

# BUEN TRATO A PERSONAS MAYORES



Cada vez más cerca de las personas



**Cruz Roja Española**

# 1

## REFORZAR SU INDEPENDENCIA

Podemos favorecer la independencia de las personas mayores tanto dentro como fuera del domicilio: adaptando los espacios a sus necesidades y usando productos de apoyo que favorezcan su movilidad, su comunicación y la realización de las Actividades de la Vida Diaria.



*Carmen camina con dificultad, pero no hasta el extremo de tener que usar un caminador dentro del domicilio. Su yerno ha tenido la idea de instalar un pasamanos en el pasillo de casa. Desde entonces, ella se siente más segura en sus desplazamientos y se mueve más dentro de su vivienda.*

# 2

## RESPETAR SUS PREFERENCIAS

Respetar y tener siempre presentes las preferencias de la persona en todas las cuestiones que le afectan es la mejor forma de garantizar su autonomía y su bienestar.



*A la madre de Laura le gusta realizar su higiene por la tarde, por lo que su hija, intenta realizarla en ese horario siempre que le es posible y así favorece su bienestar. Cuando le surgen dudas sobre aspectos que no conoce, le pregunta a su madre cómo prefiere que le ayude.*

3

## EVITAR EL AISLAMIENTO Y LA SOLEDAD

La soledad y el aislamiento afectan muy negativamente a la calidad de vida y al bienestar de las personas mayores. Debemos hacer lo posible por favorecer que mantenga el contacto con las personas de su red social y facilitar que haga nuevas amistades si es su deseo.

*Tomás se ha ido a vivir con su hija, pero cada tarde su nieto lo acerca a su barrio de siempre para pasear y que pueda echar la partida con los amigos en el club de mayores, donde siempre puede conocer gente nueva.*



4

## TRATARLES CON DIGNIDAD Y RESPETO

Debemos ofrecer un trato digno y respetuoso a todas las personas mayores independientemente de las facultades que mantengan. Debemos evitar por completo, por nuestra parte o por la de otros, un trato innecesariamente condescendiente o infantilizado cuando tratamos con ellas.

*Cuando Carlos habla con su abuela, que padece demencia, y con todas las restantes personas mayores, no usa diminutivos ni adopta tonos de voz infantilizadores, sino que se dirige a ellos como hace con cualquier otra persona adulta.*



5

## FAVORECER EL USO Y EL APRENDIZAJE DE CAPACIDADES

Siempre es conveniente animar y facilitar a las personas mayores que, si lo desean, puedan iniciar nuevos aprendizajes y realizar actividades de su gusto para su desarrollo personal y autoestima. Esto les permite mantener sus capacidades cognitivas y físicas y refuerza su bienestar.



*El nieto de Juan y María está estudiando en Londres y ha animado a sus abuelos a participar en un curso de nuevas tecnologías y redes sociales. Con unas pocas clases, Juan y María serán capaces de enviar mensajes y fotos por WhatsApp a su nieto y estar en contacto con él siempre que quieran.*

6

## FACILITAR EL USO Y CONTROL DE SUS PERTENENCIAS

Debemos ser respetuosos con las pertenencias de las personas mayores y favorecer que puedan ser disfrutadas por él o ella en las formas en las que lo desean, especialmente cuando necesitan de ayuda para ello.



*Tomás, que ayuda a sus padres en la gestión de su dinero, nunca acomete un gasto sin comunicárselo o contar con su aprobación. Cuando ha sido necesario realizar desembolsos de cantidades importantes, ha explicado a sus padres la finalidad del gasto y les ha pedido aprobación al mismo tiempo que ha mantenido informados a sus hermanos sobre todo ello.*

7

## ESCUCHARLES

### Y TENERLES SIEMPRE EN CUENTA

Es importante no sólo escuchar a la persona mayor, sino también que sienta que es escuchada y tenida en cuenta. Del mismo modo, es necesario dar valor a sus opiniones y preferencias y actuar de acuerdo con ellas. De esta forma garantizamos un trato respetuoso y justo.



*La familia ha decidido pintar la casa. Pero para que todos y todas se sientan bien en ella, esta noche votaremos qué color será el elegido y todos los miembros tendrán voz y voto.*

8

## FAVORECER QUE

### TOMEN SUS PROPIAS DECISIONES

El derecho a decidir sobre uno mismo y sobre las cosas que a uno le atañen no varía ni disminuye con la edad. Si las capacidades de la persona merman, debemos apoyar o facilitar la expresión y la toma de decisiones y la ejecución de las mismas.

*Juan no desea cambiar de domicilio incluso ahora que necesita muchos apoyos. Su familia ha gestionado que siempre esté acompañada en casa y ha realizado varias modificaciones en el hogar para que pueda permanecer en ella el mayor tiempo posible.*



# 9

## EVITAR EL USO DE SUJECIONES O FIJACIONES

Sujetar a una persona en contra de su voluntad atenta contra sus derechos más fundamentales. Sea una sujeción física o química, existen soluciones alternativas a la sujeción, respetuosas con la dignidad de la persona.



*Rafael busca apoyo en las asociaciones de afectados o en las entidades que trabajan en la eliminación de sujeciones para que le aporten información y pautas en el uso de las múltiples alternativas que se conocen a las sujeciones y que pueda usar ante los episodios de agresividad de su madre.*

# 10

## RESPETAR SU INTIMIDAD

El respeto a la intimidad es un principio básico del buen trato a todas las personas. Cuando se trata de intimidad, dediquemos el tiempo y la dedicación que sean necesarias tanto a escuchar las necesidades de la persona como a atenderlas.

*Cuando Olivia tiene que cambiar el pañal de su madre, la acompaña al baño. Es más incómodo que en la habitación, pero sabe que a su madre no le gustaría que su nieta la viera desnuda.*



# POR UNA **CULTURA DEL BUEN TRATO** HACIA LAS **PERSONAS MAYORES**





**SERCUIDADORA**  
El portal de las cuidadoras y los cuidadores

 Cruz Roja

**900 365 100**

Lunes a viernes de 9:00 a 21:00 horas


**[www.sercuidadora.org](http://www.sercuidadora.org)**

Síguenos en Facebook, Twitter, Tumblr y Google+

 [www.facebook.com/sercuidador](http://www.facebook.com/sercuidador)

 [twitter.com/Sercuidador](https://twitter.com/Sercuidador)

 <http://sercuidadora.tumblr.com>

 678 480 951 (solo mensajes)

o contacta con nosotros en **[sercuidador@cruzroja.es](mailto:sercuidador@cruzroja.es)**

Financiado por:



 **Cruz Roja Española**

[www.cruzroja.es](http://www.cruzroja.es) 902 22 22 92

**Humanidad Imparcialidad Neutralidad Independencia Voluntariado Unidad Universalidad**