

ALZHEIMER

Cómo acompañar

“Integridad, compromiso y acción
orientados a tu futuro”



Aumentamos
los montos de
los subsidios



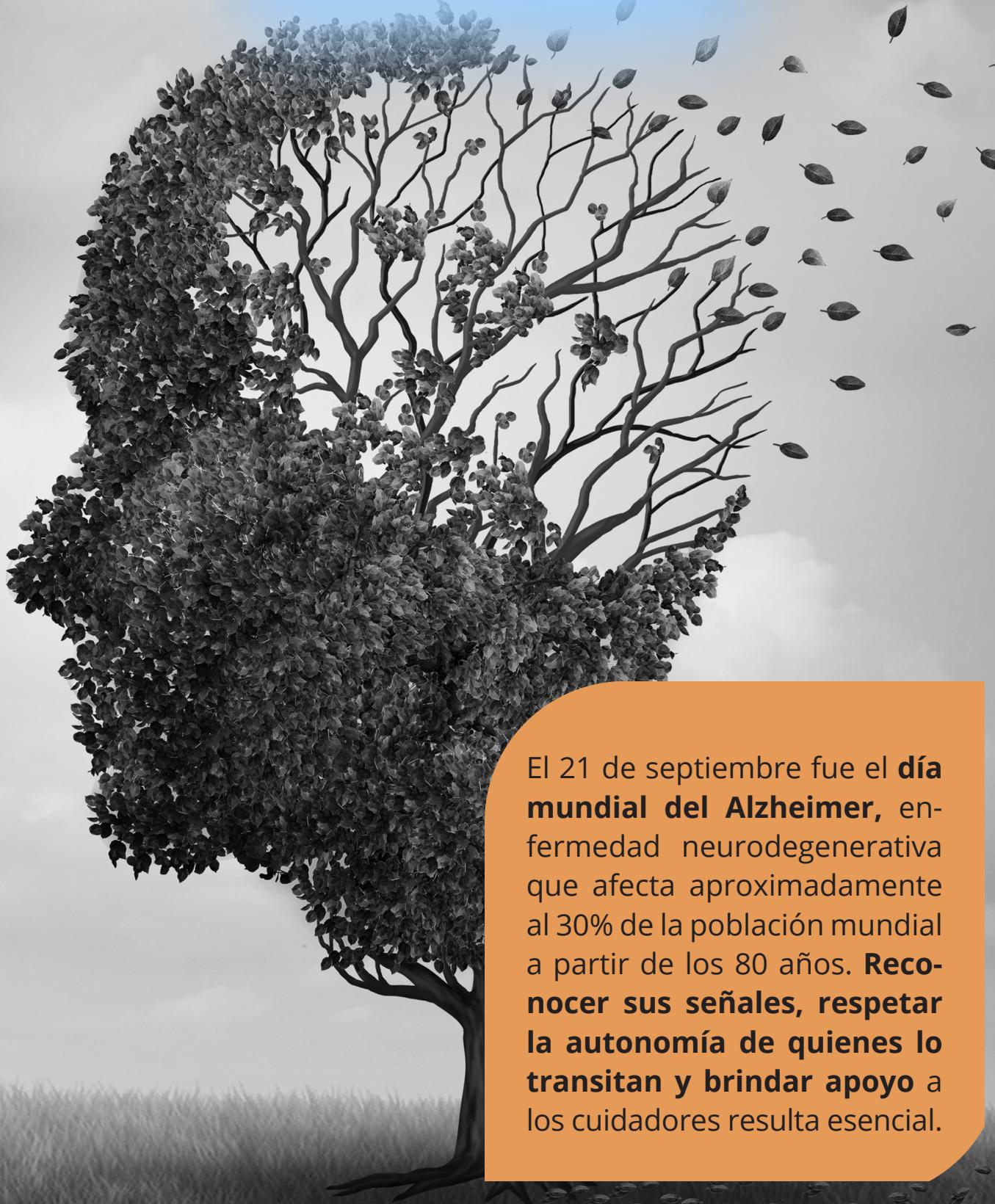
Anticipá y cancelá
tu crédito
con un clic



¿Por qué estar
al día con
tus aportes?

