

# MANUAL DE BONA PRAXI

## en l'atenció a les persones cuidadores



Xarxa de suport a les  
**FAMÍLIES  
CUIDADORES**  
de Tarragona

### 1. IDENTIFICACIÓ DE LA PERSONA CUIDADORA

- › Donar visibilitat a les persones cuidadores incloent-les al sistema informàtic dels serveis. (Història clínica o social).

### 2. REONEIXEMENT A LA PERSONA CUIDADORA

- › Valoració de l'estat de salut de la persona cuidadora.
- › Tenir en compte l'entorn de les persones cuidadores (obligacions laborals, càrregues familiars, suport d'altres persones, situació econòmica).
- › Oferir espais de consulta com a les persones cuidadores. Escolta activa.
- › Oferir la guia de serveis i recursos.
- › Respectar i reconèixer les creences i decisions de les persones cuidadores, sempre que no vulneri la integritat de les persones cuidades.
- › Valorar la capacitat de les persones cuidadores en tot el procés i intervenir en cas de maltractament o descurança.

### 3. IDENTIFICACIÓ DELS/LAS PROFESSIONALS QUE HI INTERVENEN

- › Informació sobre els professionals que els han d'atendre i com accedir-hi (professionals de Salut i Serveis Socials, ubicació, horaris, telèfon de contacte...).

### 4. ACOMPANYAMENT PROACTIU

- › Oferir informació i/o assessorament a les persones cuidadores durant totes les fases del procés.
- › Anticipar-se activament als esdeveniments, que sigui el professional qui cerqui la persona cuidadora i no a l'inrevés.
- › Prevenició de la claudicació: ajudar a identificar sentiments, facilitar eines d'organització del temps i de conciliació de la vida familiar i laboral, acompanyar en l'afrontament a les possibles complicacions.

### 5. PROCURAR EL BENESTAR FÍSIC I PSICOLÒGIC DE LES PERSONES CUIDADORES

- › Treballar les possibles relacions de dependència que provoca el fet de cuidar.
- › Identificar i intervenir en les necessitats de la persona cuidadora: Com estàs? / Com et sents? / Què necessites?
- › Facilitar que la persona cuidadora preservi la seva vida pròpia
- › Oferir i derivar cap a recursos de la xarxa comunitària.

### 6. CAPACITACIÓ DE LA PERSONA CUIDADORA OFERINT FORMACIÓ ESPECÍFICA ENTORN A LA MALALTIA I/O EL PROCÉS DE DISCAPACITAT

### 7. CUIDAR EL SENTIMENT DE CONFIANÇA DE LA PERSONA CUIDADORA VERS EL PROFESSIONAL

- › La persona cuidadora ha de sentir en tot moment que el seu familiar està en bones mans.
- › La persona cuidadora ha de ser un aliat dels/les professionals i que entre ells s'estableixi una relació de confiança.

### 8. VISUALITZAR A NIVELL COMUNITARI LA FUNCIÓ DE LES PERSONES CUIDADORES

- › Treballar per aconseguir una targeta identificativa amb avantatges (al bus, a la farmàcia, per a material, per evitar les llistes d'espera...).
- › Creació d'un punt d'informació sobre la gent gran i les persones amb malaltia i dependència (telèfon i consulta amb un tècnic que els orienti).
- › Transformar les necessitats individuals en demandes col·lectives implicant les persones cuidadores en dinàmiques comunitàries.