Iniciaron entrega de manual de cuidado de personas mayores en sectores rurales de la región

En parte de las zonas rurales de la región de Valparaíso, el **Servicio Nacional del Adulto Mayor, SENAMA**, ha iniciado la entrega de la publicación *"Yo me cuido y te cuido"*, manual que entrega información práctica para quienes tienen a su cargo a personas mayores.

Cabe destacar que esta iniciativa -que cuenta con una edición impresa de aproximadamente 100 páginas con ilustraciones a color, datos y recomendaciones- permite entregar mayores conocimientos tanto a cuidadores formales e informales (familiares) y adquirir mayores herramientas para desarrollar esta labor, que contribuye al bienestar de las personas mayores en situación de dependencia.

Anuncio Patrocinado

Alonso Cuadra, coordinador de **SENAMA Valparaíso**, indicó que **"hemos estado entregando este manual impreso principalmente en las zonas rurales de la región, donde existen muchos familiares y vecinos o gente que están apoyando a personas mayores, y que lamentablemente no cuenta con las herramientas ni con la preparación necesaria. Por eso, esta guía les sirve como orientación para la generación del autocuidado en sí mismo, para no ser absorbido por la persona cuidada, así como también las formas de trabajar desde un punto de vista psicológico, biológico, los controles de remedios, ejercicios diarios, entre otros"**.

"Es una herramienta bastante útil que ha sido muy bien recibida. Hemos comenzado a repartirla a lo largo de las provincias de Petorca, San Felipe y Los Andes, además del gran Valparaíso", agregó la autoridad regional.

El manual, fue lanzado a fines del 2019 en el marco de la alianza público-privada "Compromiso País" y fue desarrollado en conjunto con el Ministerio de Salud, el Fondo de Solidaridad e Inversión Social (FOSIS) y la colaboración de Caja Los Andes, Fundación de las Familias y Fundación Amanoz, respectivamente, con el objetivo de enfrentar los desafíos que representa el cuidado de las personas mayores con distintos niveles de dependencia, ya sea física o cognitiva.

El material es gratuito y también puede descargarse en www.senama.gob.cl junto a material complementario como videos de apoyo, guía de consejos y capacitaciones online.

Cabe destacar que, según la última Encuesta de Caracterización Socioeconómica Nacional, CASEN, del año 2017, el 14% de las personas mayores del país presenta algún grado de dependencia.

y tú, ¿qué opinas?