

¿Quién es un cuidador?

Un cuidador es un familiar, vecino o amigo que proporciona atención y ayuda a una persona discapacitada, con enfermedad crónica o anciana y delicada.

Suelen hacerlo de manera habitual y continuada, sin remuneración alguna excepto en algunos casos en que reciben una pensión o prestación por cuidado de personas.

Los cuidadores pueden ayudar en lo siguiente:

- Actividades cotidianas
- Asistencia social
- Transporte
- Citas médicas
- Toma de decisiones
- Apoyo emocional

En el NSW Health Policy document 2011_015 (Documento de Política de salud de Nueva Gales del Sur) se indica que *los cuidadores deben participar en la planificación de los cuidados, desde la admisión, pasando por la estancia hospitalaria, hasta ser dados de alta.*

Policy Document 2011_015. 7 de marzo de 2011.

La información sobre TOP5 está disponible en Internet en: www.cclhd.health.nsw.gov.au

Vea la página de la **Carer Support Unit** (Unidad de asistencia al cuidador) que aparece bajo el título **Patients & Visitors** (Pacientes y visitantes). También encontrará enlaces a otros servicios relacionados con el cuidador.

RELATOS DE CUIDADORES:

“Bob es un poco solitario, y no le gusta estar confinado, mirando a otros pacientes. Haga que se sienta mirando por la ventana, donde pueda ver la naturaleza, y estará tranquilo y relajado.”

Kerry - cuidador de su hermano.

“Es importante que el personal le diga a papá que ya es hora de comer y que esperan que lo disfrute; si se limitan a dejarle la bandeja, no reconocerá que es la suya.”

Brad - cuidador de su padre.

“El personal debería saber que si mi esposa empieza a murmurar y hablarse a sí misma es que está empezando a ponerse ansiosa; lo único que necesita son unas palabras tranquilizadoras del personal, como “Está bien, Beryl, estás en un lugar seguro. Nosotros te cuidamos.”

Rex - cuidador de su esposa.

“Mi madre no tiene incontinencia. Cuando quiera ir al baño señalará la puerta.”

Michelle - cuidadora de su madre

PARA MÁS INFORMACIÓN, PÓNGASE EN CONTACTO CON:

Carer Support Unit

(Unidad de asistencia al cuidador)

21 Beane St. Gosford NSW 2250

Teléfono: 4320 5556 Fax: 4320 5555

CCLHD-CSUCC@health.nsw.gov.au

También dispone de información para el cuidador en la **Carer Resource Folder** (Carpeta de Recursos del Cuidador) disponible en la recepción o en la sala de espera.

TOP5
una vez en el



hospital



TOP5 está dirigido a las personas que tienen dificultades para pensar, razonar, memorizar o comunicarse.

TOP5 ayuda al personal clínico a conocer la historia particular de la persona, sus necesidades específicas, gustos y preferencias para prestarle asistencia.



Health
Central Coast
Local Health District

¿Qué es TOP5?

Como cuidador, nadie mejor que usted conoce a la persona a la que cuida.

Conoce su historia y lo que significa para ellos, sus intereses, lo que le gusta y no le gusta, sus miedos, preocupaciones e inquietudes.

Usted es la clave de su comunicación y comportamiento.

TOP5 es un formulario donde puede indicar sugerencias orientadas al cuidado e información particular sobre la persona que cuida, con el fin de ayudar al personal del hospital a comprender mejor al/la paciente y sus necesidades.



¿Qué debería indicar?

Considere las cinco cosas más importantes que crea que el personal del hospital debe saber para:

- Mantener tranquila y estable a la persona a la que cuida
- Conseguir que coopere en las actividades de cuidado personal
- Alentar la comunicación
- Apoyar su autoestima

Estas sugerencias se denominan las “TOP5”



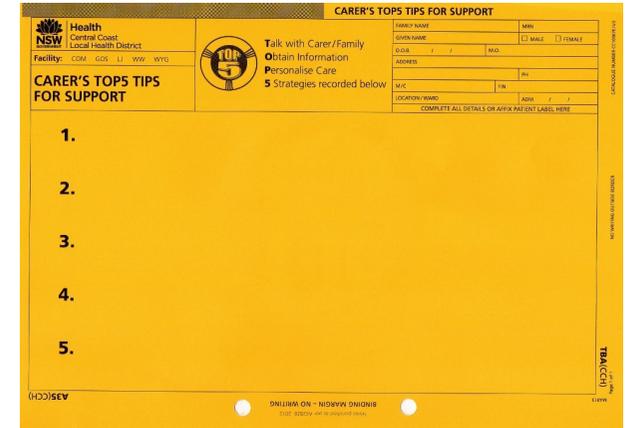
Piense en:

- situaciones que provocan ansiedad
- señales que indican una necesidad
- rutinas y rituales establecidos
- “imprescindibles”, o actividades preferidas, p. ej. música, jardinería, TV, jugar a las cartas.

Cada sugerencia debe incluir la medida que el personal debe tomar, o no tomar, y el resultado previsible que se logrará con ello.

¿Cómo hacerlo?

Hable con una enfermera o profesional sanitario sobre TOP5. Le escribirán sugerencias y consejos sobre el formulario TOP5.



The form is titled 'CARER'S TOPS TIPS FOR SUPPORT' and is part of the NSW Health Central Coast Local Health District. It includes fields for patient name, date of birth, gender, and a list of five strategies for support. The strategies are numbered 1 through 5.

Este formulario se colocará en la tablilla junto a la cama, donde todo el personal clínico pueda tener fácil acceso a él. Este símbolo TOP5 de gran tamaño es muy visible, para alertar al personal que debe leer sus sugerencias TOP5 de la parte inferior del formulario antes de atender al paciente.

