

# L'ATENCIÓ CENTRADA EN LA PERSONA

## Conceptes bàsics previs







# L'ATENCIÓ CENTRADA EN LA PERSONA

## Conceptes bàsics previs



# ÍNDEX

---

## 1. Cap a on anem: la necessitat de l'atenció centrada en la persona (ACP)

- Pg. 07 **1.1 La necessitat**  
Pg. 08 **1.2 Els pilars bàsics de l'ACP**  
Pg. 10 **1.3 Un model propi de gestió: l'ACP-SUMAR**
- 

## Pg. 12 **2. Comparativa entre les principals característiques d'un model tradicional i un model ACP**

---

## Pg. 14 **3. Conceptes clau**

---

### **4. Preparem la base per la futura implantació.**

Què cal conèixer? Com treballem? Les bases pel treball diari

- Pg. 17 **4.1 Pautes de treball genèriques.**  
Pg. 18 **4.2 Treball en equip.**  
Pg. 19 **4.3 L'arribada al centre.** Com rebem a la persona gran?  
Pg. 20 **4.4 Higiene i dutxa.** Com acompanyem a la persona gran?  
Pg. 22 **4.5 Vestir-se i arreglar-se.** Com acompanyem a la persona gran?  
Pg. 24 **4.6 Els àpats.** Com acompanyem a la persona gran?  
Pg. 26 **4.7 Les mobilitzacions (caigudes, cadires de rodes, etc).** Com procedim?  
Pg. 28 **4.8 Anar al servei.** Com acompanyem a la persona gran?  
Pg. 30 **4.9 Anar a dormir.** Com acompanyem a la persona gran?  
Pg. 32 **4.10 Llevar-se.** Com acompanyem a la persona gran?  
Pg. 34 **4.11 Salut: administració medicació, constants, pes, glicèmies, etc.**  
Com procedim?  
Pg. 35 **4.12 Contencions.** Com procedim?  
Pg. 36 **4.13 Confidencialitat.** Com procedim?  
Pg. 37 **4.14 Situacions imprevistes.** Què fem? Com procedim?  
Pg. 38 **4.15 Persones amb demència.** Actuacions específiques.  
Pg. 41 **4.16 Les famílies**
- 

## Pg. 44 **5. Conclusions i resultats**

---

# 1. CAP A ON ANEM: LA NECESSITAT DE L'ATENCIÓ CENTRADA EN LA PERSONA (ACP)



# 1.1

## LA NECESSITAT

Cada vegada hi ha més persones que arriben en un centre per a gent gran amb unes necessitats i expectatives diferents a les de les persones ateses en els darrers anys.

Són persones molt més exigents que no volen ser simples receptores de serveis sinó que volen decidir què fer, com i quan. I per poder-les atendre i oferir el que demanen, són necessàries noves maneres d'atenció i nous espais dissenyats i adaptats a aquestes noves necessitats.

L'atenció centrada en la persona és una nova manera d'entendre l'atenció gerontològica i el model d'atenció centrada en la persona, l'ACP, ofereix aquesta nova mirada cap a les persones grans.

L'ACP és en definitiva un nou model d'atenció amb una visió més moderna i humana d'entendre un període de la vida que pot ser de plenitud, en el que la persona pot i ha de viure tal i com a viscut sempre, sense deixar de fer allò que li agrada i que forma part de la seva història de vida.

L'ACP posa el focus en el que vol la persona i el seu desenvolupament personal. I té com a principal objectiu que la persona gran pugui viure com si estigues a casa seva, fent que gaudeixi del nostre centre i se senti realitzada, útil i feliç.

Treballar des de l'ACP és centrar els esforços en la persona. Pensar en la seva identitat i singularitat. I això requereix canvis organitzatius que s'han d'incorporar en els equipaments.

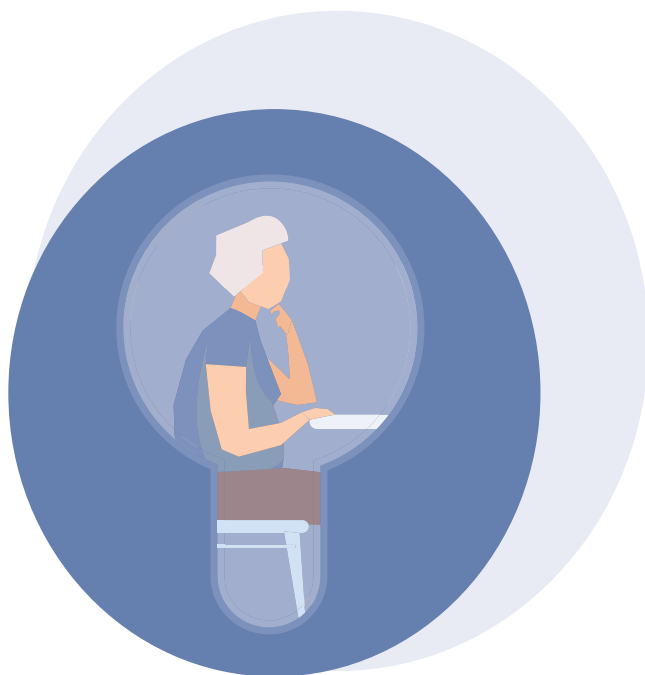
El projecte ACP-SUMAR s'inspira en el model teòric " L'atenció gerontològica centrada en la persona", de Teresa Martínez Rodríguez, psicòloga i experta en gerontologia social i es desenvolupa mitjançant la creació d'una metodologia d'implantació pròpia de SUMAR.

L'ACP-SUMAR ja s'ha provat amb èxit a la majoria de centres que gestionem i aquest fet ha suposat una millora considerable de la qualitat de vida i de la satisfacció, tant de les persones grans, com dels familiars i dels propis professionals (*veure l'últim apartat d'aquest document amb els resultats més significatius del primer estudi comparatiu realitzat entre centres tradicionals i centres ACP*).

## 1.2 ELS PILARS BÀSICS DE L'ACP

L'atenció  
personalitzada  
des de  
**l'autonomia**

Centrem la mirada cap a les capacitats de la persona gran, cap a tot allò que encara pot fer. Impulsem i potenciem les seves habilitats i fomentem que tingui una percepció d'utilitat i independència.



La protecció  
de la **intimitat**  
en els centres  
i serveis

Tothom ha de tenir una actitud professional i respectar la intimitat de la persona gran. Respectem els seus drets a la confidencialitat.



## Entorns significatius

Impulesem espais càlids i propers a les persones. Eliminem ambients institucionals.



## El paper de les famílies

Impulesem i facilitem la comunicació amb la família. Fomentem espais de diàleg i de participació per millorar el dia a dia de la persona gran.



## L'organització al servei de les persones

L'organització s'adapta a la persona gran i no a l'inrevés. Per això és molt important el canvi de mirada a tota la organització.



## 1.3 UN MODEL PROPI DE GESTIÓ: L'ACP-SUMAR

Mitjançant el model ACP-SUMAR acompanyem a les persones grans en el seu projecte de vida, amb un model propi de gestió que respecta les preferències de la persona gran i multiplica el seu benestar a partir de la interrelació i el treball conjunt dels 3 nivells que es detallen a continuació:



### Nivell 2

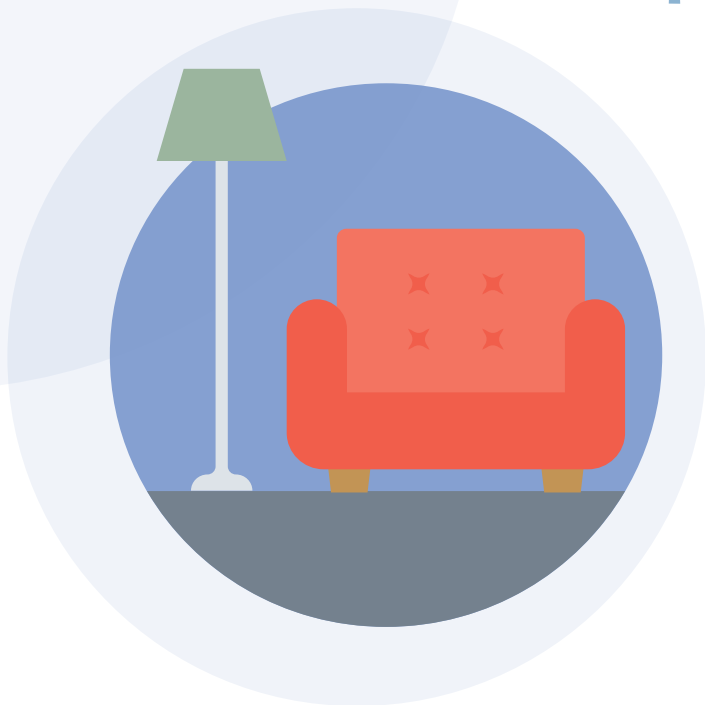
Professionals que acompanyen, s'adapten, empatitzen i ofereixen confiança.



### Nivell 1

La intervenció tècnica o l'acompanyament de les persones grans.

