

## **ENTREVISTA E6.**

Entrevista a una cuidadora. Clase media. Habla muy bajito porque hoy estaba mala de la garganta. La paciente es su madre y a diario está casi todo el día en un centro de día. Ella es bastante dependiente y no puede estar sola.

**1:06**

BUENO PUES ANTES DE EMPEZAR NOS GUSTARIA RECOGER ALGUNOS DATOS DE CLASIFICACION POR EJEMPLO, BUENO HEMOS COMENTADO QUE ES, TU MADRE ¿NO?

SI.

¿LA EDAD DE TU MADRE?

90 recién cumplidos.

90 RECIEN CUMPLIDOS. ¿Y LA TUYA?

56.

56. ¿QUÉ ESTUDIOS HA COMPLETADO MAS O MENOS TU MADRE?

Primaria

Y TU QUE ESTUDIOS TIENES?

Pues, universitarios.

VALE. ¿Y QUE OCUPACIONES HAS DESEMPEÑADO O DESEMPEÑAS TÚ?

Del trabajo, profesora de ingles profesora de español y coordinadora de cursos.

¿Y TU MADRE HA DESEMPEÑADO ALGUNO?

Ama de casa.

AMA DE CASA. ENTIENDO QUE TU MADRE VIVE AQUÍ.

Si

TODO EL AÑO

Si

PERFECTO. Y CUANTAS PERSONAS SUELEN VIVIR EN ESTE HOGAR

3. mi hermana, mi madre y yo.

PERFECTO. Y ¿ESTADO CIVIL DE TU MADRE?

Viuda.

PERFECTO. BUENO YA ME HAS COMENTADO QUE ERES SU HIJA Y BUENO YA VAMOS A ENTRAR UN POCO EN LAS PREGUNTAS DE MAS DESARROLLO DONDE YA TU, QUE SON MUY SENCILLAS, NO TE PREOCUPES PORQUE YA TE HE COMENTADO QUE SON SOBRE LA VIDA COTIDIANA.

ENTONCES NOS GUSTARIA QUE MAS O MENOS NOS DESCRIBIERAS LA EVOLUCION DE LA ENFERMEDAD DE TU MADRE Y CUALES SON LOS SINTOMAS ACTUALES DE LA MISMA

Pues ella esta en grado de dependencia 2. Tiene demencia senil. Va avanzando pero con estabilidad. O sea, a mi me lo ha dicho un doctor y terapeuta ocupacional de su centro que va avanzando despacio la enfermedad de demencia senil. Y luego, como es muy mayor si que necesita a veces, si que necesita ayuda al caminar. Y necesita ayuda al vestirse pero otras actividades las hace ella, pero bueno si se tiene que duchar o asear, a veces también con ayuda. Que más, que más. No puede cocinar porque se le olvida en el momento todo lo que está haciendo. O sea que le falla la memoria reciente. Y realmente acude a su centro pero en la casa no realiza ninguna actividad. A no ser que sea algo mental como hacer sopa de letras o coser un poquito, ver películas, ver concursos. Está en estado dependiente. Salimos a pasear pero siempre con ayuda, siempre. Nunca está sola. Ella sola no puede estar. Y en su centro pues realiza actividades como gimnasia,

psicomotricidad, muchos ejercicios escritos para la memoria, come allí, merienda allí, desayuna allí. Hacen terapias. Pero que necesita ayuda, necesita ayuda. Y va evolucionando, ya lleva 4 años desde que le detectaron la enfermedad, pero no demasiado deprisa pero como es muy mayor, si que ella físicamente, aunque está bien, necesita ayuda. Necesita bastante ayuda.

¿QUÉ TIPO DE AYUDAS, TE REFIERES A OTRA PERSONA O ANDADORES, BASTON?

Mas que bastón que vaya cogida de la mano de alguien, o sea del brazo. Entonces por la casa se maneja sola pero se tropieza, ya ha habido veces que se ha caído. Pierde en seguida el equilibrio. Y en el baño pues se maneja sola pero con supervisión y vestirse con supervisión. No se como decirte.

SI, NO, NO LO ENTENDEMOS NO TE PREOCUPES. Y BUENO TENEMOS TAMBIÉN QUE HEMOS REVISADO UN POCO CUALES SUELEN SER LOS PROBLEMAS QUE SUELEN TENER ESTOS PACIENTES. ENTONCES TE VOY HA DECIR ALGUNAS QUE O BIEN NO ME HAS DICHO CONCRETAMENTE O PARA VER.

