

Manual de **Cuidados Domiciliarios**  
**Cuadernillo N° 4**  
**Cuadernillo de ejercicios**



Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores

SECRETARÍA NACIONAL DE NIÑEZ, ADOLESCENCIA Y FAMILIA



200 AÑOS  
BICENTENARIO  
ARGENTINO



Ministerio de  
Desarrollo Social  
Presidencia de la Nación





## **AUTORIDADES**

Presidenta de la Nación

***Dra. Cristina Fernández de Kirchner***

Jefe de Gabinete de Ministros

***Dr. Aníbal Fernández***

MINISTRA DE DESARROLLO SOCIAL

***Dra. Alicia Kirchner***

SECRETARIA NACIONAL DE NIÑEZ, ADOLESCENCIA Y FAMILIA

***Lic. Marcela Paola Vessvessian***

DIRECTORA NACIONAL DE POLÍTICAS PARA ADULTOS MAYORES

***Dra. Mónica Roqué***

UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

***Decano Dr. Orlando Cano***

***Vicedecana Esp. Alicia Zanguellini***





Manual de cuidados domiciliarios : cuadernillo de ejercicios / Monica Laura Roqué ... [et.al.] ; compilado por Monica Laura Roqué. - 1a ed. - Buenos Aires : Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia, 2010.

v. 4, 64 p. ; 21x17 cm.

ISBN 978-987-25954-6-3

I. Gerontología. I. Roqué, Monica Laura II. Roqué, Monica Laura, comp.

CDD 618.97

Fecha de catalogación: 06/10/2010

Primera edición: diciembre de 2010

Impreso en Mar del Plata - Pcia. de Buenos Aires

Tirada: 2000 ejemplares

Prohibida su reproducción total o parcial.

Queda hecho el depósito que dispone la Ley 11.723.

**ISBN: 978-987-25954-1-8**

**ISBN: 978-987-25954-6-3**

**Compiladora:** Dra. Mónica Roqué

Directora Nacional de Políticas para Adultos Mayores - Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia - Ministerio de Desarrollo Social de la Nación.

**Procesamiento didáctico:** Lic. Teresita Sotelino

**Diseño y Producción Editorial:** Analía Elía

*Una marca de género:*

El presente Manual está escrito usando el masculino como genérico, para evitar la sobrecarga gráfica de poner el femenino y el masculino en cada nominación. Por favor, léase esto sólo como una simplificación gráfica, ya que promovemos la igualdad de género en todas sus manifestaciones.





# Manual de Cuidados Domiciliarios

Cuadernillo

N° 4

## Cuadernillo de ejercicios





# Índice

<b>Prólogo.....</b>	<b>11</b>
<b>La intervención del Cuidador Domiciliario. Cuadernillo de ejercicios ...</b>	<b>15</b>
Introducción .....	17
Caso 1 .....	18
Caso 2 .....	20
Caso 3 .....	24
Caso 4 .....	26
Caso 5 .....	28
Caso 6 .....	31
Caso 7 .....	34
Caso 8 .....	37
Caso 9 .....	39
Caso 10 .....	41
Crucigrama.....	44
Haciendo historia .....	45
Recreación y tiempo libre.....	48
Recreando experiencias .....	50
Para trabajar y trabajarse.....	51
Caso 11 .....	54
Caso 12 .....	57
Acerca del rol del cuidador .....	59
Repensando conceptos.....	63
Autores.....	64





Estimado cuidador y cuidadora:

Este manual ha sido preparado para acompañarlo durante su formación.

Los tres primeros cuadernillos desarrollan los temas de estudio, mientras que el último es de ejercicios y casos prácticos. Al final de cada cuadernillo encontrará un glosario de términos, con el significado de las palabras que están identificadas en el texto con color **azul**.

Esperamos que se adueñe de este material, y lo utilice tanto como una carpeta de trabajo como un libro de consulta una vez que haya concluido su capacitación.

Le deseamos el mayor de los éxitos y esperamos que disfrute del aprendizaje.

Dra. Mónica Roqué  
*Compiladora*





## Prólogo

Cuando me piden un prólogo para una publicación destinada a los Adultos Mayores, pienso en que es una excelente oportunidad para hacer un recorrido por esta gestión que, desde cada una de las áreas que integran el Gobierno Nacional, viene tomando medidas a favor de nuestras personas mayores.

Pensar en la realidad social al comienzo de la gestión, es tener recuerdos dolorosos, relacionados con derechos perdidos, vulnerados, donde el trabajo ya no era el lugar de pertenencia e inclusión, y era preciso pensar en acciones que permitieran dar cuenta de las necesidades más inmediatas de la población excluida.

Hoy podemos decir, con orgullo, que ya no hablamos de necesidades sino de derechos, y hablar de derechos es decir que todos somos ciudadanos de un país que garantiza el acceso a bienes y servicios de calidad para la salud, la seguridad social, procurando la participación para la construcción de ciudadanía.

Ponemos eje en la familia, el trabajo y la organización social para el desarrollo pleno, y esto implica que las políticas sociales se constituyen en un factor clave, donde buscamos que sean éticas y justas, con una concepción de integralidad. Tal es así que, hoy en día, las políticas sociales que lleva a cabo el Ministerio de Desarrollo Social de la Nación están integradas en dos áreas denominadas “marcas”, donde tanto el trabajo como la familia se convierten en ejes de acción centrales:

- **ARGENTINA TRABAJA:** El trabajo es el mejor organizador e integrador social y constituye la herramienta más eficaz para combatir la pobreza y distribuir la riqueza. Además es una actividad clave en la vida de las personas, porque les permite desarrollar sus capacidades, sociabilizar y crecer con dignidad. Por eso entendemos que la generación de empleo digno y genuino es la mejor política social. Esta Marca engloba las siguientes herramientas: Monotributo Social; Microcrédito; Marca Colectiva; Centros Integradores Comunitarios; Talleres Familiares y de Grupos Comunitarios; Proyectos integrales socio productivos; Comercialización y Compre Social; Sistema de Identificación Nacional Tributario y Social (SINTyS).

- **FAMILIA ARGENTINA:** Las familias son el eje fundamental para la planificación y desarrollo de las políticas sociales porque son la organización social responsable de la reproducción de la vida en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Es el espacio privilegiado de la construcción subjetiva y del sostén identitario. Es por ello que el objetivo primordial de este eje es el fortalecimiento de las familias y comunidades, la participación ciudadana y la promoción y protección de derechos, a través de las siguientes estrategias: “Plan Nacional de Seguridad Alimentaria”, “Plan Nacional de Deportes”, “Plan de Abordaje Local – AHÍ”, “Pensiones No Contributivas”, “Niñez, Adolescencia y Familia”, “Primeros Años”, “Asistencia Directa a las Familias”.

Se trata, en definitiva, de un modelo de país inclusivo, integrador, que promueve la reconstrucción de los lazos sociales, el ingreso a través del trabajo y el fortalecimiento de las familias, como lugar de desarrollo de la persona.

En la actualidad, el creciente envejecimiento de las poblaciones es un fenómeno mundial sin precedentes que afecta más profundamente a los países de América Latina y El Caribe. Teniendo en cuenta que este fenómeno está produciendo una transformación en las sociedades actuales, es que debemos adecuar nuestro accionar hacia los Adultos Mayores, para asegurarles una mejor calidad de vida. La creciente población de Adultos Mayores debe ser integrada como destinataria de políticas sociales específicas por parte del Estado, pero también debe garantizarse que ellos mismos puedan ser artífices de su propia vida.

Es por ello que se han producido acciones de gobierno específicas de seguridad social, facilitando el acceso a las pensiones no contributivas, a las jubilaciones y a la asignación social.

Hoy podemos dar cuenta de un aumento considerable de pensiones no contributivas, destinadas a garantizar el acceso a un sistema de pensiones para aquellos que no han podido realizar aportes, con más de 1 millón de pensionados, y 2.400.000 de nuevos jubilados, amas de casa y jubilaciones anticipadas.

Generamos, a través de la Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores, acciones participativas y de integración, como “El Consejo Federal de Mayores”, “La experiencia cuenta”, el “Voluntariado social” y los “Cuidadores domiciliarios”, a lo

largo de todo el territorio nacional, con amplia participación de adultos mayores y una importante interacción intergeneracional. Asimismo, y para generar campañas de difusión, mecanismos de prevención y concientización social, se ha creado el Programa de Prevención de la Discriminación, el Abuso y el Maltrato hacia los Adultos Mayores.

Y teniendo en cuenta la necesidad de formar específicamente profesionales a lo largo de todo el territorio se ha creado la Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional, destinada a profesionales de varias ramas, que se especializan para la gestión de políticas, herramientas y acciones para la atención del adulto mayor, desde la mirada del derecho y la integralidad.

La formación de cuidadores domiciliarios resulta una tarea importantísima para garantizar el derecho de las personas mayores de “Envejecer en Casa”. Ya llevamos 17.000 cuidadores formados, cifra que se incrementa año a año, y esperamos que para cuando finalice el año sean 20.000. Es por ello que los convoco a estudiar, capacitarse aprender nuevas técnicas y conocimientos, pero también les pido que pongan al servicio de los mayores el compromiso, la solidaridad y el amor, porque sin ellos podremos ser buenos técnicos, pero seguro no seremos buenos cuidadores.

Un país justo se construye entre todos y todas, por ello, no hay caminos largos o cortos, sino los que vamos a encontrar en el trabajo colectivo, en la participación y en el ejercicio de nuestros derechos.

***Dra. Alicia Kirchner***

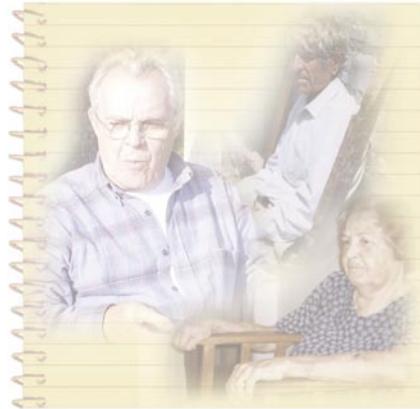




# La intervención del Cuidador Domiciliario



## Cuadernillo de ejercicios





## Introducción

Nos proponemos en esta instancia crear un espacio de reflexión sobre las posibilidades de intervención del cuidador domiciliario a partir del estudio de casos hipotéticos con la finalidad de brindarle herramientas para confrontar sus saberes previos, destrezas y habilidades, e imaginar posibles diseños de planificación de tareas.

Sabemos que no hay recetas mágicas, que cada situación, cada persona y sus circunstancias constituyen particularidades únicas e irrepetibles. **Además, es importante tener presente que las intervenciones y la forma de abordar cada situación se construyen con el otro, escuchando al otro en sus necesidades y deseos.**

Por otra parte, debemos tener en cuenta que cada región del país tiene características propias, recursos, posibilidades y limitaciones, que deberán formar parte del análisis.

*En síntesis, la idea es “entre-aprendernos”, enriquecernos con los distintos saberes y marcar rumbos para que en definitiva se pueda mejorar día a día la calidad de atención de los adultos mayores.*



## Caso I

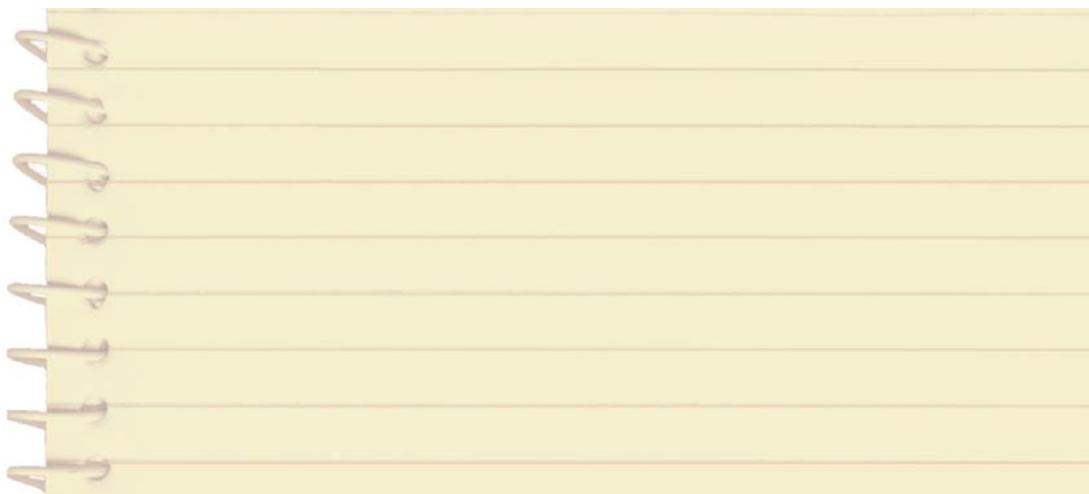
*La señora María tiene 75 años y es viuda. Vive en una casa propia de dos plantas con su hija, soltera de 50 años, que trabaja todo el día.*

*María presenta secuelas de accidente cerebro vascular (ACV) por lo que deambula con bastón. Requiere ayuda en alguna de las actividades de la vida diaria, referidas básicamente al cuidado personal. Asimismo, presenta temor a salir de su casa por miedo a caerse. Previo al episodio neurológico, María concurría con frecuencia al Centro de Jubilados de su barrio y participaba activamente del coro parroquial.*

*Recientemente, recibió la visita de unas amigas del Centro de Jubilados preocupadas por su prolongada ausencia, quienes la encontraron angustiada y desanimada. Se comunicaron con la hija y ésta decidió solicitar el servicio de un cuidador domiciliario.*

Si usted fuera convocada por la hija de María para cuidarla durante el horario en que hasta el momento permanecía sola en su vivienda, imagine:

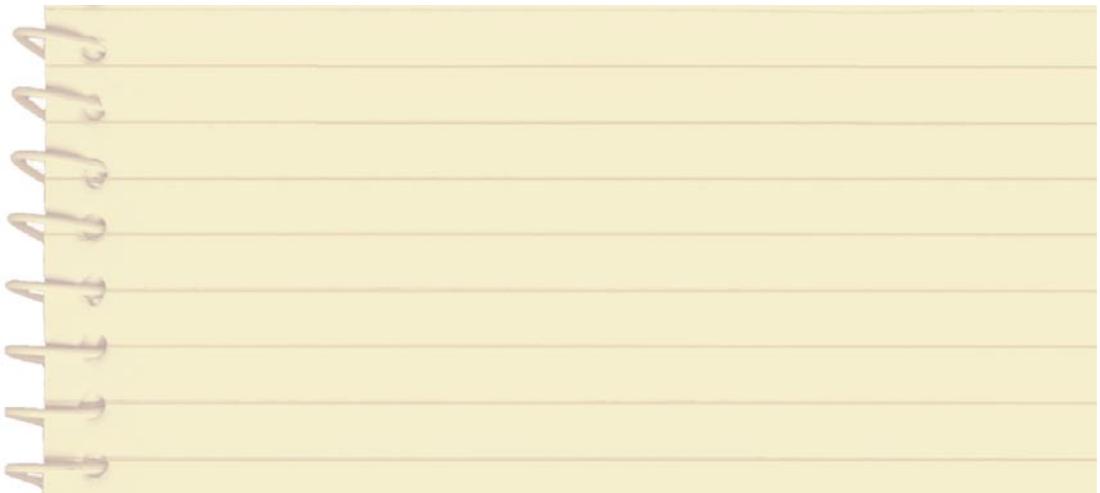
### I. ¿Qué plan de intervención propondría?