ALZHEIMER

Cómo acompañar



El 21 de septiembre fue el **día mundial del Alzheimer**, enfermedad neurodegenerativa que afecta aproximadamente al 30% de la población mundial a partir de los 80 años. **Reconocer sus señales, respetar la autonomía de quienes lo transitan y brindar apoyo** a los cuidadores resulta esencial.



Lic. Florencia Aguirre

Psicóloga M.P. 1018230

Hoy vemos que muchísimas personas mayores disfrutan de una vida plena, con proyectos, actividades, movimiento físico y un propósito de vida. Mantenerse activo, cuidar la salud, sostener vínculos y tener motivaciones cotidianas permite llegar a edades avanzadas de manera saludable y vital.

Sin embargo, existe una parte de la población mayor que se ve afectada por enfermedades como el Alzheimer. Esta enfermedad, que forma parte de un conjunto mucho más amplio de más de cien tipos de demencias, es progresiva, no tiene cura en la actualidad, pero **sí hay mucho por hacer** en términos de organización, acompañamiento y cuidado.

La pregunta que más recibo es: *¿cómo me doy cuenta si alguien puede estar presentando la enfermedad?* No existe un único síntoma, ni dos personas que enfermen de la misma manera. Es clave observar cambios notorios en la vida cotidiana. Una persona que siempre fue activa y de repente se vuelve apática, deja de tener ganas de salir, se muestra desinteresada o cambia drásticamente su conducta, puede estar dando señales que requieren atención.

Existen **síntomas cognitivos**, como la pérdida de memoria reciente, alteraciones en el lenguaje (no recordar nombres de objetos cotidianos como "tostadora" o "cafetera"), problemas de atención o dificultades de orientación (como salir de la casa y no poder regresar). Pero no se trata de cualquier olvido: todos tenemos "olvidos benignos" con el paso del tiempo, que son parte normal del declive de la memoria en el envejecimiento. El Alzheimer va más allá.

También aparecen los **síntomas conductuales**, como apatía, depresión, trastornos del sueño, alteraciones en la alimentación, delirios o alucinaciones. La agresividad puede darse, pero no siempre. Es errado pensar que todas las personas con Alzheimer serán agresivas. Cada caso es único.

Impacto en los familiares y el rol del cuidador

Cuando aparece la enfermedad, no solo se ve afectada la persona diagnosticada. **La familia entera comienza a transitar un camino complejo.** El Alzheimer puede durar entre 4 y 25 años, lo que significa décadas de acompañamiento que generan un enorme impacto físico, emocional y económico.

Muchas veces los cuidadores no cuentan con la capacitación adecuada y eso dificulta aún más las cosas. Necesitamos más espacios de formación para cuidadores, talleres de contención y acompañamiento comunitario, lugares donde las familias puedan compartir experiencias, estrategias y apoyo mutuo.

En mi experiencia, lo que más reclaman los familiares es orientación para el día a día. Preguntas como: *¿cómo hago si mi mamá no quiere bañarse? ¿Cómo lo convenzo de comer? ¿Cómo organizamos la*

rutina familiar ahora que necesita tanta ayuda? Esas situaciones prácticas, que ocurren todos los días, no suelen estar contempladas en las consultas médicas. Por eso decidí orientar mi trabajo hacia la capacitación y el acompañamiento humano.

Un principio básico que siempre transmito es que **cuidar bien no significa hacer todo por la persona**. Al contrario: **un buen cuidado estimula a la persona a hacer todo lo que aún puede hacer por sí misma**, y solo ayuda en lo que realmente no puede. El error más común es dejar a la persona en lugar de objeto, pasivo. Así se escucha “lo bañé, lo vestí, le di de comer”. No, no estamos frente a un niño. Estamos frente a un adulto con una enfermedad que requiere ciertos apoyos, pero que sigue teniendo derecho a decidir, a expresarse y a mantener su autonomía en lo posible.

