinados a estimular las capacidades cognitivas, como por ejemplo los talleres de cálculo, lenguaje, memoria, lectura, etc., y los destinados a la estimulación de capacidades de carácter funcional como pueden ser el de cocina o AVD.

Los talleres son debidamente planificados buscando siempre una alternancia en las actividades para evitar la fatiga y la monotonía en la intervención.

Durante las primeras horas de la mañana se realizan aquellos que conlleven mayor esfuerzo cognitivo y en la tarde aquellos que trabajen áreas funcionales, psicomotrices o de ocio. A su vez, la planificación y temática siempre está orientada y organizada atendiendo al momento temporal del año, festividades, celebraciones, estaciones, etc.

Entre otros, los talleres que se realizarán a lo largo de 2023 serán:

1. Estimulación cognitiva, actividades de papel y lápiz
2. Estimulación cognitiva a través de las nuevas tecnologías
3. Taller de orientación a la realidad
4. Reminiscencia
5. Taller de lectura
6. Taller de cocina
7. Cineforum
8. Psicomotricidad
9. Actividades de la vida diaria
10. Arteterapia
11. Taller de labores o costura

12. Musicoterapia
13. Relajación
14. Estimulación sensorial
15. Taller de horticultura y jardinería
16. Taller de belleza e higiene
17. Taller mural
18. Despertando emociones
19. Taller de reciclaje
20. Terapia con animales
21. Debate y conversación

3. Evaluación de la intervención cognitiva y funcional: todo el Programa de actividades de estimulación es evaluado con el objeto de poder obtener información tanto del rendimiento de las personas usuarias como del funcionamiento de las diferentes actividades. Dicha información permite mantener el control de la evolución de los enfermos, adecuando en cada momento el trabajo que con ellos se desempeña y modificando o mejorando las estrategias de intervención que se llevan a cabo. Para ello existe una evaluación diaria de cada usuario/a en cada uno de los talleres, registrando variables relacionadas con la ejecución y desempeño y su participación.

El Programa de estimulación cognitiva y funcional se desarrolla durante todo el año, con una media de 36 horas semanales.

4. Intervención Psicológica y Conductual

Los síntomas conductuales y psicológicos de la demencia son parte integral de la misma, incluyen agresividad, inquietud, deambulación errática, conductas inapropiadas, desinhibición sexual, ansiedad, alucinaciones, apatía, entre otras. Con esta sintomatología convive la familia y, desde luego, se hace presente en el día a día del Centro, por lo que su abordaje e intervención, a parte de la intervención farmacológica es fundamental.

Objetivos

- Prevenir la aparición de diferentes síntomas psicológicos o conductuales.
- Intervenir en un primer momento desde una perspectiva no farmacológica.
- Reducir la intensidad y frecuencia de aparición de la sintomatología descrita.

Actividades

1. Evaluación previa.
2. Intervención psicológica y conductual.
3. Manejo de las alteraciones psicológicas y conductuales en el Centro de Día.

Los síntomas psicológicos y conductuales más comunes durante la estancia en el Centro de Día son:

- ❖ Alucinaciones
- ❖ Delirios
- ❖ Ansiedad
- ❖ Deambulación
- ❖ Agresividad verbal
- ❖ Agresividad física

5. Intervención Psicosocial

A medida que avanza la enfermedad, las personas con demencia ven sus relaciones sociales disminuidas por las dificultades que presentan a nivel social, cognitivo y funcional, todo ello puede provocar en la persona usuaria una baja autoestima y por consiguiente una menor calidad de vida.

A través de este Programa pretendemos que sus relaciones sociales estén cubiertas para mejorar su autoestima y, por consiguiente, su calidad de vida.

Objetivos

- Promover actividades sociales y recreativas que resulten gratificantes para las personas usuarias.
- Mantener y desarrollar la ejecución de comportamientos cotidianos.
- Desarrollar la destreza manual, la imaginación y la creatividad.
- Fomentar las habilidades sociales básicas para la interacción y comunicación.
- Conocer los recursos de nuestra localidad descubriendo lugares de interés turístico y cultural.
- Estimular y atender las necesidades recreativas e intereses lúdicos individuales y colectivos.