**SUMAR**  
PERSONA DE QUALITAT



### Nivell 3

Espais agradables que faciliten la convivència i preserven la intimitat.

## 2. COMPARATIVA ENTRE LES PRINCIPALS CARACTERÍSTIQUES D'UN MODEL TRADICIONAL I UN MODEL ACP

# MODEL TRADICIONAL



El passat

# MODEL ACP

1

La persona gran **participa i decideix.**

2

La persona gran vol i pot decidir **què fer, com i quan.**

3

Les **activitats** s'enfoquen a ser **satisfactòries** i significatives per a la persona gran. S'orienten a la persona, amb autodefinició i interdependència. **Predomina l'ètica** per sobre de la tècnica.

4

**El problema** està en l'**entorn.**

5

**La persona gran decideix sempre.** Les persones amb demència, amb el suport dels familiars i/o amics.

6

**Les activitats es planifiquen de manera coordinada,** participativa i democràtica conjuntament, professionals i persones grans. S'incorpora el debat i la discussió entre tots, la negociació, el consens i el treball en xarxa.

7

**La valoració** es porta a terme de manera **qualitativa i quantitativa**, centrada sobretot en la idoneïtat de les ajudes prestades i en el compliment dels compromisos adquirits.

8

Les activitats s'ajusten a les **preferències individuals** de cada persona gran i en funció dels recursos comunitaris.



**Present i futur.  
Un canvi de paradigma.**



### INDEPENDÈNCIA:

Capacitat de realitzar per un mateix, sense dependre dels altres, les activitats de la vida diària. Potenciar la independència implica no donar suport quan la persona només precisa més temps per realitzar l'acció o l'activitat, o una supervisió, per exemple.



### PARTICIPACIÓ:

La participació està molt relacionada amb l'autonomia i es pot interpretar de diverses maneres. Es pot impulsar donant a cada persona una informació comprensible sobre les activitats del centre, sobre l'atenció, sobre el seu dia a dia, i donant-li la possibilitat d'expressar les seves preferències, desitjos, opinions, etc.

La participació només es desenvolupa si donem a la persona la possibilitat real d'expressar-se. En les persones amb deteriorament cognitiu greu aquesta participació s'acostuma a reduir molt. Aquí, la família, els amics, els veïns, etc. ens ajuden facilitant informació sobre el projecte vital de la persona.

## CONCEPTES CLAU

Conceptes que permeten fer tangibles els principis d'un model d'atenció centrada en la persona



### CONTINUÏTAT:

És important i necessària una coordinació conjunta entre els diferents programes dels serveis sanitaris i socials, així com amb programes d'habitatge, voluntariat, treball, etc., que permetin millorar l'atenció de les persones.



## AUTONOMIA:

Capacitat de prendre decisions i controlar la pròpia vida. No és el contrari de dependència. Una persona en situació de dependència és una persona que necessita alguna ajuda, però pot ser una persona autònoma. És a dir, pot decidir què vol fer i pot valorar de participar en allò que pugui i/o vulgui. **L'autonomia és, per exemple, poder opinar, triar, decidir, etc.**



## INTEGRITAT:

La integritat ens permet veure la persona en la seva globalitat. Des de totes les vessants, clínica (salut), mental, social i funcional i entendre-la des de tot el seu conjunt, amb les seves capacitats i limitacions.



## INDIVIDUALITAT:

Totes les persones som diferents i per tant, l'atenció individualitzada ha de ser el valor central de la nostra pràctica. La persona és el centre de l'atenció a partir dels seus desitjos, eleccions, capacitats i considerem que les seves necessitats i preferències poden canviar en les diferents etapes i circumstàncies de la vida.

## 4. PREPAREM LA BASE PER LA FUTURA IMPLANTACIÓ

Què cal conèixer? Com treballem? Les bases pel treball diari.





## 4.1

# PAUTES DE TREBALL GENÈRIQUES



### Conèixer les normes del centre i els protocols existents.

És responsabilitat de cada treballador/a llegir acuradament aquests documents i, en cas de dubtes, comentar-los amb la persona responsable.



### Complir l'horari de treball.

A l'hora de començar s'ha d'estar canviat i en el lloc on correspongui realitzar la tasca.



**Portar roba i calçat adequats i nets, d'acord amb les premisses donades des del centre.** S'evitaran escots, roba per sobre del genoll i jerseis de tires, per exemple. I respecte als complements, caldrà parlar amb la/el responsable del centre i ajustar-ho d'acord a les persones a les quals hem d'atendre i acompanyar.



### Respectar i cuidar tot el material del centre.

Mantenir net i endreçat, i si s'espatlla o en falta, comunicar-ho als responsables.



### S'ha d'organitzar el dia a dia juntament amb els companys/es de manera que es faci tot allò que calgui.

És imprescindible la col·laboració entre companys/es i que ningú carregui la feina en un altre. Es tracta de que es faci tot gràcies a tothom.



### Conèixer bé a les persones que s'han d'atendre i acompanyar.

Per això cal llegir la documentació de cada persona i és responsabilitat de cada treballador/a demanar-la.



### Llegir els "comunicats diaris" abans de començar a treballar.



### Anotar tot allò significatiu de cada persona atesa.

Omplir registres, fer anotacions als comunicats ("partes"), etc.



### Utilitzar guants de vinil o làtex en les higiènes, lavabos, cures, glicèmies i sempre que sigui necessari. Cal substituir-los cada cop que es canvia d'acció i/o persona.

Portar els guants no exclou el fet de rentar-se les mans. La higiene de mans és imprescindible.



### Seguir les mesures de seguretat donades per l'equip d'infermeria en casos de patologies contagioses.



### Llegir els acords que s'estableixin amb l'equip i la persona.

Tothom s'ha de responsabilitzar de fer-ho.



### Complir els acords establerts amb l'equip i la persona.

*Per exemple, si s'ha acordat que la persona caminarà des de l'habitació fins al menjador, cal vetllar perquè sigui així i en cap cas farem com si això no anés amb nosaltres; si s'ha acordat que portarà les seves joies, els hi posarem i no farem com si no ho sabéssim, per anar més ràpid per exemple.*

### 4.2

## TREBALL EN EQUIP

- Els èxits i fracassos del centre son de tots i cadascuna de les persones que hi treballen.
- Cal respectar-se com a professionals.
- Tothom ha de treballar activament perquè el dia a dia vagi endavant de la millor manera possible, i no carreguem als companys/es. És molt important que tots fem la nostra feina.
- Cal organitzar-se com a equip. On no hi arriba un hi pot arribar l'altre.
- Reconèixer els èxits dels altres i comentar allò que cal millorar des del respecte i únicament des de la vessant professional.
- Aprofitar les reunions d'equip per comentar tot allò que va bé i allò que cal millorar des d'un punt de vista constructiu, fent propostes de millora i de consens, per poder oferir una bona atenció de la persona.
- Arribar a acords de manera que tothom es senti el màxim de còmode treballant i no voler imposar el nostre criteri.
- Col·laborar amb els companys/es d'altres àrees.

*Per exemple, si hi ha un paper a terra, el recollim. Si per netejar una situació concreta cal avisar al personal de neteja, l'avisem i no fem com si no ho veiéssim. Si una persona vol anar al WC però no troba cap cuidador/a, li acompanyem o avisem al personal cuidador. Si algú pregunta per la direcció, un tècnic o alguna de les persones usuàries, l'ajudem a localitzar la persona i li donem resposta.*





## 4.3 L'ARRIBADA AL CENTRE

Com rebem a la persona gran?

### Abans de la seva arribada

- **Coneixem la informació sobre la persona** gran abans que aquesta s'incorpori. Sabem tot el que fa referència a la seva salut (malalties, tipus de dieta recomanada, si és diabètica...) i també les seves costums i preferències per poder acompanyar-la millor quan arribi.
- Coneixem el protocol d'acollida i adaptació del centre.

### A l'arribada

- **Ens presentem** a la persona gran i a la seva família, amics i/o tutors.
- **Acompanyem a la persona** gran amb especial cura i dedicació **a fi de que conegui el funcionament del centre, els espais, el personal, les activitats...**  
I li facilitem informació sobre tot allò que pot fer i a qui pot recórrer quan tingui alguna necessitat. Li anem explicant tot molt detalladament durant uns quants dies (tants com la persona ho necessiti).
- **Acompanyem a la persona gran a l'habitació** i l'ajudem a col·locar les seves pertinences (amb la família, amics i/o tutors, si ho desitgen).



## 4.4

### HIGIENE I DUTXA

Com acompanyem a la persona gran?