Si.

YA ME HAS COMENTADO QUE OLVIDA LAS COSAS QUE ACABAN DE OCURRIR. LA MEMORIA A CORTO PLAZO.

Si.

¿LE CUESTA RECORDAR PALABRAS?

Pues alguna vez si, yo creo. No muy frecuentemente pero alguna vez si. Aunque ella prácticamente, hace todos los días ejercicios en el centro. Le cuesta alguna vez pero no muy frecuente.

O SEA, PUEDE SEGUIR UNA CONVERSACION, NO TIENE PROBLEMAS.

Si, si, si.

VALE, PERFECTO. ¿LE HA PASADO ALGUNA VEZ QUE SE PIERDE O DESORIENTA EN LUGARES QUE SON CONOCIDOS? EN EL HOGAR O...

Alguna vez, si. A lo mejor viene mi hermano, una vez que vino mi hermano porque yo salí, y se queda mi hermano; y se marchó mi hermano y ella que no ve a mi hermano y yo que estaba en otro sitio, se desorientó y empezó a dar vueltas porque como no vea a alguien, se pierde. No encuentra, no sabe donde está a lo mejor. O se asusta.

CLARO. ¿Y ESO SUCEDIÓ DENTRO DE LA CASA?

Si.

Y ADEMAS EN ESTA CASA QUE ES EN LA QUE SUELE VIVIR NO EN OTRA.

Si. Muy poquito, no muy frecuente. Como siempre está con alguien, si en un momento dado no ve a alguien como que se desorienta y ya no....pero bueno, muy poquito, no muy frecuente.

Y POR ESO ES POR LO QUE DICES QUE NO ES QUE NO OS QUEDAIS TRANQUILAS DEJANDOLA SOLA.

No, nunca la dejamos sola. Porque le falla la memoria. Además nos lo dijeron desde el principio de la enfermedad, nos dijeron que sola no.

¿Y RESPECTO, A NO SABER QUE HORA DEL DIA ES O NO SABER QUE DIA ES, O ÉPOCA DEL AÑO?

También se le olvida. Si se lo recuerdas se queda con ello pero sino a veces va al medico y se le olvida. Cuando va al medico al geriatra, le pregunta a veces y se le olvida.

SI ES MUY TIPICA LA PREGUNTA.

Si, si.

¿QUE TENGA DIFICULTADES PARA TOMAR DECISIONES O PARA MANEJAR EL DINERO?

No, ella no maneja el dinero, no. Tomar decisiones las toma pero las poquitas que toma. Pero ella no maneja el dinero. No quiere a parte de que se confundiría, no quiere ella.

AH, POR ELLA MISMA, NO PORQUE SE LO HAYAIS DICHO VOSOTRAS.

No, no quiere porque además no esta ella para manejar porque se confundiría. No se yo...

ELLA MISMA.

No quiere.

Y BUENO DIFICULTADES PARA HACER TAREAS DEL HOGAR, NINGUNA ME HAS COMENTADO.

Ninguna,

QUE NO HACE NINGUNA.

No. Entre que es mayor y eso, no, no hace ninguna. La cocina tampoco, nos da miedo. Tampoco sale de ella que quiera cocinar como antes o sea que no, no sale de ella.

¿Y DESDE ESTOS ULTIMOS 4 AÑOS QUE SE LO DIAGNOSTICARON, HABEIS VISTO QUE HAYA TENIDO CAMBIOS BRUSCOS DE HUMOR?

Si alguna vez, muy raramente pero si ha ocurrido.

¿Y COMO LOS DESCRIBIRIAS?

Pues a ver, algunas veces es que ella como te trata como con genio, un poco así con genio. Eso ha ocurrido alguna vez y yo me callo así, y digo, a ver si se le pasa. Una vez si que la llevamos la contraria en una cosa y se puso....incluso un poco agresiva. Pero la calmó mi hermana pero eso solamente ocurre alguna vez y si se pone un poco arisca. A veces, es muy raro pero se pone un poco arisca. Yo me callo así a ver si se le pasa. Como diciendo que ella quisiera estar al cargo de la situación y a veces pues no puede ser.

CLARO. Y QUE LA HAYAIS VISTO QUE TENGA COMO NO LO A MEJOR DEPRESION COMO TAL O ANSIEDAD, PERO SI QUE ESTE COMO MAS TRISTONA, QUE NO TENGA LA INICIATIVA PARA HACER COSAS, QUE NO LA APETEZCA HACER COSAS QUE A LO MEJOR LE GUSTABAN ANTES...