Actividades

Salidas Socioculturales

Actividades que se desarrollan fuera del Centro, con un objetivo marcadamente psicosocial, buscando el contacto con el entorno y normalizando su integración.

Están dirigidas a personas usuarias en estadios iniciales y moderados de la enfermedad y que aún mantienen sus habilidades sociales y pautas de conducta.

Para 2023 están programadas las siguientes actividades:

- Visita "Pasos" de Semana Santa
- Parque saludable "Rafalito Gómez"
- Piscina Municipal
- Playa
- Granja Escuela "Fuente Redonda"
- Rute "Museo del Azúcar" y "Museo del Anís"
- Visita "Belenes"

Actividades Recreativas

Están dirigidas a todas las personas usuarias del Centro, teniendo en cuenta la adaptación de estas a las capacidades que presenten.

Las actividades que se realizan son muy variadas, fomentando en el grupo de mejor capacidad cognitiva las actividades recreativas con juegos tradicionales como el dominó o el bingo, mientras que los usuarios en fases más avanzadas priman las actividades de tipo físico y/o funcional.

1. Bingo
2. Bingo musical
3. Juego de los bolos
4. Juego de diana
5. Juegos con pelotas
6. Juegos con aros
7. Dominó
8. Oca

6. Atención Básica

La demencia conlleva un deterioro progresivo de las funciones físicas y cognitivas, que se traduce en un aumento de la dependencia en la realización de las ABVD. El Programa de Atención Básica se centra en cubrir todas estas necesidades para garantizar la calidad de vida de la persona usuaria. Esta es la base para el adecuado desarrollo de los programas anteriormente descritos.

Objetivos

- Prevención de cualquier riesgo e incidente.
- Ofrecer los acompañamientos adecuados a las necesidades de cada persona.
- Proporcionar una atención higiénica escrupulosa.
- Procurar la satisfacción absoluta de la persona usuaria en las necesidades básicas del día a día.

Actividades

1. Atención higiénica
2. Atención en la alimentación
3. Momentos de descanso
4. Traslados, tanto en el momento de entrada y salida, como durante la jornada.

10. ACTIVIDADES NO ORDINARIAS

Cada mes se realizará una **agenda de ocio** en la que se incluirán las actividades no ordinarias.

Las actividades no ordinarias estarán relacionadas con la celebración de fiestas locales e internacionales, días mundiales o internacionales, etc.

En la agenda de ocio también habrá un día al mes para la celebración de los cumpleaños de las personas usuarias.

La agenda de ocio estará expuesta en el tablón del Centro de Día.

11. PROGRAMACIÓN SEMANAL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9.00 A 10.00 HORAS	RECEPCIÓN	RECEPCIÓN	RECEPCIÓN	RECEPCIÓN	RECEPCIÓN
10.00 A 13 HORAS	FISIOTERAPIA PASIVA	FISIOTERAPIA PASIVA	FISIOTERAPIA PASIVA	FISIOTERAPIA PASIVA	FISIOTERAPIA PASIVA
10.00 A 13 HORAS	FISIOTERAPIA ESTIMULACIÓN COGNITVA	FISIOTERAPIA ESTIMULACIÓN COGNITVA	FISIOTERAPIA ESTIMULACIÓN COGNITVA	FISIOTERAPIA ESTIMULACIÓN COGNITVA	FISIOTERAPIA ESTIMULACIÓN COGNITVA
13.00 A 14.00 HORAS	ALMUERZO HIGIENE BUCODENTAL	ALMUERZO HIGIENE BUCODENTAL	ALMUERZO HIGIENE BUCODENTAL	ALMUERZO HIGIENE BUCODENTAL	ALMUERZO HIGIENE BUCODENTAL
14.00 A 15.30 HORAS	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO
15.30 A 18.00 HORAS	ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL MERIENDA	ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL MERIENDA	ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL MERIENDA	ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL MERIENDA	ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL MERIENDA