

El arte del cuidar

En el mundo de la discapacidad, el cuidado prestado no es nada excepcional, sino más bien, forma parte de la mayoría de las situaciones en las que, esta población, se encuentra y requiere a lo largo de su vida para realizar cualquier actividad por cotidiana que pueda ser.

Es necesario reflexionar sobre el cuidado de las personas, y más concretamente, cuando éstas padecen limitaciones que les dificulta realizar las tareas diarias, pues se corre peligro de que esta ayuda/cuidado exterior no se conforme con realizar las actividades necesarias sino que se pueda apropiarse (de forma involuntaria) de la autonomía del usuario.

Para evitar que suceda esto, hay factores fundamentales que debemos tener en cuenta a la hora de cuidar.

- . El objetivo común y deseable es respetar y potenciar la autonomía del otro.
- . Es imprescindible crear un vínculo empático entre la persona que cuida y el cuidador.
- . Velar por su circunstancia vital, o sea conocer sus factores biopsicosociales y económicos para poder comprender mejor, el porqué de sus actuaciones.
- . Analizar sus necesidades, ayudar a la persona a encontrar estrategias necesarias, tanto internas como externas, para poderse cuidar por sí solo. El autocuidado, en la medida de lo posible.
- . La capacidad de anticiparse, ayuda a cuidar, si uno se imagina que puede pasar en un futuro inmediato y que necesidades son las que se van a manifestar.
- . Evitar la frustración del cuidador, teniendo en cuenta, que existen una serie de limitaciones (infraestructurales, organizativas, humanas,...), externas a la voluntad del cuidador, que se deben llevar de la mejor forma posible, obrando de forma ética.

Como conclusión, dejamos la definición de 2 términos que, a mi modesto entender, resultan esenciales para poder ofrecer un buen cuidado.

Empatía: la capacidad de ponerse en el lugar del otro para poder comprender los sentimientos y emociones y así poderlo ayudar/cuidar. "Cuida como te gustaría ser cuidado".

Ética: es una actitud que implica valores y habilidades para ofrecer un buen cuidado sin olvidar la condición esencial del ser humano. "Siendo fiel a la ética profesional, serás un buen cuidador".

Iris Balcells

Enfermería Aspanide

ESTE TRIMESTRE HAN SIDO LOS CUMPLEAÑOS DE

Julio

Pedro F.
Alberto S.
M^a José B.
Pere S.
Benjamín G.

Agosto

José A.
Manuela B.
Julián Z.

Septiembre

M^a Carmen M.
Amanda M.
Paula M.
Manuel R.
Raúl R.
Amalia R.
M^a Carmen R.
Miguel C.
Yolanda P.



Asistimos a la charla de Nutrición ; Efectos del Soporte Nutricional





HEMOS COMENZADO UN NUEVO CUADRO, COMO NOS GUSTA !!!!!



Qué bien pasamos las tardes de verano , a la fresca con la fiesta del agua!!!



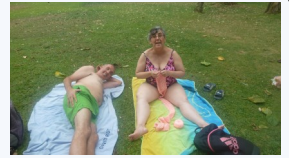
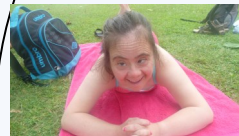
Cuidamos nuestro huerto con mucho cariño ;)



Tardes de



Qué bien lo hemos pasado en la piscina de Can Dragó!!!



HOY CENAMOS FUERA LLAR1 Y LLAR 2

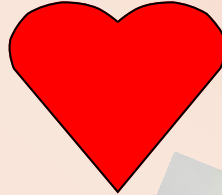


Salimos a pasear y comemos en la Fuente de la Encina

La Compañía de teatro Cocoteva junto con Alquimistas nos han hecho un gran regalo! Lo pasamos genial!! Gracias.



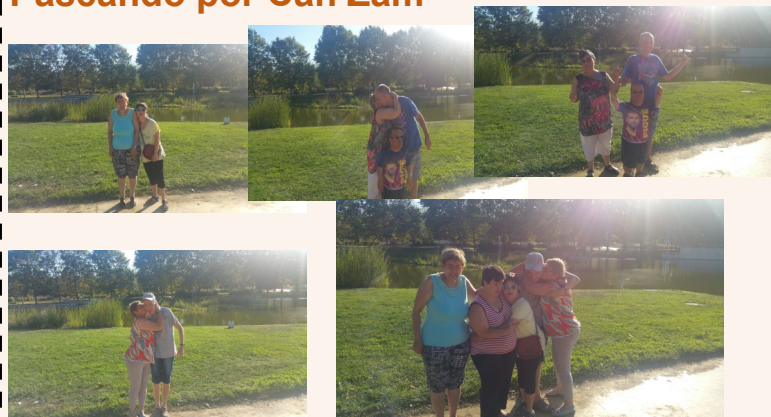
Hoy nos hemos hecho un gran regalo
Besos!!
Porque para la convivencia
es necesario el
cariño y
el respeto.