No, eso ha sido, eso puede ocurrir si alguna vez ha ocurrido alguna cosa que la haya afectado, sino no. Está muy bien de temperamento y de carácter, de que se encuentra bien porque tiene su medicación. Pero si alguna vez sin querer alguien le dice alguna cosa que va en contra de sus principios y de lo que ella piensa, si se pone mas triste; y luego ya se lo preguntamos que por qué y entonces se soluciona la situación. Eso ha podido ocurrir con cualquier persona que la haya llevado la contraria.

PERFECTO. ¿Y TIENE LENTITUD EN LOS MOVIMIENTOS?

Si, si. Me ha dicho el medico que es debido a la enfermedad.

SI, SI. IGUAL QUE LA RIGIDEZ O TEMBLOR DURANTE EL DIA, QUE A LO MEJOR SE ASOCIA MAS A OTRAS ENFERMEDADES PERO PUDIERA SER TAMBIÉN.

Temblor de manos pero ha dicho el doctor que es debido a la enfermedad.

SI, SI. ¿Y QUE SE LE HAYA MODIFICADO LA POSTURA?

No porque ella está bien. Anda y todo. Es ágil para su edad ella anda. Lo que pasa es que no da pasos muy largos los da mas breves, se cansa mas.

SI VAMOS, QUE PARA 90 AÑOS ESTA NORMAL, NO ANDA RECTA, RECTA PERO SI.

Si, si.

¿Y AL PRINCIPIO CUAL DE ESTOS SINTOMAS FUE EL QUE OS LLEVO A CONSULTAR AL ESPECIALISTA PARA QUE OS DIERA EL DIAGNOSTICO?

La falta de memoria.

LA FALTA DE MEMORIA.

La memoria inmediata.

LA INMEDIATA. PORQUE SUPONGO QUE A LARGO PLAZO NO HACE AFECTA TANTO.

A veces se acuerda más pero tu lo notas porque es inmediato porque si te acaban de decir una cosa y viene por ejemplo, algún hijo y ella dice: ah, pues no sabía que venía. Y ya empezamos con lo de ¿cómo no va a saberlo si se lo acabamos de decir! Y como ella tiene buena memoria, ya empezamos, ya empezamos. Que yo nunca pensé que iba a ser tan serio ¿eh? Yo pensé que eso se iba a pasar pero no, no.

¿Y DENTRO DE ESTAS COSAS QUE ME HAS COMENTADO, CUAL CREES TU QUE ES DE LAS PRINCIPALES LO QUE MAS TE PREOCUPA O MAS GRAVE TE PARECE DE TODO ESTO?

Pues fíjate que a parte de la falta de memoria que tiene que estar siempre vigilada o acompañada, que se caiga, que tropiece porque tiene la vista bien pero el que tropiece un poquito, nos ha ocurrido que pierde el equilibrio en seguida porque es mayor y se cae. Entonces ¡me pego unos sustos! Yo pienso que a lo mejor el día de mañana va a necesitar a alguien en casa que esté con ella si no podemos estar nosotras. Porque es que tiene que tener todo como muy diáfano para que no tropiece. Eso me da mucho miedo, que tropiece y se caiga. A parte de la memoria que no vaya a mas. O sea, que vaya lentamente.

VOY ASEGURARME DE QUE SE ESTA GRABANDO. SI. PORQUE ESTAS DICIENDO COSAS MUY INTERESANTES, LA VERDAD.

¿Y CUAL CREES TU QUE PUEDA SER LA IMPORTANCIA QUE PUEDA DARLE TU MADRE, O SI ES CONSCIENTE DE LO QUE LE OCURRE O...?

Pues al principio era consciente. Decía, ¡anda no me acuerdo estoy en mi casa y no me acuerdo de las cosas! Pero ahora como que lo ha asumido y ella es feliz yendo a su centro porque hace sus ejercicios y hace sus actividades y luego en casa, esta relajada debe ser por la medicación o porque esté cansada, y no le da mucha importancia. Ella se encuentra bien. Es feliz. Hombre, en casa es que está mucho más tranquila y relajada.

¿ELLA NO SE QUEJA DE NINGUNA COSA?

De la comida porque quiere la comida muy bien preparada pero..

¿DE DOLORES O DE QUE DIGA YA NO ME ACUERDO DE ALGO?

