

Experiencia de Cáritas Cubana en la formación de Cuidadores



Programa Tercera Edad
Cáritas Cubana
Nov. 2013



El **envejecimiento progresivo de la población** trae serias implicaciones en los sistemas de salud, educación, seguridad social, entre otros.

El aumento en la expectativa de vida, que sin dudas es un gran logro, se convierte ahora en un **gran reto**, al ser mucho más frecuente encontrar personas adultas mayores con múltiples enfermedades crónicas o discapacidades que requieren de cuidados.

Viejos viejos = *Demanda de cuidados*



Familia

La capacitación de los encargados del cuidado de los ancianos

“La escasez de personal capacitado en materia de prestación de cuidados que haga frente a las necesidades sociales, económicas y de salud de una población senescente tal vez siga siendo el obstáculo más grave que encaran muchos países”.

*Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento
Madrid, 2002*

“Los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son a la vez, gozos y esperanzas, tristezas y angustias de los cristianos.

Nada hay verdaderamente humano que no encuentre eco en su (nuestro) corazón”

Constitución “Gaudium et Spes” del Concilio Vaticano II

Cuidador

“Persona que asiste o cuida a otra afectada de cualquier tipo de discapacidad, minusvalía o incapacidad que le dificulta o impide el desarrollo normal de sus actividades vitales o de sus relaciones sociales”

Flórez Lozano et al, 1997

Por *cuidado* y apoyo se entiende un conjunto de actividades orientadas a proporcionar bienestar físico, psíquico y emocional a las personas.

Del Valle, 2003

Cuidador crucial

Persona que de forma cotidiana se hace cargo de las necesidades básicas y psicosociales del enfermo o lo supervisa en su domicilio en su vida diaria

Nos preguntamos

¿Estarán capacitados y adiestrados en el manejo adecuado de las personas adultas mayores sus cuidadores?

¿Contarán con los recursos necesarios para enfrentar los cuidados?

¿Cuál es nuestra realidad?

Nuestra visión de la realidad

En todas las Diócesis del país se habían detectado una *gran cantidad de adultos mayores que dejaban de asistir a los grupos, se encontraban solos y en muchos casos con enfermedades o situaciones que los mantenían encamados, sin ayuda* o eran cuidados por familiares u otras personas que no dominaban las técnicas elementales para asumir este rol.

Nuestra visión de la realidad

La capacitación específica que recibían estos familiares, sobre el tema cuidados, cuando existía, estaba limitada la mayor parte de las veces a un conocimiento empírico, adquirido de otras personas con escasa formación y mayor antigüedad en la tarea, por otra parte encontramos que esta situación agobiaba a las familias.

Programa Tercera Edad

Necesidad urgente



*Formación con relación al tema
CUIDADOS*

Nuestra propuesta

Cáritas Cubana, y en particular el Programa de la Tercera Edad, con el apoyo y asesoría de Cáritas Alemana, se propuso formar personas como cuidadoras y dotarlas de conocimientos necesarios para asumir con calidad este rol .

Para ello implementó un Curso teórico-práctico cuyos beneficiarios directos serían los familiares de los adultos mayores, voluntarios de las comunidades que brindaban este servicio y otras personas que lo necesitaban.

Este trabajo formaba parte de la Capacitación del Programa de nuestra Institución en la línea gerontológica diferenciada y se hizo, en un primer momento, de forma piloto en la Arquidiócesis de La Habana por ser la ciudad con mayor número de personas mayores solas, identificadas por el momento.

En una segunda etapa se realizó en la Arquidiócesis de Camagüey, posteriormente en Holguín.

Objetivo general del Curso

Asesorar a familias con adultos mayores en estado de dependencia física y psicológica y capacitar a personas dispuestas a apoyar cuidadores cruciales que ya existían y/o formar nuevos cuidadores.

Los profesores...

Equipo multidisciplinario integrado por médicos de diferentes especialidades, psicólogos, enfermeros y comunicadores, entre otros.

Los facilitadores...

- PRAM
- Cáritas Nacional
- Cáritas Diocesana
- Equipo Diocesano del Programa Tercera Edad
- Otros

Los alumnos...

Seleccionados mediante convocatoria abierta, se les aplicó una encuesta y una entrevista inicial para conocer las motivaciones personales para participar en el curso.

Estructura del Curso

Unidad I: Gerontología general

Unidad II: Enfrentamiento de los problemas de salud más frecuentes en Geriatría

Unidad III: Gerocultura

Evaluación parcial al concluir cada módulo

Evaluación final

Estructura del Curso

Duración del Curso: 40 horas

Una sesión semanal de 3 horas

Actividades teórico - prácticas

UNIDAD I: GERONTOLOGÍA GENERAL.

OBJETIVOS:

Manejo del término Envejecimiento Poblacional, su impacto y repercusión en nuestro país.

Ofrecer los conceptos necesarios para una mejor comprensión del Envejecimiento individual y poblacional.

Brindar conocimientos y destrezas propias de la Intervención Social en Gerontología.

Conceptuar la Relación de Ayuda y adquirir las habilidades y destrezas requeridas.