Por ejemplo, al momento de comer, puedo preguntarme: ¿puede elegir lo que quiere comer? ¿Puede preparar la comida si la acompaña? ¿Puede usar los cubiertos? Si puede hacerlo, debo estimularlo a que lo haga. Lo mismo con vestirse, caminar o realizar actividades cotidianas. Cada etapa de la enfermedad tendrá diferentes necesidades, pero en todas es esencial preservar lo que aún puede hacer la persona.

Estrategias de apoyo y cuidado

Hay recursos prácticos que pueden ayudar en las primeras etapas: calendarios visibles con las actividades del día, relojes grandes, carteles en la heladera o en los cajones indicando qué contienen. Son apoyos de memoria que favorecen la orientación en tiempo y espacio. No son infalibles ni permanentes, pero muchas veces marcan la diferencia.

También es clave la **comunicación**:

hablar pausado, sin gritar, llamar a la persona por su nombre, anticipar con palabras lo que vamos a hacer (“ahora vamos a desayunar”, “te voy a ayudar a vestirte”). Responder cuantas veces sea necesario las mismas preguntas, aunque nos las repitan, entendiendo que no lo hacen a propósito, sino que es parte de la enfermedad.

Además, debemos diferenciar entre el **declive cognitivo normal del paso del tiempo** y el deterioro asociado a la enfermedad. A medida que envejecemos necesitamos más tiempo para procesar, recordar y organizar. Eso no significa demencia, sino un cambio natural en nuestras capacidades. Aprender a darnos tiempo es también una estrategia de cuidado.

Sé que recibir un diagnóstico de Alzheimer en la familia es un **sacudón de vida**. Lo sé porque lo viví en carne propia: mi abuela tuvo demencia vascular, también cuidé a una mamá del corazón y hoy陪伴 a mi madre que tiene Alzheimer. Cada experiencia me mostró que las decisiones no son definitivas, que las estrategias pueden cambiar y que lo más importante es no quedarse solos.

Mi mensaje es claro: **busquen apoyos, no transitén este camino en soledad**. Hay mucho por hacer más allá de lo médico. Aunque no tengamos aún la cura, existen apoyos, recursos y estrategias que hacen que la vida de la persona y su familia sea mejor. Acompañar no es anular, es fundamentalmente reconocer a la persona en su existencia. **Es respetar, estimular y sostener, tanto al paciente como al cuidador.**

Esa es mi misión como profesional y como persona: aportar para que quienes atraviesan el Alzheimer encuentren caminos de cuidado más humanos y dignos.

Aumentamos los montos de los subsidios

A close-up photograph of a man and a woman holding a newborn baby. The man, on the left, has short dark hair and is wearing a dark button-down shirt. He is looking down at the baby with a gentle expression. The woman, on the right, has long dark hair and is wearing a black ribbed top. She is also looking down at the baby. The baby is sleeping peacefully in their arms. The background is a soft, out-of-focus blue.

Sabemos que el nacimiento de un hijo/a y el matrimonio, son momentos trascendentales en la vida de las personas, por lo que en la Caja queremos estar presentes y acompañar a nuestros afiliados con medidas que signifiquen un alivio económico.

¡Te contamos más sobre estos Beneficios!

A partir de **septiembre de 2025**, se actualizaron los importes de los subsidios por **nacimiento o adopción y matrimonio**, con

el objetivo de brindar un mayor respaldo económico en momentos significativos de la vida de nuestras/os afiliadas/os.