Al principio si porque se daba cuenta pero ya no. Ahora ya no.

Y HAS COMENTADO QUE HACE COMO 4 AÑOS QUE LE DIERON EL DIAGNOSTICO Y ANTES DE TENER EL DIAGNOSTICO, UNOS AÑOS ANTES,

¿QUE ACTIVIDADES REALIZABA TU MADRE QUE YA NO REALIZA?

Pues llevaba la casa, cocinaba, salía al mercado a hacer compra, todas las cosas de la casa. Ir al banco, una vida normal. Para su edad a ver, llegó a delegar parte de la cocina pero ella seguía bien. Y antes, hacía su gimnasia iba a un centro de gimnasio, se iba hacer esmaltes, o sea, que llevaba una vida activa.

ENTONCES, POR LO QUE COMENTAS ERA UNA PERSONA MUY ACTIVA Y LE GUSTABA RELACIONARSE CON OTRAS PERSONAS.

Si, con sus amigas.

SI BUENO, CON TODO EL MUNDO.

Si pero no le importaba estar en casa. Le ha gustado siempre la casa. También sabía coser y hacia cosas de costura y de cocina. Y luego salía o al centro de mayores a hacer su gimnasia o a la universidad popular a hacer sus esmaltes. O sea, que hacia actividades fuera de casa y luego si, se reunía con sus amigas de toda la vida, de vez en cuando.

¿Y CON LAS AMIGAS YA NO SE REUNE?

Pues es que ¿sabes que ha ocurrido? Que una vez al año si que solían hacer la cena de Navidad. Pero es que ahora sus amigas que son matrimonios, pues están muy mal y entonces este año, no se ha celebrado la cena porque están muy mal.

CLARO.

Hay gente que no puede andar, de sus amigas. Van es en sillas de ruedas y no pueden andar. Pero bueno el otro día fue su cumpleaños y si que vinieron a verla o sea que...

AH, BUENO.

Pero que...ya no hay ese contacto, solo por teléfono porque están bastante deterioradas. Se han caído, se han roto, otra tiene un cáncer...o sea, que están mal. No de memoria pero de...

CADA UNO LO SUYO. ¿Y ENTONCES EL CONTACTO POR TELÉFONO SI QUE LO MANTIENE?

Lo mantiene, con problemas a veces porque a ver, tiene sus audífonos pero le cuesta un poquito entender, depende del teléfono que le pongamos. Pero si, por teléfono si lo mantienen el contacto.

Y CLARO SALIR A LA CALLE PUES YA MENOS, LO QUE ME HAS COMENTADO DE AYUDADA CON GENTE...

Y que se cansa porque llega el fin de semana y a no ser que celebremos comidas familiares, a ella no le apetece mucho salir porque esta cansada de su actividad diaria. Ahora si tenemos reuniones familiares que vamos en coche a comer o a casa de un hijo si, si va.

¿Y QUE DIAS VA AL CENTRO DE DIA?

De lunes a viernes.

O SEA, TODOS LOS DIAS.

Todos los días.

¿Y QUE DIAS HACE GIMNASIA?

Todos los días hace gimnasia. Yo no estoy muy al tanto de las actividades porque no lo especifican demasiado pero creo que todos los días hace gimnasia.

MADRE MIA, ¡PUES SI QUE LA TIENEN ACTIVA!

Gimnasia pasiva.

SI, SI. YA ME SUPONGO. CLARO. BUENO, PUES ESTÁ MUY BIEN ESO, SI. PORQUE TAMBIÉN, MAS QUE NADA PORQUE HAN VISTO QUE EFECTIVAMENTE LA GENTE QUE ES MAS ACTIVA Y HACE ESTAS ACTIVIDADES TIENE UN DESARROLLO MUCHO MAS LENTO. ENTONCES ESTA MUY BIEN.

Pues debe ser por eso. Porque le ha aumentado pero muy lentamente

SI ESO ESTÁ MUY BIEN QUE LO HAGA. BUENO. YA MAS O MENOS ME HAS COMENTADO QUE HACE TU MADRE EN UN DIA NORMAL DE DIARIO, LAS ACTIVIDADES QUE HACE, PERO VAMOS A INTERTAR SEGUIR UN POCO UNA SECUENCIA SOBRE QUE HORA SE SUELE LEVANTAR POR EJEMPLO ENTRE SEMANA QUE TIENE MAS ACTIVIDADES.