#### Abans de començar

- Si la higiene o dutxa es porta a terme durant el matí i la persona està a l'habitació, **truquem abans d'entrar**, la salutem, pugem persianes i **afavorim un clima cordial i agradable**.
- Si la persona es dutxa abans d'anar a dormir o en algun altre moment del dia, l'anem a buscar i abans de res, **li expliquem què farem**. Tot seguit, i de manera cordial, anem cap a la dutxa.
- Ens assegurem de tenir tot el **material necessari** i segons les preferències de la persona (p.ex. el seu propi xampú o crema, si s'escau).
- **Ens assegurem de que hi ha una bona temperatura ambiental i verifiquem la temperatura de l'aigua.**  
*Cal que sigui la temperatura que li agrada a la persona (no a nosaltres) i per tant, és molt important que la persona ens indiqui si li està bé o la vol més freda o calenta. Si la persona no ens ho pot dir anirem provant, vigilant molt la temperatura, tot observant la seva expressió i confort.*
- En tot moment vetllarem per la **intimitat** de la persona (portes tancades, separadors, cortines,...).
- **És obligatori posar-se guants** abans de començar la higiene o la dutxa. I també és obligatori, ni entrar ni sortir de l'habitació amb els guants.
- **Mai serem dues persones si no és estrictament necessari.** *Si cal ser dues persones per la transferència, només serem dues en aquest instant. En el moment de la higiene i la dutxa, només hi haurà una persona. Evitar sempre el fer a "quatre mans" (no rentem ni vestim 2 cuidadors/es al mateix temps. La persona no ha de tenir mai quatre mans a sobre seu).*





## Durant la higiene o dutxa

- Mantindrem una **conversa agradable** amb la persona, si així ho desitja. **NO farem com si rentéssim un objecte.**
- **Expliquem els passos que anem fent** quan la persona tingui dificultats per entendre el que estem fent. Ara bé, ho expliquem **sense infantilitzar.**  
*És important el to i cal evitar diminutius. Estem acompanyant a persones adultes i ho hem de tenir en compte!*
- **Donem l'ajuda** necessària **respectant les capacitats de la persona.**  
*Li deixem fer tot allò que pot fer (i vol). I li facilitem les ajudes tècniques que calgui perquè sigui el més independent possible.*
- **Respectem el ritme** de la persona i fugim de les presses.
- Cuidem i vetllem especialment per la neteja dels orificis de les orelles, melic, mugrons, etc.
- **Eixuguem molt bé a la persona** per evitar maceracions i problemes infecciosos.  
*Cal eixugar bé les parts íntimes, sota els pits, entre els dits dels peus, els plecs de la pell, etc.*
- Si es detecta algun problema de pell, cal informar immediatament.
- **Mai portarem a la persona d'un lloc a l'altre desvestida o amb roba interior.**  
*Ha d'anar sempre ben tapada i s'ha de respectar la seva intimitat (tant si camina, com si va amb cadira de rodes, si necessita grua, etc.).*
- Un cop acabada la higiene o la dutxa, **deixem els espais en condicions, mínimament endreçats, recollits i nets.**  
*La persona de la neteja ha de fer el que li correspon però no ha d'endreçar tot el material, ni ha de recollir els bolquers de terra ni s'ha de trobar el WC molt brut. Mantenir uns estàndards mínims de neteja és responsabilitat dels professionals d'atenció directa.*
- **La grua només s'utilitza quan és necessari** i cal decidir-ho amb l'equip. S'utilitza només per fer la transferència i en cap cas, com un mitjà de transport.

### 4.5

## VESTIR-SE I ARREGLAR-SE

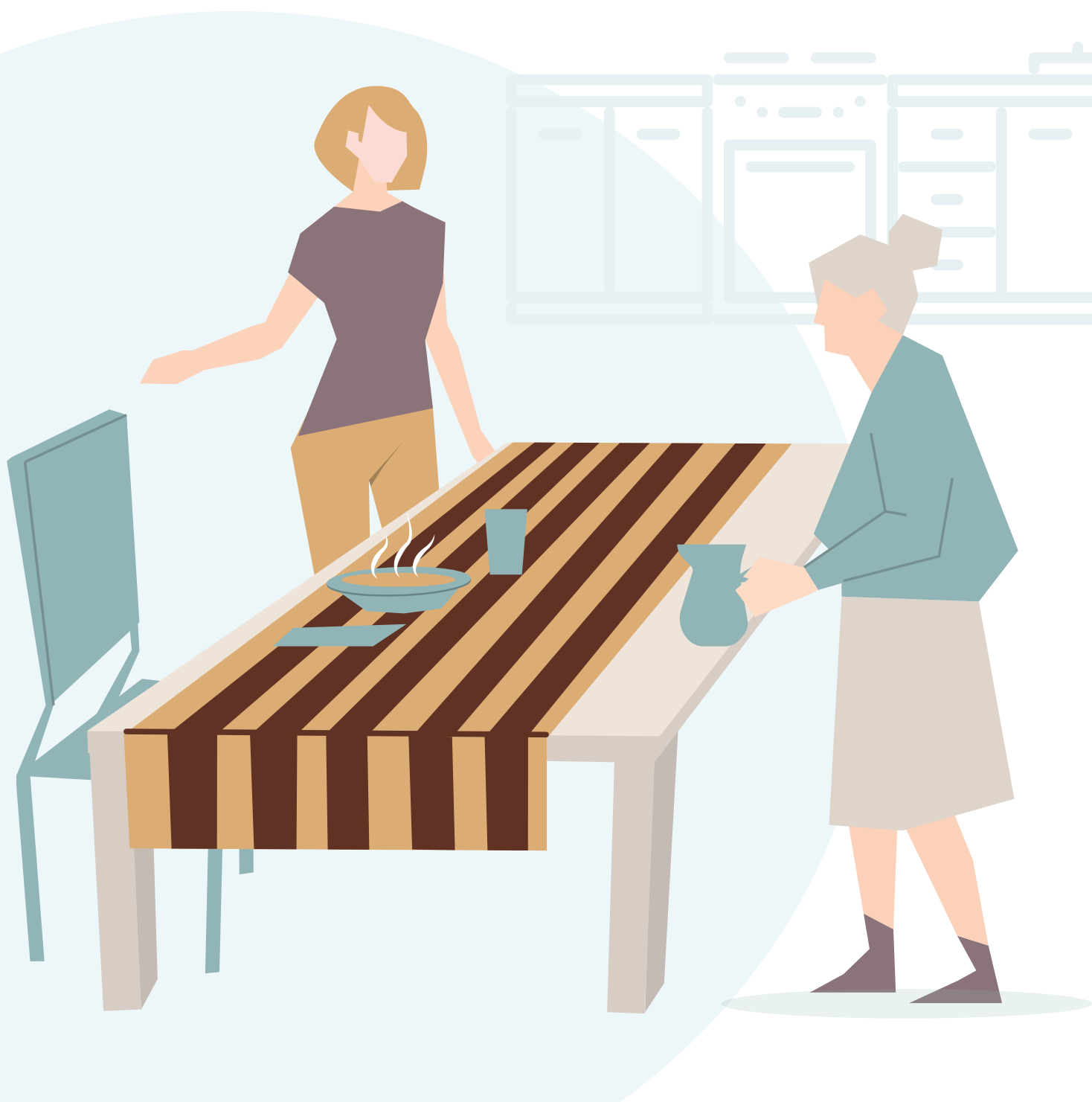
Com acompanyem a la persona gran?

- **Conèixer els gustos i preferències** respecte el vestuari de la persona i la manera d'arreglar-se (maquillatge, pentinat, etc.).
- **Deixem que la persona triï la roba** que es vol posar (si pot fer-ho) i els complementos. *L'ajudem en el que sigui necessari però potenciant sempre l'autonomia. No fem allò que la persona pot (vol) fer. Sí que podem i hem d'orientar-la sobre la roba apropiada pel temps que fa.*
- **Facilem les ajudes tècniques** necessàries perquè la persona sigui el més independent possible.
- Si la persona no es pot triar la roba totalment però encara conserva certa autonomia, **li facilitem l'elecció entre dues opcions.**
- **Mantenir l'estil de vestir de la persona i potenciar-lo**, si cal, fent adaptacions. *Per exemple, substituir botons o cremalleres per velcro. No recomanem per sistema roba de fàcil maneig, com xandalls o jerses enlloc de camises o bruses.*
- **Facilem l'accés a la roba.** Evitem obstacles, estanteries elevades, ... Col·loquem la roba en espais amb una llum adient i simplifiquem l'ordre dels armaris (apropem per peces, per temporades, etc.)
- **La persona s'ha de sentir còmode** i vetllem perquè sigui així. L'ajudem a detectar allò que l'incomoda i intentem solucionar-ho (per exemple, desvestir-la per parts de manera que no quedi totalment despullada, que l'ajudi algú del seu mateix sexe, si ho prefereix, etc).
- **Vetllar per la intimitat** de la persona i tancar portes, passar cortines, etc.
- Només l'ajuda i l'acompanya **una sola persona**. Hi ha 2 persones només en els casos estrictament necessaris.
- **Mantenim una conversa agradable** i fomentem un clima confortable i càlid.
- Canviem la roba a la persona sempre que sigui necessari. No posem roba tacada i si durant el dia es taca, canviem la roba. **NO permetem que vagi amb taques i bruta tot el dia.**
- Abans de sortir de l'habitació, deixem que la persona s'emmiralli, si així ho desitja, i **li preguntem si es veu bé.**



## **4.6** **ELS ÀPATS**

Com acompanyem a la persona gran?





- Els àpats es fan **en un ambient relaxat** i tranquil. Tenim cura perquè sigui així i evitem presses, crits, sorolls, etc.

