

RECOMENDACIONES DIRIGIDAS PARA LOS TERAPEUTAS OCUPACIONALES QUE TRABAJAN EN RESIDENCIAS DE PERSONAS MAYORES

Somos conscientes que durante estas semanas, la situación en las residencias es muy complicada y compleja. No obstante, desde el Grup d'Especialització per a la Gent Gran del Col·legi de Terapeutes Ocupacionals de Catalunya (COTOC), os queremos recomendar una serie de actuaciones y posibles actividades a hacer para dar continuidad a la atención de la persona mayor dentro de su totalidad y mantener su salud emocional, física y cognitiva, a pesar de la situación de excepcionalidad.

En cualquiera de las actividades propuestas se debe de seguir el protocolo oficial de actuación delante del Covid19 para evitar los riesgos de contagio.

En las siguientes recomendaciones contamos que siempre se debe de respetar la distancia de seguridad. Las actividades principalmente deben ser individuales, pero si es posible hacer grupos, estos deben ser reducidos.

Todos los materiales que se utilicen deben ser limpiados y desinfectados antes y después de su uso.

Autoras: Grup d'Especialització de Gent Gran del COTOC 2019-2020



Cómo acompañar a la **PERSONA?**

- Escuchar, atender i entender como esta viviendo el residente esta situación. Acompañarlo en este proceso y darle soporte, conjuntamente con el resto del equipo interdisciplinar. Dar informaciones de canales oficiales y contrastados. Transmitir tranquilidad, seguridad y serenidad. Evitar la sobreinformación.
- Hacer educación sanitaria a los residentes para prevenir posibles contagios. Adaptar las actividades de la vida diaria a las condiciones actuales intentando respetar sus hábitos.
- Continuar velando por los gustos, preferencias y actividades significativas de la persona, a pesar de que se pueden ver afectados por la situación de excepcionalidad. Aún así, valorar la adaptación de estas.
- Mantener los hábitos saludables: procurar hacer actividad física de manera individual o en pequeños grupos si es posible, andar por su habitación y, si no hay riesgo, por pasillos o espacios comunes, poner atención en la continuidad de los cambios posturales, hacer actividades de estimulación cognitiva, cantar y bailar, escuchar música, tomar el sol desde las ventanas, los balcones y/o terraza, etc.



Qué hacemos con la **OCUPACIÓN?**

- Adaptar las actividades de la vida diaria a las capacidades del residente y también a la situación actual.
- Proponer al residente que continúe realizando las tareas que tenía empezadas previamente al confinamiento y estimular que el residente continúe participando en las ocupaciones de su interés.
- Facilitar material y actividades significativas para los residentes que estén aislados: preparar material para hacer actividades y desinfectar todo el material antes y después de su uso. *Ejemplos:* lecto-escritura, crucigramas, pintura, ganchillo, lectura de libros y/o revistas, actividades sensoriales, escuchar música, conversar, etc.
- Promover juegos de mesa preferentemente en parejas (cartas, dominó, parchís, ajedrez, etc.), siempre que sea posible.
- Proponer que el residente escriba su historia de vida y facilitarle ayuda si necesita.
- En los espacios comunes en pequeños grupos ofrecer material de lectura, poner películas o la programación de la televisión de su interés, poner música, etc.
- Cuidar de aquellas plantas de interior o exterior que estén al alcance.
- Facilitar la comunicación con los familiares y amigos/as mediante videollamadas u otros sistemas de comunicación.
- Respetar y continuar velando para que puedan practicar su religión mediante la televisión, vídeos de internet o lecturas.
- Preguntar aquellos residentes que salían a comprar si necesitan algún producto y proporcionárselo si le hace falta.



Cómo adaptamos el **ENTORNO?**

- En los espacios comunes separar las butacas y las sillas entre sí. Ventilar los espacios varias veces al día.
- Organizar las mesas del comedor y los sitios respetando una distancia entre residentes.
- Acomodar la habitación del residente para que tenga aquello que necesita (enseres personales, agua, mesita plegable, butaca/sillón reclinable, el timbre al alcance y aquel material que pueda utilizar para hacer una actividad individual como puede ser ganchillo, radio, televisión, escritura, lectura, etc.)
- Evitar objetos innecesarios en medio de pasillos para minimizar los riesgos de contagios por contacto (com sillas de ruedas aparcadas, grúas, etc.)
- Mantener el espacio ordenado y con dispositivos accesibles para la higiene de manos.
- Procurar que cada residente tenga disponible el producto de soporte de movilidad que sea necesario y evitar compartir con otros.
- Crear un canal de vídeos privados a través de las redes sociales y/o enviar vídeos a los familiares con previo consentimiento del residente y familia.



Cómo nos **CUIDAMOS** para poder **CUIDAR**?

- En el trabajo, crear un espacio con los compañeros/as para comentar la situación actual, las angustias que se puedan tener como equipo y como profesionales, encontrar soluciones, hacer propuestas conjuntas de cómo llevar el confinamiento y, en general, hacerse soporte emocional.
- Fuera del trabajo encontrar espacios para poder desconectar y disfrutar de lo que nos gusta.

INFORMACIÓN DE INTERÉS

- Informació per a residències i centres de dia. Departament de Treball d'Afers Socials i Famílies.
- Sociedad Española de Cuidados Paliativos (SECPAL) y la Asociación Española de Enfermería de Cuidados Paliativos (AECPAL): Recomendaciones sobre cuidar y acompañar personas en situación de últimos días y a su familia y/o cuidadores.
- Sociedad Española de Geriátría y Gerontología (SEEG): Documentación de interés sobre COVID-19.
- Dignificar l'atenció a les persones grans fràgils i el final de vida en l'entorn residencial durant la pandèmia de COVID-19. Consell de Col·legis de Metges de Catalunya.
- Recomendaciones éticas y clínicas para la toma de decisiones en el entorno residencial en contexto de la crisis del COVID-19.