Nacimiento o Adopción

Nuevo monto: \$140.000

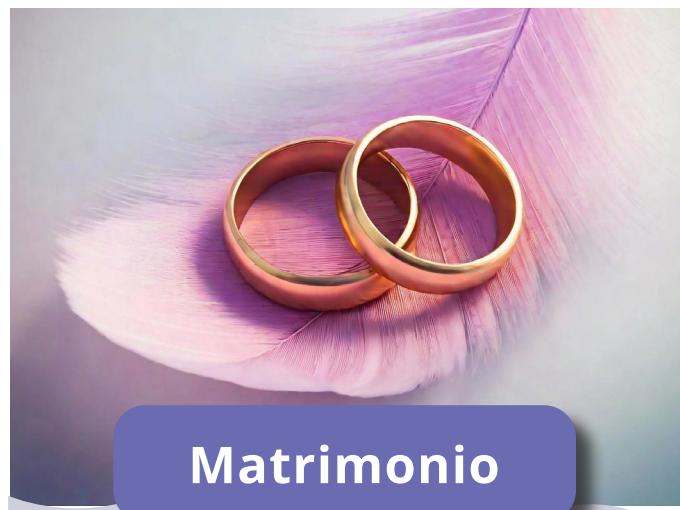
para nacimientos o adopciones a partir del 01/09/2025

Destinatarios/as: padres y madres afiliados/as a la Caja, excepto que hayan optado por el beneficio de exención por maternidad.

Plazo p/solicitarlo: hasta 180 días desde la fecha del nacimiento o de la guarda con fines de adopción.

Documentación necesaria

- Formulario de solicitud (web)
- Acta de nacimiento
- Comprobante de CBU



Matrimonio

Nuevo Monto: \$100.000

para matrimonio a partir del 01/09/2025

Destinatarios/as: afiliada/o activa/o al día con las obligaciones ante la Caja.

Plazo p/solicitarlo: dentro de los 90 días posteriores a la fecha del matrimonio.

Documentación necesaria

- Formulario de solicitud (web)
- Acta de matrimonio
- DNI de ambos contrayentes
- Comprobante de CBU

¿Cómo solicitar estos beneficios?



Ingresá al sitio de Autogestión CPS:

<https://autogestion.cpscba.org.ar>

Completá y adjuntá la documentación

Seguimos

trabajando con la convicción de que el **fortalecimiento institucional se construye acompañando activamente a quienes forman parte.**



Anticipá y cancelá tu préstamo con un clic



La nueva herramienta te permite **simular, confirmar y pagar tu cancelación o adelanto sin intermediarios, de forma rápida, digital y segura**. Una mejora más para que gestiones tus beneficios con total autonomía.



¡Novedad en Autogestión!

Ahora podés generar cancelaciones y anticipos de préstamos

Continuamos incorporando herramientas que simplifican los trámites y agilizan su gestión. A tal fin, se habilitó una nueva función dentro de la plataforma de Autogestión que permite solicitar cancelaciones totales o parciales de forma completamente digital.

¿Qué podés hacer desde Autogestión?

- Consultar el estado actual de tu préstamo.
- Simular el monto a pagar por una cancelación total o un adelanto.
- Confirmar la operación con un solo clic.
- Descargar el cedulón correspondiente para abonar.

¿Qué necesitás para acceder?

Solo tenés que ingresar a la plataforma de Autogestión con tu matrícula, DNI y pin. Una vez dentro, encontrarás la nueva opción en el menú de préstamos.

¡Procedimiento simple y seguro!

¿CÓMO SOLICITAR CANCELACIÓN DE PRÉSTAMO?

1 INGRESAR EN AUTOGESTIÓN autogestion.cpscba.org.ar



AUTOGESTIÓN

4 SIMULAR ADELANTO O CANCELACIÓN PARCIAL



Saldo/cancelaciones/anticipos

2 DIRIGIRSE A LA SECCIÓN PRÉSTAMOS



PRÉSTAMOS

5 SIMULAR CANCELACIÓN TOTAL



Simular anticipo parcial

3 OPCIÓN SALDO / CANCELACIONES / ANTICIPOS DE PRÉSTAMOS



Saldo / cancelaciones / anticipos de préstamos

6 CONFIRMAR MONTO

Cancelación de crédito
El monto para cancelar el total del crédito es de
\$5.949.579,29

CONFIRMAR **REGRESAR**

CONFIRMAR

Se generará el cedulón para que puedas abonar por cualquiera de los medios disponibles.

