

La Residencia San Francisco ofrece un taller de formación para cuidadores

El objetivo es hacer visible la importancia del cuidador y su formación para afrontar esta tarea con éxito

REDACCIÓN Ontinyent

Con este título y por segundo año consecutivo se realizaron en la Asociación Amigos de los Ancianos-Residencia San Francisco los talleres de formación para cuidadores de personas mayores dependientes. Este curso, subvencionado por el Ayuntamiento de Ontinyent, trata de abordar de manera global las atenciones básicas que necesitan las personas mayores, así como fomentar los cuidados correctos por parte de los cuidadores, para reducir al máximo el síndrome de sobrecarga del cuidador.

El cuidado de un ser querido es una actividad que involucra al seno familiar durante todas las etapas del ciclo vital, ya que desde el nacimiento hasta la propia muerte existen momentos de falta de autonomía de las personas que hacen necesaria la dependencia de otras personas en cuanto a la cobertura de necesidades, como puede ser la etapa de niñez, la convalecencia por alguna enfermedad aguda etc. La diferencia es que los cuidados a personas dependientes de edad avanzada y durante un prolongado tiempo, pueden tener consecuencias para la salud del propio cuidador, sobre todo por su carácter permanente.

Muchos son los estudios e investigaciones que tratan de esclarecer y averiguar cuáles son las principales consecuencias. Entre las más importantes están las consecuencias para la salud, con posible agotamiento, malestar físico y psicológico, o incluso sentimiento de irritación y negatividad. Las consecuencias en las propias relaciones familiares fruto del estrés, las implicaciones emocionales, o el deterioro de las propias relaciones de pareja. Del mismo modo, se ven afectadas las relaciones sociales y el ocio, ya que prácticamente todo el tiempo del cuidador es absorbido en la actividad de proporcionar los cuidados, dejando de lado amistades y actividades de ocio.

Por último, pero no por ello menos importantes, están las consecuencias laborales y económicas, fomentadas por la renuncia a una carrera profesional y la merma de los ingresos, fruto de los costes de la atención, y de la imposibilidad de compaginar cuidados y trabajo.

Durante la realización del curso el pasado mes de enero, impartido por los propios profesionales de la resi-



dencia, se ofrecieron estrategias para reducir el estrés y la sobrecarga del cuidador, así como cuidados específicos para enfermos de Alzheimer, técnicas y estrategias para afrontar, de manera solvente, la importante labor de atender a los mayores.

Con esta actividad, la Asociación pretende colaborar junto con el Ayuntamiento, en la visibilización de la importancia del cuidador y los cuidados a las personas mayores, poniendo hincapié en la figura del cuidador, partiendo de la premisa de que para poder cuidar en condiciones óptimas, hay que tener una mínima forma-

ción y sobretodo un auto cuidado, que permita al propio cuidador afrontar la difícil tarea con éxito, y si es posible con el apoyo del resto de la familia, pues es bien sabido que la feminización de los cuidados, en la mayor de las ocasiones, sitúa a la mujer frente al reto de cuidar, de manera aislada y sin apoyos, lo que supone otro riesgo para el cuidador.

Subvencionado por:



- Ayuda a domicilio
- Rehabilitación domiciliaria
- Transporte adaptado
- Acompañamientos hospitalarios

C/ Gomis, 53, 468970 Ontinyent (Valencia)
96 238 12 85
direccion@residenciasanfrancisco.com
www.residenciasanfrancisco.com