- Tothom s'asseu de manera còmode i en una bona posició. Assegurem una **bona postura** per tothom. *A les persones que es lateralitzen, posar algun coixí o buscar altres suports, si cal.*

- **Adaptem el grau d'ajuda a les capacitats de la persona** i fomentem al màxim la seva independència.

*Si cal, utilitzem eines de suport o recolzament (gots de colors, culleres adaptades, ...). Tot en la posició correcta, un fet que cal tenir especial atenció en les persones amb molt poca o gens de visió.*

- Abans de començar l'àpat, **diem "Bon profit"** i fomentem les converses a la taula on dinem.

- Si es dona el menjar a una persona que no pot fer-ho de forma independent, **ens asseiem al seu costat i li donem**. No ho fem mai drets i respectem el seu ritme. Ho fem de manera càlida i en la mesura del possible, li donem conversa.

- **No utilitzem pitets de manera sistemàtica.**

*És més, evitem utilitzar-los. Si algú manifesta no voler-se embrutar o és necessari perquè realment s'embruta molt, pensem amb altres opcions com davantals, bates o tovallons abans que el pitet. Cal també explicar aquesta filosofia a la família i deixar clar que els pitets infantilitzen molt.*

- **Fomentem que les persones col·laborin** en parar i desparar taula així com a escombrar, eixugar, fregar taules, etc.

*Són tasques domèstiques que els hi són familiars. Pot ser que els hi agradi fer-les i els*

*hi aportin un sentiment de sentir-se útils. Això ajuda a crear un bon ambient i per tant, potenciem que tothom qui vol, ens ajudi. I ho fem amb el temps suficient, respectant el ritme de cadascú i fugint de les preses.*

## El menjar

- **Respectem els gustos i preferències** de la persona siguin pel motiu que siguin. Adaptem la dieta segons aquests gustos i preferències i tothom està obligat a conèixer-ho i respectar-ho.

- **Oferim alternatives de menjar** quan algú no vol menjar alguna cosa. *Per exemple, si coneixem que algú no vol porc o no li agraden les llenties, tindrem i els hi oferirem una alternativa de menjar.*

- **Avisem a les persones si el menjar està molt calent.** I si la persona té deteriorament cognitiu encara som molt més prudents per evitar que es cremi.

- **Servim el menjar amb una bona presentació**, temperatura, d'una manera càlida i agradable.

- **Respectem la quantitat** que la persona vol menjar i donem la possibilitat de repetir (si és possible).

- **No malbaratem el menjar** i ajustem les quantitats a les preferències de la persona. Si en sobra, informem perquè es puguin anar ajustant les quantitats. I no toquem aquells aliments que no s'han de consumir si els podem aprofitar per un altre àpat.

## 4.7

### LES MOBILITZACIONS

#### Caigudes, cadires de rodes, etc. Com procedim?

- **Afavorim les mobilitzacions des de les activitats del dia a dia.** No movem a la persona només 10 minuts, “perquè toca o està pautat” sinó que integrem el moviment en el dia a dia, de manera que també sigui significatiu.

*La persona es mou fent una activitat que té sentit.*

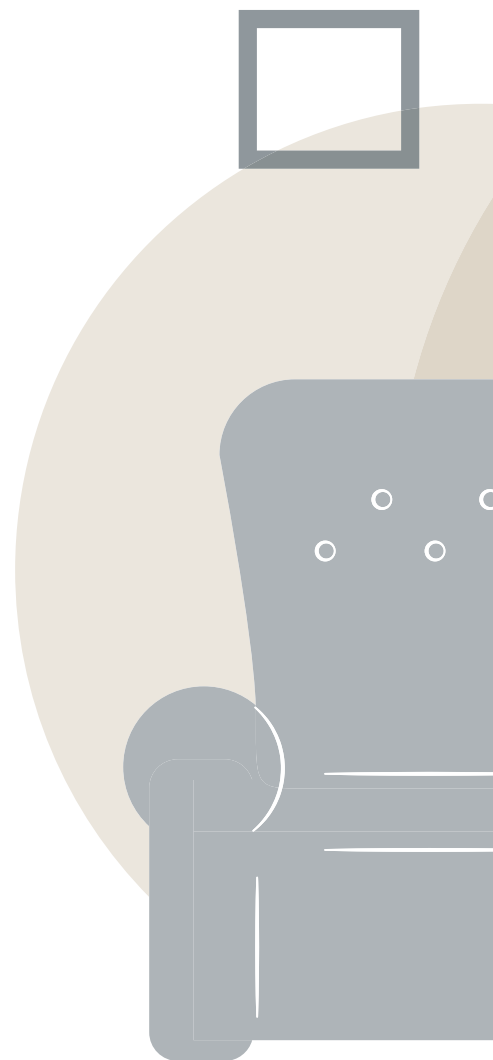
*Per exemple: si s’han de regar flors, la persona ens acompanya. Si es pot aixecar a buscar aigua, l’animem a que ho faci ella enlloc de portar-li per defecte. Si canviem de sala o de lloc, potenciem que la persona hi vagi pel seu propi peu i evitem moure-la amb la pròpia cadira. I en cap cas, arrosseguem la cadira!*

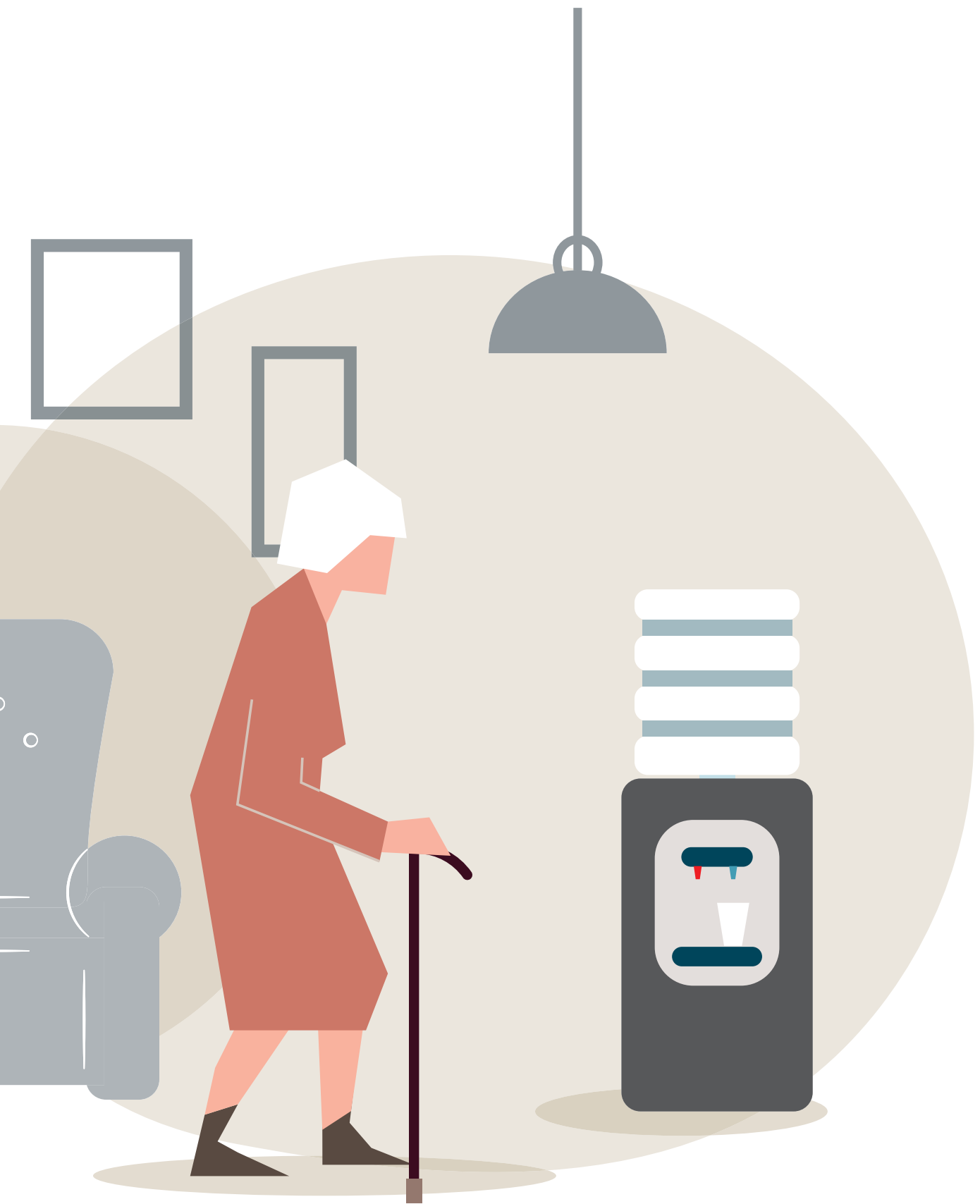
- **Fem que les persones es moguin de la manera més independent possible.** Els hi facilitem la mobilització tant com podem. Eliminem obstacles, posem ajudes tècniques a l’abast, procurem una il·luminació correcta, etc.

