



ESTIMULAR LA TOMA DE DECISIONES

La capacidad de toma de decisiones de la persona

La toma de decisiones acompaña al ser humano en su vida, desde las acciones más cotidianas hasta las propuestas más elaboradas y meditadas cuando nos enfrentamos a las distintas opciones de decisión.



Deja que la persona dirija su proyecto vital. Ayúdala adaptando el apoyo que das en el día a día a su nivel de capacidad. Mantén una actitud abierta y motívala a la acción.

En el ámbito de la salud y el cuidado, en ocasiones se utiliza la capacidad de tomar decisiones como sinónimo de autonomía. Necesitar de los cuidados de otros no limita la capacidad de controlar, afrontar y tomar las decisiones personales sobre cómo se quiere vivir, los apoyos que se necesitan para las actividades de la vida diaria y los deseos para el futuro.

Favorecer la autonomía de la persona en situación de dependencia en las decisiones sobre su propia vida implica no interferir con su criterio. Puedes ayudarle con las siguientes actitudes:

- Anima a la persona a comunicar sus preferencias (auto-determinación)
- Ofrécele información adecuada
- Facíltale atención personalizada respetando sus decisiones y preferencias, sin dejar de velar por su bienestar

Recuerda que favorecer la autonomía de la persona en situación de dependencia requiere que te implique en que la persona siga participando en su auto-cuidado, en la toma de decisiones, y que le estimes para mantenerse activa y lo más independiente posible. Cuando su capacidad sea muy limitada, hazle participe de su cuidado, pidiéndole opinión sobre los cuidados, las actividades y sus preferencias.

