

CASA DE DIA HOGAR CANARIO VENEZOLANO

El envejecimiento de la población y el crecimiento del número de personas mayores tienen y tendrán aún más en el futuro un importante efecto sobre nuestras sociedades, en todos los órdenes, económico, social, familiar y político. Este fenómeno demográfico es hoy una evidencia a nivel mundial y tiene también su reflejo en la comunidad venezolana,

En ese contexto, la situación de las personas de edad y la garantía de unas condiciones de vida dignas para este importante colectivo se configura como una de las necesidades de primer orden para el Hogar Canario Venezolano. Esta garantía de vida digna supone, por tanto, un importante reto que nuestras sociedades tienen necesariamente que afrontar y que, sin duda, tendrá también gran influencia en su propia conformación, ya que de cómo seamos capaces de afrontar este reto dependerán cuestiones tan esenciales como los niveles de cohesión social, la capacidad de generación de crecimiento y desarrollo o la solidaridad intergeneracional.

Es importante tener en cuenta que actualmente la ciudadanía está en proceso de cambio y transformación: cambios sociodemográficos, epidemiológicos, económicos y de valores. Estos cambios afectan también a los centros y servicios que atienden a las personas mayores, porque generan nuevas necesidades y demandas de atención: mayores con pluripatologías de carácter crónico, personas en situación de dependencia, personas afectadas por procesos de demencia y otros problemas de salud mental, etc. Desde esta perspectiva y con el objetivo de mejorar la protección de los Adultos Mayores en nuestro club, nuestro Presidente Ricardo Márquez y Nuestra Junta Directiva acordó la puesta en marcha del Programa CASA DE DIA NUESTRA SEÑORA

Hemos evaluado para poder brindar a nuestros Adultos Mayores los siguientes aspectos: definiendo los objetivos, los servicios, el diseño arquitectónico, los recursos humanos, su capacitación o la distribución de responsabilidades, la organización del Centro y la metodología de trabajo, los programas de intervención y otros aspectos relacionados con la evaluación, el seguimiento, la calidad y la satisfacción de los usuarios.

El Centro de Día para mayores dependientes es un recurso social intermedio que se define como centro socioterapéutico y de apoyo a la familia que durante el día presta atención a las necesidades básicas, terapéuticas y sociales de la persona mayor dependiente promoviendo su autonomía y una permanencia adecuada en su entorno habitual.

Nuestro Centro de Día ofrece una atención integral durante el período diurno a las personas en situación de dependencia, con el objetivo de mejorar o mantener el mejor nivel posible de autonomía personal y apoyar a las familias o cuidadores.

En las Estancias en Casa de Día, ofrecemos la oportunidad, a las personas mayores en situación de fragilidad, de acudir durante los días miércoles, alojamientos o Residencias y de beneficiarse de los servicios ofrecidos por el centro (cafetería, peluquería, gimnasio, baño, actividades ocupacionales, socioculturales, etc.). Tienen el triple objetivo de optimizar recursos ya existentes, de atender a la persona mayor y ofrecer descanso a la familia cuidadora.

El Centro de Día ha de prepararse para ofrecer una atención integral adaptada y acorde a las características individuales y limitaciones de todo orden que presentan, siempre desde un objetivo rehabilitador. También la familia es beneficiaria de los servicios ofrecidos desde el centro, ya que puede encontrar en él la tranquilidad de saber que su familiar va a recibir los cuidados y atenciones que precisa.

Los servicios del Centro de Día cumplen con sus necesidades personales básicas, terapéuticas y sociales. Se consideran servicios básicos los siguientes: Transporte, Manutención, Asistencia en las actividades básicas de la vida diaria (AVD) Se consideran servicios terapéuticos los siguientes: Atención social, Atención psicológica, Terapia ocupacional Cuidados de salud cubrimos servicios complementarios como Peluquería, Cafetería, Servicio Médico,

Los objetivos príncipes de Nuestra Casa de Día son:

a) Objetivos dirigidos a la persona mayor dependiente: Recuperar y/o mantener el mayor grado de independencia posible. Retrasar o prevenir el incremento de la dependencia a través de la potenciación y rehabilitación de sus capacidades cognitivas, funcionales y sociales. Desarrollar la autoestima y favorecer un estado psicoafectivo adecuado. Evitar o retrasar institucionalizaciones definitivas no deseadas o desaconsejables.

b) Objetivos dirigidos a la familia cuidadora: Proporcionar tiempo libre y descanso. Proporcionar orientación y asesoramiento. Dotar de conocimientos, habilidades y desarrollar actitudes que contribuyan a mejorar la calidad de los cuidados dispensados a la persona mayor. Desarrollar habilidades que permitan reducir el estrés así como mejorar el estado psicofísico de los cuidadores. Prevenir los conflictos familiares relacionados con el rol de cuidadores. Reducir el riesgo de claudicación en los cuidados. Favorecer la colaboración de la familia con el centro.

c) Objetivos dirigidos a los cuidadores profesionales: Proporcionar, desde la formación continua, conocimientos, habilidades y actitudes que aseguren la dispensación de una atención integral cualificada. Reducir el estrés desarrollando estrategias para su prevención y dotándoles de habilidades para su manejo. Favorecer un clima social propicio para las interacciones positivas.