- **Si cal donar suport en les mobilitzacions, cuidem molt la manera com ho fem.** Donem seguretat a la persona i afavorim l’expressió verbal, explicant el que anem a fer. Davant les persones amb menys autonomia cognitiva, acompanyem amb els gestos i no tant amb les paraules. Vigilem en tot moment si hi ha dolor i busquem la causa per evitar-lo.

- **Ens assegurem de fer sempre una correcta mobilització.** En cas de dubte demanem al fisioterapeuta la manera com fer-ho.

- **Comuniquem qualsevol alteració física** (tremolors, marxa inestable, dolor) a infermeria o fisioteràpia per trobar el motiu i poder actuar en conseqüència. Comunicar-ho és la nostra responsabilitat. No fem com si no hem vist res.

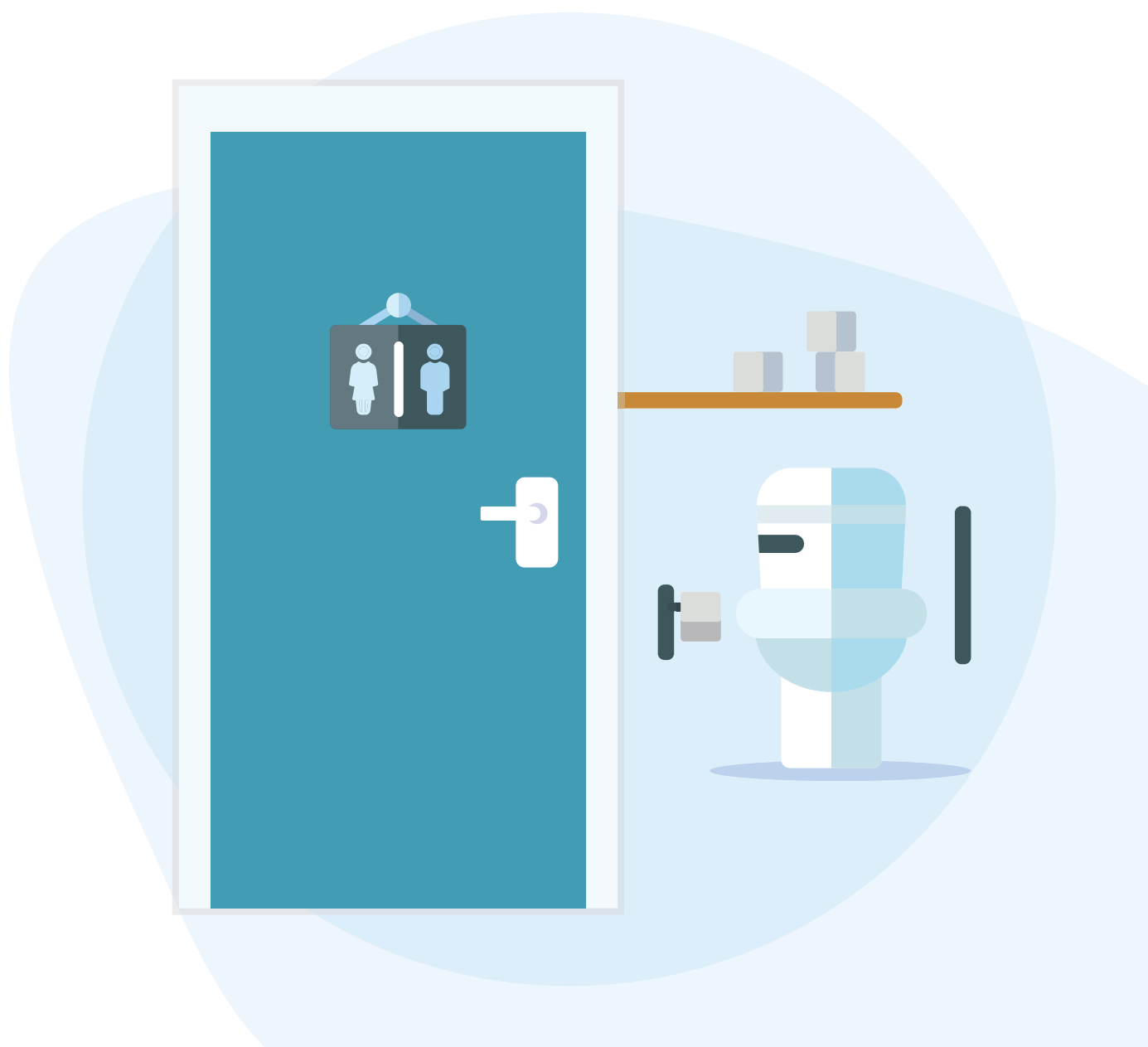




## 4.8

### ANAR AL SERVEI

Com acompanyem  
a la persona gran?



- **Acompanyem a les persones al WC sempre que ho necessiten.**

*És gravíssim i totalment inadmissible no acompanyar a algú, fer-nos el despistat/da o dir frases de l'estil "ara no puc", "portes bolquer," etc.*

- **Respectem la intimitat de la persona.** No deixem la porta oberta i si és possible, deixem sola a la persona per fer les seves necessitats en la intimitat i després entrem. Truquem a la porta abans d'entrar. Només hi ha una persona que l'ajuda si no és estrictament necessari que n'hi hagi dues.

- **No anunciem que anem al WC amb veu alta i davant d'altres persones.**

- **No renyem ni ridiculitzem a la persona amb cap comentari desagradable** ni desafortunat de l'estil "ja t'has tornat a mullar" o "un altre cop? Si t'acabo de canviar!" o "podries avisar, no?" etc.

- **Oferim l'ajuda estrictament necessària.** Deixem que la persona vagi al WC de la manera més independent possible i donem suport només en el que és necessari. Facilem les ajudes tècniques possibles per fomentar aquesta independència.

- **Facilem que la persona tingui a l'abast tot allò que necessita** (compreses, bolquers, tovalloletes) i/o ho tenim a l'abast també nosaltres per evitar entrar i sortir del WC repetides vegades.

- **Informem** a la persona que ho pot entendre, **dels sistemes d'alarma existents** en el cas que necessiti ajuda amb celeritat.

- **Informem a l'equip d'infermeria de les dificultats fisiològiques o anomalies** que poden aparèixer (restrenyiment, problemes per orinar, dolors, olors estranys o qualsevol altre signe i/o símptoma d'alarma).

- **Deixem el WC recollit** i si cal, tirem ambientador perquè la propera persona que l'utilitzi el trobi en condicions. Si la paperera està plena, la buidem i procurem que tot quedi recollit. No deixem res pel terra (bolquers, compreses, gases, tovalloletes, roba, etc.).

- **En els casos d'incontinència, donem respostes personalitzades.**

Les persones que no poden manifestar la seva necessitat d'anar al WC tenen pautes personalitzades. La nostra responsabilitat és acompanyar-les en els horaris acordats i alhora fer les valoracions pertinents amb l'equip.

*Si en l'horari acordat la persona necessita el canvi o no, si seria millor fer-ho en una altra estona, etc.). És responsabilitat nostra informar de tot allò que vagi en benefici de la persona respecte a aquest tema i que fomenti la seva independència i el seu benestar. És molt desagradable, a més d'una causa de problemes de salut, anar moll molta estona. Fer una bona planificació horària personalitzada de les incontinències ajuda a la persona, això és el més important; però també ens ajuda a nosaltres a optimitzar millor la feina i els acompanyaments.*

## **4.9** **ANAR A DORMIR**

Com acompanyem  
a la persona gran?



## Abans de posar la persona al llit

- **Coneixem els costums i preferències** de la persona respecte al fet d'anar a dormir i els respectem. *Per exemple, si una persona vol fer una infusió abans d'anar al llit, li facilitem; si una persona vol mirar la televisió, deixem que la miri; etc.*

- **Acompanyem** a la persona en tot el procés **potenciant les seves capacitats** i facilitem que faci tot allò que pot (o vol). Si cal, facilitem ajudes tècniques per potenciar la seva independència.

- **Acompanyem a la persona en la higiene bàsica** (raspallat de dents, treure la pròtesis dental i posar-la amb aigua/o el líquid corresponent; anar al WC; canvi de bolquer o compresa; posar crema hidratant, etc.).

- **Ens assegurem que no té menjar a la boca, un fet que pot ser perill d'ennuegament!**

- Ens assegurem de treure ulleres, audiòfons, etc. i deixar-ho tot correctament col·locat en el lloc on la persona vol i no es pugui fer malbé. *Són aparèlls d'un cost elevat i som responsables del seu manteniment.*

- **Apliquem mesures de protecció d'UPP**, si és necessari (proteccions als talons, etc.).

- **El llit està net, és confortable i té el matalàs adequat a les necessitats de la persona.** *Per exemple, si cal, utilitzem un matalàs antiescares.*

- **Davant de problemes de son, evitem acompanyar a la persona a dormir, sí o sí.** *Valorem la millor manera d'abordar el problema per a la persona (caminar una estona, xerrar uns minuts, prendre una infusió o un got de llet, fer-li un massatge o una estona de companyia, ...). També valorarem si els hàbits diürns són bons (si hi ha activitat, si fa molts sons durant el dia, etc.), i oferim a la persona la possibilitat d'expressar el que li passa i el perquè no pot dormir.*

## Una vegada la persona és al llit

- **Ajudem a la persona a trobar la postura on es senti còmoda.** Si cal, li posem coixins, la girem, canviem de posició, etc.).

