



# II Congrés de Professionals i Entitats de Gerontologia i Geriatria de Catalunya

## Taula Temàtica 3 La continuïtat de la vida quotidiana. Els drets dels cuidadors



### T.3.2 I ara què? Des d'avui sóc cuidador! On m'adreço?

Coordina:

**Sra. Pilar Martínez** (*Responsable programa gent gran de la Diputació de Barcelona*)

Ponents:

**Sr. Manuel Mañós** (*Cuidador*)

**Sr. Joan Carles Rovira** (*Responsable de les àrees de formació i divulgació del FICE*)

**Sra. Gemma Rocés** (*Coordinadora del departament gent gran, Creu Roja local de Barcelona*)

**Sra. Maria Rosa Giner** (*Federació d'Associacions de Familiars d'Alzheimer de Catalunya*)

17 de març - 17.00h  
La Farga de L'Hospitalet

## **Sra. Maria Rosa Giner**

*Federació d'Associacions de Familiars d'Alzheimer de Catalunya*

### **Importància de tenir cura d'un mateix per poder continuar cuidant**

És vital que els curadors en tinguin cura d'ells mateixos no tan sols per poder cuidar del malalt, sinó perquè amb tots els elements que ara veurem hi ha moltes possibilitats d'emmalaltir ja que:

- Costa entendre la malaltia
- Costa acceptar el diagnòstic
- Se sent culpable
- Se sent impotent
- Se sent trist
- Sent una gran responsabilitat en la cura del malalt
- Hi ha un canvi en les relacions familiars i una reorganització dels rols
- Pateix constants situacions de tensió
- Ha d'acceptar les pèrdues i adaptar-se a les diferents fases
- Ha de buscar ajut (recursos externs i altres familiars). No troba l'ajut necessari.
- Hi ha una dedicació continuada i exclusiva al malalt.

**Tot això, com dic, provoca una gran situació d'estrès i tensió durant tots els anys de la malaltia.**

Com es pot prevenir aquesta situació i que el curador en tingui cura d'ell mateix?

- Aprenent a viure i conviure amb la malaltia, programant l'atenció i organitzant l'entorn familiar
- Recollint informació i assessorant-se sobre la malaltia d'Alzheimer
- Amb un diagnòstic correcte
- Cercant ajut en professionals i d'altres familiars afectats. També en associacions, grups de suport, etc.
- Acceptant les pròpies limitacions
- Cercant recursos externs

**I sol·licitant l'accés als diferents recursos socio-sanitaris:**

- Ajuda domiciliària
- Residències especialitzades
- Centres de Dia especialitzats en demència
- Places de residència per a estades temporals
- Teleassistència per al curador
- Serveis a domicili: catering, bugaderia, neteja, etc.
- Ajudes tècniques i protèsiques
- Adaptació de la llar
- Llits hospitalaris per a malalts de mitja i llarga estada

---

## **Sr. Joan Carles Rovira**

*Responsable de les àrees de formació i divulgació del FICE*

A mesura que augmenta l'edat, ho fa també la presència de malalties, que sovint, esdevenen cròniques i generen Limitació funcional, Discapacitat o porten a la Dependència.

La franja de persones de > 65 anys és cada vegada més gran (17.2%) i dintre d'aquest col·lectiu, prop d'una quarta part superen els 80 anys. Trobem a més una altra característica en les edats avançades, la majoria són dones i moltes viuen soles.

Si analitzem la població per grups d'edat s'observa que el creixement del grup de 65 i més anys és molt superior al de 0-64 anys en la majoria de Comunitats Autònomes. En algunes, aquest darrer grup fins i tot decreix.

Majoritàriament les persones Grans amb dependència romanen al seu domicili, però per poder portar una qualitat de vida digne requereixen tenir al seu costat un Cuidador. Aquest, és generalment un familiar, majoritàriament dona, filla, i d'edat mitjana, però les situacions poden ser molt diverses, i a mesura que s'incrementa l'edat de les persones depenents ho

fa també la dels cuidadors.

Ser cuidador vol dir assumir un nou rol, de vegades de manera sobtada, inesperada, i d'altres més previsible. Hi ha però, la necessitat d'aprendre sobre la malaltia i sobre la seva possible evol·lució i conèixer estratègies per fer front a cada situació en la previsió d'una llarga evol·lució. Caldrà maximitzar les capacitats conservades de les persones afectades. Al mateix temps el cuidador haurà de desenvolupar conductes d'adaptació i aprofitar els recursos familiars i socials dels seu entorn en benefici propi ("cuidar-se per cuidar").

La situació de Dependència requerirà la participació de Professionals en algunes fases dels procés d'atenció, així com la utilització de recursos variats (SAD, Teleassistència...), i coordinats.

La Complexitat de les atencions a donar o la incapacitat per donar-les poden fer necessària la Institucionalització. Fins i tot llavors el Cuidador principal segueix tenint un paper relevant.