Pues a las 8 de la mañana se levanta. Entonces va al servicio se asea, se viste con supervisión y luego desayuna, se toma su medicación. A las 9.15-9.20 la recoge la ruta SUPONGO QUE EL DESAYUNO ESO, LO PREPARAIS VOSOTRAS.

Se lo preparo todo.

Y LA MEDICACION SE LA DAS TU.

Si, si.

ERES QUIEN LLEVA EL CONTROL DE LA DOSIFICACION DE MEDICACION.

Y LUEGO COMO COMENTABAS, VA AL CENTRO DE DIA Y HACE ESTAS ACTIVIDADES.

Hace terapias recreativas, psicomotricidad, hace gimnasia, hace muchos ejercicios escritos, tanto de sumar como de recordar. Avanzado o sea, que no es un nivel pequeño. Que más. Allí come, tiene su siesta aunque no duerma, se lleva su sopa de letras para hacer sopa de letras. Les leen el periódico y también hacen conversaciones en grupo. Eso es de lo que yo se.

MUY INTERESANTE SI, SI. ¿Y SOBRE QUE HORA LA TRAEN? PORQUE LA TRAEN ¿NO? IGUAL QUE LA LLEVAN LA TRAEN.

La traen. La suben ya a las 5.45h.

¿Y LUEGO YA AQUÍ QUE...?

Luego ya salimos a dar un corto paseo y se sienta ver la televisión o hacer su sopa de letras o si. Entonces se toma su medicación a media tarde que tiene su medicación, y ve la televisión, concursos o películas. Le preparo la cena, cenamos, toma su medicación y ha acostarse.

¿Y LOS FINES DE SEMANA?

Pues eso. Si los fines de semana no hay reunión familiar, descansa. O sea, se ducha y eso pero descansa. Yo cocino y entonces comemos y eso y descansa. Se sienta ahí y descansa. Si se aburre coge su sopa de letras o ve la televisión. No salimos mucho el fin de semana porque esta cansada. Y luego después si hay reunión familiar pues entonces ya nos vamos a comer fuera. Y ya jugamos a las cartas porque juega a las cartas y ya volvemos por la tarde noche.

¿PARA COMER TIENE ALGUNA DIFICULTAD?

Si. A ver, ella come bien pero tiene que estar todo muy hecho porque aunque tiene su dentadura bien, pues ya con la edad tiene que estar todo muy cocido muy hecho, la carne blandita, el pescado se lo come muy bien. Si que hay que hacerle un poquito cosas especiales. Sobre todo pescado o guisos, purés, otras cosas no...entre que no le gusta mucho comer y eso, aunque come bien, pues no...

CLARO PORQUE COMO ME DECIAIS QUE A VECES VAIS A COMER FUERA NO SE SI TE REFIERES A RESTAURANTES O A CASAS.

No a casas

AAAH VALE.

Podemos salir a restaurantes también pero si, es a casa de una hija o de un hijo. Aunque el otro día salimos a un restaurante pero normalmente si es a casa de un hijo o una hija pues ellos ya saben que la comida tiene que ser muy hecha. Blanda. O sea, un guiso muy hecho. Si, tiene problemas.

VALE. ESTOY REPASANDO. LO QUE ME HAS COMENTADO DEL CENTRO DE DIA ¿ESE CENTRO ES PÚBLICO?

Si es de la CAM.

ES DE LA COMUNIDAD. ¿Y RECIBIS AYUDA O LO TENEIS QUE PAGAR VOSOTROS?

No hay que abonar nada. De momento, de momento nada.

¿Y SOLICITASTEIS VOSOTROS LA AYUDA?

Si, si.

¿OS AYUDO ALGUIEN HA SOLICITARLA?

A ver, nos informamos entre mi hermano y yo nos informamos. Tuvimos que hacer mucho papeleo y luego esperar. También le buscamos un centro mientras tanto. Un centro de día en Alcorcón, aunque fuera privado pero no le llegaba a gustar mucho porque se encontraba bien y veía, como que aquello no iba con ella. Entonces estuvimos un año entre que solicitamos esto y buscamos otro centro, preocupadas de ella,

buscando un centro que le gustara porque todos no le gustaban, y al final este le gustó y se quedó.

PERFECTO.

Entonces.

SOBRE TODO QUE ES GRATIS

Si, este es sin...pero fue también porque a ella le gusto. O sea no.

SI.