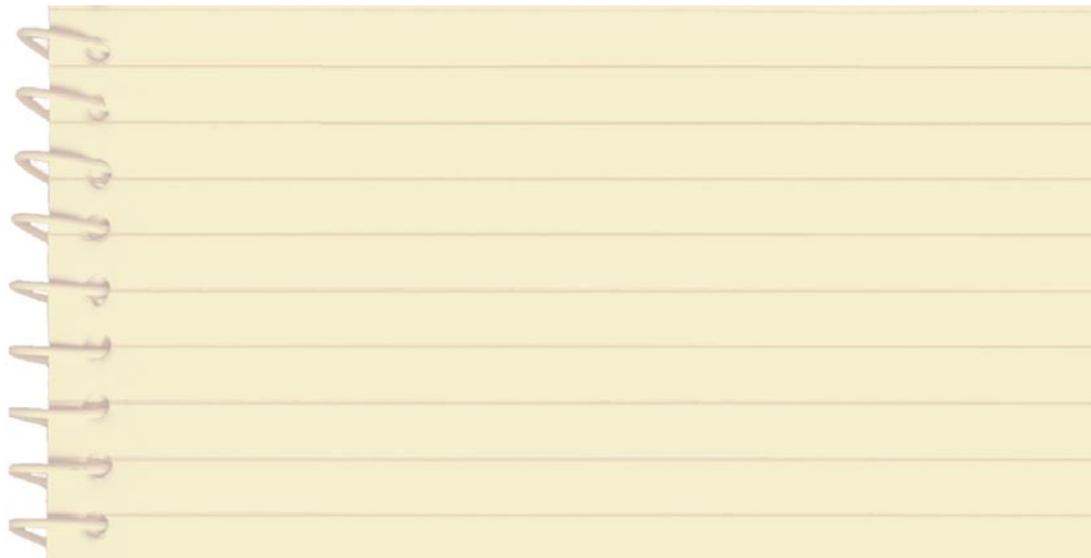
**2. ¿Qué otros datos considera importantes conocer y profundizar con el fin de definir dicha estrategia de intervención? Justifique.**



**3. ¿Qué actividades de apoyo para la vida diaria privilegiaría con su intervención? Fundamente.**



**4. ¿Cómo relacionaría los conceptos de discapacidad, barreras arquitectónicas y ayudas técnicas con el presente caso? Justifique.**



## Caso 2

*El Señor Juan tiene 81 años y recientemente estuvo internado debido a una operación de cataratas. Además de sus limitaciones visuales, Juan presenta diagnóstico de demencia tipo Alzheimer, en los primeros estadios. Debido a su cuadro de hipertensión arterial, por indicación médica, debe realizar dieta nutricional hiposódica.*

*Juan vive con su esposa, Elsa de 78 años, que presenta cuadro de artrosis y diabetes tipo II.*

*Sus dos hijos están casados y viven en la ciudad, a una distancia de 300 Kms. de la zona rural en la que viven Juan y Elsa.*

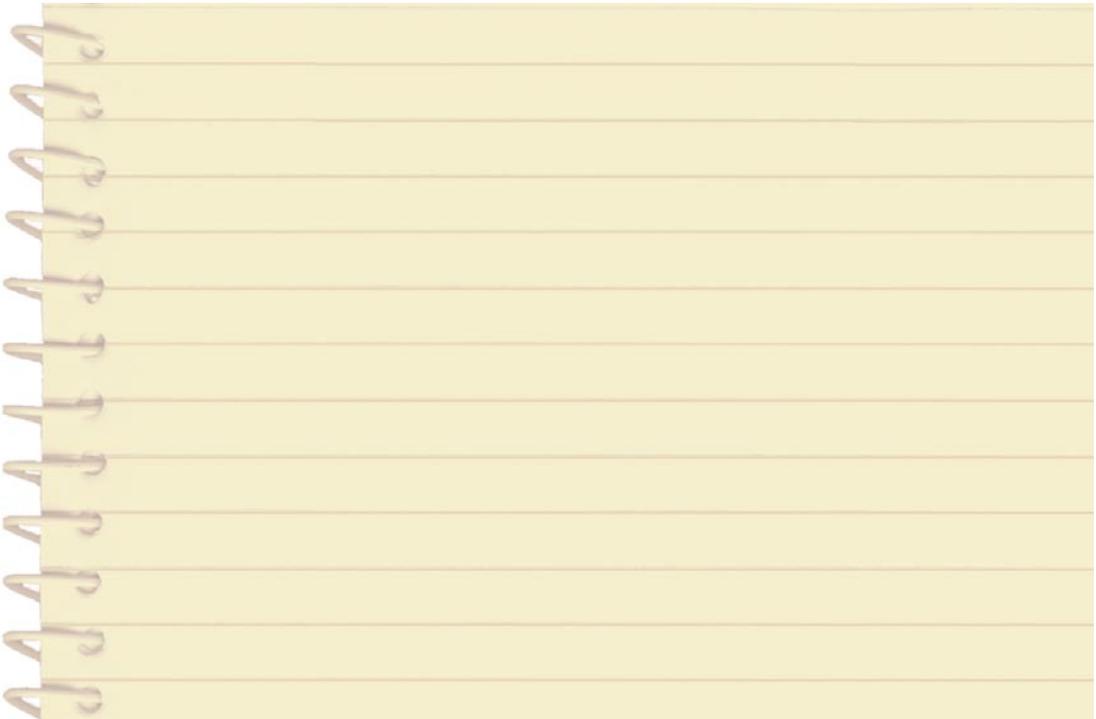


*Si bien el matrimonio tiene algunos lazos afectivos con sus vecinos, dado que en el último tiempo han salido poco de su vivienda, los mismos se han debilitado y se sienten solos.*

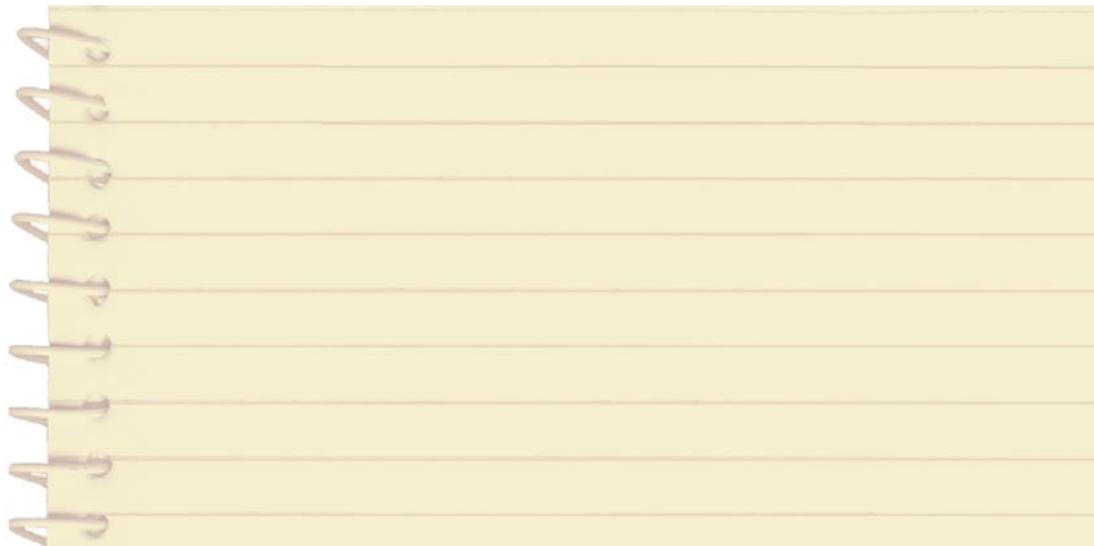
*Sus hijos, preocupados por la situación de sus padres, deciden contratar un Cuidador Domiciliario para que los ayude y acompañe durante todo el día de lunes a sábados ya que los fines de semana sus hijos se alternan para visitarlos y permanecen con ellos.*

Imagine que es Ud. el cuidador domiciliario seleccionado:

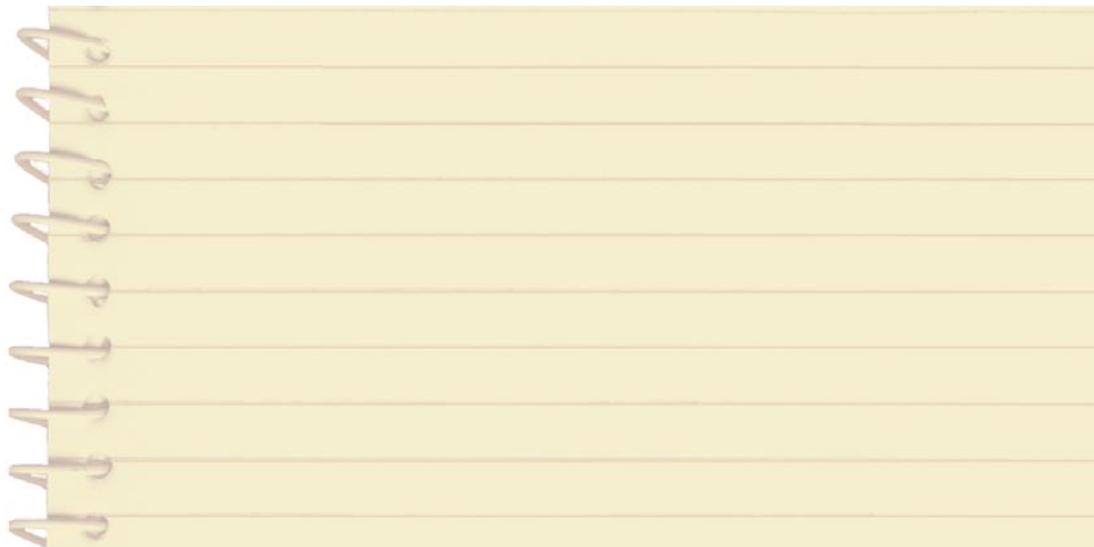
**I. De la información anterior ¿considera que un solo cuidador puede hacerse cargo de la necesidad de cuidados que presenta el matrimonio? Justifique.**



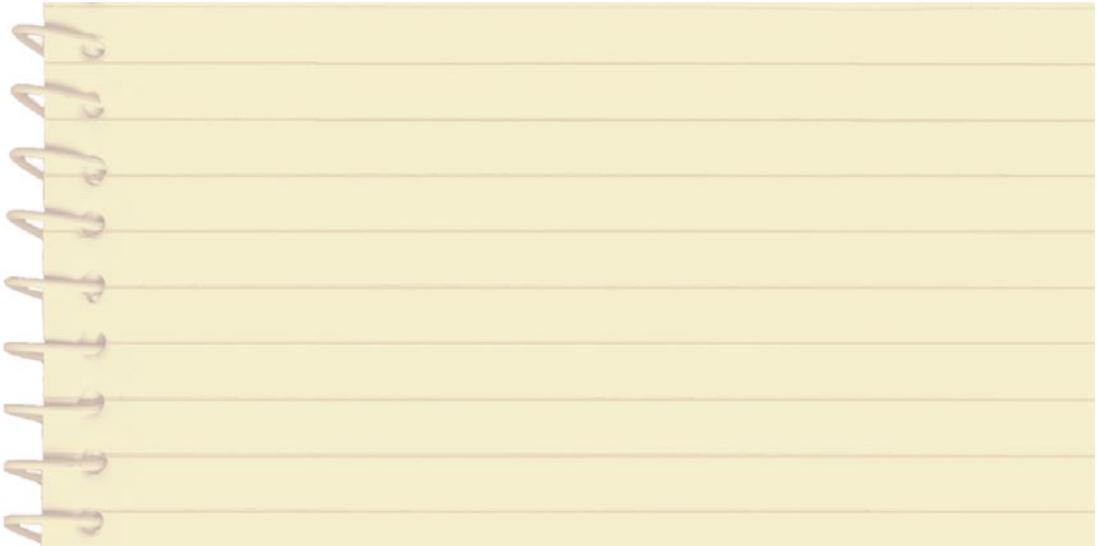
**2. ¿Qué aspectos sobre el Alzheimer tendría en cuenta a efectos de planificar sus tareas como cuidador? Fundamente.**

A blank, lined page from a spiral notebook, intended for writing the answer to question 2.

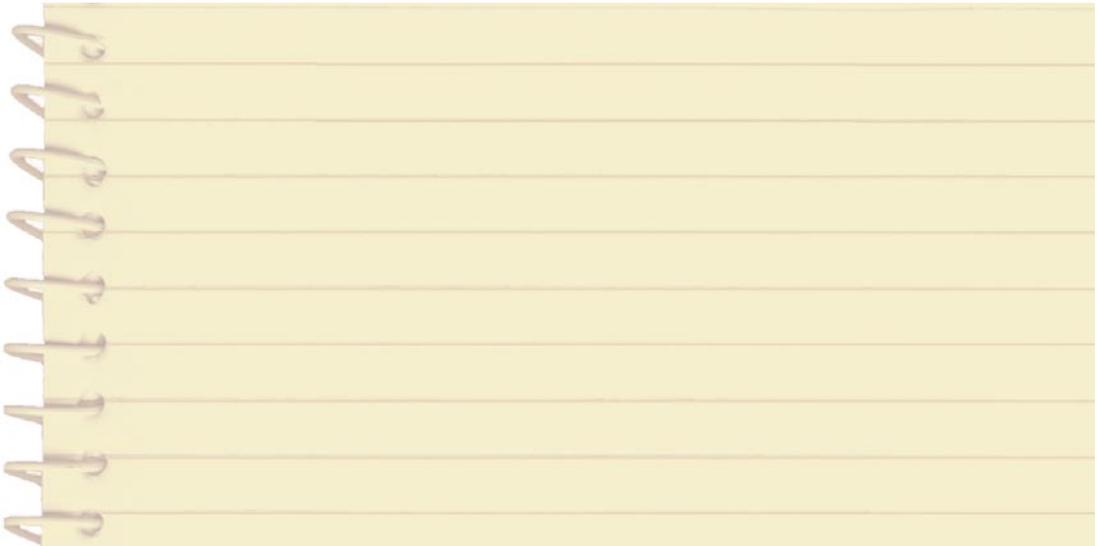
**3. ¿Es posible fortalecer la red de apoyo? Justifique.**

A blank, lined page from a spiral notebook, intended for writing the answer to question 3.