UNIDAD II: ENFRENTAMIENTO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN GERIATRÍA.

OBJETIVOS:

Conocer los problemas fundamentales en la salud del anciano.

Ofrecer los medios de manejo del adulto Mayor en condiciones de enfermedad.

UNIDAD III: GEROCULTURA.

OBJETIVOS:

Brindar los conocimientos necesarios para una nutrición, higiene y movilización adecuada en el anciano de acuerdo a sus particularidades.

Conocer las medidas de protección para los Adultos Mayores.

Brindar habilidades y destrezas que permitan ofrecer a los Adultos Mayores una terapia ocupacional y una rehabilitación integral.

Conocer como se reducen algunas actividades básicas de la vida diaria.

Ofrecer conocimientos de las medidas necesarias para el cuidado de la salud del Cuidador.

UNIDAD I: GERONTOLOGÍA GENERAL

1.	Situación del envejecimiento a nivel mundial. Condiciones actuales causas que lo han provocado. Perspectivas y retos.
2.	Envejecimiento Poblacional en Cuba: Causas. Situación actual. Retos y perspectivas.
3.	Aspectos Generales en Geronto - Geriatría. Conceptos de Geriatría, Gerontología y Gerontología Social. Envejecimiento exitoso y activo. Autonomía y Calidad de Vida. Concepto de Salud en el Adulto Mayor.
4.	La Intervención Social en el adulto Mayor: Características del Apoyo Social en la vejez. Apoyo Social formal e informal. Definición del Cuidador y Círculo de Cuidadores. Papel del Cuidador en el trabajo interdisciplinario como parte del Equipo de Atención Gerontológica. Modalidades y técnicas de Intervención Gerontológica (individual, grupal y comunitaria). Otras modalidades y áreas de Intervención Social. Sistema de Apoyo Integral para un envejecimiento activo.
5.	La Relación de Ayuda con el Adulto Mayor: Concepto de Relación de Ayuda. Diferentes estilos. Actitudes del ayudante. Habilidades, recursos y destrezas para la Relación de Ayuda.
6.	Aspectos relevantes en la esfera afectiva del Adulto Mayor.
7.	Cambios de roles en la familia y en la comunidad del adulto Mayor.
8.	Relaciones intergeneracionales.
9.	Empleo de recursos disponibles en la comunidad

UNIDAD II: ENFRENTAMIENTO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN GERIATRÍA.

Envejecimiento y cambios relacionados con la edad en el plano individual, familiar y social: ganancias, pérdidas y estabilidad en funciones físicas, psicológicas y sociales.

Caídas: causas más frecuentes. Prevención.

Incontinencia esfinteriana (urinaria y fecal): causas, consecuencias y manejo de sonda vesical.

Úlceras de presión: concepto. Causas. Prevención, manejo y curación de úlceras.

Constipación en el anciano: sus causas y consecuencias. Manejo dietético y control de medicamentos.

Alteración de la temperatura corporal: fiebre e hipotermia. Causas. Consecuencias. Prevención y manejo.

Síndrome de Inmovilización. Causas. Complicaciones. Cuidados generales y particulares de acuerdo a la causa que lo produce.

Fractura de cadera: reconocimiento del anciano. Sus consecuencias. Medidas recomendadas y manipulación.

HTA: prevención y control. Empleo de medicamentos. Reconocimientos de signos de alarma.

DM: tipos. Síntomas y signos. Hipoglicemia e hiperglicemia. Prevención. Manejo de métodos de monitoreo. Prevención de complicaciones. Pie diabético.

Infecciones Respiratorias Agudas: causas. Síntomas predominantes. Manejo y signos de alarma.

Diarreas en el anciano: causas, manejo adecuado dietético y prevención de deshidratación.

Anciano en estado terminal. Su cuidador.

Depresión en el anciano: reconocimiento, prevención y manejo.

Confusión Aguda: causas y manejo del anciano confuso. Empleo de medidas generales para evitar la medicación excesiva.

Anciano con deterioro cognoscitivo.

UNIDAD III: GEROCULTURA

Comunicación: Forma de comunicación con el Adulto Mayor

Maltrato: Definición. Sus manifestaciones. Niveles de violencia. Tipos de maltrato. Razones que conducen al maltrato.

Higiene: Cuidados de la piel. Baño. Cuidado de los pies. Cuidado del cabello. Vestirse. Aseo bucal.

Nutrición: Evaluación del estado nutricional. Generalidades sobre la nutrición. Recomendaciones dietéticas para la alimentación del Adulto Mayor. Elaboración y preparación del menú.

Movilización y transferencia: Evaluación de la movilidad. Funcionamiento con limitaciones de la movilidad. Grados de ayuda necesitada para moverse y empleo de diversos implementos auxiliares. Métodos de transferencia.

Protección del anciano: Prevención de caídas, quemaduras, accidentes peatonales, prevención de úlceras por presión.

Monitoreo de signos vitales: Toma adecuada de signos vitales.

Medicación: Formas de administración de medicamentos. Peligros y riesgos.

