



Chaves Cinthya, Fernández Karen y Prendas Elsa. (2001). Programa de Capacitación y acompañamiento al cuidador(a) de personas adultas mayores atendidas en el Hospital Nacional de Geriátrica y Gerontología Dr. Raúl Blanco Cervantes. Práctica Dirigida de Graduación para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería. Universidad de Costa Rica.

RESUMEN

Introducción. El envejecimiento es una etapa más del desarrollo humano que debe ser vivida dignamente de acuerdo a las capacidades y potencialidades del individuo. Por esto la atención se centra más en fortalecer aquellas potencialidades que el individuo tiene para poder garantizar que su calidad de vida mejore y no se deteriore.

Entre los apoyos con que puede contar el área de enfermería la familia en la mayoría de los casos constituye la principal fuente de apoyo social de la persona adulta(o) mayor; más aún en el ámbito hospitalario donde el usuario se enfrenta a un ambiente diferente, es por esta razón que el (la) cuidador(a) necesita una adecuada preparación para cubrir algunas necesidades básicas y para manejar el estrés y ansiedad que esta tarea le genera.

Objetivos.

-Fortalecer los conocimientos y habilidades de los (las) cuidadores(as) de las personas adultas mayores, con el propósito de desarrollar habilidades en la atención brindada por el (la) cuidador(a), mediante un programa de capacitación.

-Brindar un acompañamiento oportuno a los (las) cuidadores(as) de las personas adultas mayores, con el fin de facilitar su proceso personal.

Metodología. Modalidad de práctica dirigida; se elaboró un diagnóstico como punto de partida para elaborar e implementar un Programa de Capacitación y Acompañamiento a los Cuidadores(as) de Personas Adultas Mayores. Comprendió cuatro unidades, la primera denominada "El síndrome del cuidador"; la segunda "Cuidados básicos de la persona adulta mayor", la tercera unidad, fue "Socialización de la persona adulta mayor", la cuarta "Cuando llega el momento de decir adiós".

Resultado. La edad de los entrevistados alcanzó un promedio de 47.8 años, son las mujeres sobre quienes recae la responsabilidad de cuidadoras. Un 55% de los cuidadores han solicitado ayuda a sus familiares y estos la brindan, pero es poco significativa ya que siempre el rol de cuidador(a) recae en una sola persona, esta ayuda que reciben de sus familiares no es continua es únicamente si fue solicitada, no se comparten las tareas de cuidador(a). La enfermera(o), es la profesional en salud que mayor porcentaje alcanzó al brindar ayuda a los cuidadores de las personas adultas mayores; seguida por el personal médico quien también constituye un importante medio para las consultas de los cuidadores.

Conclusión. El cuidador por si sólo debe enfrentar la presencia de sentimiento tales como temor, duda, enojo, cansancio y ansiedad entre otros contribuyendo a su desequilibrio físico y mental.

Descriptor: Menopausia, Climaterio, Crecimiento y desarrollo humano