**4. A la hora de preparar la comida, ¿qué información considera relevante del matrimonio? Justifique.**



**5. En el caso que la dieta médica del matrimonio no coincida con los intereses de éste ¿qué haría? Justifique.**



## Caso 3

*Mirta de 75 años es jubilada y pensionada. Vive sola ya que enviudó recientemente, después de un matrimonio de 50 años, y no tuvo hijos. Sólo tiene una sobrina, Juana que se encuentra preocupada porque en su última visita la encontró acostada, en malas condiciones de higiene personal y en permanente crisis de llanto.*

*Juana trabaja, tiene 3 hijos menores y, si bien vive cerca, se le dificulta acompañar y atender la situación de Mirta. Es por ello que Juana decide pedir ayuda.*

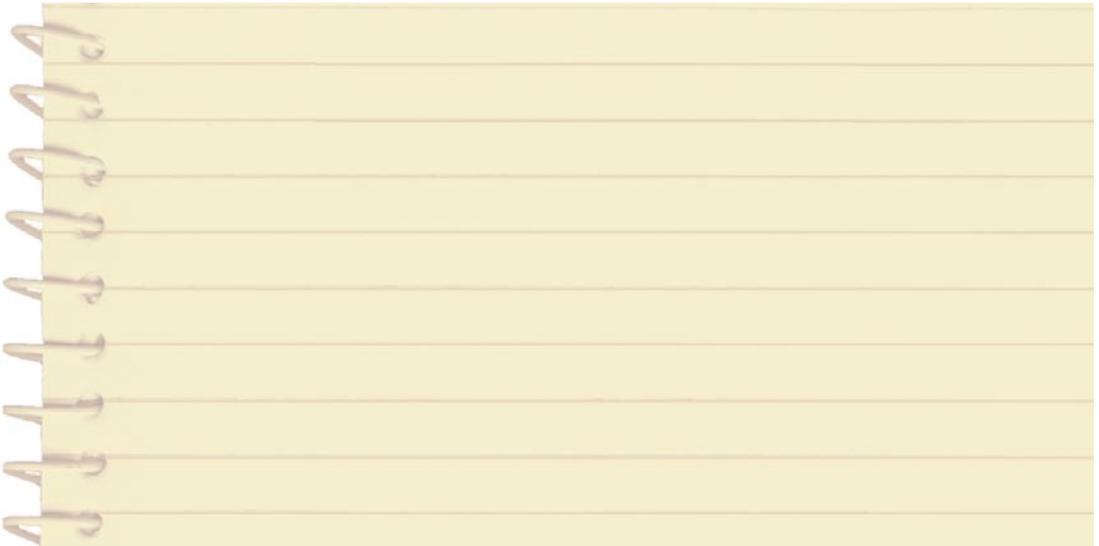


**I. Teniendo en cuenta los recursos del lugar donde Ud. vive: ¿Dónde podría concurrir Juana para pedir orientación?**

**2. ¿Qué datos considera relevantes de la situación de Mirta?**



**3. ¿Cómo imagina que será la vida de Mirta durante el próximo año? Justifique.**



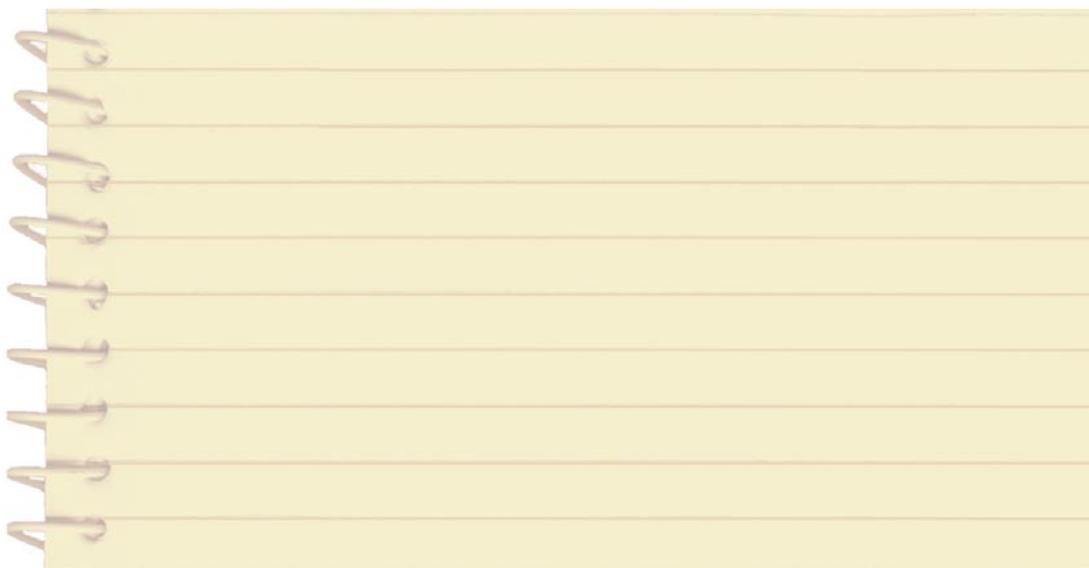
## Caso 4

*Elena es cuidadora domiciliaria egresada del Curso de Formación del Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios. Desde hace dos años, cuida a Pedro de 75 años, que presenta una discapacidad motriz y vive en una casa propia, en condiciones precarias, ubicada en una zona rural bastante poblada.*

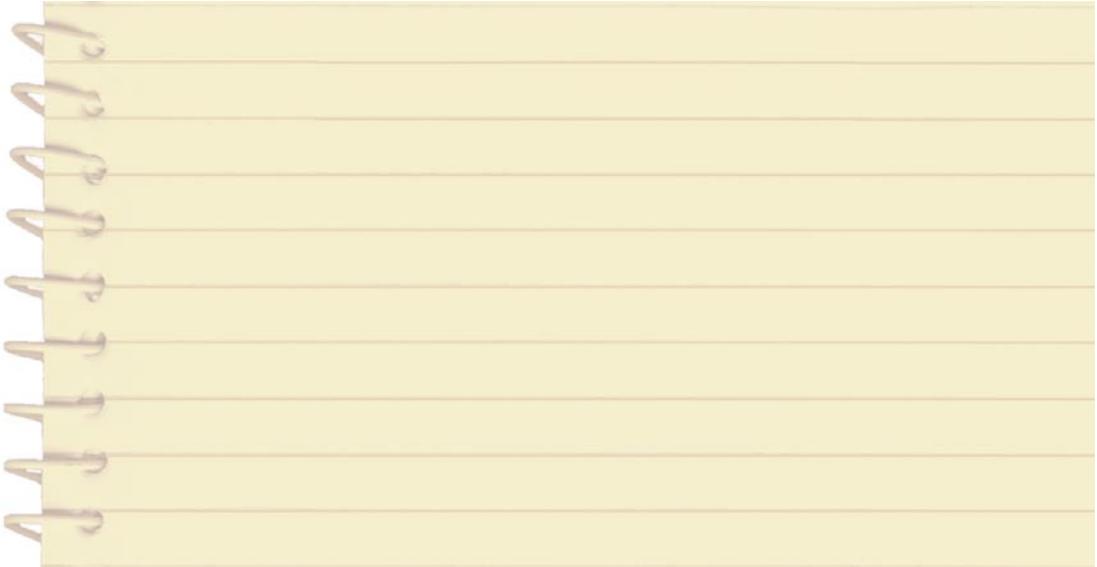
*Desde hace unos meses, el hijo mayor de Pedro llamado Roberto se separó y se quedó sin trabajo a causa de su alcoholismo, acrecentado en el último tiempo. Roberto se fue a vivir con su padre y últimamente presenta conductas agresivas hacia la cuidadora. Elena tiene miedo de seguir cuidando a Pedro y, si bien por momentos piensa en renunciar, no quiere abandonarlo y se angustia sin poder tomar ninguna decisión.*

Teniendo en cuenta los recursos institucionales formales o informales disponibles en su localidad:

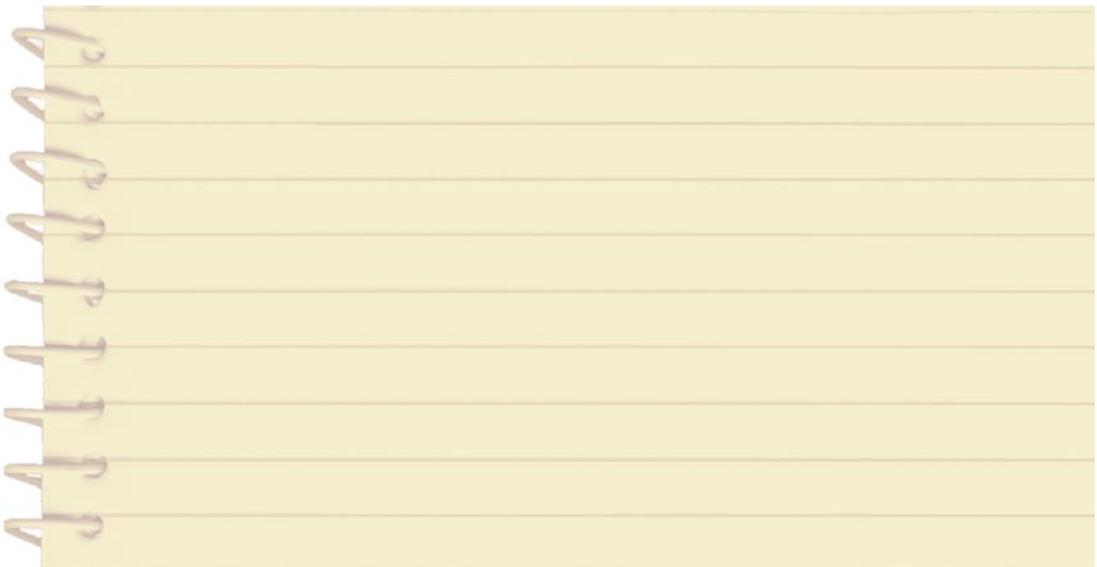
**I. ¿Que le aconsejaría a Elena en esta situación? Justifique.**



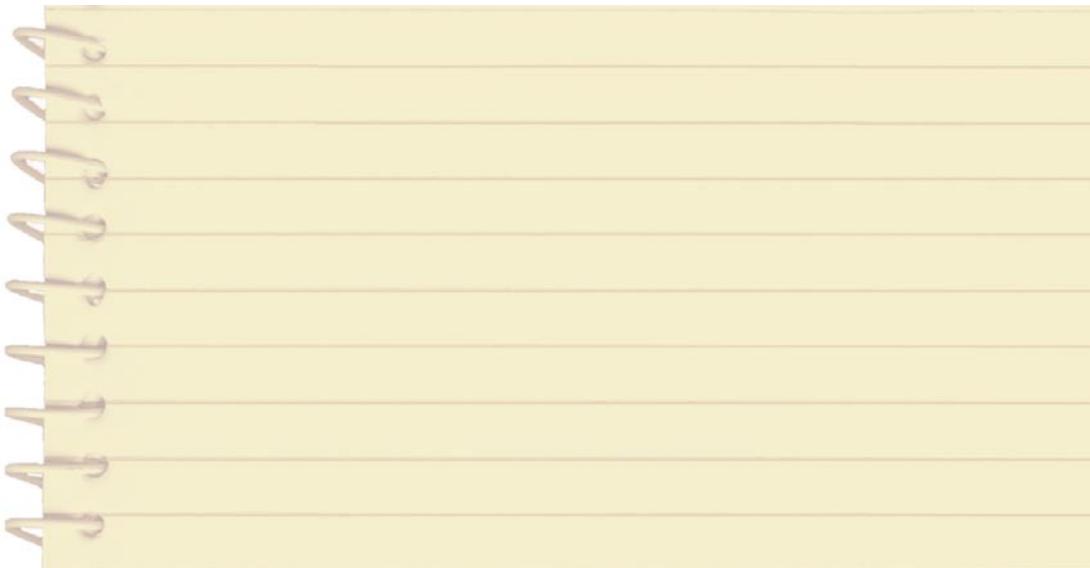
**2. ¿Que haría usted en su lugar? Justifique.**



**3. ¿A quién o dónde recurriría para solicitar orientación? Justifique.**



#### 4. Imagine que ocurriría si Elena finalmente decide renunciar. Explique.



## Caso 5

*Dora, de 81 años pensionada, sufre de mal de parkinson en estadio avanzado. Vive con su hija Patricia y su nieta adolescente, en una vivienda precaria. Reciben ayuda del Plan Alimentario Nacional y Patricia trabaja.*

*Concurre todos los días al domicilio una Cuidadora durante las horas del día en que la hija se ausenta y se ocupa de ayudar a Dora en todas las actividades de la vida diaria, especialmente de la higiene personal y su alimentación.*

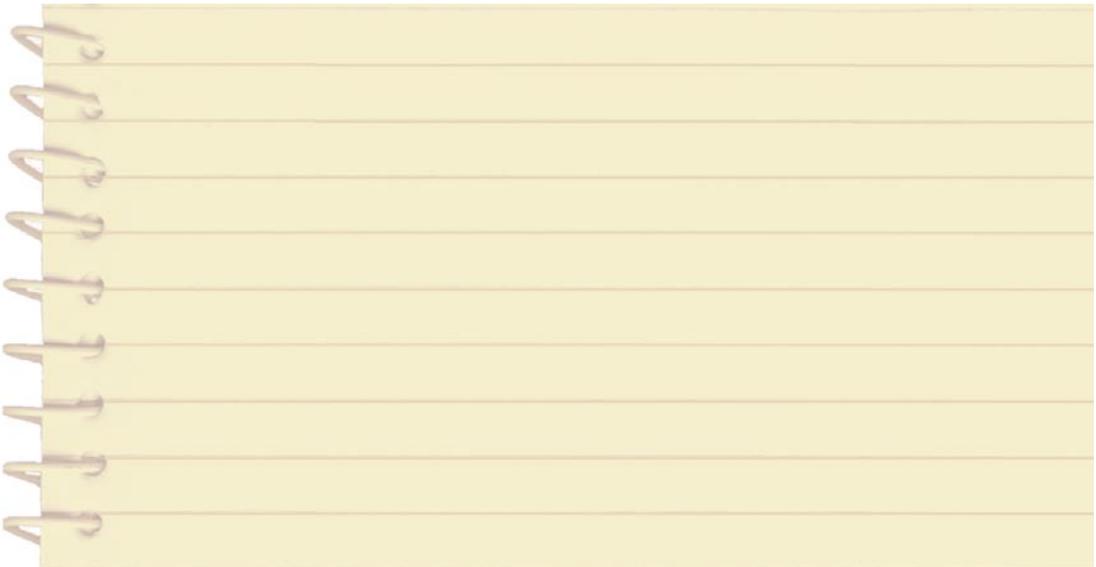
*Patricia inicia su jornada laboral a las 9 de la mañana pero como la cuidadora llega todos los días 15 minutos más tarde del horario convenido, llega tarde a su trabajo. Esta situación ha generado discusiones frecuentes entre Patricia y la cuidadora.*

Reflexione acerca de las llegadas tarde de la cuidadora.

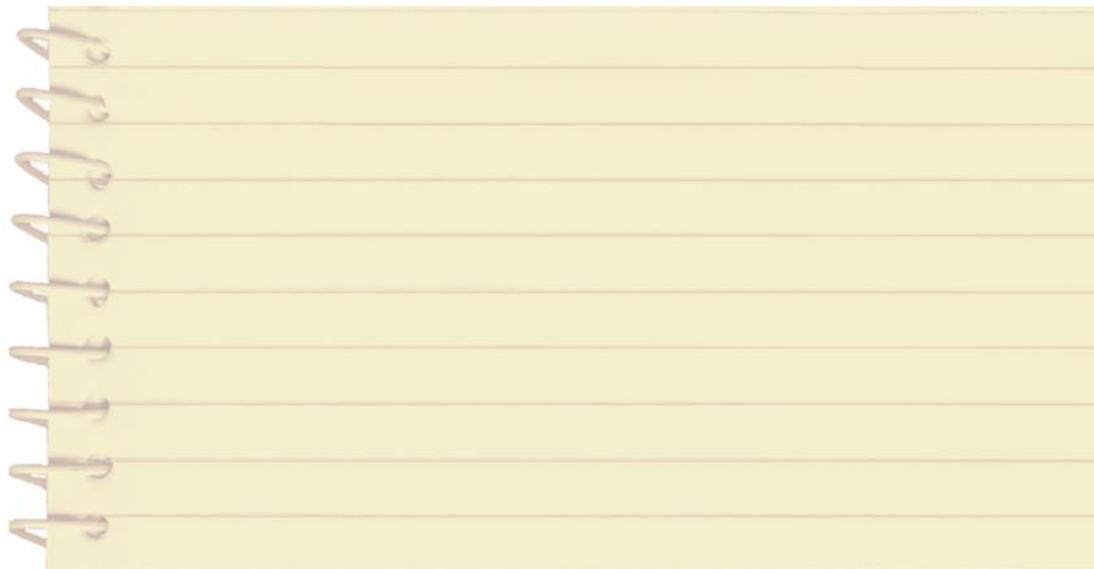
**1. ¿Considera que las mismas forman parte del encuadre de las tareas de la Cuidadora? Explique.**



