

PLAN PASTORAL EN LAS RESIDENCIAS DE MAYORES

Teniendo en cuenta que la formación continuada es tarea de toda la vida, a últimos de abril nos reunimos en Avila treinta y dos Hermanas, representantes de veinte Residencias de Ancianos y Casas de Hermanas Mayores. Todas con un gran deseo de recordar actitudes y conocimientos y de adquirir otros nuevos necesarios para un servicio integral a la persona mayor.

Como nuestro servicio ha de ser, como decían nuestros Santos Fundadores, corporal y espiritual, el primer tema del encuentro fue: Atención Espiritual en las Residencias de Mayores. Fue expuesto por el Hermano Ramón Martín, religioso de la Orden de San Juan de Dios.

Consideró al ser humano según la Biblia y la antropología teológica, como centro del humanismo cristiano desde el nacimiento hasta la muerte.

El ser humano es una realidad personal a imagen y semejanza de Dios, con unas cualidades que hay que desarrollar y una serie de limitaciones propias de la naturaleza. En esta sociedad de bienestar no estamos libres de las limitaciones, la enfermedad, y la muerte; somos vulnerables y tenemos que reconocerlo. Estamos llamados a una vida eterna junto a Dios. El “más allá” bien vivido e integrado en nuestra vida, nos ayuda a vivir mejor el “más acá” y a comprometernos más en nuestra entrega.

Dimensión espiritual o espiritualidad, es aquella dimensión de intimidad de la persona que da sentido a su existencia. Hace referencia a:

- La respuesta sobre el sentido de la vida.
- Los valores que orientan nuestra conducta y relaciones interpersonales.
- Las creencias, la filosofía de la vida, viviéndolas con coherencia.
-

Creencia religiosa. La imagen de Dios no siempre es única. Cada uno la elabora según su propia historia o aprendizaje.

La dimensión religiosa se organiza en torno a un credo o fe compartidos por grupos o comunidades.

Existen distintos niveles de maduración de la fe dependiendo de las características y proceso vivencial de cada persona.

Una fe madura es un recurso más al servicio de la persona que le confiere valor de sentido a su vida y la ayuda a afrontar los grandes interrogantes vitales.

LA ATENCIÓN A LAS NECESIDADES ESPIRITUALES

Esta atención implica:

- Detectar las necesidades espirituales de cada anciano.

- Una vez detectadas o demandadas, hay que atenderlas. Mejor si hay una persona dedicada a esto: Agente Pastoral de la Residencia.
- Todas las dimensiones de la persona han de ser atendidas con respeto; la atención espiritual requiere una dedicación especial.

Necesidades espirituales de la persona mayor

SER RECONOCIDO COMO PERSONA

- Aceptarle como es permitiéndole expresar sus sentimientos y deseos.
- Cuidar la privacidad e intimidad.
- Dirigirse a él/ ella con el nombre familiar que le guste.

RESITUARSE EN EL TIEMPO

- Que se le reconozca y valore todo lo vivido en el pasado.
- Encontrar sentido a su pasado y mantener la esperanza en el futuro.

RECIBIR Y COMPARTIR AMOR Y AFECTO

- Que se le acompañe en su proceso de envejecimiento.
- Mostrarle y darle un toque humano de cariño, tanto por parte de su familia como del personal sanitario a través de estímulos, contacto y escucha.

ASUMIR LA ANCIANIDAD

- Saber afrontar el dolor, el sufrimiento y la soledad
- Confiar en el cuidado del personal sanitario y de su familia.
- Ser escuchado en los momentos de más ansiedad al vivenciar su limitación.

ASUMIR Y ENCONTRAR RESPUESTA AL SENTIDO Y VALORACIÓN DE LA MUERTE

- Permitirle que exprese sus miedos, sus sentimientos e incertidumbres.
- Conducirle a la aceptación de la propia muerte como una experiencia más de la propia vida.
- Acompañarle a manejar la angustia; estar abierto al diálogo y expresión emocional.

VIVIR Y CELEBRAR LA FE

- Encontrar espacios y tiempo para la celebración y devociones piadosas.
- Reconciliarse consigo mismo, con los demás, con Dios.
- Ayudar a vivir las necesidades espirituales desde la dimensión religiosa. Fomentar la coherencia fe-vida.
- Compartir frases, oraciones y cánticos que manifiesten su confianza en Dios.

SER ESCUCHADOS

- Escucharle con paciencia, abrir espacios de tiempo para que exprese su mundo interior si lo desea y pueda formular sus angustias, dudas, esperanzas y temores.

ADAPTARSE A VIVIR EN LA RESIDENCIA

- Brindarle acogida y motivarle para que se vaya integrando en el grupo.
- Ayudarle a aceptar la normativa de la vida en la residencia.
- Mantener su autonomía; ser tratado como merece en sus actividades cotidianas.