La casa de día está compuesta por:

1 Directiva de la Junta Directiva

Comité de Damas del HCV

1 Coordinadora de Casa de Día

1 Doctora

1 Terapista Ocupacional

4 Enfermeras ayudantes

Participantes:

20 Adultos Mayores

Ubicación Física:

Hogar Canario Venezolano, Edificio Hermanos Pedro, Caracas Venezuela

Día de trabajo:

Miércoles

Transporte:

Buscar y llevar a casa a los Adultos Mayores en un transporte seguro y protegidos a su destino.

Limpieza y Orden:

Contamos con unas áreas iluminación de manera natural y artificial. Con mucha ventilación y ambiente fresco y natural, Áreas impecables, espacios de juegos, reposo y descanso.

Beneficios Alimentaria: (bajos en Sal y Azúcar, balanceados)

Desayuno

Almuerzo

Merienda

Actividades Médicas:

Chequeo de Tensión Alta

Evaluación Médica preventiva

Elaboración de Exámenes De Laboratorio

Entrega de Medicinas y Vitaminas

Actividad Terapéutica:

Terapias funcionales,

Terapias cognitivas

Terapias psicoafectivas

Terapias relacionales

El objetivo de cubrir estas terapias son:

- Lograr un buen control e higiene postural
- Aumentar o mantener la amplitud articular y la fuerza muscular
- Evitar el dolor y prevenir deformidades
- Desarrollar la coordinación, destreza manual y visomotora
- Entrenar y mejorar la deambulación y los desplazamientos
- Mejorar o conservar el equilibrio estático y dinámico
- Mejorar o conservar la resistencia al esfuerzo Para ello, se utilizan técnicas específicas de rehabilitación funcional indicadas según la patología. Entre ellas podemos citar: - Tratamiento postural (en todas sus áreas: sedestación, bipedestación...) - Aprendizaje de patrones correctos de movimientos - Técnicas de facilitación neuromuscular propioceptiva - Técnicas de economía articular - Entrenamiento de la marcha, desplazamiento en terrenos irregulares - Entrenamientos en la realización de transferencias - Técnicas de control respiratorio y ahorro energético - Mecanoterapia

Actividad Deportiva:

Es el conjunto de actividades físicas controladas de carácter preventivo y habilitador, realizadas de forma grupal o individual, que incluyen una serie ejercicios físicos adaptados a las características psicofísicas. Buscan los siguientes objetivos: - Mejorar la movilidad corporal general - Mejorar la capacidad cardio-respiratoria - Establecer un ritmo adecuado vigilia-sueño.

Brindamos Clases de Yoga para Adultos Mayores.

Actividad Motivacional:

- Musicoterapia
- Ergoterapia y ludoterapia

- Ludoterapia
- Grupos de conversación

Actividades Recreativas y de Esparcimiento:

- Paseos a la Playa
- Invitados especiales Grupos de Música
- Celebración y Actos Festivos especiales para ello.
- Almuerzos y eventos.

La tercera edad es una etapa en la que se enfrentan cambios a nivel físico, social y emocional. Cambios en los roles familiares y sociales, aumento del tiempo libre y disminución de algunas capacidades físicas.

Pero es importante derribar el mito de que el envejecimiento no puede ser positivo y saludable. Ya que se ha demostrado que las actividades recreativas en la vejez brindan grandes beneficios, desde una disminución de los niveles de dolencia y medicación hasta un fortalecimiento de los vínculos sociales y de la autoestima.

Estas actividades generan un entorno estimulante para el adulto mayor para adoptar experiencias de aprendizaje y estilos de vida saludable.

Las actividades recreativas y sociales ayudan al adulto a potenciar su creatividad, sentirse útiles, elevar su autoestima, disfrutar de nuevos intereses, fomentar las relaciones interpersonales, fomentar el bienestar y la satisfacción así como mantener las habilidades cognitivas y psicomotrices.

La recreación a su vez es la manera de escapar de las presiones que generan desánimo y de la monotonía. Las actividades recreativas ayudan al adulto mayor a activar su cuerpo, buscar el equilibrio y el placer de forma tanto individual como interactuando con otras personas.

Las experiencias lúdicas, artísticas y culturales al jugar, bailar, pasear o en reuniones sociales, escuchar música o realizar actividades físicas, permiten al individuo salir de la rutina , cargarse de energía y tener una motivación que lo ayude a envejecer de forma positiva .

A su vez los ejercicios de agilidad mental los clubes de lectura o bingo ayudan a mantener la buena memoria además de cambiar la rutina y tener un momento de ocio divertido.

Las personas mayores necesitan dedicarle tiempo a las actividades recreativas, teniendo en cuenta sus gustos así como sus condiciones físicas para optar entre distintas actividades y hobbies.

Las familias deben fomentar este tipo de actividades, que pueden no solo ayudar al adulto mayor a llevar con ánimo su envejecimiento, sino que además pueden ser actividades que los integren a la familia.

Evitando así que se sienten aislados, deprimidos y solos, y puedan aprender, divertirse y relacionarse.

Lejos de ser una edad para el reposo y la quietud, la tercera edad puede ser una etapa positiva, divertida y de bienestar.

La clave es que el adulto mayor realice actividades que le gusten y le motiven y le permitan mejorar su bienestar emocional, físico y mental.

Con la edad, muchas veces el aburrimiento y la falta de ocupación, generan estrés en las personas adultas, pero las actividades recreativas son una forma de evitar estas emociones, permitiéndole a la persona a alcanzar el bienestar, mejorar el ánimo y tener un buen desarrollo y crecimiento personal.

Actividades lúdicas, ejercicios de agilidad mental, actividades físicas, hay muchas opciones de actividades recreativas que pueden brindar satisfacción y grandes beneficios para la salud del individuo.