

Solucionario Manual

SSCG01:
**Atención
socio sanitaria
a personas
dependientes con
Alzheimer u otras
demencias en
instituciones sociales**

SOLUCIONES

Actividades

Test de Repaso

Soluciones Actividades

Tema 1

Actividad 1

Antes de comenzar, me aseguro de tener todo lo necesario para la higiene personal del paciente a mano, como toallas, jabón, cepillo de dientes, peine y ropa limpia. Me aseguro de que el espacio esté a una temperatura agradable y tenga una iluminación adecuada.

Hablo con el paciente en un tono de voz tranquilo y amigable. Le explico con palabras sencillas y claras qué voy a hacer y por qué es importante. Trato de llamar al paciente por su nombre y utilizo un lenguaje corporal relajado y amistoso para transmitirle seguridad y confianza.

Involucro al paciente en el proceso de higiene personal en la medida de lo posible. Lo animo a que realice algunas acciones por sí mismo, como lavarse las manos, cepillarse los dientes o peinarse, siempre bajo mi supervisión y apoyo.

Mantengo siempre el respeto por la intimidad del paciente. Cubro las áreas del cuerpo que no estoy limpiando con una toalla o sábana para proteger su dignidad. Si el paciente se siente incómodo o avergonzado, le ofrezco palabras de aliento y apoyo, y le doy tiempo para que se adapte a la situación.

Durante todo el proceso, observo las reacciones del paciente y ajusto mis acciones según sea necesario. Si el paciente muestra signos de angustia o resistencia, me detengo y trato de calmarlo antes de continuar. Puedo intentar cambiar mi enfoque o utilizar diferentes técnicas de distracción o relajación para facilitar la tarea.

Trato de realizar la higiene personal del paciente en momentos y lugares similares cada día. Esto ayuda a que el paciente se familiarice con la actividad y se sienta más seguro y menos confundido.

Actividad 2

Lo primero que hago es mantener la calma y transmitir seguridad a los pacientes. Hablo con voz suave y tranquila y evito realizar movimientos bruscos.

Trato de identificar los factores que pudieron haber desencadenado la agitación y nerviosismo en los pacientes. Pueden ser factores externos como ruido, iluminación inadecuada o un ambiente demasiado estimulante, o internos como dolor, hambre o frustración.

Abordo a cada paciente de manera individual, teniendo en cuenta sus necesidades y características específicas. En función de las posibles causas, adapto mi enfoque y empleo estrategias para calmar a cada paciente.

Utilizo técnicas de distracción y relajación, como música suave, técnicas de respiración profunda o actividades sencillas y familiares que los pacientes disfruten, para distraerlos y ayudarlos a relajarse.

Si es posible, ajusto el entorno para hacerlo más cómodo y menos estresante para los pacientes. Por ejemplo, reduzco el ruido, ajusto la iluminación y creo un espacio más acogedor.

Reevalúo la actividad lúdica en sí misma para determinar si es apropiada para el grupo de pacientes y si requiere modificaciones para adaptarse a sus necesidades y capacidades. Puedo simplificar la actividad o dividir al grupo en subgrupos más pequeños para facilitar un ambiente más controlado y tranquilo.

Colaboro con otros miembros del equipo para abordar la situación de manera efectiva y coordinada. Comparto mis observaciones y discuto las posibles soluciones con mis colegas.

Actividad 3

En primer lugar, abordaría la preocupación de José con empatía y comprensión. En vez de confrontarlo con la realidad de que su esposa ya no está con él y que él vive en la residencia, adoptaría un enfoque más compasivo y validador.

Le diría algo como: "Entiendo que quieras ver a tu esposa y que te preocupes por ella. Parece que realmente la extrañas. ¿Por qué no nos sentamos juntos aquí y me cuentas más sobre ella? Podemos hablar sobre cómo conociste a tu esposa y los buenos momentos que compartieron juntos".

Al hacer esto, estaría reconociendo y validando los sentimientos de José, al mismo tiempo que lo tranquilizaría, distrayéndolo de su preocupación inicial. Esto me permitiría establecer una conexión emocional con él y ofrecerle un apoyo adecuado en su situación de confusión.