Y nos informamos y fue mucho, mucho andar de un sitio mucho andar de otro, mucho papel y si que te ayudan. O sea, hay gente que te ayuda pero vamos, al final, es la familia la que tuvimos que hacer todos los papeles.

NO PORQUE HAY MUCHA GENTE QUE SE QUEJA DEL TEMA DE LA LEY DE DEPENDENCIA QUE CADA VEZ HAY MENOS AYUDAS. PERO POR LO QUE VEO VOSOTROS SI QUE HABEIS CONSEGUIDO ESA AYUDA.

La del centro.

SI QUE NO SE COMO SE TRAMITA.

La del centro si se la otorgaron.

¿Y CUANTO TIEMPO LLEVA EN EL CENTRO, CUÁNTOS AÑOS?

Es que...

APROXIMADAMENTE.

Es que no te lo voy a poder decir, yo creo que 3 años seguro.

¿CASI DESDE EL DIAGNOSTICO CONSEGUISTES?

Pero transcurrió. Entre que buscamos y lo concedieron un año. Yo creo que fue un año. Entonces yo creo que lleva tres años o algo más, el tiempo que buscamos y buscamos. Porque era al principio de la enfermedad y ella tampoco era muy consciente y no le gustaba un centro, no le gustaba otro.

SI, SUPONGO QUE NO SE SENTIRÍA IDENTIFICADA CON...PASA MUCHO QUE AL PRINCIPIO NO...ALGUNOS PACIENTES NO LES GUSTA PORQUE ESTAN EN UN NIVEL, UN ESTADIO MAS INICIAL Y VER A GENTE QUE ESTÁ MAS AVANZADA NO LES GUSTA PARA NADA, CLARO.

Eso ocurrió.

PERO QUE EN SEGUIDA VOSOTROS YA OS PUSISTEIS EN BUSQUEDA DE...

Si, inmediatamente.

PERFECTO. ¿Y EN CASA NO RECIBIS VOSOTROS? PORQUE HAY VECES QUE SI, BUENO LA MEDALLITA.

Si mira, ahí la tiene. Si.

Y NO SE SI RECIBIS ¿QUE VENGA A AYUDARLA ALGUIEN A CASA?

Tenemos.

¿DE DEPENDENCIA?

No. De dependencia nada. Si queremos ayuda eso ya es privado. No hemos solicitado de momento nada.

¿Y TENEIS CONTRATADA A ALGUIEN PARA QUE OS AYUDE?

Si un poquito pero en lo que es la limpieza. El resto nos turnamos los hermanos.

EL CUIDADO DE TU MADRE QUE SERIA LO MAS RELACIONADO CON LA ENFERMEDAD, ¿ESO NO SE ENCARGA LA PERSONA QUE VIENE A LIMPIAR?

Un poquito.

SI PERO ¿PARA AYUDAR A TU MADRE NO ES?

No, no, los hermanos.

Y NORMALMENTE ERES TU ¿NO? QUIEN LA CUIDA.

Si. Yo soy la cuidadora principal que se llama.

VALE PERFECTO. PORQUE AHORA VOY HACER PREGUNTAS A LA PERSONA QUE MAS CUIDA, ACERCA DE TU VIDA COTIDIANA. QUE NO ME DEJE YO PRIMERO. AH, NO SE SI HABEIS HECHO ALGÚN CAMBIO EN LA CASA DESDE QUE LE FUE DIAGNOSTICADO.

Pues mira en su habitación hemos quitado un montón de cosas en su habitación. Procuramos que no haya cosas para que tropiece ella. Pero cambios de puertas o albañilería de momento no. Pero si dejar, quitar muchas cosas para que ella pueda moverse y no tropiece. Bueno muchas cosas, las que se han podido quitar. Sobre todo en su habitación.

PERO NO DE CARA A CAMBIAR LA CAMA NI NADA, SOLO DE QUITAR COSAS PARA QUE NO TROPIECE POR LAS PUERTAS, CLARO, SI NO LLEVA SILLA DE RUEDAS SUPONGO QUE NO HAY PROBLEMA DE ANCHURAS.

¿Y EN EL BAÑO TENEIS DUCHA O BAÑERA?

A ver, hay una ducha y hay una bañera. Entonces ella normalmente se ducha o en la bañera pero está supervisada constantemente pero también tenemos ducha.

Y SIN EMBARGO USAIS LA BAÑERA.

Si, si.