Terapia ocupacional y rehabilitación integral: Concepto de rehabilitación y medidas para su logro en la esfera física, psicológica y social. Terapia ocupacional en Geriátrica en patologías específicas. El ejercicio físico en la persona mayor

Elementos de Enfermería de Urgencia y conducta a seguir: Administración de medicamentos y sus pautas generales. Vías mediatas e inmediatas de medicación. Primeros auxilios: deshidratación, paro respiratorio, asfixia, convulsiones, traumatismo, intoxicaciones, heridas y hemorragias.

Experiencia	La Habana	Camagüey	Holguín
Lugar de las Actividades	Casa Laical Julio Morales	La Merced Aula Carlos J. Finlay Hogar Padre Olallo	Cáritas Diocesana
Total de Matriculados	51	28	30
Asistieron regularmente	42	28	24
Fecha	12 Abril al 27 Sept. 2006	11 Febrero al 13 Mayo 2010	5 Octubre 2011 al 18 Enero 2012
	Abril-Junio Teoría Julio y Sept. Prácticas		

Momentos del Curso...





De forma ocasional participaron otros invitados de la Salud y oyentes interesados en temas específicos, procedentes de los grupos de visitantes de enfermos.

Los temas teóricos fueron impartidos por especialistas de experiencia, existieron iniciativas propias de cada profesor, empleando diferentes medios de enseñanzas, además se realizaron demostraciones prácticas en algunos temas.

Se utilizaron las propuestas de contenidos del programa docente, aunque se realizaron aportes y adecuaciones.

La Habana

- Algunos cursistas se convirtieron en docentes, colaborando de este modo con las clases prácticas.
- Necesidad de reencontrarse para compartir experiencias y conocimientos adquiridos en el curso, de esta forma se comienza a gestar una red de apoyo a los cuidadores

Camagüey

- Utilizaron como complemento un material audiovisual realizado por el Servicio Provincial de Geriatria de esa localidad, sobre el tema de los cuidados.
- Clase demostrativa de cómo trabajar con técnicas de fisioterapia y de terapia ocupacional, con ancianos institucionalizados.
- Escenario para las prácticas: Hogar de Ancianos “Padre Olallo”.

Holguín

- Participó un socorrista de la Cruz Roja Cubana, quien impartió el tema “Primeros Auxilios”, y facilitó medios de enseñanzas.
- Apoyo de profesionales del Servicio Provincial de Geriátrica de ese territorio (Docentes)
- Surgió la idea de formar una red de cuidadores en la diócesis y de promotores de esta iniciativa, de manera que los cuidadores capacitados sean capaces de transmitir sus experiencias en sus barrios y comunidades

ENCUENTRO CON PARTICIPANTES DEL CURSO DE CUIDADORES

Influencias que tuvo el curso en
los participantes y la comunidad

Resultados a largo plazo

Habilidades y competencias adquiridas

Adquisición de habilidades técnicas concretas en el manejo de los adultos mayores con necesidades de cuidado, en situaciones específicas.

Aplicación de lo aprendido

En el seno de la familia y la comunidad

Valorar la acción social de la Iglesia

Pautas para que surgiera un espacio dentro de una publicación de la Iglesia relacionado con los mayores con enfoque promocional

Resultados

El curso favoreció en los capacitados una nueva perspectiva integral de la ancianidad

Mayor seguridad y confianza al enfrentarse con los problemas de discapacidad en los mayores

Red de apoyo

FACILITADORES Y PROMOTORES

Sensibilización

TESTIMONIOS PERSONALES

- “El curso nos sirvió de mucho, antes del curso, no sabíamos como actuar, estábamos perdidos, aprendimos a exteriorizar el cariño, hacerle mas grata las difíciles situaciones que enfrentan los mayores, nos enseñó en cada momento como atraer a los demás. Nos enseñó a mantener al enfermo, a transmitirle la Fe, la confianza, la seguridad y la distracción”
- “El curso nos ayudó a darnos cuenta que es la vejez, sus situaciones de discapacidad y a darles respuesta”
- “Recibimos elementos prácticos, aunque fueron pocos, nos ayudó a dar respuestas con seguridad”
- “Nos ayudó a multiplicar, a darle a nuestra comunidad consistencia”
- “Me ayudó a atreverme a escribir sobre el tema de los adultos mayores, y el fundamento salió de este curso”
- “El curso ayudó a eliminar represiones afectivas en temas como el enfermo terminal”

Conclusiones...

En sentido general consideramos que el curso cumplió sus objetivos, con relación al propósito de ofrecer una capacitación, con el enfoque de trabajo gerontológico, dirigida a los cuidadores, aunque pensamos que la demanda de cuidados y de formación de los cuidadores es amplia y constante.

Soñamos...

Repetir la experiencia con nuevos destinatarios, y en nuevos escenarios, adecuando los contenidos y ampliando la matrícula en un próximas ediciones.

“La obligación de empeñarse por el desarrollo de los pueblos no es un deber individual, ni mucho menos individualista, como si se pudiese conseguir con los esfuerzos aislados de cada uno. Es un imperativo para todos y cada uno de los hombres y mujeres, para las sociedades y las naciones”

Juan Pablo II