NOMBRES: SANDRA MILENA IBARRA AREA ATENCION: AUXILIAR DE ENFERMERIA

A continuación, en virtud de su formación académica, experiencia profesional y/o ocupacional, basados en la película ***"VIVIR DOS VECES***", establezca y socialice al auditorio:

- EN VIRTUD DE SU PROFESION. MENCIONE TRES (03), PAUTAS – RECOMENDACIONES O CONSEJOS PRACTICOS DIRIGIDOS A CUIDADORES O ASISTENTES PERSONALES, QUE TIENEN A SU CARGO PERSONAS MAYORES CON DETERIORO COGNITIVO - DEMENCIA

1. Mantener un trato respetuoso, paciente y afectuoso: El cuidador debe comprender que los cambios de memoria, comportamiento y orientación son consecuencia del deterioro cognitivo y no deben interpretarse como una actitud intencional de la persona mayor. Es importante hablarle con calma, utilizar frases sencillas, escucharla con atención y evitar discusiones o confrontaciones. Se debe respetar siempre su dignidad, autonomía y capacidad de decisión en las actividades que todavía puede realizar por sí misma.

2. Garantizar un entorno seguro y una rutina estable: Se recomienda mantener horarios regulares para la alimentación, higiene personal, medicamentos, descanso y actividades diarias. El espacio donde permanece la persona mayor debe estar libre de obstáculos y riesgos de caídas, contar con buena iluminación y tener objetos de uso frecuente fácilmente identificables. También es importante supervisar los desplazamientos y prevenir situaciones de desorientación o extravío.

3. Cuidar integralmente la salud y el bienestar de la persona mayor y del cuidador: El cuidador debe estar atento a cambios en el estado físico, emocional y cognitivo, así como al cumplimiento de los tratamientos y controles médicos indicados. Se deben promover actividades sencillas que estimulen la memoria y la interacción social, de acuerdo con las capacidades de la persona. Igualmente, el cuidador debe reconocer sus propios límites, descansar, solicitar apoyo cuando lo necesite y evitar la sobrecarga física y emocional.

- EN VIRTUD DE SU PROFESION. MENCIONE TRES (03), PAUTAS U ORIENTACIONES QUE USTED REALIZARIA A LA FAMILIA DE PERDONAS MAYORES CON DETERIORO COGNITIVO.

**1.** Informarse y comprender la enfermedad: Orientaría a la familia sobre la importancia de conocer el deterioro cognitivo y la demencia, entendiendo que los cambios de memoria, conducta y orientación forman parte de la enfermedad. Es fundamental evitar los reproches, las críticas y las discusiones, brindando a la persona mayor comprensión, paciencia y apoyo permanente.

**2**. Fortalecer el acompañamiento y la red de apoyo familiar: Recomendaría que el cuidado no recaiga sobre una sola persona. La familia debe organizarse y distribuir las responsabilidades de acuerdo con las posibilidades de cada integrante, acompañando al adulto mayor en sus necesidades básicas, controles de salud y actividades cotidianas. Es importante mantener una comunicación constante entre los familiares y los cuidadores para garantizar una atención integral.

3. Promover la autonomía, el afecto y la calidad de vida: La familia debe permitir que la persona mayor participe en aquellas actividades que todavía puede realizar de manera segura, evitando hacer todo por ella. Se recomienda estimular los recuerdos positivos, mantener vínculos afectivos y realizar actividades agradables como escuchar música, observar fotografías, conversar y compartir momentos familiares. El objetivo debe ser conservar su dignidad, favorecer su bienestar emocional y brindarle una vida lo más activa y significativa posible.

***"Asistir a una Persona Mayor con "Deterioro Cognitivo – Demencia ", es un acto de amor, dedicación que requiere formación. No te olvides de ti mismo en el proceso de cuidar a otros….***

***"Muchas gracias por su colaboración".***