Recordá

En caso de dudas, también podés hacer tu consulta desde nuestro **chat inteligente en la web o WhatsApp**, disponible todos los días, las 24 horas.



¿Porqué estar al día con tus aportes?

Estar al día con tus aportes te permite mantener tu condición de **aportante regular**, clave para acceder a beneficios como **préstamos, jubilaciones, pensiones y subsidios**. Y lo mejor de todo es que ahora es mucho más sencillo lograrlo.



Tus aportes al día son la base de tu tranquilidad futura

Creemos que acompañar a nuestros afiliados no solo significa brindar servicios y beneficios, sino también ofrecer soluciones reales en los momentos en los que más se necesitan.

Queremos contarte que tenés la posibilidad de **regularizar tu deuda** en condiciones muy favorables, con **planes que se adaptan a tu situación** y con **importantes reducciones de recargos**.



La importancia de estar al día

Ponerse al día no es solo cumplir con una obligación: es también **invertir en tu tranquilidad y en tu futuro**. De acuerdo con la normativa vigente (**Artículo 32º modificado por Art. 21º de la Ley 10.050**), la condición de aportante regular es la que garantiza el acceso pleno a prestaciones esenciales como:

- **Pensión**
- **Jubilación por discapacidad**
- **Subsidios por enfermedad o accidente**

Ser aportante regular significa haber cum-

plido con el pago de aportes dentro de los 90 días de su vencimiento, en al menos **24 de los últimos 36 meses** previos a un acontecimiento cubierto. De lo contrario, se pasa a la categoría de **aportante irregular**, lo que limita el acceso a beneficios. El pago de los aportes adeudados efectuado con posterioridad no modificará la calidad de aportante irregular.

Por eso, **cada aporte cuenta**. Estar al día es cuidar tu presente y también proteger tu futuro y el de tu familia.

Una oportunidad para no dejar pasar

Sabemos que regularizar una deuda puede parecer difícil, pero hoy tenés la oportunidad de hacerlo con condiciones únicas, mediante planes flexibles que se adaptan a tus posibilidades. Es el mo-

mento ideal para dejar atrás las deudas, recuperar la tranquilidad y seguir adelante con la seguridad de estar protegido y al día con tu Caja. **¡Aprovechá esta oportunidad!**

Dos alternativas de financiación

Para que todos nuestros afiliados puedan encontrar la solución que mejor se

ajuste a sus necesidades, ofrecemos dos opciones claras y accesibles:



PLAN DE PAGO A SOLA FIRMA

Este plan está especialmente diseñado para **regularizar deudas de aportes previsionales del cedulón de pagos**. Permite financiar en **hasta 60 meses**, con una **tasa anual del 26,64%**, y lo más interesante es que **no requiere garantías adicionales**. Esto significa un trámite más ágil y sin complicaciones, pensado para simplificar tu día a día.



PRÉSTAMO FINANCIACIÓN DE DEUDAS

Este préstamo te da la posibilidad de incluir la **totalidad de tu deuda con CPCE y CPS**: aportes jubilatorios, servicios sociales y derecho por ejercicio profesional. La novación de deuda implica que, tu obligación se reorganiza bajo nuevas condiciones. Requiere la presentación de una **garantía personal** y ofrece hasta **120 cuotas** mensuales, con tasa anual del **26,64%**.



¡Ponerte al día es sencillo!

Para más información o suscribir un plan de pagos, podés comunicarte con el **Sr. Federico Pellegrini**



fpellegrini@cpscba.org.ar



4688300 opción 2

Lunes a viernes de 7:30 a 16 hs



351-6832259

Recordá que podés consultar tu cuenta corriente desde Autogestión del CPCE:

1

Ingresá en “**Ver todas las opciones**”

2

Buscá la sección “**Pagos y Deudas**”

3

Accedé a “**Cedulones de Pago**”