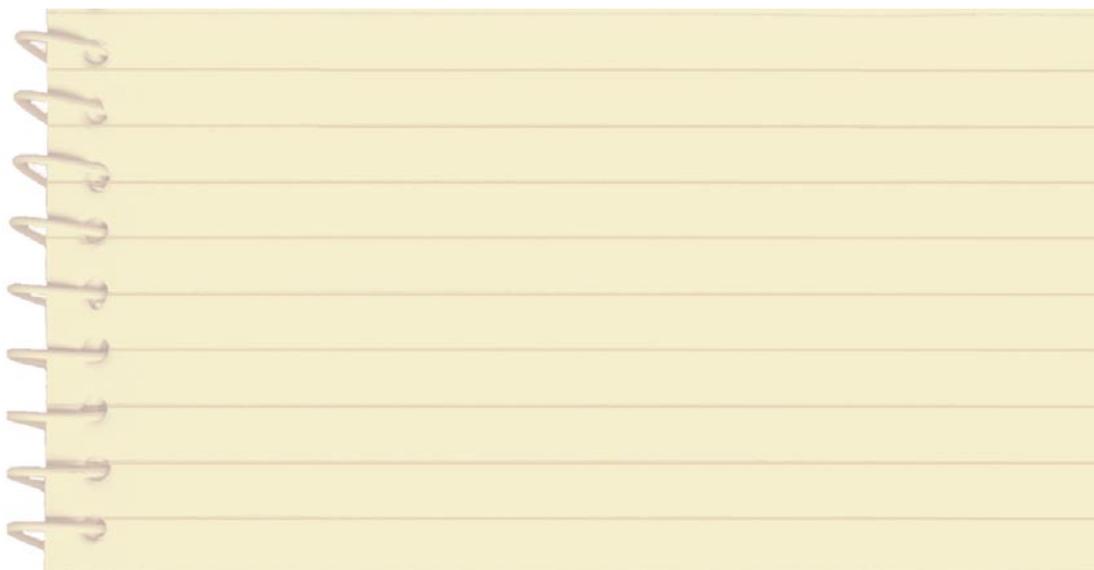
**2. ¿Cómo supone que podría resolverse esta situación?**



**3. ¿Qué diría Dora ante esta situación de conflicto? ¿Mediaría? ¿Tomaría partido por alguna de las dos? Justifique.**



**4. ¿Qué diría la nieta? ¿Podría ayudar?**



**5. En el caso que las llegadas tarde de la Cuidadora se sostengan en el tiempo ¿cómo considera que debería actuar Patricia? Justifique.**



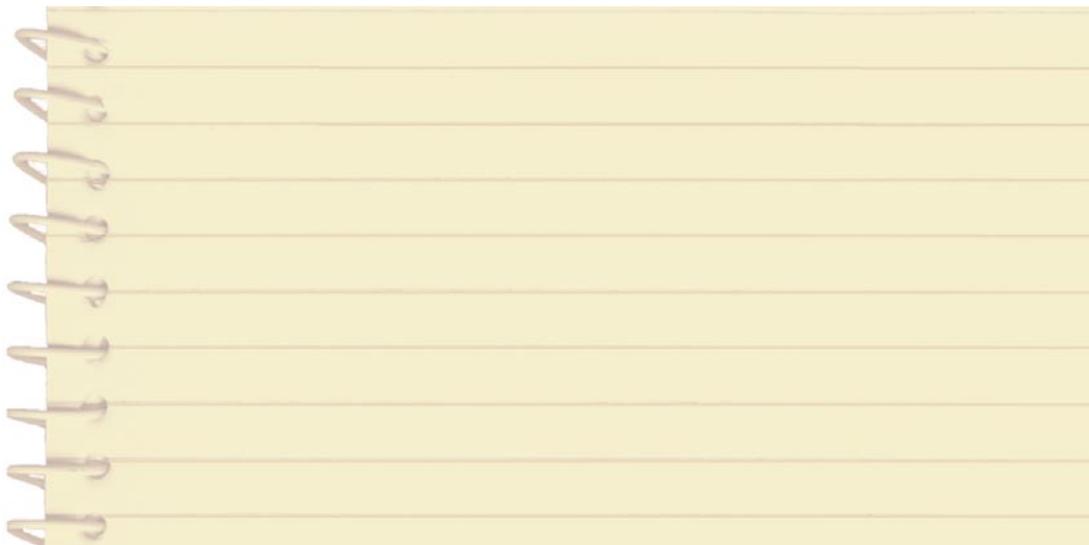
## Caso 6

*Pedro tiene 90 años de edad y presenta secuelas de accidente cerebrovascular. Por ello, tiene muy bajo grado de autovalimiento. Siempre convivió con su hija Nilda, de 70 años, viuda, quien en la medida de sus posibilidades le brinda atención en las actividades de la vida diaria.*

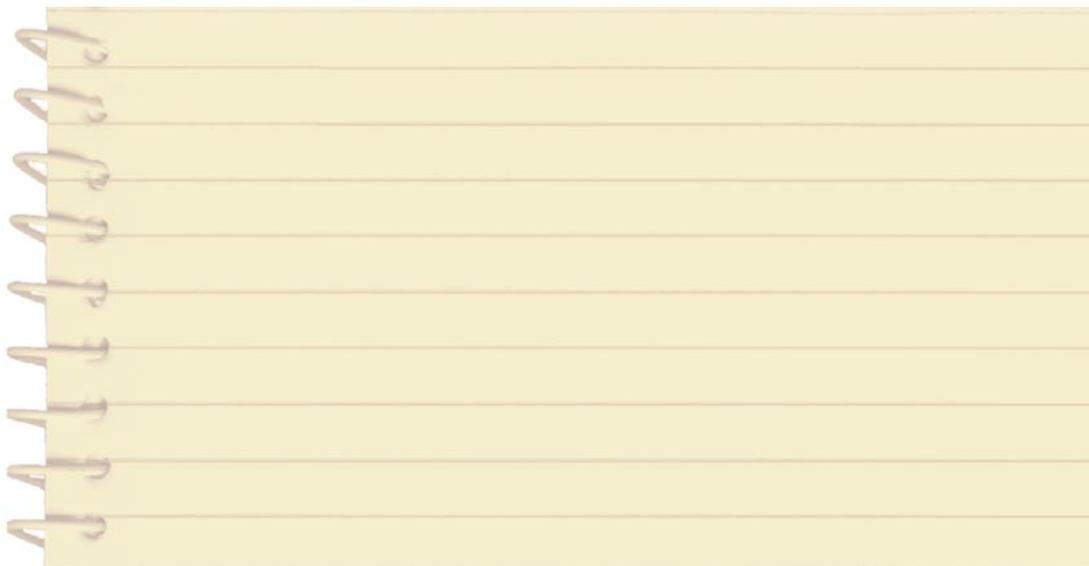
*En este momento, Nilda se encuentra con un alto nivel de estrés, desbordada por la situación, y se esguinzó un pie. Los nietos de Pedro viven en otra localidad y trabajan todo el día, con lo cual les es imposible hacerse cargo de la situación.*

*Pedro no posee obra social, es titular de una pensión no contributiva, único ingreso de este grupo familiar. No se encuentran en condiciones de contratar un cuidador.*

**1. ¿Qué alternativas de intervención propone para el abordaje de este caso? Explique.**



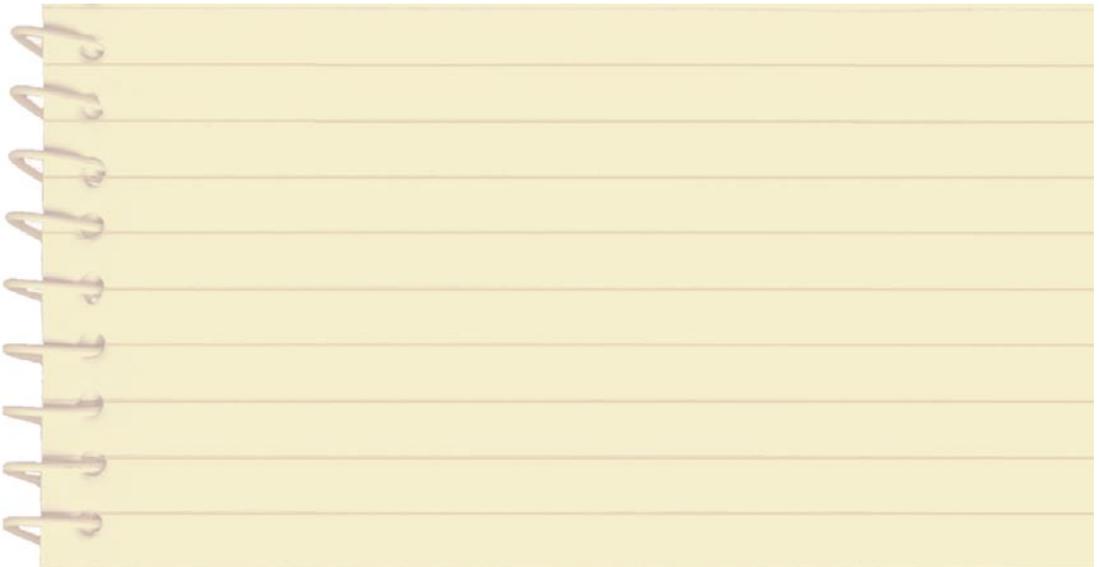
**2. Si contara con un cuidador ¿qué estrategias considera que debería priorizar? Justifique.**



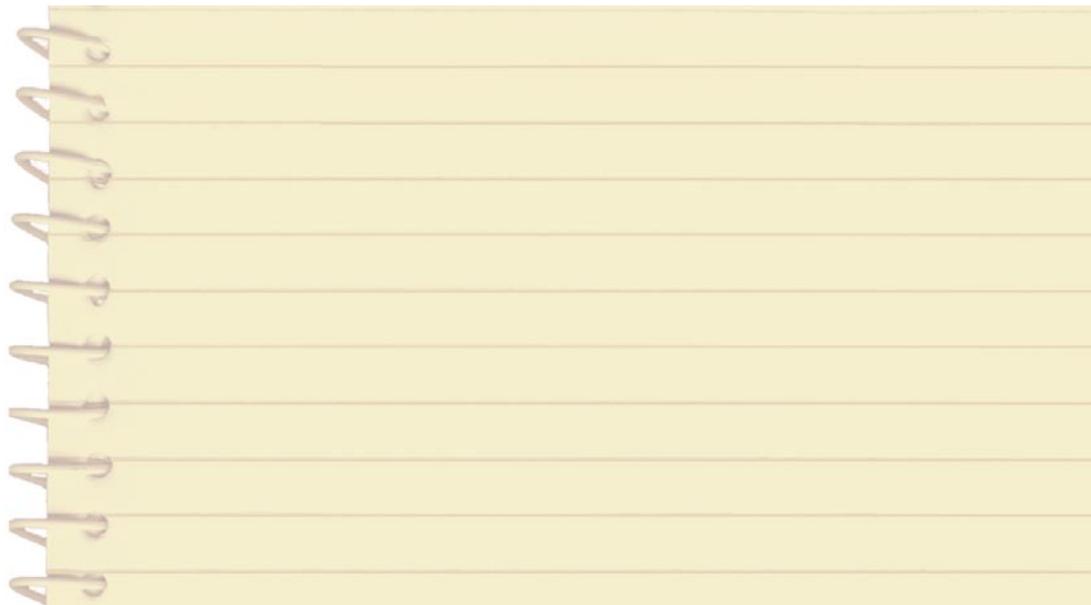
**3. Ante esta situación particular, ¿a quien debería estar destinada la estrategia de intervención?**



**4. ¿Qué cuestiones sociales atraviesan este caso?**



**5. ¿Cuáles son las posibilidades de contención con las que cuenta Pedro?  
¿En qué otras redes de apoyo se podría pensar?**



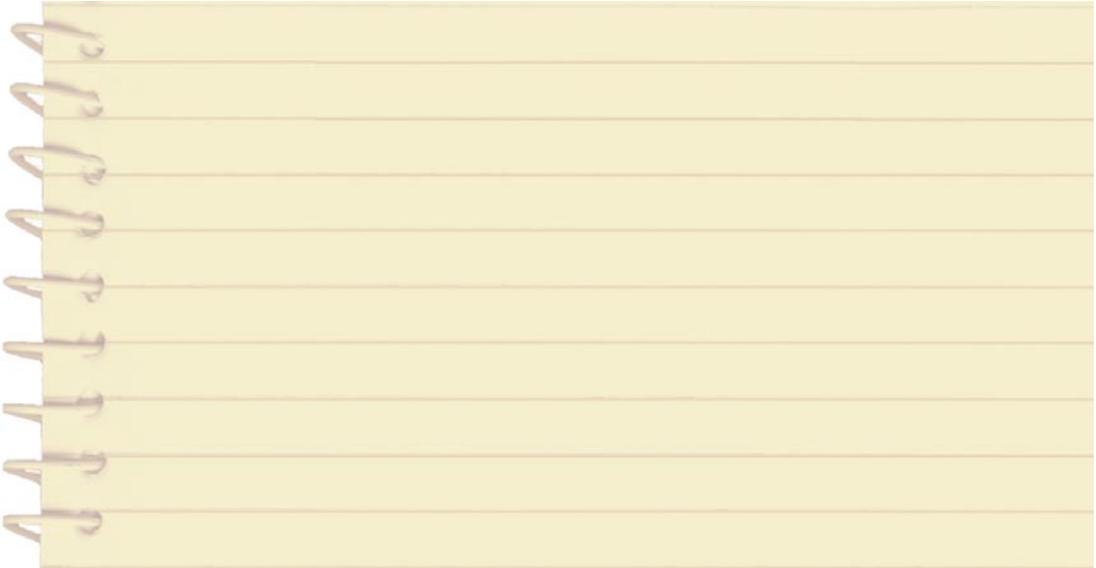
## Caso 7

---

*El Señor Carlos tiene 63 años de edad y vive con su hijo en una casa de dos plantas. Como consecuencia de su diabetes le tuvieron que amputar una pierna y tiene dificultades de movilidad. Carlos concurría diariamente a un centro de jubilados a jugar a las cartas y conversar con sus amigos, pero producto de esta situación, dejó de hacerlo.*

*Se la pasa encerrado casi todo el día en su casa, se olvida de tomar la medicación y se siente muy solo. Su hijo cada semana viaja por el interior del país por cuestiones laborales con lo que no puede hacerse cargo diariamente de su padre. Es por ello, que decide contratar a un cuidador domiciliario para que atienda al mismo.*

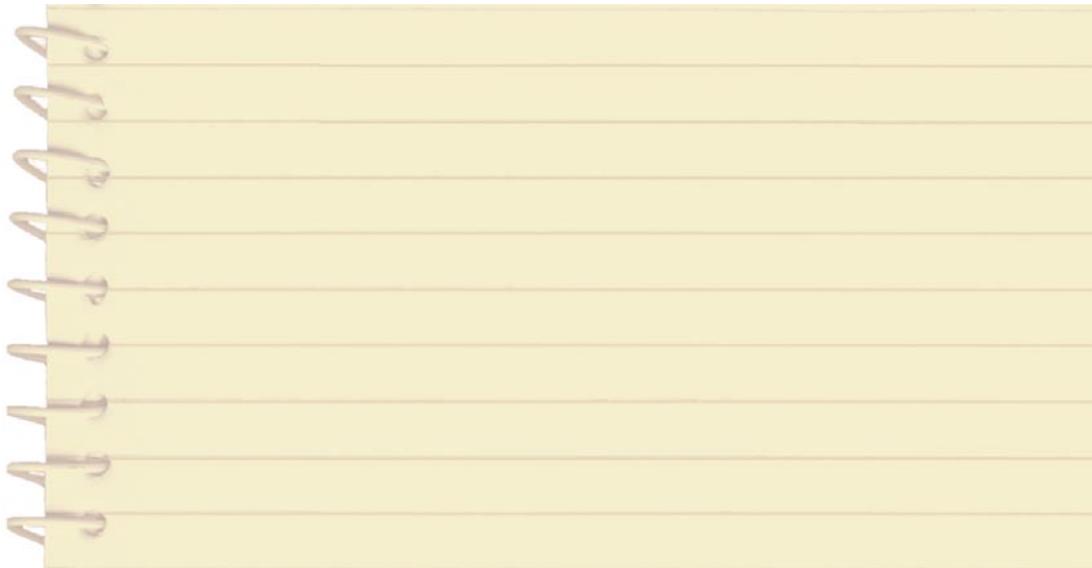
**1. ¿Cuáles son las tareas que debería realizar el cuidador de Carlos?**