- **Si cal fer canvis posturals, coneixem quan cal fer-los i la manera com fer-los.** És imprescindible seguir les pautes concretes que ens donen al respecte.

- **Si la persona dorm amb baranes, els hi posem bé, de manera curosa.** Ens assegurem que quedin ben fixades i procurem de no pessigar a la persona ni espantar-la amb el soroll.

- **Ens assegurem que la persona té a l'abast el comandament d'avís** per si l'ha d'utilitzar. Queda totalment prohibit col·locar-lo en llocs no accessibles per la persona.

- **Ens assegurem que la temperatura de l'habitació és confortable i que la persona està tapada segons les seves preferències.**

- **Deixem l'habitació ben recollida** un cop la persona ja està punt per dormir. Evitem deixar cadires i caminadors pel mig, el WC mínimament recollit, etc.

- **Evitem sorolls fora de l'habitació.** *No parlem fort, no fem sorolls amb els carros, etc. Fomentem en el centre un ambient idoni per dormir.*

- **Si observem que la persona no té un son reparador, ho registrem** i ho notifiquem per poder ajudar-la.

- **La persona dorm amb la roba de dormir que vol.** *Si la persona vol camisa de dormir, li posarem camisa; si vol pijama, doncs pijama. Tothom porta tota la roba de dormir encara que a la nit requereixi d'un canvi de bolquer. No deixem a ningú sense pantalons de pijama, a menys que sigui la seva preferència.*

### 4.10

## LLEVAR-SE

Com acompanyem a la persona gran?

### Abans d'entrar a l'habitació de la persona

- **Tenim tot el material preparat abans d'entrar a l'habitació** (esponges sabonoses, crema hidratant, cunya, tovallola...) i ens assegurem que els diferents utensilis estan nets i en bon estat. Si no és així els netegem o bé, informem al responsable.

- **Fem una higiene de mans. Els guants ens els posem a dins de l'habitació, mai abans.**

- **Truquem a la porta** i entrem suaument.

### Dins l'habitació de la persona

- **Ens posem els guants.**

- **Saludem a la persona pel seu nom i mantenim una conversa agradable.** Si és necessari, l'orientem a la realitat, explicant-li quin dia som i on estem. Tenim sempre present el deteriorament que presenta i evitem infantilitzar la conversa.

- **Facilitem sempre l'expressió verbal** de la persona i l'ajudem en tot el que és necessari. Li donem confort i l'acompanyem d'una manera agradable.

- En tot moment **mantenim la intimitat de la persona** i tenim la porta de l'habitació tancada.

- **Pugem les persianes progressivament** si la persona no pot o no vol fer-ho sola. Si cal, obrim la finestra per ventilar l'habitació (només en casos necessaris i sempre pensant amb la seguretat de la persona i el temps que fa). *Per exemple, a l'hivern no obrim la finestra fins que la persona està vestida.*

- **Si hi ha baranes al llit, les baixem lentament i acuradament** per no espantar a la persona i si cal, li expliquem prèviament. *Si la persona s'agafa molt fort a la barana busquem estratègies acurades perquè la deixi i MAI forcem a la persona. Per exemple li donem la mà perquè tingui un punt de suport nostre.*

- **Si la persona vol o pot, l'ajudem en el procés de llevar-se en tot el que és necessari** (treure el pijama, incorporar-se,...). I respectem sempre la seva intimitat! *Per exemple, l'ajudem a destapar-se per zones i evitem ser massa invasius.*

- **Si observem que la persona no es troba bé** (està pàl·lida, irritable, es queixa de dolor,...) **informem a infermeria** per tal de prendre les accions que permetin millorar el seu benestar. No la comencem a llevar com si no passés res. Ho comuniquem i esperem a tenir més informació del que li passa per valorar com procedir.

### La higiene

- Si cal ajudar a fer la higiene, **procurem que la persona sigui el màxim d'autònoma possible** i potenciem la seva independència. També ens assegurem que la temperatura de l'aigua és correcta per la persona, que està en una posició còmode, etc.

- **Posem crema hidratant o olis essencials d'acord a les preferències**, costums i hàbits de cada persona.

- **Mantenim les ungles netes i tallades, i els cabells nets i pentinats segons les preferències de la persona.** I si tenim dificultats per netejar el cabell, arribarem a un acord amb la persona. Per exemple, respectem que la persona porti el cabell brut perquè està acostumada a anar un dia a la setmana a la perruqueria.



## Vestir

- **Informem a la persona de la roba bruta** i acordem amb ella si la posem a rentar i si hi ha alguna peça que vol rentar ella mateixa.
- **Vestim i posem complements i colònia si la persona no pot**, en funció de les seves preferències i de l'època de l'any. Respectem la seva manera de vestir encara que per a nosaltres no ens sembli adient.
- **Si utilitza pròtesi dental l'esbandim amb aigua i li donem per tal de que se la posi** (si la persona no ho pot fer). Si porta ulleres i/o audiòfon, ens assegurem que s'ho posi i si no pot, li posem. Ningú marxa de l'habitació sense tot el que necessita, incloent les ajudes tècniques.



## Abans de sortir de l'habitació

- **Separem la roba bruta per rentar** (de la persona i/o del llit) i la posem en una bossa i/o en el lloc estipulat. **Separem SEMPRE els llençols de l'empapador**. També posem els bolquers i altres estris bruts en una bossa per llençar-los posteriorment.
- **Fixem el llit.**
- **Deixem l'habitació endreçada, el lavabo mínimament nèt** ( passem escombreta, tirem la cadena, col·loquem els productes al seu lloc, etc.).
- **Abans de sortir de l'habitació és important que la persona s'emmiralli** per confirmar que el seu aspecte és el que li agrada. Si no és així, canviem el que la persona ens demana.
- **Ens traiem els guants abans de sortir.**

## 4.11 SALUT

### Administració de medicació, constants, pes, glicèmies... Com procedim?

• **Llegim els protocols de salut per conèixer com actuar en cada cas. I davant de dubtes, parlem amb un responsable. No actuem mai sense saber quina és la manera adequada.**

• **Coneixem les pautes a seguir de cada persona** i si no les tenim, les demanem a infermeria.

• **Informem a la persona abans de realitzar les actuacions sanitàries.** I sempre que és possible acompanyem a la persona a la sala d'infermeria, per tal de mantenir la seva intimitat. No fem cures, mirem constants ni traiem la roba al mig d'un espai comú excepte en casos d'urgència.

• **El control de constants només es porta a terme seguint les indicacions mèdiques** o bé en casos que observem que la persona no es troba bé.

• **En cas de medicació oral, ens assegurem que la medicació és la que li pertoca a la persona.** Si la persona pot, deixem que ella mateixa se la prengui i comprovem que se l'ha pres correctament. Si observem que té problemes per deglutir o manifesta que no se la vol prendre reiteradament, informem a infermeria perquè ens assessorin sobre els passos a seguir.

• **Si observem que la medicació està caducada, no la podem donar.** Informem i la canviem el més aviat possible (no fem com si no ho hem vist).

• **Tota la medicació està identificada i no la deixem a l'abast de les persones** (sobretot en casos de demència).

• **Una glicèmia s'ha de punxar sempre amb guants i sobre la pell** (s'ha d'apartar la roba de sobre). Cal tenir present variar la zona de punxada (veure el protocol d'actuació).

• Si els aparells de la tensió arterial o bé la màquina de glicèmies no funcionen correctament o s'ha acabat la pila, informem i prenem les accions oportunes, de seguida. Sabem on són les piles i si cal, les canviem.

*És molt important que funcionin correctament sobretot per si apareix alguna emergència sanitària.*

• **Sempre registrem les constants que mirem** i si alguna no és normal, informem a infermeria.

• **Sempre signem conforme hem donat una medicació.** Mai signem abans de donar-la.

• **No fem comentaris desagradables ni judicis de la persona.**

*Per exemple, si ha incrementat el pes no jutgem sobre aquest fet. O si té la glicèmia molt elevada, no qüestionem si és culpa seva per menjar massa aquell dia.*

• **No utilitzem la grua de manera sistemàtica** per posar les persones a la bàscula d'infermeria. L'utilitzem només en els casos estrictament necessaris.



## 4.12

# CONTENCIONS

Com procedim?

- **Coneixem el protocol de contencions.** El demanem si cal, per llegir-lo acuradament. És la nostra responsabilitat i no esperem a que algú ens el porti.

- **NO utilitzem les contencions, ni físiques, ni farmacològiques,**

- com a sistema de control,
- com a càstig,
- per evitar la nostra supervisió i vigilància,
- per comoditat,
- per dèficit de personal,
- ni per evitar el vagabundeig (caminar constantment).

