




Aportaciones de las asociaciones


Por el respeto a la figura de las personas mayores en la sociedad

UNIÓN DEMOCRÁTICA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS DE ESPAÑA, UDP
FEDERACIÓN DE GALICIA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
ASOCIACIÓN ASTURIANA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN DE EUSKADI DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN CATALANA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN DE VALENCIA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN DE ALICANTE DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN DE CASTELLÓN DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN ANDALUZA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN DE CASTILLA-LA MANCHA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN DE CASTILLA Y LEÓN DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
FEDERACIÓN CANARIA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
ASOCIACIÓN MADRILEÑA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS
ASOCIACIÓN RIOJANA DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS


Las organizaciones de mayores participantes en el programa “Doce Causas para 2012” presentan las siguientes aportaciones, con el fin de contribuir respetar la figura de las personas mayores en la sociedad.




Promover los convenios de asociaciones de mayores con empresas y profesionales prestadoras de servicios de salud, (establecimientos termales, instalaciones deportivas, fisioterapeutas, podólogos, oftalmólogos, enfermeros...) para la prestación de estos servicios en condiciones ventajosas para los asociados.



Fomentar la realización de talleres de gimnasia y otros deportes entre los directivos de las asociaciones de mayores, de manera que sean los propios socios quienes impartan esas clases.



Dedicar desde las administraciones y las empresas más recursos a promocionar los hábitos saludables desde la infancia, como fuente de calidad de vida en la vejez.














Facilitar los exámenes genéticos en aquellos pacientes con antecedentes familiares y por tanto con alto riesgo de sufrir algún tipo de enfermedad.




Formar a aquellas personas encargadas del cuidado de las personas mayores (sean familiares, o cuidadores),

sobre la necesidad de que tengan hábitos saludables (alimentación, ejercicios, salud mental, etcétera).

-  Proporcionar a las personas cuidadoras de mayores dependientes programas de respiro y apoyo que les permitan relajarse y formarse en su tarea de cuidador.
-  Favorecer aquellas actividades que retrasen el deterioro cognitivo: talleres de memoria, ajedrez, etc.
-  Facilitar la incorporación de nuevas tecnologías como instrumento para acceder a herramientas de ejercicio mental.
-  Garantizar el acceso de todas las personas mayores a un centro de atención primaria, y que este reúna las condiciones adecuadas para atenderlos (suelos antideslizantes, número de ascensores suficientes, o rampas de acceso...).
-  Poner carteles en estos centros con instrucciones claras, precisas y con una tipografía lo suficiente grande para que puedan leerlos correctamente personas de todas las edades.
-  En cuanto al Centro de Información, crear puntos de atención específico para estos pacientes, ya que tanto por número de pacientes como por número de visitas necesitan una atención personalizada.

-  En los hospitales facilitar que enfermos crónicos en caso de ser atendidos por el cónyuge también mayor, cuente con las instalaciones adecuadas, evitando que el cuidador caiga enfermo.
-  En estos casos, y cuando el conyuge que cuida del enfermo tenga que cambiar de localidad, facilitarle un alojamiento próximo al centro hospitalario (conciertos con residencias de estudiantes, de mayores,... con mayores voluntarios que ofrezcan sus domicilios particulares y que a cambio reciban una ayuda, etc).
-  Incrementar la formación geriátrica en Médicos de familia, y premiar esta especialidad (aumento salarios, mejora horarios, etc).
-  Favorecer la incorporación de estudiantes de áreas rurales a la Medicina, con créditos, becas de libros, de alojamiento, transporte etc, y las prácticas de estos como médicos de familia en el ámbito rural. De esta forma se impediría que el joven rompiera el vínculo con su lugar de origen después de pasar por la Facultad.
-  En los ámbitos donde hay mucha población envejecida (Galicia, Castilla-León, etc), y poca densidad de población poner en marcha unidades especiales de atención geriátrica que cuente con médico, enfermera y asistente social.



Este mismo sistema podría aplicarse para la aplicación de cuidados paliativos en aquellos pacientes con una enfermedad incurable y que desee morir en casa.



Buenas prácticas

Cuidarela[®]

La Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP) ha diseñado un programa innovador denominado Cuidarela[®] que sirve de espacio de encuentro y de formación, y cuyo fin es apoyar a los familiares cuidadores en la atención a la dependencia.

Este programa está financiado por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, gestionado por la UDP y cuenta en Aragón con colaboración del Instituto Aragonés de Servicios Sociales.

La organización de estancias en balnearios, en las que los familiares reciben formación específica en cuidados al mayor y autocuidados, favoreciendo para ello el entorno de tratamientos alternativos desde el descanso y la terapia de relax que permiten descarga emocional de la tensión acumulada

tras largos periodos de cuidar a sus familiares dependientes.

Cada estancia cuenta con módulos de formación psico socio-educativa básica en cinco sesiones de una hora y media, impartidas por profesionales. Igualmente se les facilita asesoramiento individual durante su estancia.

Cuando la persona mayor no puede ser cuidada por otro familiar, podrá acudir a una residencia de mayores, o centro de día o de noche, donde pasará los mismos días que esté el cuidador en el balneario, o recibir apoyo de SAD en su domicilio.

La captación de los usuarios del programa se realiza a través de los servicios sociales de base de los municipios de las provincias donde se desarrolla el programa.

Durante este año 2012 se realizarán un total de 25 encuentros en balnearios, teniendo previsto atender un mínimo de 700 personas, de las cuales 200 participarán en el programa en Aragón. Durante los años 2010 y 2011 el programa ha atendido a más de 500 personas.

El programa está subvencionado íntegramente por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, con cargo a la asignación tributaria del IRPF para la realización de Programas de Cooperación y Voluntariado Sociales.

Completo Gerontológico La Milagrosa

El Complejo Gerontológico de Investigación y Estancias Diurnas La Milagrosa se encuentra entre los más modernos de Europa, tanto a nivel de espacios y arquitectura, como de equipamiento, recursos humanos y accesibilidad.

Dispone de un Jardín Gerontológico, único en su género y estructurado de acuerdo a los cánones más avanzados en la atención ambiental a los residentes.

Las distintas salas de terapia están dotadas de los más modernos equipamientos y técnicas en el área de la rehabilitación. Todo el complejo dispone de mobiliario hergonómico, una instalación de fibra óptica, conexiones a red y otros novedosos instrumentos tecnológicos para mejorar la calidad de vida de los residentes.

Anexa al centro se encuentra el área de investigación, dividida en dos Áreas, la zona de investigación y formación, donde se desarrollan diversos programas de investigación y formación gerontológica, y la biblioteca, que recoge interesante documentación sobre los últimos avances y estudios en gerontología.

El Complejo Gerontológico desarrolla un programa de apoyo gerontológico a domicilio para personas en situación de dependencia y para sus familiares cuidadores que busca mejorar la calidad de vida de ambos.