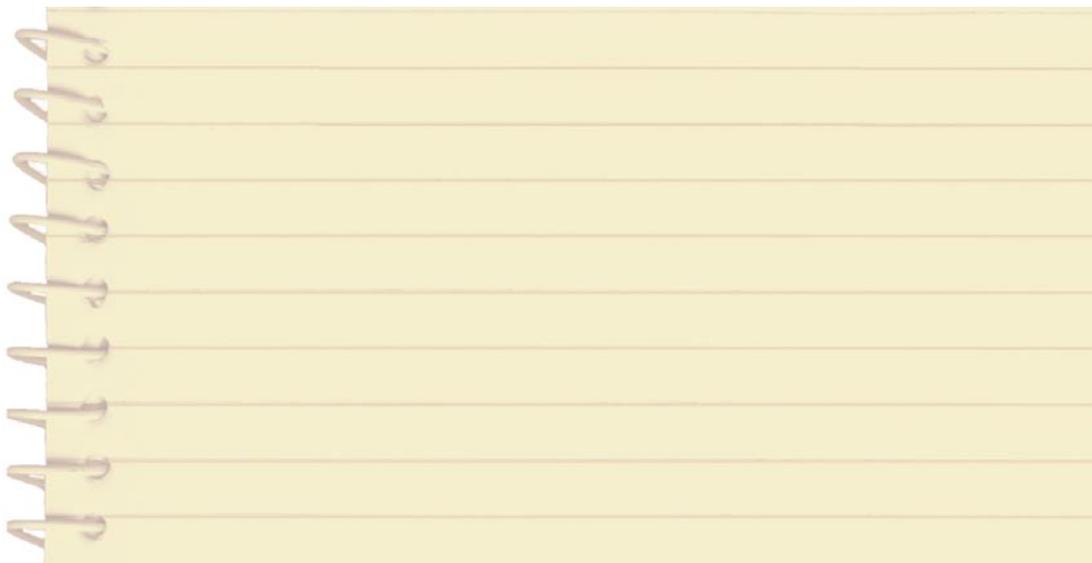
**2. ¿Qué tipo de discapacidad presenta Carlos?**



**3. ¿Qué adaptaciones realizaría en la casa de Carlos para mejorar su tránsito por la misma?**



**4. Desde el rol de cuidador, ¿qué estrategias se daría en función de que Carlos retome sus actividades y no sienta tanta soledad?**



## Caso 8

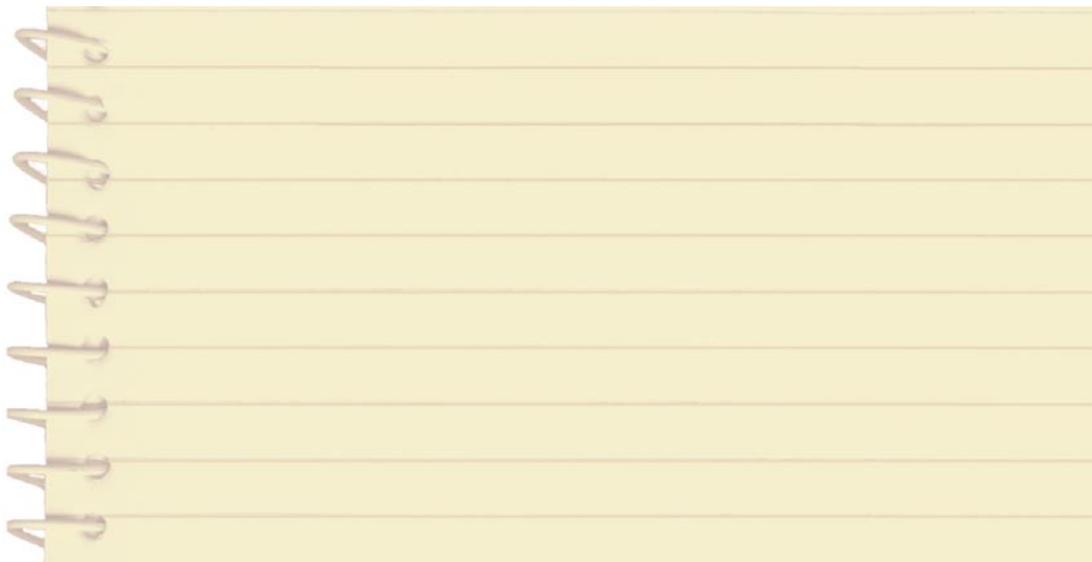
*Eduardo tiene 75 años. Se interna en la Unidad de Geriatría por padecer un cuadro respiratorio agudo. Se diagnostica una neumonía extra hospitalaria por lo que se indican antibióticos, oxigenoterapia y nebulizaciones. No responde al tratamiento y con grave insuficiencia respiratoria debe ser derivado a la Unidad de Terapia intensiva. Luego de 20 días de Terapia, vuelve a la Unidad.*

*Eduardo padeció tuberculosis en su juventud, fue gran fumador y sus pulmones han perdido, a través de los años, gran parte de su capacidad. Además durante su estadía en Terapia le aparecieron escaras de decúbito en zona sacra y talones, no deambula. Una vez desaparecido el problema agudo, se indica rehabilitación respiratoria y de la marcha. Las escaras evolucionan bien. Se da el alta a su domicilio, con el tratamiento adecuado, pero a pesar de ello queda con una incapacidad para la marcha y depende para su bienestar de oxígeno permanente. Tiene cobertura médica la cual le provee oxígeno domiciliario. Desde el equipo profesional de la obra social se está tratando de brindar una atención integral a Eduardo.*

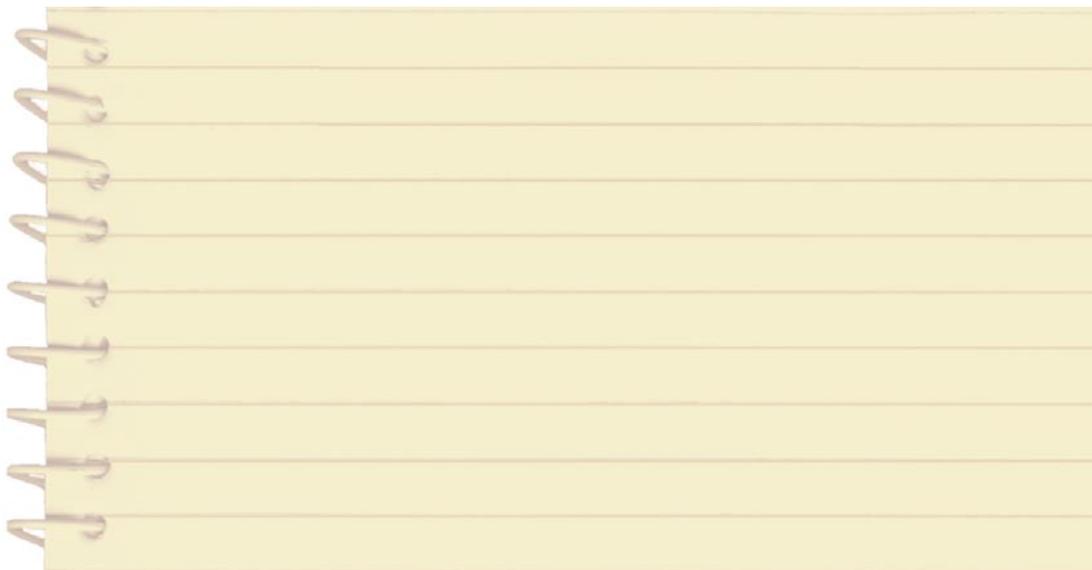
### I. ¿Quiénes tendrían que formar parte de este equipo?



**2. ¿Cuáles serían las tareas o roles específicos del cuidador/a domiciliario? Justifique.**



**3. ¿Qué contenidos teóricos aprendidos durante la capacitación se pueden relacionar con esta situación concreta? Desarróllelos.**



## Caso 9

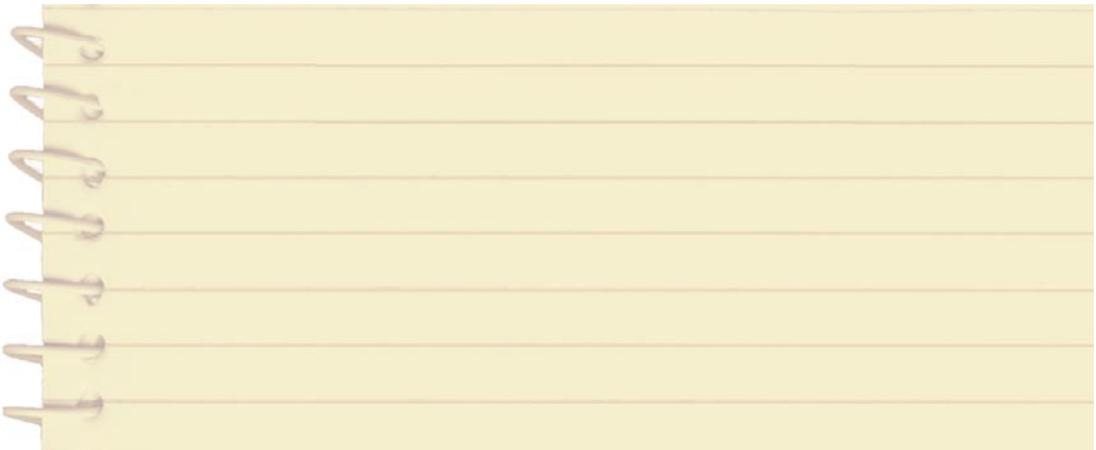
*Inés, de 78 años de edad, es viuda desde hace dos y vive sola. Percibe una pensión y cuenta con Obra Social. Tiene un hijo de 55 años y una hija de 52, a los cuales les preocupan ciertas conductas no habituales en su madre que presenta desde hace un mes:*

- *Se alimenta mal y al parecer come en horarios irregulares.*
- *No cuida los detalles de aseo personal y vestimenta que eran característicos en ella.*
- *Sufre de incontinencia.*
- *Su casa está desordenada.*
- *Por momentos se siente perdida y desorientada.*
- *Cuando la llaman, en general, siempre esta durmiendo y no acepta invitaciones para realizar paseos o salidas.*

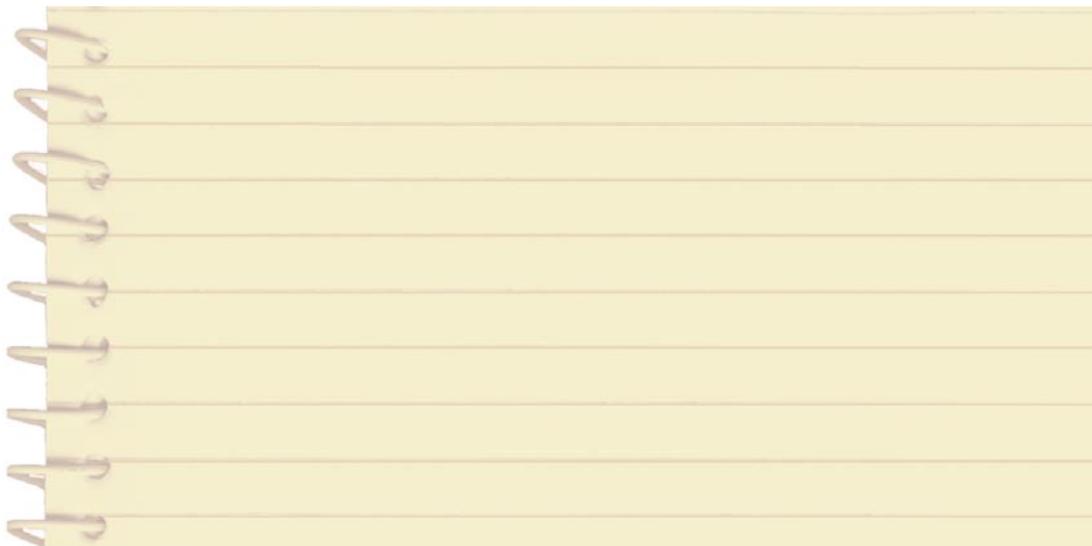
*Frente a esta situación, sus hijos deciden contratar a un cuidador domiciliario a través de la obra social.*

Imagine que es usted a quien contrataron:

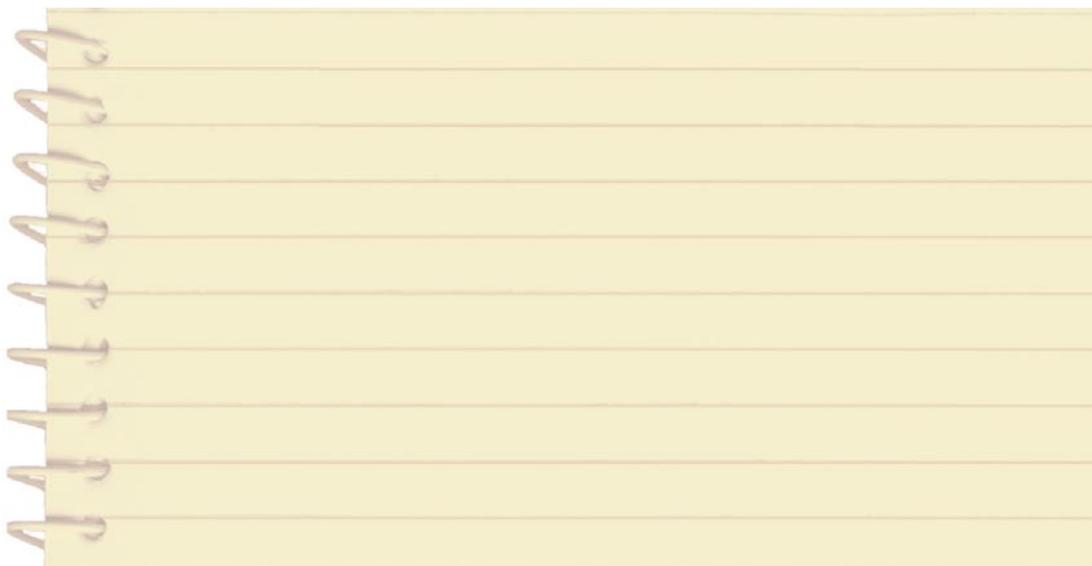
### **I. ¿Qué documentación y requisitos deberían presentar los hijos de Inés al momento de solicitar un cuidador/a a la obra social?**