- **NOMÉS les utilitzem si tenim**

- una valoració integral de la persona (que es fa conjuntament amb l'equip),
- l'autorització mèdica,
- i el vistiplau de la família i la mateixa persona (si s'escau).

- **L'ús de contencions està totalment limitat i amb l'equip, sempre busquem alternatives.** És la nostra responsabilitat buscar-les de manera coordinada.

- **Davant l'ús de contencions seguim els principis d'autonomia** (informem a la família i/o la persona (si s'escau); justícia (la contenció no pot ser mai un element discriminatori); beneficència (tenim cura del benestar de la persona i evitem riscos quan s'utilitza); intimitat (protegim la intimitat de la persona) i vulnerabilitat (donat que la persona que està sota contenció encara és més vulnerable requereix més atenció, integral i més específica).

### Contencions físiques

- Si és necessària la contenció física, **ens assegurem de col·locar-la correctament.** És responsabilitat de cadascú fer-ho. *Si no sabem posar-la, busquem a algú de l'equip d'infermeria o algun tècnic (fisioterapeuta, terapeuta ocupacional...) que ens indiqui com fer-ho. Una contenció mal col·locada pot causar greus danys a la persona.*

- **Registrem la contenció** (física o farmacològica) i indiquem tot el que el registre determina. També signem tot el que es demana.

- **No utilitzem cap contenció no homologada** (llençols, mantells, contencions que els manquen peces o estan trencades,...).

- **Si una contenció està en mal estat, informem a la persona responsable** (fisioterapeuta, terapeuta ocupacional,...) per reparar-la o substituir-la.

- **Fem les revisions pautades i no deixem a la persona amb la contenció més temps de l'estrictament necessari** ni fora dels horaris establerts.

### Contencions farmacològiques

**Si observem trastorns neuropsiquiàtrics o de conducta, informarem a l'equip d'infermeria i, junt amb el metge/ssa responsable, es recollirà tota la informació necessària per tal d'indicar si cal contenció farmacològica. En aquest cas, s'administrarà la dosis prescrita. I no donem res que no s'hagi pautat.**

## 4.13 CONFIDENCIALITAT

Com procedim?

• **La intimitat és un dret fonamental de la persona.**

• **Tot allò que afecta a la persona i hem de compartir amb l'equip de professionals, ho fem en un espai privat.** No parlem mai de la persona, davant d'ella, com si no hi fos. I tampoc ho fem davant dels seus companys.

• **Els registres de la persona** o qualsevol altra informació personal no pot estar sobre taules o penjada a les portes. **És informació confidencial** i tenim molta cura del lloc on s'ubica.

• **Tenim els expedients tancats a l'armari, amb clau.**

• **Abans de donar informació escrita, telefònica o presencial ens assegurem de saber qui és l'interlocutor** i que tenim el consentiment de la persona.

• **Tenim molta cura de la informació que donem dels documents que compartim en espais públics del centre.**



## 4.14

# SITUACIONS IMPREVISTES

Què fem? Com procedim?



- **Si la persona o la família ens demana informació, l'atenem sempre.** La responem i la derivem al professional que correspongui, si cal. *Evitem respostes del tipus "jo no ho sé", "ara no puc", etc.*

- **Si la persona o la família vol realitzar alguna queixa o suggeriment, la derivem amablement al treballador/a social i/o a la direcció.**

- **Davant un robatori** escoltem sobretot a la persona. Donem importància al que ens explica, entenem la seva preocupació i evitem frases del tipus "tranquil/a, ja sortirà" "demà ja sortirà". L'escoltem, l'entendem i el més important, l'ajudem a buscar i a informar al treballador/a social qui valorarà els passos que cal seguir.

- **Davant d'una emergència sanitària, no deixem a la persona sola:**

- A menys que estiguem sols i s'hagi d'anar a buscar ajuda

- **Si no estem sols, sempre es queda algú amb la persona** i un altre demana ajuda a l'equip d'infermeria, i està per la resta de persones.

- **Mantenim la calma!**

- L'equip d'infermeria valora a qui s'ha d'avisar.

- Si passa a la nit i no hi ha equip d'infermeria s'avisarà al 061.

- **En cas de fuga, es segueix estrictament el protocol**, que ja coneixem! Així tenim clars els passos a seguir i l'ordre amb què cal fer-los.

### 4.15

## PERSONES AMB DEMÈNCIA

### Actuacions específiques

**Prestem una atenció especial a les persones amb demència. La nostra capacitat d'escolta, observació i empatia és bàsica en el nostre dia a dia, però l'accentuem encara més amb aquestes persones.**

- **Utilitzem un to de veu càlid, suau i entenedor.** Si la persona té dificultats de comprensió donem ordres simples, i si cal, utilitzem imatges i/o objectes per facilitar la comprensió. *Per exemple, si li volem demanar si per postres vol poma o taronja, li ensenyem les dues peces per tal de que ens senyali la que vol.*

- **No infantilitzem el nostre llenguatge.** Que sigui senzill i amb un ritme adient no vol dir que sigui infantil.

- **Escoltem a la persona activament i donem una resposta** al què ens està demanant ( sigui verbalment o no). *Per exemple, si veiem que una persona fa intents per aixecar-se i no pot, l'ajudem encara que no ens ho demani. No fem com si no ho veiem!*

- **Fomentem la vinculació de la persona amb l'entorn a través d'activitats que li són significatives** i amb interaccions agradables i comprensives. *La persona amb deteriorament cognitiu va perdent la capacitat de vincular-se amb l'entorn de manera autònoma i independent, i és molt important que nosaltres li facilitem aquest vincle.*

- **Si no coneixem suficientment les preferències i hàbits de la persona, demanem la informació a la família/tutor/cuidador principal** i també observem les seves expressions facials i els seus hàbits i rutines diàries. *Per exemple, no canviem un empapador per norma a les 11 hores si sabem que no és necessari. Abans de generar un estrès innecessari, valorem quina és la seva millor hora i si té sentit.*

- **Tenim presents aquelles persones que no fan demandes.** Moltes vegades aquestes persones passen desapercebudes i som conscients que hem de donar atenció a totes les persones a les que atenem.

- **Vetllem per protegir-les de possibles maltractes per part de tercers.**

- **Sempre que sigui possible i la persona així ho vulgui, la integrem al grup.** En moltes ocasions hi ha la tendència de deixar a les persones més vulnerables aïllades i apartades del grup, i ho evitem.

- **Adaptem l'activitat a les persones amb demència i en fem una supervisió constant.** Pot ser que allò que ens serveix un dia, el següent ja no.



- **Encara que la persona no ens compregui**, no parlem davant d'ella com si no hi fos.

- **Ajudem a la persona en totes les activitats de la vida diària des del respecte**, parlant-li i estant especialment per ell/a. Amb les persones amb deteriorament cognitiu és més probable caure en la cosificació (fer com si davant tinguéssim més aviat un objecte que una persona), i ho hem d'evitar.

- **Donem temps a la persona perquè ens respongui i no ens anticipem a la seva resposta.** Afavorim l'expressió del llenguatge.

- **Respectem el seu ritme** en qualsevol acció del dia a dia.

- **Fomentem les possibilitats d'elecció** i evitem escollir per la persona. Si cal, simplifiquem l'acte d'escollir per fer-ho possible. *Per exemple, donem dues opcions.*

- **No jutgem ni "renyem" pels comportaments de la persona.** Intentem detectar què pot haver passat perquè la persona s'ha comportat d'aquella manera. *Per exemple, potser una persona està molt neguitosa i és la seva manera d'expressar que necessita anar al lavabo. Entenem que davant moments d'agitació (verbals o físics), hi ha una necessitat no resolta i que hem de mirar de saber quina és. Si no la trobem, acompanyem des de la comprensió del sentiment i la tranquil·litat, i mai ho fem des del "càstig" o la molèstia.*



## 4. PREPAREM LA BASE PER LA FUTURA IMPLANTACIÓ

Què cal conèixer? Com treballem? Les bases pel treball diari.





## 4.16

### LES FAMÍLIES

#### Actuacions específiques

**Quan una persona s'incorpora al nostre centre, també ho fa la seva família.**

*Entenem família com a concepte ampli: amics, tutors o persones significatives per la persona gran).*

**És molt important que acompanyem a les famílies en tot allò que poden necessitar** i desitgen com també que fomentem la seva participació (sempre que la pròpia persona i la família així ho desitgin).

*De fet, la família ha de poder participar de tot el dia a dia del seu familiar respectant el funcionament del centre i les persones que hi viuen. I sobretot, la voluntat de la pròpia persona.*

No obstant, evitem que la interlocució recaigui exclusivament en la família. **La persona usuària ha de ser sempre la protagonista i ha de poder expressar el que vol i que es respecti la seva voluntat.** I si la persona no pot expressar-ho, la família i els professionals actuem pensant en allò que la persona voldria.