No nos cansamos de pasarlo bien , bailando en Llar2



Paseando por Can Zam



Fiestas de Santa Coloma



Participando en la ofrenda de flores de la Diada junto a nuestros compañeros

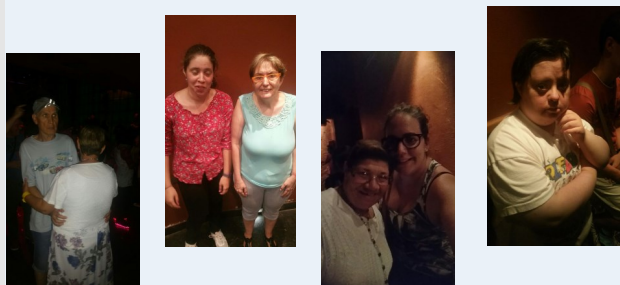
de Fundació Tallers Y Nuestra alcaldesa



En Residencia nos gusta cuidar de nuestras plantas.



Discoteca Luz de Gas



Asistimos a la 9ª jornada conmemorativa de la Guerra del Francés



DESDE EL C.D.I.AP NOS EXPLICAN....

PLAGIOCEFALIA POSICIONAL

La plagiocefalia posicional es una de las deformidades craneales en bebés, más comunes que existen. Se produce por una presión continuada. Puede tener lugar durante la vida intrauterina (se puede dar en casos de embarazos múltiples, bebés muy grandes,...). En el momento del nacimiento (por los instrumentos que el ginecólogo puede utilizar para ayudar al bebé a pasar por el canal del parto). O (la más común) en el período postnatal (por una posición mantenida).

Es una deformidad con unas consecuencias estéticas, pero que si no se corrige, puede causar otro tipo de complicaciones como la tortícolis, limitación de movimientos, entre otros.

Es importante realizar un diagnóstico a través de un examen físico y un cuestionario a la familia. Que nos ayudará a detectar la plagiocefalia, en qué momento se ha producido y si existe alguna patología asociada.

El tratamiento precoz ayudará a corregir esta deformidad. Consiste en una serie de medidas de higiene postural (los padres realizarán cambios de postura al bebé, para evitar que esté siempre en la misma posición y, la presión del cráneo se reparta). Si la plagiocefalia ya está asociada a una tortícolis, la intervención del fisioterapeuta con un programa de estiramientos y orientación a los padres, será de vital importancia.

En aquellos casos en que las medidas de higiene postural no hayan ayudado a corregir la deformidad, o ésta sea muy marcada, se recomendará el uso de un casco especializado. La utilización o no de este casco, será evaluada por un especialista. Cabe remarcar, que la corrección se puede llevar a cabo en edades tempranas, ya que a partir de los 12 meses, se ralentiza el crecimiento óseo y las estructuras no son tan moldeables.

El mensaje más importante que debe llegar a las familias, es el de la prevención. Podemos evitar la plagiocefalia posicional postnatal, tomando la precaución de ir variando la postura de nuestro bebé, no permitiendo que adopte posiciones mantenidas las 24 h del día. Es cierto que en los últimos años la recomendación médica de que los bebés duerman en la posición de boca arriba para evitar la muerte súbita (hay estudios que demuestran una relación en la disminución de los casos afectados de muerte súbita desde el inicio del uso de esta postura) puede también estar relacionado con un aumento en los casos de niños con plagiocefalia posicional. Es por esto, que la familia debe colocar al bebé a dormir boca arriba, pero durante el día en los ratos en que está despierto, variar colocándolo de lado, boca abajo,... Y seguir las recomendaciones sobre la importancia del juego en el suelo, dadas en un artículo anterior de esta revista por Laura Amador, compañera del CDIAP. De todas maneras, el pediatra nos acompañará y valorará en las revisiones la aparición de cualquier tipo de deformidad. Y éste, será quien se encargue de derivar al niño al servicio oportuno, en caso de requerirlo.

Yolanda Hurtado

Psicomotricista CDIAP