**2. ¿Cuál sería la intervención desde el rol de Cuidador en esta situación particular? ¿A qué debería estar atento?**



**3. Desde el rol específico ¿qué haría ante la desorientación de Inés? ¿A quién se debería consultar?**



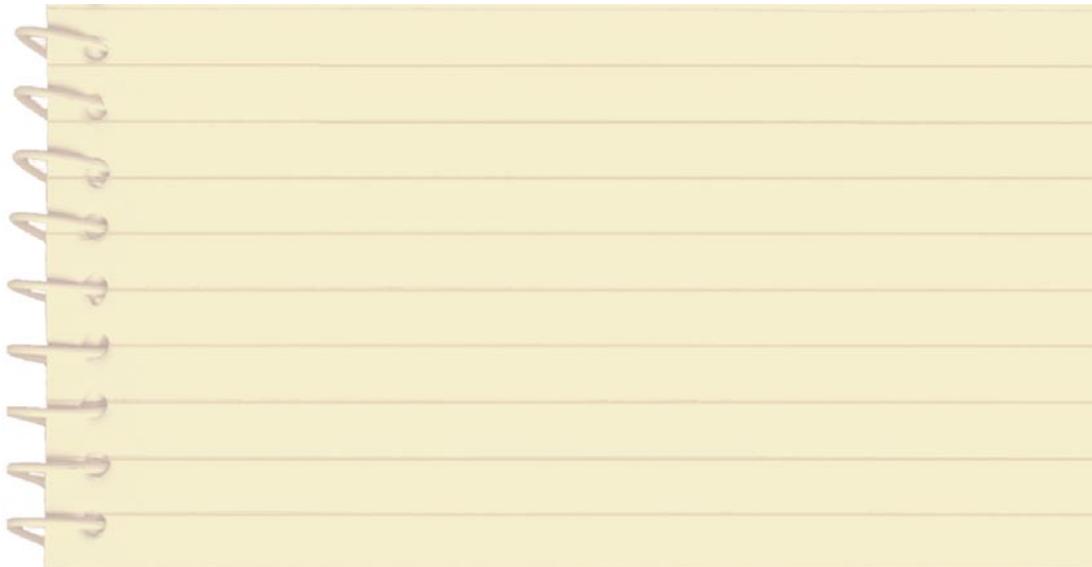
## Caso 10

*Aída tiene 75 años de edad y quedó viuda recientemente. Padece trastornos de la deambulación provocados por la osteoartritis de ambas rodillas. Vive con su hijo de 21 años que es adoptivo y presenta una discapacidad mental. Percibe una pensión no contributiva, que es su único ingreso. Aída cuenta con la ayuda de una vecina (Rosa) que, en su tiempo libre y en la medida de sus posibilidades, la ayuda en las tareas cotidianas del hogar. Rosa se entera que en el municipio donde viven se está desarrollando el Sistema de Prestación del Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios y decide concurrir para solicitar un cuidador.*

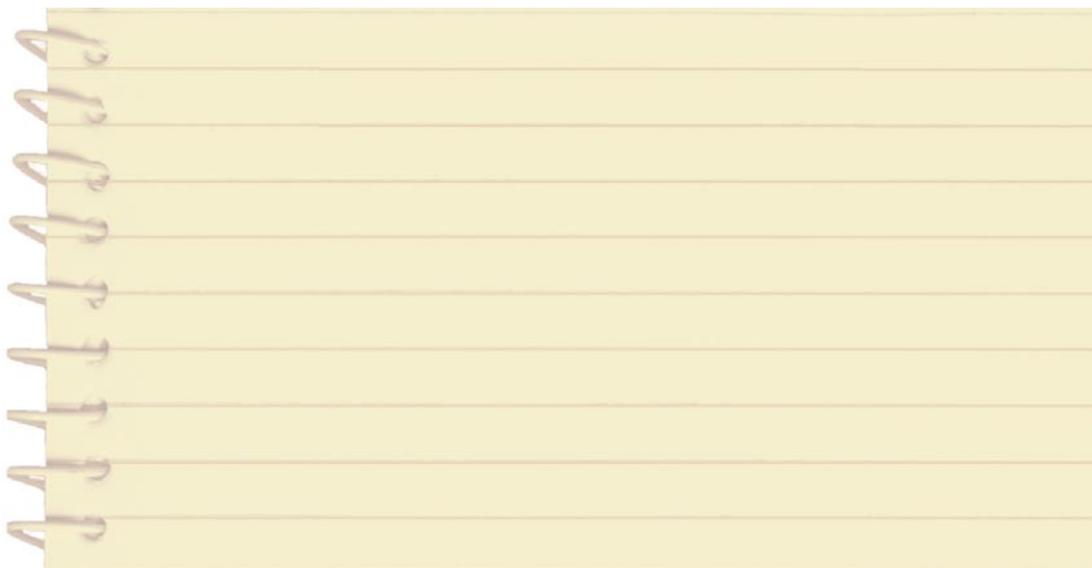


**I. ¿Qué características debería presentar el perfil del cuidador/a que concorra al domicilio de Aída?**

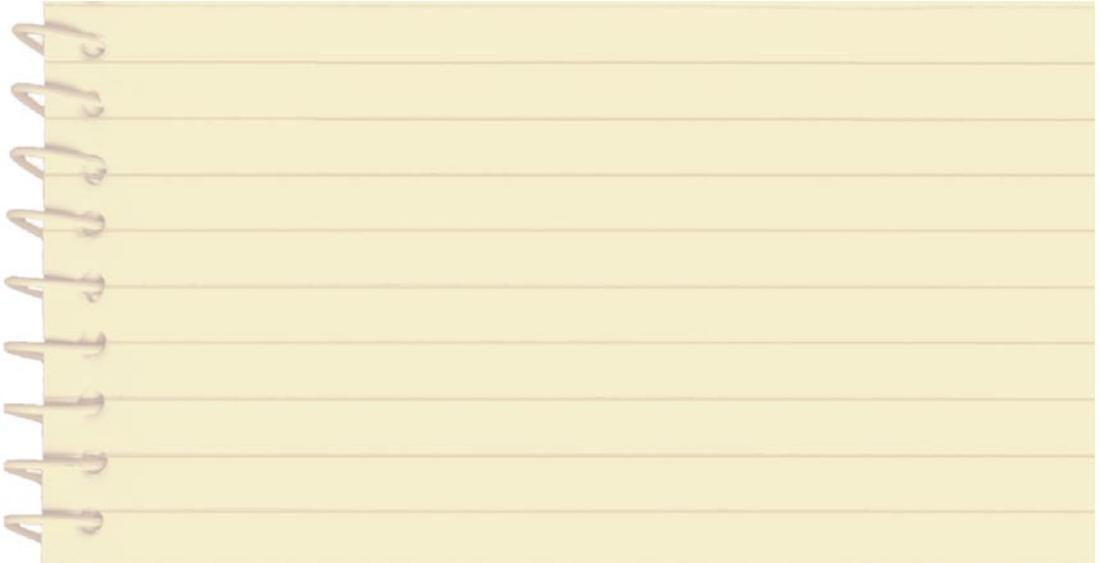
**2. ¿En qué actividades de la vida diaria usted cree que necesita ayuda Aída?**



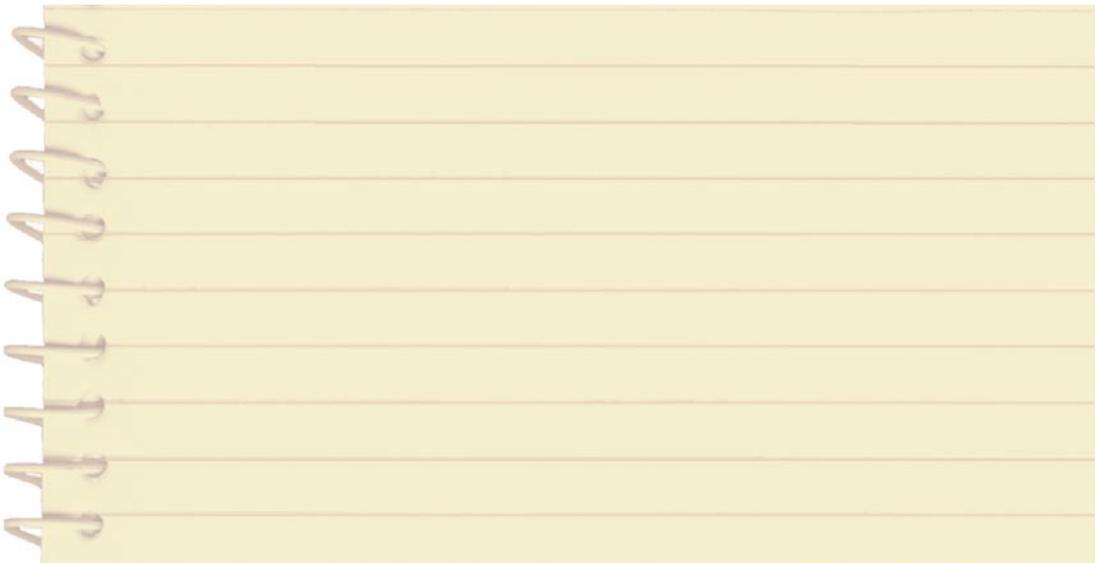
**3. ¿Qué cantidad de días y cuantas horas serían necesarias para brindar ayuda en esta situación?**



**4. ¿Qué otras estrategias se le ocurren al momento de pensar en el hijo de Aída?**



**5. ¿Cuáles son las redes de apoyo con las que cuenta? ¿Qué otras redes se podrían sugerir?**



## Crucigrama

**Complete el siguiente crucigrama teniendo en cuenta las consignas que a continuación se detallan:**

1. A través de ella se logra el desarrollo de la confianza, puede ser verbal o no verbal.
2. Obstaculizan la comunicación e interfieren la relación entre el cuidador y el Adulto Mayor.
3. El campo de acción del Cuidador Domiciliario es limitado, por lo que debe contar con el apoyo de otras profesiones. A eso se llama...
4. Es uno de los derechos fundamentales por los que debe velar el Cuidador Domiciliario.
5. La responsabilidad, el compromiso y la técnica hacen a la... de un buen Cuidador.
6. Es necesaria para mantenerse actualizado, debe ser continua y permanente.
7. Es un derecho del Adulto Mayor y una obligación del Cuidador Domiciliario para mantener la confianza mutua (y viceversa).
8. Es un juicio u opinión sobre algo, antes de tener verdadero conocimiento de ello, es decir, sin contar con información suficiente. No son necesariamente negativos. Pueden estar cargados de contenidos o sentimientos tanto desfavorables como favorables.
9. Pensando en un nuevo paradigma reivindicamos al Adulto Mayor como sujeto de...
10. Guían nuestras acciones y hacen a la ética y moral de una persona.

1.		<b>C</b>	
2.		<b>U</b>	
3.		<b>I</b>	
4.		<b>D</b>	
5.		<b>A</b>	
6.		<b>D</b>	
7.		<b>O</b>	
8.		<b>R</b>	
9.		<b>E</b>	
10.		<b>S</b>	

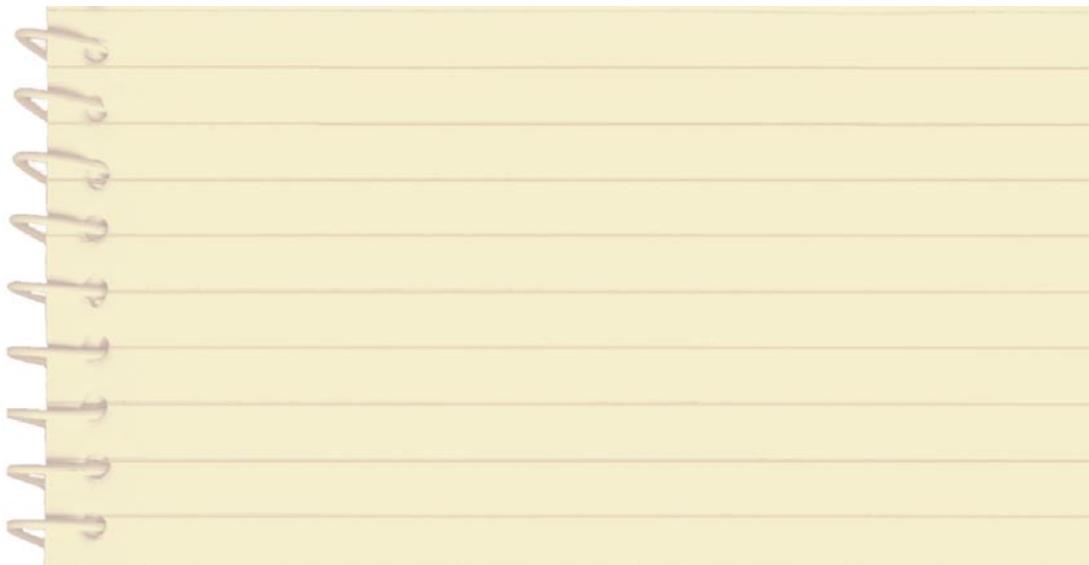
## Haciendo historia

**Proponer y desarrollar una situación en la que se incluyan aspectos relacionados con los siguientes ítems:**

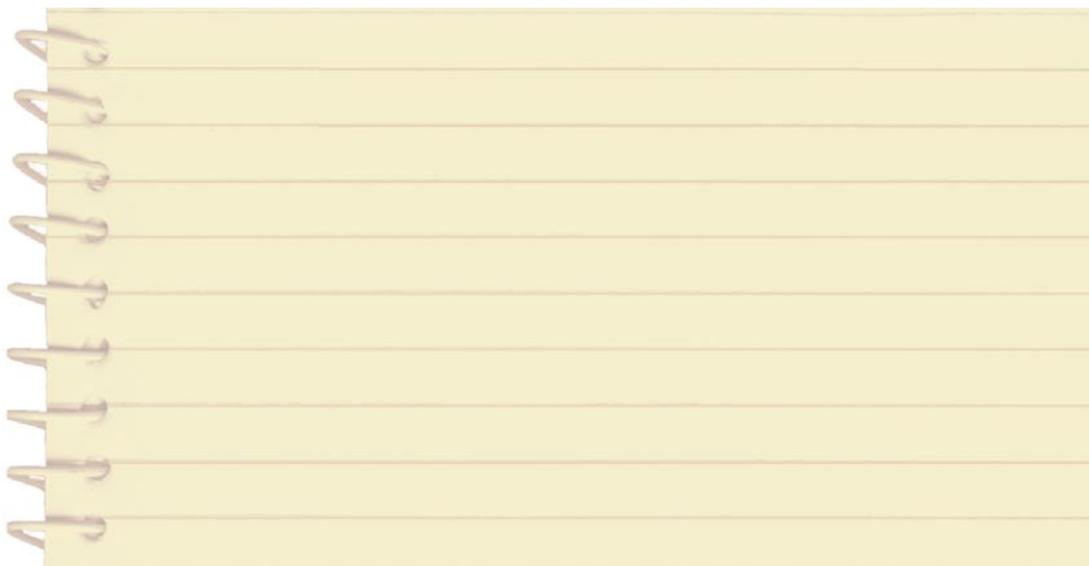
- Información general que contemple: sexo, edad, estado civil, situación previsional, obra social, composición familiar, otras redes (amigos, vecinos, etc.), diagnóstico médico.
- ¿Qué actividades de la vida diaria puede realizar dentro del hogar?
- ¿Qué actividades de la vida diaria no puede realizar dentro del hogar?
- ¿En qué actividades fuera del hogar necesita ayuda?