**Potenciem accions orientades a promoure la participació i el diàleg amb la família:**

- **Impulsem un intercanvi periòdic d'informació** a través del professional de referència. **ESCOLTEM.**
- Oferim un tracte respectuós i amable.
- Ajustem les expectatives a l'atenció que dispensa el centre.
- Fomentem la participació a les festes que es celebren (carnestoltes, festes institucionals, gimcanes, excursions, celebració de l'aniversari de la persona, etc).
- Oferim un espai privat per rebre les visites i disposar d'intimitat.
- Oferim la possibilitat de que la família comparteixi aspectes de la cura. *Per exemple, acompanyar al llit, donar l'esmorzar, etc.*
- Oferim la possibilitat de realitzar àpats al centre (àpats persona gran i família).
- Proposem activitats a la persona per reforçar el vincle familiar. *Per exemple, la realització d'un arbre genealògic, una caixa de records, una memòria de vida, etc.*

### I tenim en compte els drets que tenen els diferents membres de la família:

- Cuidar-se a si mateixos, dedicar-se temps i fer activitats sense la persona gran, sense tenir sentiments de culpa.
- Expressar els seus sentiments de tristesa, ràbia o enutjament per veure la malaltia o la pèrdua de la persona que estima.
- Cometre errades i ser disculpats per aquestes.
- Resoldre per si mateixos aquelles qüestions de les que són capaços i a preguntar sobre aquelles que no entenen o desconeixen.
- Ser tractats amb respecte.
- Escoltar i atendre les seves pròpies necessitats.
- Estimar-se a si mateixos reconeixent que fan tot el possible.
- Alliberar-se de sentiments i pensaments negatius.
- Seguir amb la seva vida i gaudir d'ella.
- Rebutjar qualsevol intent que faci la persona que cuiden per manipular-los i fer-los sentir culpables.
- Estar orgullosos per la tasca que fan.
- A ser ells mateixos.

### Les famílies poden necessitar un acompanyament especial en diferents moments:

- quan la persona gran s'incorpora per primera vegada al centre (adaptació de la persona i la família),
- a mesura que l'envelliment va deteriorant a la persona,
- si apareix alguna malaltia,
- si apareixen patologies de la memòria o s'agreugen,
- si apareixen conflictes familiars,
- al final de vida de la persona gran, etc.

En totes aquestes situacions, nosaltres acompanyem a les famílies que ho desitgen i en la mesura que volen, respectant els seus ritmes.

### Conductes que poden allunyar del clima de confiança amb la família i que hem d'evitar

- Pensar que les famílies són un problema.
- Etiquetar i/o jutjar a les famílies.
- Pensar que la incorporació en un centre significa abandonament.
- Fer expressions i/o comentaris culpabilitzadors i/o que facin sentir malament a les famílies.
- Criticar o fer comentaris negatius de la família davant de la persona gran.
- Reforçar crítiques o queixes de la persona gran envers la família.
- Donar respostes taxatives.
- Generar falses expectatives envers la cura, l'atenció, l'acompanyament i la salut.
- Fer ús de normes rígides que dificultin la cooperació i la presència de les famílies en el centre.
- No escoltar a la família.
- Estar convençuts de que no hi ha opcions per a millorar la participació de les famílies.



# Conclusions

Totes les accions que portem a terme es centren en la persona gran i en el seu benestar de manera que la persona pugui viure en el nostre centre com si estigués a casa seva.

Intentarem donar respostes positives a les preguntes següents:

- Què farem per mantenir la il·lusió d'una persona a qui la seva millor alternativa és anar a un recurs per a la gent gran?
- Què farem per donar continuïtat al seu projecte de vida?
- Com li facilitarem la presa de decisions?
- Com ho farem per portar a terme les seves voluntats i, a la vegada, seguir les prescripcions mèdiques que afecten a la seva salut?

Per qüestions d'ètica i de dignitat, no podem retallar cap projecte de vida i hem de consensuar amb la persona gran tot allò que l'hi ha de permetre viure i ser feliç.

I en aquest sentit, el primer que canviarem és la paraula "atendre". La substituïm per la paraula "**acompanyar**"; perquè "acompanyarem" a la persona gran en un nou període de la seva vida, que també pot ser de plenitud, on la persona pot i ha de viure sense deixar de fer allò que li agrada i que forma part de la seva història de vida.

**En els centres per a gent gran que gestiona SUMAR, volem que la persona gran es senti com a casa, feliç i realitzada. I no l'atenem, l'acompanyem.**

Aquest document és complementari al document d'actituds i la seva finalitat és la de posar la base per implantar l'Atenció Centrada en la Persona (ACP).

Amb ell pretenem donar-te a conèixer les bases imprescindibles per a una bona atenció i acompanyament a les persones grans. I esperem que serveixi per fer-te una idea dels mínims necessaris i imprescindibles per poder avançar en l'ACP.

Al llarg dels anys hem pogut comprovar com treballant des de l'atenció centrada en la persona s'incrementa la percepció de felicitat en la persona gran i alhora, s'empodera als professionals que treballen els nostres centres.

L'ACP és una manera de fer, una manera de treballar, no és un destí i per tant, hi ha molt per caminar, aprendre i avançar. En tots els canvis i millores, t'ajudarem.

Des de SUMAR posarem a la teva disposició, documents i formacions que et permetran, precisament, fer aquest avenços i millorar a nivell professional per assolir l'objectiu principal: acompanyar millor a les persones i fer que es sentin més felices.

Tot plegat no és possible si no tenim garantits uns mínims, imprescindibles, que esperem que aquest document reflecteixi i que esperem assolis per seguir avançant. Estem segurs que així serà.

A SUMAR, tothom, des de la direcció general fins als professionals d'atenció directa dels nostres centres, segueix la mateixa direcció per innovar, avançar i aconseguir que les bones pràxies des de l'ACP siguin una realitat en tots i cadascun dels nostres centres.

T'HI SUMES?

Benvingut/Benvinguda!

## RESULTATS

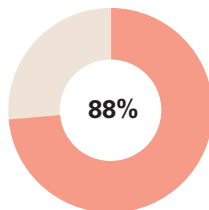
L'impacte positiu sobre el benestar, la qualitat de vida i la felicitat de les persones grans que s'acompanyen en base a un model d'atenció centrada en la persona, ja és una realitat.

Fa més de 5 anys que SUMAR va començar a introduir el model d'atenció centrada en la persona en base al programa "Tu decideixes com vols envellir" als centres de gent gran i un primer estudi comparatiu de l'impacte del model entre persones grans que viuen en un centre tradicional i d'altres que viuen en un centre amb un model d'atenció centrada en la persona, confirma la necessitat d'avançar cap a aquest nou model d'atenció a la gent gran.

Alguns dels resultats més significatius de l'estudi portat a terme entre SUMAR i la Fundació Salut i Envel·liment de la UAB són els següents:

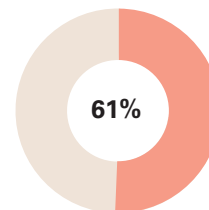
### Viure a casa

Consideren que el lloc on viuen és casa seva tot i ser diferent de la seva casa anterior



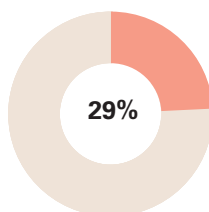
### Sentir-se alegre i de bon humor

Se senten alegres o de bon humor la major part del temps



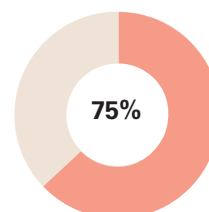
### Qualitat de vida

Consideren que hi ha hagut una millora de la seva qualitat de vida en els últims 6 mesos



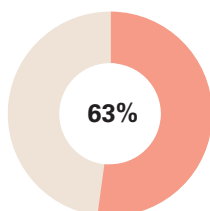
### Hora de llevar-se

Consideren que poden escollir l'hora que es lleven



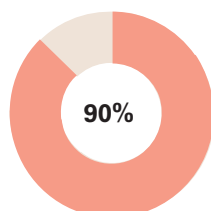
### Escollir què vull menjar

Consideren que poden escollir què volen menjar



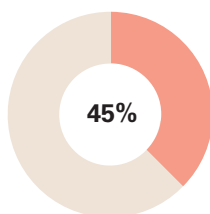
### Passar bones estones

Consideren que els professionals els fan passar bones estones



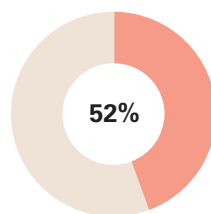
### Sentir-se actiu i enèrgic

Se senten actives i amb energia la major part del temps



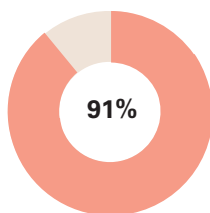
### Participació en activitats

Consideren que participen en activitats importants

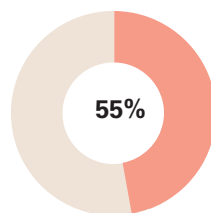


### Sentir-se acompanyat pels professionals

Se senten acompanyats pels professionals en el seu dia a dia

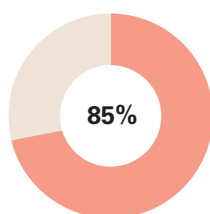


Consideren que participen en activitats divertides



### Anar al lavabo

Consideren que poden anar al lavabo sempre que volen



Consideren que participen en activitats que s'ajusten als seus interessos