Tema 2

Actividad 1

Para empezar, puedo crear un ambiente acogedor y familiar en la sala donde se realizará la actividad. Luego, puedo introducir la actividad a través de una breve explicación, donde les explique que vamos a viajar en el tiempo, recordando momentos significativos de su pasado.

A continuación, puedo proporcionar a cada paciente algún objeto o imagen que les recuerde una época o experiencia de su vida. Por ejemplo, puedo entregarles un disco de vinilo, un juguete antiguo o una fotografía de una boda. Luego, puedo animarlos a compartir sus recuerdos y sentimientos asociados con el objeto o la imagen.

Durante la actividad, me aseguraré de que los pacientes se sientan cómodos y seguros, ofreciéndoles apoyo emocional si es necesario. Además, es importante que fomente la interacción entre los pacientes, animándolos a escuchar y responder a los recuerdos compartidos por sus compañeros.

Al finalizar, puedo hacer una reflexión grupal, animándolos a compartir sus sentimientos y percepciones sobre lo que acaban de experimentar. También puedo ofrecer algún tipo de reconocimiento o agradecimiento por su participación en la actividad.

Actividad 2

Puedo diseñar un circuito de actividades que incluya diferentes movimientos y ejercicios. Puedo incluir desplazamientos laterales, hacia adelante y hacia atrás, saltos suaves, lanzamientos de pelota en diferentes direcciones y equilibrios

sobre una base inestable, como una tabla de equilibrio o un cojín.

Es importante que comience con actividades más simples y adapte el circuito a mis capacidades y necesidades individuales. Por ejemplo, puedo empezar con desplazamientos laterales a un ritmo lento y aumentar gradualmente la velocidad y la complejidad de los movimientos. También puedo incluir ejercicios de coordinación ojos-manos, como lanzar y atrapar una pelota mientras camino o realizo un equilibrio.

Esta actividad puedo realizarla tanto en grupo como de forma individual y puede ser una forma divertida y estimulante de mejorar mi psicomotricidad en el contexto deportivo. Además, al realizarla, puedo disfrutar de sus beneficios para mi salud y bienestar físico y emocional.

Actividad 3

Puedo aportar información relevante sobre la capacidad funcional y cognitiva del residente, lo que permitirá establecer objetivos y actividades personalizadas para mejorar su calidad de vida.

Para ello, puedo llevar a cabo evaluaciones específicas que me permitan determinar las habilidades y limitaciones del residente en las áreas de mi competencia. A partir de esta información, puedo colaborar en el diseño de actividades terapéuticas personalizadas que aborden sus necesidades individuales, tales como ejercicios de rehabilitación, terapias manuales, actividades de ocio y recreación, entre otras.

Es importante que, como terapeuta ocupacional, me comunique y colabore con otros profesionales en la elaboración del PAI. Esto permitirá una atención más integral y centrada en las necesidades del residente, y garantizará que las actividades y terapias propuestas sean coherentes con los objetivos de otros departamentos.

Además, es fundamental que realice un seguimiento de la evolución del residente y evalúe los resultados obtenidos a través de las actividades y terapias propuestas. De esta manera, podrá ajustar el PAI según sea necesario y garantizar una atención personalizada y centrada en las necesidades del residente.

Tema 3

Actividad 1

Es importante que actuemos de manera rápida y profesional para evitar la propagación del virus y garantizar la salud y el bienestar de los demás residentes y personal de la residencia. La primera medida que debo tomar es notificar a la dirección de la residencia y a las autoridades sanitarias locales para informar sobre la situación y recibir orientación específica sobre los siguientes pasos.

Debemos seguir los protocolos de prevención y control de infecciones recomendados por las autoridades sanitarias, como el uso de equipo de protección personal adecuado, el aislamiento del residente enfermo en una habitación individual, y la restricción de visitas y movimientos dentro de la residencia. Es importante proporcionar la atención y el cuidado necesarios al residente enfermo, asegurándose de que reciba el tratamiento médico adecuado y que se monitoreen sus síntomas y progreso.

Además, es fundamental implementar medidas de limpieza y desinfección rigurosas en toda la residencia, en particular en las áreas donde el residente infectado haya estado. Debemos informar a todos los residentes y al personal sobre la situación y proporcionarles orientación y apoyo, así como monitorear su salud y síntomas de cerca.