En función de los datos consignados:

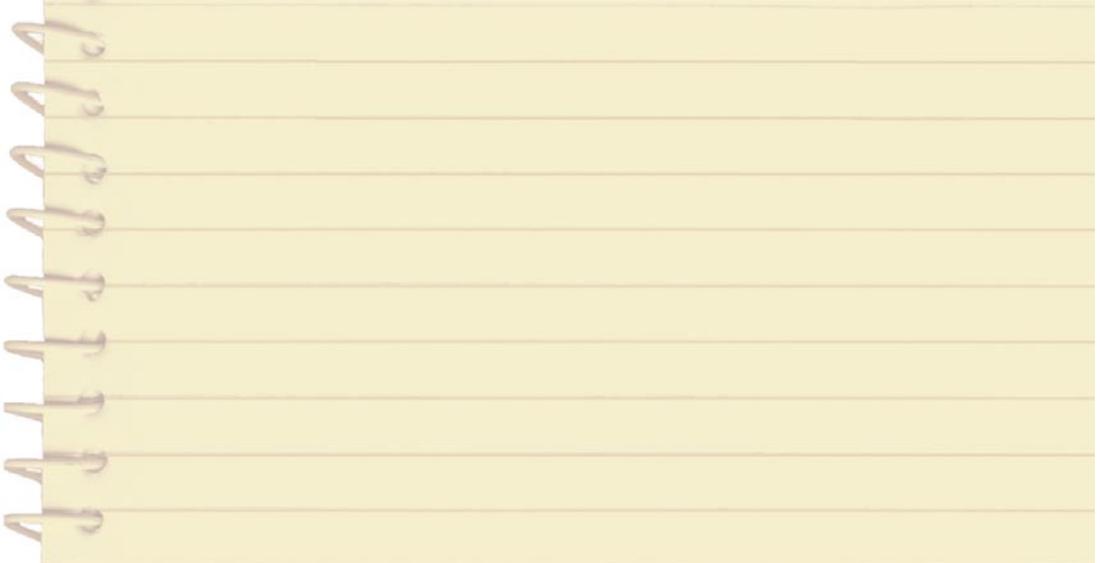
**1. ¿Cuál sería su propuesta de intervención?**



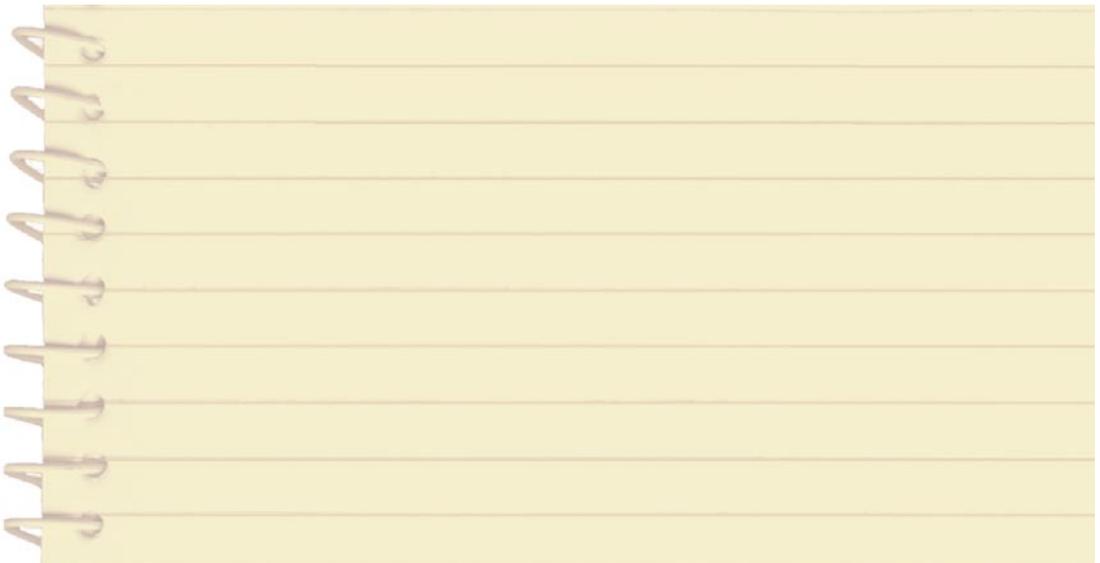
**2. ¿Considera necesario proponer adaptación del hábitat?**



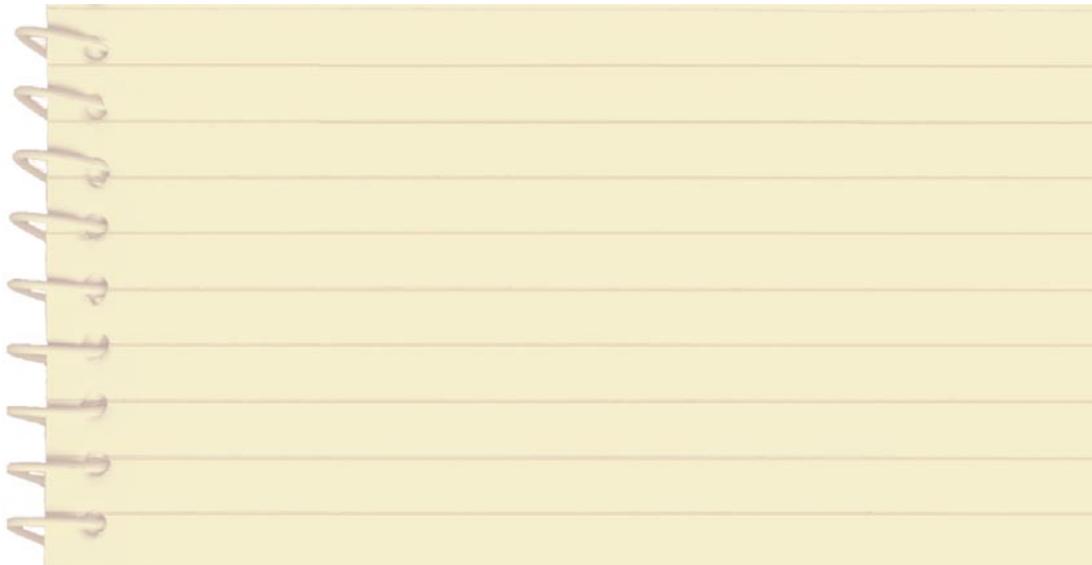
**3. ¿Qué recursos serían facilitadores para llevar adelante la propuesta de intervención?**



**4. Enumere las instituciones y actores con los que cuenta para articular la propuesta de intervención.**



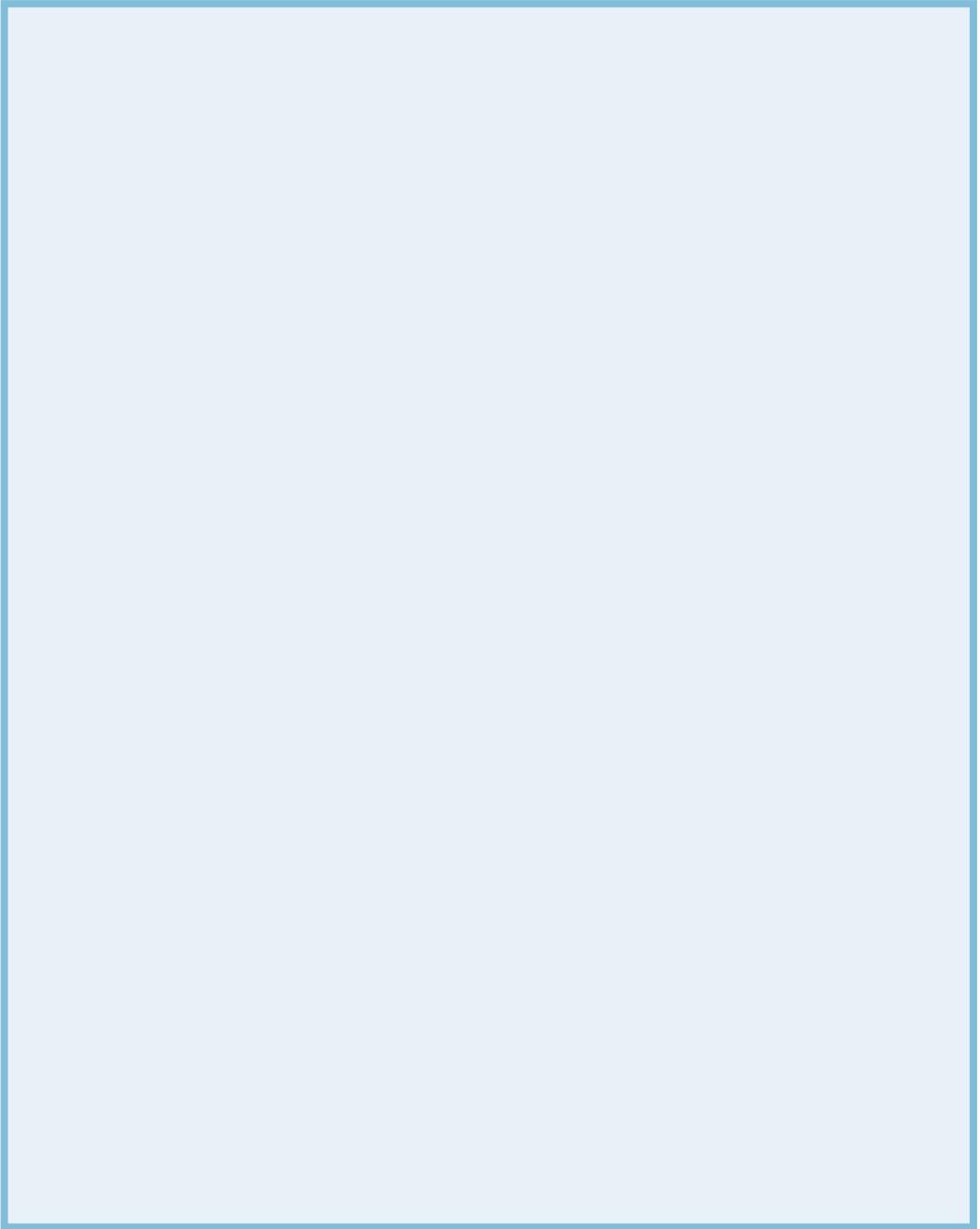
**5. Imagine cuáles serían los posibles obstáculos que se pueden llegar a presentar en el camino. Desarrolle.**



## **Recreación y tiempo libre**

Desarrolle en forma de historieta un diálogo entre dos adultos mayores que se sienten aburridos y no saben qué hacer con su tiempo libre. A partir de ello especifique:

- 1. ¿Que tendría en cuenta a la hora de pensar en actividades de tiempo libre y recreación en la situación planteada?**
- 2. ¿Qué datos relevantes se necesitan conocer de estos dos adultos mayores en función de plantear una actividad?**
- 3. Describa una de las actividades llevaría adelante en esta situación, teniendo en cuenta: objetivos, contenidos, duración, recursos humanos y materiales, actores intervinientes.**
- 4. ¿En qué considera usted que favorecerían esta actividad planteada a los dos adultos mayores? Reinvente el diálogo de la historieta en función de ello.**



## Recreando experiencias

**A partir de las siguientes palabras, seleccione 14 de ellas y elabore un texto que contemple distintos actores para después representarlos a través de una teatralización:**

- Potencialidades
- Edad
- Abuelo
- Maltrato
- Autoestima
- Sueños
- Cuerpo
- Cuentos
- Música
- Protagonista
- Mensaje
- Trabajo
- Constancia
- Discurso
- Hábitos
- Acción
- Apertura
- Jóvenes
- Ciclo
- Libertad
- Goce
- Sensaciones
- Rabia
- Tristeza
- Alegría
- Normas
- Límites
- Cuidados



## Para trabajar y trabajarse

Les proponemos el siguiente ejercicio para reflexionar sobre las acciones y pensamientos que cada uno lleva consigo y compartirlos en grupo. ¿A qué le remiten las siguientes frases y que puede decir al respecto?

1. "... vos no podes, te vas a golpear..."

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. "... ¡no! que vas a ir solo, mira si te caes o te perdés..."

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



3. "... ¡abuelo, que le traigo de comer!..."

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. "... ¡que viejo verde!..."

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





5. "... ¡hay que cuidarlo!, es como un niño..."

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. "... ¡deja! Podes hablar delante de él. No te das cuenta que no escucha ni ve nada. Es como si no estuviera.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Caso I I

*Raúl, un hombre de 82 años de edad, jubilado con ingresos medios, vive con su esposa Alba de 70 años y tienen una hija, Mónica, que fuera de sus horarios de trabajo colabora con ellos.*

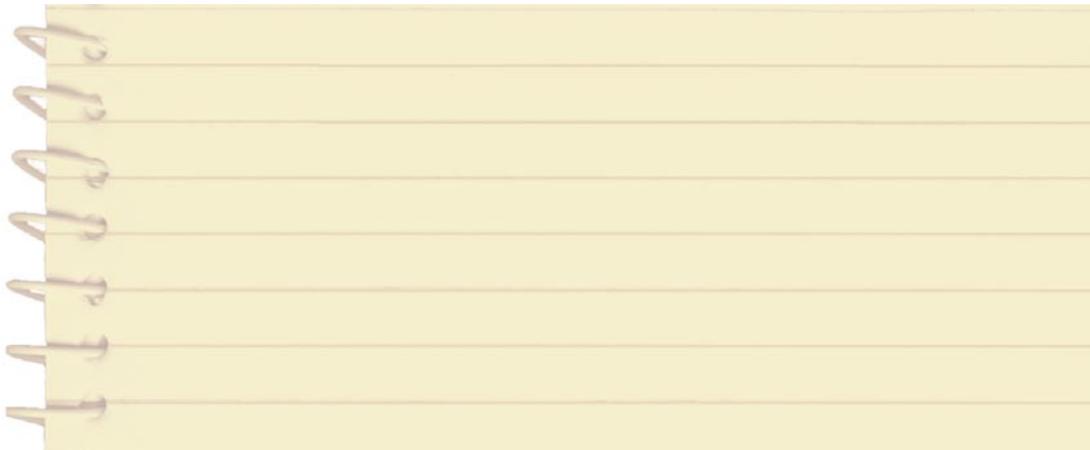
*Sufre un accidente cerebro vascular y es atendido en el hospital. Al respecto se evidencia:*

- *Hipertensión.*
- *Antecedentes familiares de diabetes.*
- *Alimentación deficitaria: presenta obesidad, y debe realizar una dieta hiposódica.*
- *Limitaciones en las actividades de la vida diaria. (No es autónomo para la higiene y la alimentación).*

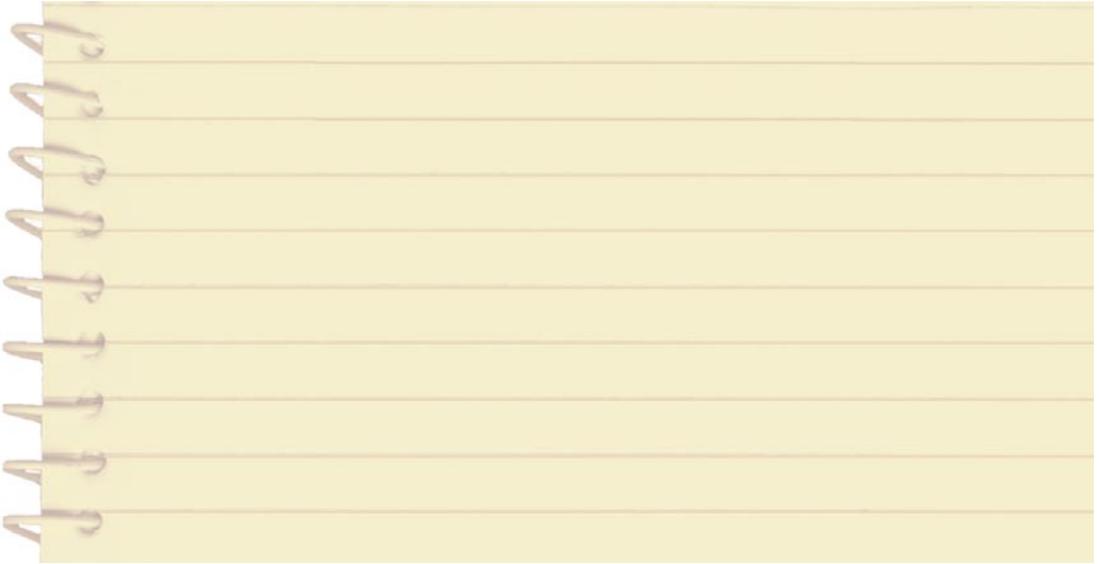
*El equipo interdisciplinario discrepa respecto a las ventajas y desventajas de una internación para el “alivio” de la familia debido a que la psicóloga considera que Raúl está frágil psíquicamente para tolerar alejarse de ella.*

Imagine que usted es un cuidador domiciliario, parte integrante del equipo del hospital:

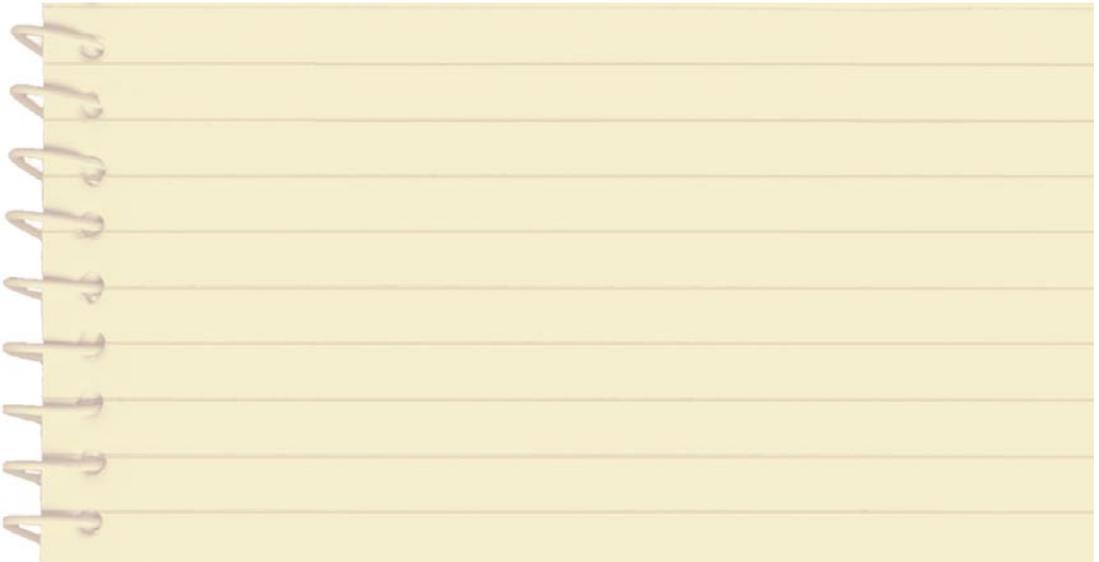
**I. ¿Cuáles considera que son las ventajas y desventajas de una internación en una residencia de larga estadía?**



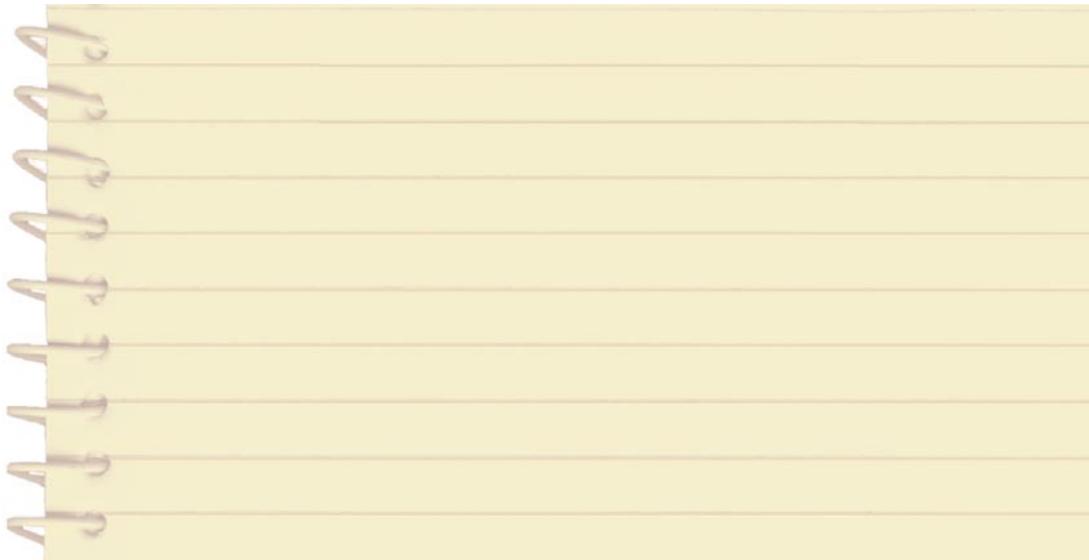
**2. ¿Qué considera que debería resolver el equipo en relación a la internación?**



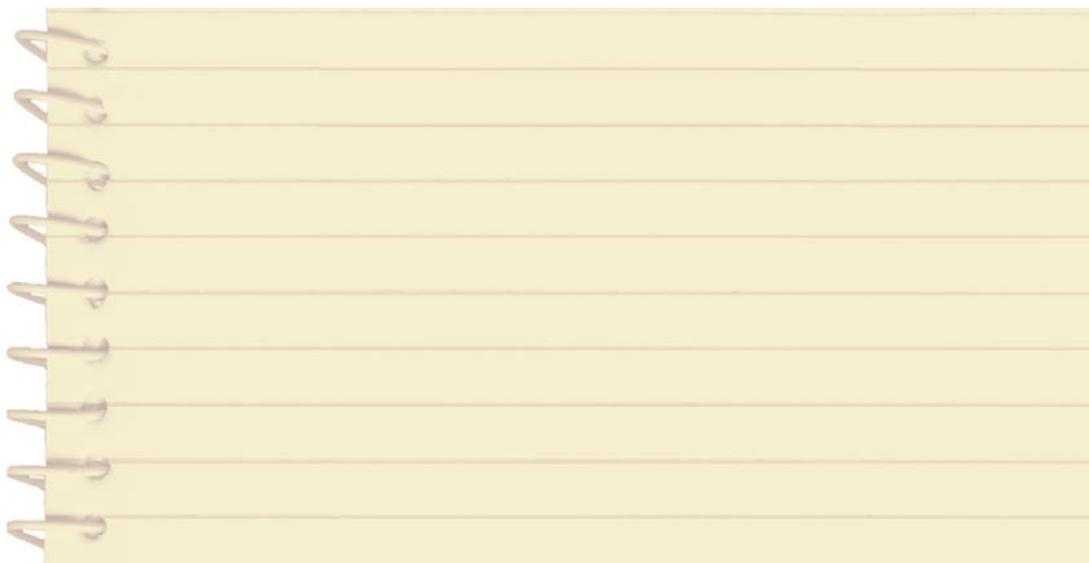
**3. ¿Qué lugar considera Usted que ocupa la familia ante esta situación?  
¿Cuáles cree que son sus obligaciones como familiar?**



**4. ¿Qué aporte haría desde su rol específico en esta discusión?**



**5. ¿Cuál sería su propuesta de intervención al equipo? Justifique.**



## Caso 12

*Sergio, un hombre de 72 años de edad, viudo desde hace 5. Es propietario de su vivienda, en un barrio obrero. Trabajó como carpintero y es jubilado.*

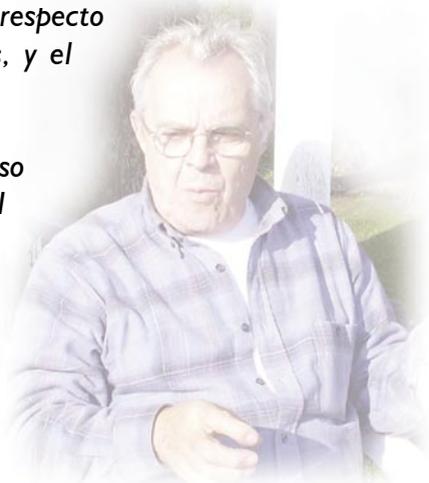
*Su hija, Teresa, se mudó con él luego de enviudar, para hacerle compañía y atender un serio problema económico en razón del despido reciente de su esposo. Sus nietos de 11, 16 y 18 años viven con él.*

*Desde hace 4 años, con otros vecinos, Sergio organizó un Centro de Jubilados en su comunidad, donde se brindan servicios de comedor, enfermería, peñas y salidas recreativas.*

*Según relata su hija, desde hace un año aproximadamente, Sergio comenzó a tener cambios en su conducta habitual:*

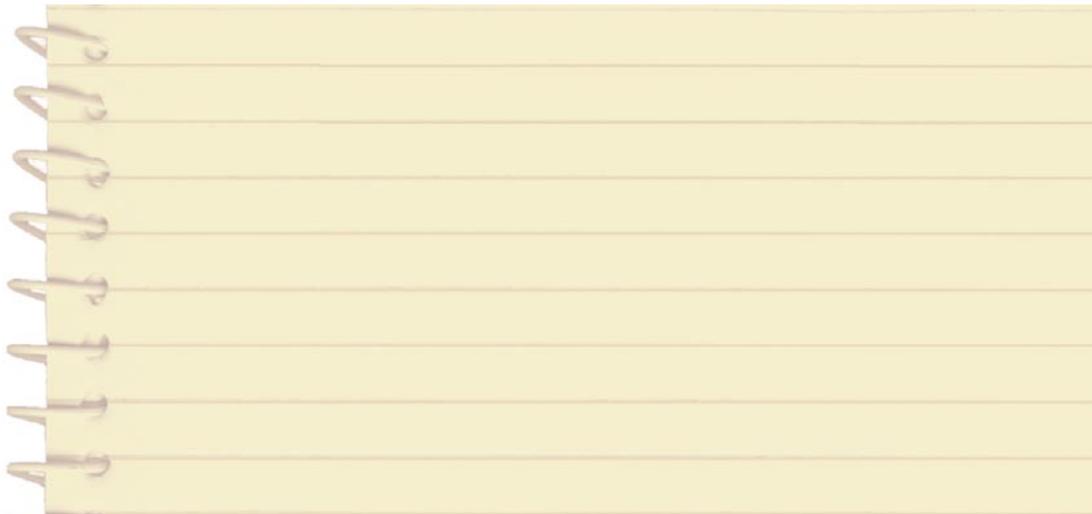
- *Se encuentra irritable y aislado en su habitación.*
- *Su temperamento, que antes le permitía impulsar proyectos, hoy le acarrea problemas de relación.*
- *Dejó el cargo de Presidente en el Centro de Jubilados.*
- *Se distanció de Inés, una señora con la que mantenía una relación de amistad que parecía poder profundizarse.*
- *Comenzó a tener discusiones y a disentir respecto de las libertades que tienen los nietos, y el volumen con que escuchan música.*

*Si bien la salud de Sergio es buena, es hipertenso y se encuentra medicado, es diabético tipo II para lo cual realiza una dieta adecuada. Impulsado por Teresa, accede a una consulta con un médico Gerontólogo, al cual le habla de problemas en los últimos tiempos con su erección.*



Ante la situación anteriormente planteada:

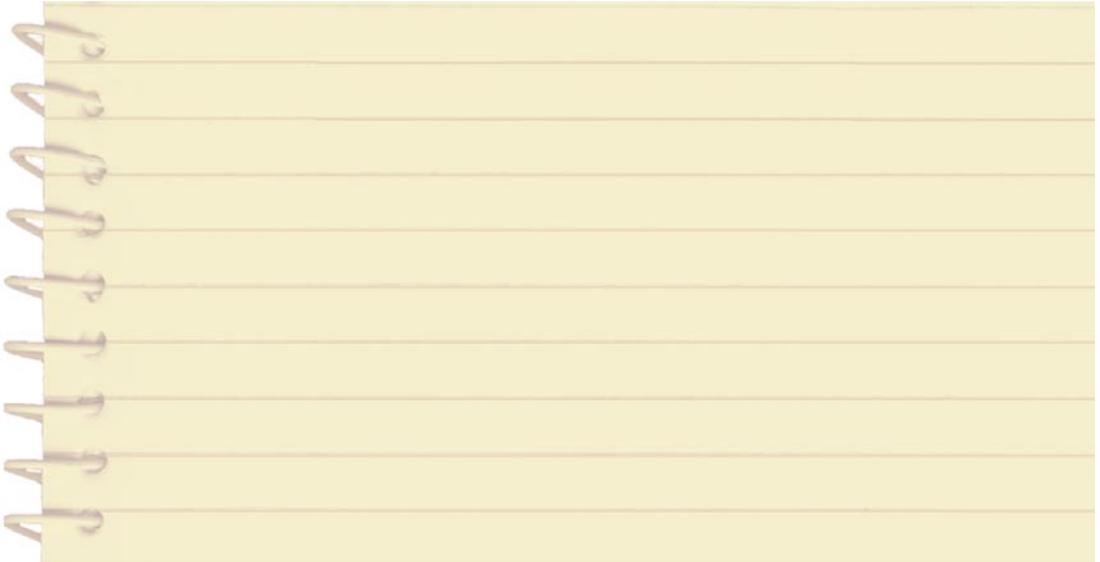
**1. ¿Ud. cree que la pérdida del espacio propio y la pérdida de intimidad, es un factor a tomar en cuenta cuando pensamos en la vida sexual de Sergio? ¿Por qué?**



**2. ¿Considera que es importante realizar una consulta con el médico de cabecera por el tema puntal de la falta de erección? Justifique**



### 3. ¿Cree que es importante la temática de la sexualidad en los Adultos Mayores? Explique

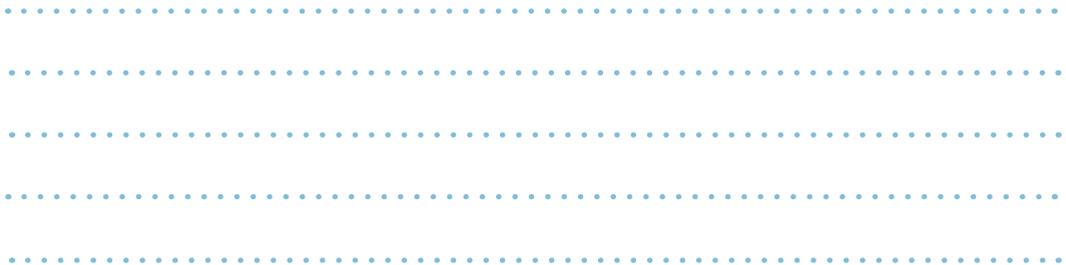


## Acerca del rol del cuidador

---

**Reflexionando sobre el rol del cuidador, les proponemos pensar sobre las siguientes afirmaciones. Justifique a partir del verdadero o falso:**

- “... El cuidador domiciliario se encuentra preparado para acompañar y asesorar las actividades de la vida diaria...”





- “...El cuidador domiciliario se encuentra capacitado para administrar la medicación...”

.....

.....

.....

.....

.....

- “...El rol del cuidador es igual al del enfermero...”

.....

.....

.....

.....

.....

- “...Una de las tareas el Cuidador domiciliario es realizar las tareas domesticas...”

.....

.....

.....

.....

.....





- “...El cuidador domiciliario coloca inyecciones...”

.....

.....

.....

.....

.....

- “...El cuidador domiciliario no puede bajo ninguna circunstancia tomar la presión...”

.....

.....

.....

.....

.....

- “...El cuidador domiciliario realiza los mandados del Adulto Mayor y de su grupo familiar...”

.....

.....

.....

.....

.....





- “...El cuidador domiciliario no se ocupa de actividades de recreación y tiempo libre para el Adulto Mayor...”

.....

.....

.....

.....

.....

- “...El cuidador domiciliario toma decisiones por el Adulto Mayor...”

.....

.....

.....

.....

.....

- “...El cuidador domiciliario siempre que se producen discusiones en el seno familiar, toma partida a favor del Adulto Mayor...”

.....

.....

.....

.....

.....



## Repensando conceptos

**A partir de los contenidos teóricos brindados durante la capacitación, defina con sus propias palabras los siguientes conceptos y diga qué relación encuentra entre ellos:**

1. Redes de apoyo
2. Ciclo vital
3. “Abuelidad”
4. Actividades instrumentales de la vida diaria
5. Síndrome de Burnt – Out
6. Abordaje Integral
7. Proceso de envejecimiento
8. Sujeto bio-psico-social
9. Ética del cuidador
10. Relación entre los conceptos





**Autores:**

Equipo Nacional del Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios – Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores. Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia – Ministerio de Desarrollo Social.





# Manual de Cuidados Domiciliarios

## Cuadernillo N° 4



Ministerio de  
Desarrollo Social  
Presidencia de la Nación



**Secretaría Nacional  
de Niñez, Adolescencia y Familia**  
Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores



UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE MAR DEL PLATA  
.....



Facultad de Psicología  
UNMDP