SABER SUPERAR Y VIVIR LAS PÉRDIDAS

- Acompañarle y hacerle caer en la cuenta de la lógica pérdida de ciertos niveles de independencia.
- Pérdidas de salud, domicilio, bienes, prestigio, seres queridos.., puede producirles a algunos depresión. Es el momento de un buen acompañamiento; mostrarles acogida y comprensión.

DISTINGUIR UNA AUTENTICA Y VERDADERA ESPERANZA QUE LES PERMITA CONFIAR EN UN SER TRASCENDENTE: DIOS.

- Ayudarles a descubrir y valorar las experiencias positivas que hayan tenido durante su vida.
- Motivarles a depositar su confianza en un Ser trascendente, que para muchos de los residentes ha sido siempre un buen referente en la vida.

PLAN PASTORAL EN LAS RESIDENCIA

Para llevar a cabo eficazmente la atención espiritual en las Residencias de Mayores, hay que elaborar en primer lugar UN PROGRAMA ANUAL DE ACTIVIDADES Y SERVICIOS RELIGIOSOS que se les ofrecen en la residencia. A más largo plazo, de tres a cinco años, se puede elaborar EL PLAN DE PASTORAL, con unos objetivos evaluables anualmente.

La Hna. Zoraida, Agente de Pastoral, nos informó de su misión en el complejo geriátrico donde trabaja.

En todas las actividades de carácter espiritual y religioso se ofrece colaboración a los residentes, familiares y personal.

Siempre que ingresa un nuevo residente, se le informa de los servicios que ofrece la residencia, incluido el servicio religioso.

Cuando se celebra la Unción de Enfermos, comunitariamente o en particular, se avisa a los familiares.

Si un anciano está grave o fallece, también se acompaña a los familiares.

La Hermana visita diariamente todos los módulos y escucha a los ancianos. Atiende siempre que es requerida para alguna necesidad de tipo espiritual por los ancianos o familiares.

Anualmente se evalúan los objetivos propuestos en el Plan de Pastoral.

LAS RESIDENCIAS: UN RETO DE FUTURO

D^a Elisa Nadal, Directora de la Residencia de Mayores de Bienestar Social de San Fernando de Henares, nos expuso la situación actual de las residencias. Las de la Administración Pública son sólo para asistidos o dependientes debido a la gran demanda de estas plazas, pues se vive muchos años pero con una gran dependencia o invalidez.

Nos explicó los principales derechos del anciano ingresado:

- Privacidad e intimidad
- Dignidad
- Autonomía
- Elección libre
- Satisfacción

También nos informó de los SISTEMAS DE CALIDAD, que aunque todavía no son obligatorios, se van implantando en muchas residencias que cuentan con las normas establecidas y son un medio de garantizar su correcta aplicación.

D^a Elisa Aguado, Jefe de Area de la misma Residencia, nos habló de las principales necesidades de los mayores y del modo de satisfacerlas, teniendo en cuenta los Principios Fundamentales de Atención a los Ancianos .

LA DESTREZA DE PERSONALIZAR

Hay tres actitudes fundamentales que deben constituir el fondo y la manera de ser del cuidador

También trató el tema: La destreza de personalizar. Señaló las tres actitudes fundamentales que deben constituir el fondo y la manera de ser del cuidador:

- . **La Empatía.**- Disposición interior que consiste en “meterse en la piel del otro”, “caminar con sus zapatos”.
- . **La aceptación incondicional.**- Consiste en atender plenamente a la persona en orden a captar lo que trata de expresar.
- . **La autenticidad.**- Consiste en la coherencia entre lo que el cuidador es, piensa o siente y lo que expresa.

Además existen habilidades y destrezas que permiten que el cuidado se constituya en un avance hacia el proceso de cambio en la persona que lo recibe. Estas habilidades y destrezas son entre otras:

- . **La escucha activa.**- Consiste en atender plenamente a la persona en orden a captar lo que trata de expresar.
- . **La reformulación.**- Consiste en captar lo que el otro expresa, tanto verbal como no verbalmente.

. **Confrontar.**- Significa ayudar a descubrir los recursos internos o externos para afrontar una situación de sufrimiento o de crisis.

. **Personalizar.**- Es necesario que el cuidador esté atento a evitar todo tipo de generalización. El diálogo y el cuidado debe estar centrado en la persona a la que va dirigido teniendo en cuenta los recursos para afrontar las dificultades. Mediante la destreza de personalizar se pretende que el anciano conozca su problema, su control sobre él y el grado en que desea realmente superarlo.

Por fin nos explicó detalladamente las **actividades de la vida diaria** en una residencia y la manera correcta de realizarlas.

Todas las participantes mostraron su satisfacción por el contenido e interés de lo tratado que les ayudará a mejorar la calidad en el servicio.