MUCHA GENTE LO QUE HACE ES CAMBIAR BUENO, AUNQUE NO POR LA MOVILIDAD CON PERSONAS MAYORES AUQUE NO TENGAN ENFERMEDAD, LO QUE HACEN ES CAMBIAR LA BAÑERA POR LA DUCHA QUE ES EL CAMBIO TIPICO. PERO VOSOTROS TENEIS DUCHA.

De momento no. Si, de momento tenemos ducha.

SE ME HA OLVIDADO PREGUNTARTE, ¿ALGUNA OTRA ENFERMEDAD QUE TENGA TU MADRE?

Pues toma medicinas si propias de la edad. Para la tensión, para un poquito de azúcar, que tiene un poco de azúcar. Se toma para el ánimo, se toma para la memoria.

PARA EL ANIMO ¿QUE SUELE TOMAR, POR LA MAÑANA POR LA NOCHE?

Se toma para el ánimo se toma un cuartito de pastilla por la mañana en el desayuno y un cuartito de pastilla de Deprax por la noche. A parte tiene que tiene el Tiranoplan también un poquito, es una pastillita. Y luego después se toma también para la memoria el Adicep. Y eso para porque tiene un poco de azúcar, se toma para el azúcar y para la tensión porque ya para su edad la tiene un poquito alta. ¿Y que más se toma? Vitaminas, el hierro, la vitamina D y la vitamina B12.

VAMOS. NADA FUERA DE LO NORMAL.

No.

DE UNA PERSONA MAYOR.

No, no.

¿CUALES DIRIAS TU QUE HAN SIDO LOS CAMBIOS QUE HAS SUFRIDO TU EN TU VIDA DEBIDO A LA ENFERMEDAD DE TU MADRE, TU QUE ERES LA PRINCIPAL CUIDADORA?

Pues que tengo menos tiempo pero yo creo que me administro mal el tiempo. Porque yendo al centro donde va... Pero me lío mucho con tareas de la casa y con cosas familiares. Pero menos tiempo. Y cocinar que antes yo cocinaba muy poco, o sea cocinaba las cenas y eso pero ahora cocino mucho más y la cocina orientada hacia ella.

¿SIGUES TRABAJANDO?

Pues a ver, este año porque yo tenía un trabajo a tiempo parcial pero este año se ha suspendido pero lo vamos a retomar. O sea, que un trabajo a tiempo parcial y buscando trabajo estoy. Esto es lo que hay de momento.

¿ESTARIAS BUSCANDO TRABAJO A TIEMPO PARCIAL?



No. Que tengo un trabajo a tiempo parcial que este año no ha surgido y además estoy buscando trabajo de lo.. si sale, me dan tiempo parcial o a jornada completa. Pero estamos intentando encontrar algo.

CLARO. ¿Y SI SURGIERA EL TRABAJO A TIEMPO COMPLETO QUIEN CUIDARIA DE TU MADRE?

Pues nos tendríamos que reunir todos y habrá que decidirlo.

VALE. Y LO QUE NO HA SURGIDO ESTE AÑO EL TRABAJO ¿HA SIDO POR MOTIVACION TUYA PARA PODER AYUDAR A TU MADRE O PORQUE NO HA SURGIDO?

Porque no ha surgido.

VALE.

O sea, es un trabajo que realizo a veces desde casa, a veces en Madrid, entonces ese si se ha mantenido desde hace muchos años. Pero justo este año no ha surgido. Y estamos preparando para el año que viene. Pero es un trabajo para mi muy interesante y que está un poquito que este año, no por culpa nuestra, no ha surgido.

VALE. SI, LO QUE NOS INTERESA MAS ES SI HA SIDO MOTIVACION TUYA POR CUIDAR A TU MADRE.

No.

CUESTIONES PERSONALES.

¿Y DIRIAS QUE TIENES MAS RELACIONES PERSONALES QUE SALES IGUAL, CON TUS AMIGOS?

Pues si que recibo muchas invitaciones. Cuando puedo voy a Madrid. Y con mis amigos el contacto es ahora mas pobre. Ya no por mí. O sea, que podría ser también, sino por ellos porque van siendo mayores tienen cargas familiares, tienen los padres o los maridos enfermos. O sea que, o ellos mismos que cogen enfermedades. Entonces tenemos menos tiempo de quedar pero si nos comunicamos por teléfono. Pero no sea por mi solo porque yo recibo invitaciones y yo voy, sino por ellos que tienen problemas de salud también de su familia y de su entorno.

¿Y ENTONCES CUAL DIRIAS QUE ES LA ACTIVIDAD RELACIONADA CON TU MADRE QUE MAS TIEMPO TE LLEVA?