Actividad 2

Antes de colocar los EPIs, es importante que me lave las manos con agua y jabón y las seque completamente. Para la colocación de los EPIs, seguiré el procedimiento recomendado por las autoridades sanitarias, que generalmente comienza con la colocación de la bata o el delantal protector, asegurándome de que cubra toda mi ropa y llegue hasta los

tobillos. A continuación, me pondré los guantes desechables, asegurándome de que cubran mis muñecas y se ajusten bien.

Luego, colocaré la mascarilla, asegurándome de que cubra mi nariz y boca y ajustándola alrededor de mi cara para un sellado adecuado. Si utilizo una mascarilla N95, realizaré una prueba de ajuste adecuada antes de su uso. Finalmente, me pondré las gafas de protección o el protector facial, asegurándome de que cubran completamente mis ojos y mi cara.

Es importante verificar que los EPIs estén colocados correctamente antes de ingresar a la zona donde se encuentran las personas aisladas por contagio. Durante el tiempo que esté en contacto con los residentes infectados, seguiré las pautas de prevención y control de infecciones, como el lavado frecuente de manos, la limpieza y desinfección adecuadas, y el seguimiento de los protocolos de aislamiento y distanciamiento social recomendados.

Al retirar los EPIs, también seguiré el procedimiento recomendado, que generalmente incluye quitarme los guantes desechables, asegurándome de no tocar la superficie exterior, y luego retirar la bata o el delantal protector, teniendo cuidado de no tocar la superficie exterior. Después, me quitaré las gafas de protección o el protector facial, teniendo cuidado de no tocar la superficie exterior, y finalmente, me quitaré la mascarilla, teniendo cuidado de no tocar la superficie exterior. Una vez retirados los EPIs, es importante desecharlos de acuerdo con las recomendaciones de las autoridades sanitarias y lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.

Actividad 3

Mi prioridad sería garantizar la seguridad y protección de todos los residentes y el personal. Es importante actuar con calma y profesionalismo para abordar la situación de manera efectiva.

En primer lugar, hablaría con la persona y le explicaría la importancia de usar la mascarilla para prevenir la propagación del COVID-19 y proteger su salud y la de los demás. Le proporcionaría información sobre los protocolos de prevención y control de infecciones y cómo su cooperación es fundamental para la seguridad de todos.

Si la persona sigue negándose a usar la mascarilla, informaría a la dirección del centro de día y seguiría las pautas y protocolos establecidos por las autoridades sanitarias y la institución. Esto podría incluir la posibilidad de retirar temporalmente a la persona del centro de día si no cumple con las medidas de prevención.

Soluciones Test de Repaso

1. a) Pérdida de memoria
2. c) Las proteínas amiloides se acumulan en las placas seniles del cerebro de los pacientes con Alzheimer
3. b) La médula espinal es responsable de procesar información sensorial
4. d) Demencia por cuerpos extraños
5. c) Respiratorias
6. a) Adaptar la textura de los alimentos para hacerlos más fáciles de tragar y supervisar la ingesta de líquidos
7. b) Abordar la preocupación de Pedro con empatía y comprensión, utilizando técnicas de comunicación efectivas y compasivas, como distraerlo hablando sobre su hijo y los buenos momentos que compartieron juntos
8. a) La bioética
9. c) La técnica de reminiscencia
10. d) Los juegos cognitivos
11. a) La independencia funcional de una persona mayor en las actividades cotidianas más complejas

12. d) Alpinismo
13. a) Son una forma de actividad física que involucra el movimiento continuo y repetitivo de grandes grupos musculares
14. b) Ejercicios de Kegel
15. b) Organización Mundial de la Salud (OMS)
16. c) Principalmente a través del contacto cercano con gotas respiratorias generadas por personas infectadas
17. b) Mantener una distancia adecuada entre las personas (al menos 1 metro o 3 pies)
18. c) Personas infectadas que no presentan síntomas durante todo el curso de la infección
19. c) Edad avanzada, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, obesidad, inmunosupresión y otras comorbilidades
20. d) Porque contribuyen a disminuir la propagación del virus y reducen el número de personas infectadas