



RECOMENDACIONES EN LAS RESIDENCIAS DE ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES PARA MEJORAR EL BIENESTAR PSICOAFECTIVO

Las Residencias de Atención a Personas Mayores son uno de los recursos que más fuertemente están sufriendo las consecuencias del coronavirus, porque son las personas a las que atienden, personas mayores dependientes las más vulnerables.

Desde los organismos competentes se ha decretado que: “Las residencias estarán cerradas a las visitas durante el tiempo que se determine por las autoridades sanitarias. Cualquier incidencia que haya que comunicar a los familiares de los residentes se realizará telefónicamente”.

Esta medida junto con el resto de medidas que se han decretado tanto desde el Gobierno central como desde el autonómico y demás organismos competentes se deben cumplir y desde las Residencias se están cumpliendo, con gran esfuerzo y compromiso.

La imposibilidad de que los familiares realicen visitas, así como la imposibilidad de salir del centro, supone un gran impacto en el bienestar de las personas mayores, que puede ser paliada, en parte, si se adoptan una serie de acciones.

En esta situación de confinamiento queremos dar relevancia al bienestar psicoafectivo de las personas residentes, que viene determinado por una combinación de diversos factores que actúan de forma interactiva: el apoyo de los profesionales, la organización que desarrolle la figura del profesional de referencia, que facilite la vinculación, el fortalecimiento de lazos de confianza, de sentirse estimados, valorados, escuchados, en definitiva sentir que pertenecen a una red de apoyo.

Están basadas en investigaciones sobre emociones y cómo pueden afectar a la salud y al bienestar de las personas y la experiencia práctica de residencias que trabajan con el modelo “en Mi casa”, modelo de atención centrado en la persona y en la calidad de vida.



ALGUNAS RECOMENDACIONES

- ✚ Que conozcan qué está sucediendo, explicarles a su medida, para disminuir la incertidumbre, y favorecer su participación en hacer lo que se les pide, que guarden la distancia de seguridad, lavarse las manos, y demás medidas sanitarias.
- ✚ Que sepan el motivo por el que sus familiares no vienen, que es porque no se les permite, para frenar el contagio, así no se sentirán abandonados.
- ✚ Es normal que tengan en ocasiones emociones como nerviosismo, tensión o agitación, temor, miedo. Darles la posibilidad de expresarlo, escucharles, acompañarles. Estas emociones solo son un problema cuando son disfuncionales, es decir cuando les paraliza, les hace sufrir y contagian su miedo.
- ✚ Nutrirse de fuentes de información oficiales y científicas y evitar el exceso de información de fuentes poco fiables.
- ✚ Evitar difundir rumores infundados.
- ✚ Fomentar la responsabilidad y el compromiso de cada uno a través de poner en marcha las medidas de prevención del contagio.
- ✚ Actuar de forma responsable en caso de sospecha de tener la infección.
- ✚ Fomentar las rutinas, en la medida de lo posible.
- ✚ Agrupar a las personas con un profesional de atención directa, es decir un profesional de referencia, como profesional referente de un número de personas mayores, para que sea quien canalice las llamadas a la familia, para informar sobre cada persona y como figura de vinculación y



confianza, para informar sobre las medidas a tomar, para demostrar afecto y cariño, a quien recurrir cuando lo necesite.

- ✚ Hacer actividades significativas, juegos, rutinas, escuchar música, cantar, programas de radio, TV, salir al exterior si se tiene la posibilidad.
- ✚ Organizar el comedor en grupos pequeños, para respetar la distancia de seguridad.
- ✚ Asegurar que tienen información de cómo está su familia.
- ✚ Asegurar que tienen contacto frecuente con su familia por tño., Skype o whatsapp, etc.
- ✚ Asegurar que los familiares están informados.
- ✚ Enviar a los familiares cada día información de lo que han hecho y cómo se encuentran.