

Teresa Martínez Rodríguez | Psicóloga especializada en gerontología

Soy doctora en ciencias de la salud y psicogerontóloga. • Nací en Aragón hace 54 años • Vivo en Asturias • Defiendo un modelo de atención centrada en la persona • He impartido este jueves y viernes la segunda edición de las Jornadas Formativas de Gerontología • El aforo completo que se logró habla bastante del compromiso profesional para ofrecer un trato digno

«La atención a los mayores debe respetar su identidad»



Sonia Marqués Camps

Tener competencias técnicas en gerontología está bien, pero también son importantes las relacionales y las que tienen que ver con la ética». Teresa Martínez congregó a 150 personas (la sala de plenos de la sede del Consell Insular de Maó completa) en cada una de las dos sesiones de estas jornadas, organizadas por Bienestar Social i Família. Una era formación básica sobre atención centrada en la persona y la otra servía para profundizar en este modelo, con herramientas para llevarlo a la práctica.

Éxito de convocatoria por segundo año consecutivo.

—Este grandísimo interés, la conciencia y las ganas de hacer las cosas mejor en atención a los mayores me llena de satisfacción. Hemos mejorado en arquitectura, en instalaciones, en profesionalización, y esto hay que celebrarlo. Pero ahora es necesaria la reflexión y poner la mirada en

los valores, en las personas y en sus capacidades.

¿Qué es la Atención Centrada en la Persona (ACP)?

—Busca fundamentalmente que, cuando se necesitan cuidados, las personas no pierdan el control de sus vidas. Venimos de un modelo altamente paternalista donde la familia o los profesionales deciden por la persona mayor, «por el bien de ella»; pero, aquí, de lo que se trata es de poner a las personas en el centro, con la mirada puesta en sus derechos y en sus capacidades, para que puedan gestionar su propia vida.

¿Y cuando hay una demencia?

—Este modelo tiene que permitir ofrecer a las personas con demencia un proyecto de vida afín a lo que ellas han sido en su pasado, respetar su identidad. Esto a veces en los entornos institucionales se pierde porque prima la atención centrada en la organización, en el servicio.

Usted defiende respetar siempre la biografía.

—Es un enfoque basado en los derechos humanos.

Lo dice muy bien el psicólogo Ramón Bayés: la esencia y lo que marca la diferencia en cada persona mayor es su recorrido vital. Esto es lo que nos hace singulares. Uno de los grandes tópicos que hay al envejecer es que parece que por cumplir años nos volvemos todos iguales, con expresiones «son como niños» o «ya no puede». La evidencia empírica, no obstante, nos dice todo lo contrario, y desde la gerontología, desde la geriatría, se sabe que cada proceso de envejecimiento es absolutamente diferencial, heterogéneo. Y que cuantos más años tienes, más diferencias hay.

¿Cómo se lleva a la práctica?

—Acercarse a los aspectos biográficos de las personas es lo que realmente permite una atención personalizada y entender además trastornos de conducta. Hay que trasladar esta atención centrada en la persona al día a día, a lo cotidiano, a la hora de la comida... Me gusta hablar en la atención a las personas mayores de la importancia en las pequeñas grandes cosas, porque allí es donde se genera calidad de vida.

¿Nos pone más ejemplos?

—Si a una persona le ha gustado peinarse de una forma determinada toda su vida, ¿por qué cambiarlo? ¿Porque nos resulta más cómodo...? Hay que respetar estas cosas, y más en las personas con demencia, porque no tienen recursos para adaptarse a los cambios, o no tantos como las personas con un nivel cognitivo mantenido. La idea clave es que la atención y los servicios deben adaptarse a las personas y no al revés, para respetar su dignidad, para generar calidad de vida.

¿Repercute en el bien del profesional?

—Esta forma de atender a las personas mayores es buena también para los trabajadores. Hay datos que demuestran que se reduce el llamado «estrés de consciencia», la sensación que tiene el profesional cuando cuida de una forma que sabe que no está bien o no es adecuada a una moral correcta. Trabajar en este modelo hace sentir mejor a los profesionales y esto influye después positivamente también en la organización.