---

## Sra. Gemma Rocés

*Coordinadora del departament gent gran, Creu Roja local de Barcelona*

### · **MARCSOCIODEMOGRÀFIC**

(A ESPANYA)

- **Preferències població:** el 83.6 % són dones de una edat mitjana de 52.9 anys, de les quals un 61.5 % no reben ajuda, però sí les conseqüències de la tasca de cuidar.
- **Cuidador informal:** el 83.6 % són dones de una edat mitjana de 52.9 anys, de les quals un 61.5 % no reben ajuda, però sí les conseqüències de la tasca de cuidar.

(A CATALUNYA)

- **Preferències població:** té un 17.15 % de persones grans i en 10 anys a augmentat un 28% aproximadament.
- **Cuidador informal:** és manté el perfil de Espanya, el 85.3% la família és el únic proveïdor i el 67.7 % viuen amb la persona que atenen.

· **RECOMANACIONS ACTUALS (LLIBRE BLANC DE LA DEPENDÈNCIA):** es farà esment a les recomanacions que afecten als cuidadors informals

· **POSICIONAMENT DE CREU ROJA :** es destacaran els principis que tenim dins de la institució per a protegir als cuidadors informals com a col·lectiu vulnerable

### · **LA NOSTRA MISSIÓ**

“Ofereix a les persones grans i els seus cuidadors informals el suport i els serveis necessaris per tal de millorar la seva qualitat de vida, fent possible que durant el seu procés d'envelliment gaudeixin d'un projecte de vellesa satisfactori, autònom i participatiu »

### · **QUÈ OFERIM A LA GENT GRAN I LES SEVES FAMÍLIES?**

- Serveis d'informació, orientació i assessorament
- Gestió de Serveis Propis
- Servei de Teleassistència Domiciliària
- Servei d'Ajuts Tècnics i Adaptacions a l'Entorn
- Estimulació integral domiciliària
- Serveis per a Cuidadors informals
- Gestió d'equipaments

### · **SERVEIS PER A CUIDADORS INFORMALS**

- **Grups de Suport a Cuidadors informals**
  - Objectiu
  - A qui ens dirigim?

- Metodologia
- Recursos humans
- **GAMs**
- Oferta per a cuidadors en el 2006

· **REFLEXIONS I PREGUNTA AL PÚBLIC**

---

**Sr. Manuel Mañós**

*President Emèrit d'A.F.A.B. i Patró-Fundació USZHEIMER*

**L'experiència de cuidar. Relat d'una persona cuidadora de la seva esposa afectada per la malaltia d'Alzheimer.**

MALALTIA.: Lesions Cerebrals → Síntomes: no podrà fer res correctament. Es Tràgic;

MALALT: Conseqüències → Pèrdues, Errors Conductes Inadecuades, " És la Víctima!

FAMILIAR: Atenció Integral: Suplir, Cuidar: Física i Anímicament el Dia a Dia.  
" Es l'Esperança del Malalt !

**"CONVIVÈNCIA: MALALTIA, MALALT, CUIDADOR"**

REACCIÓ: Impacte Emotiu: terrible, cruelà Degradar  
Condiciona el Futur, Canvia la Vidaà Reorganitzar el dia a dia.

I Ara Què? Com Cuidar? On i Com Fer-ho? No Sabia  
Desesperació? O Acceptació? Era Incapaç ,em Sentia Sol. Ho Podria afrontar? **HO HAURIA DE FER**

El malalt no té culpa. "la té la malaltia" "les lesions cerebrals alteren totes les funcions del cervell"

CUIDAR: com t'agradaria ser atés si estiguessis malalt.

PRECISES SABER: Perquè la Malaltia Provoca les Pèrdues al Malalt= Com Organitzar les DUES VIDES  
I cuidar al malalt i donar-li una bona qualitat de vida

VALORAR: el que pots fer encara pel malalt i cercar tractaments farmacològics i no farmacològics.

El cuidador precisa tenir coneixements i especialment informació.

Cuidar la Inconsciència, la Invalidesa, La Pèrdua de la Personalitat en el Tracte i Prevenció de Complicacions

La Convivència: depen de la relació anterior, DONAR: qualitat en la cura, comprensió, afectivitat i habilitat per reconduir situacions crítiques.

ON M'ADREÇO? Si Tens un Malalt és Insuficient, si el Vols Cuidar Bé.

L'Informació és pot buscar en Serveis Socials i sanitaris.

Associacions de Familiars i Fundacions i CONÈIXER les Ajudes Existents. Els Llibres per Cuidadors. són una bona orientació.. Inicialment resulten durs però són una gran ajuda

**Al 1987 Es Coneixia Mol Poc. Ara es Coneix Molt Més**

Prometeren Més Ajudes Socials i a la Dependència

Serà Cert? És Podrà Arribar a Curar la Malaltia en un Futur?

---