Pues quizás, quizás, a parte de la casa, la compra y cocinar. Comprar, cocinar y luego el estar con ella porque de momento no tenemos a nadie que nos ayude y tenemos que estar con ella. O sea, no dejarla sola.

CLARO, ¿EL HECHO DE NO DEJARLA SOLA NO TE IMPIDE TAMBIÉN PARA RELACIONES PERSONALES PARA OTRAS COSAS QUE TENGAS QUE HACER?

No.

OS TURNAIS.

Nos turnamos pero es que a ver, no se si es que no me gestiono bien el tiempo pero como también resulta que me hago cargo de la compra y me ocupo de la cocina, pues me lleno el tiempo a veces y a lo mejor no hago otras cosas más a parte. Pero vamos que nos turnamos, que si tengo que ir a Madrid nos turnamos y yo voy a Madrid y salgo. Pero vamos que no se. Luego un poquito es que se te llena el día, se te llena el día.

¿Y QUE SON ESAS COSITAS QUE TE GUSTARIA Y DICES QUE NO TIENES TIEMPO PARA TI?

Pues a lo mejor ir de compras, comprarme cosas, hacer papeleo mío, que más que más, leer un poquito, porque me requiere mucha concentración a veces leer y lo dejo un poquito y pongo la tele a lo mejor y no leo. Porque estoy con mi madre y eso me

requiere concentración y lo voy dejando un poco. Me gusta mucho leer y eso lo he dejado un poquito de lado.

CLARO. ENTONCES CUANDO ESTAS CON TU MADRE A PARTE DE LA PRESENCIA FISICA ESTAS TU PENDIENTE DE ELLA.

Estoy un poquito pendiente de ella si. Es que me cuesta trabajo concentrarme como tengo bastantes cosas en la cabeza...A lo mejor digo, pues veo la televisión, claro y entonces ya no leo. Pero me gusta leer.

¿Y PODRIAS DESCRIBIR ASÍ UN POCO A GRANDES RASGOS TAL Y COMO HAS HECHO CON TU MADRE UN POCO COMO SUELES SER TU VIDA COTIDIANA EN UN DIA NORMAL DE DIARIO?

Pues cuando ella ya se marcha a su centro.

BUENO ¿A QUE HORA TE LEVANTAS?

A las 7, me levanto a las 7.

¿Y QUE TAREA REALIZAS QUIERO DECIRTE?

A las 7 me levanto, desayuno, me visto. Entonces luego ya cuando he recogido, cuando hago la cocina, pues ya me pongo con ella y si ella quiere levantarse, ir al baño. Total, entre que desayuna y todo eso hasta las 9.15 que vienen a por ella 9.20 estoy con ella pendiente. Luego cuando ella se marcha subo a casa hago tareas de la casa. O sea, que me he vuelto ama de casa. Y si tengo que ir a la compra, voy a la compra. Si tengo que gestionar papeles de la casa, los gestiono. Que más. Y luego después me pongo con el ordenador o a buscar trabajo, eso por la tarde después de comer. Me pongo con el ordenador a echar curriculum a buscar trabajo, leer la información que me llegue, que mas, que mas, leo un poquito no mucho, leo un poquito, recojo la casa. Y luego ya por la tarde, ya cuando... si tengo que ir a la farmacia o a los médicos, porque lo de los médicos eso lo llevo yo también. O sea, toda la agenda médica la llevo yo. Entonces, si tengo que ir a la farmacia voy a la farmacia y luego ya la recojo. Cuando no están mis hermanos que les toque recogerla, damos un paseo y ya venimos a casa. Por la tarde ya sobre las 7 pues se prepara la cena, se está con ella y las duchas. Pues así más o menos pasa el día, o sea que no es nada... Pero si que hay veces que tenemos como dos médicos por semana, enfermera y medico, unas veces en Madrid otras veces aquí o análisis, médicos. Entonces eso también te lleva su tiempo y hacer la agenda de los médicos.

¿Y LUEGO SOBRE QUE HORA TE ACUESTAS?

Sobre las 11 una cosa así, sobre las 11 de la noche. Entonces, no siempre duerme de seguido y hay veces que se levanta al baño.

¿TU MADRE DICES?

Si mi madre. Pues tenemos que levantarnos mi hermana y yo porque una vez se levantó al baño y se quedó dormida y se cayó. Entonces si ella se levanta, nos levantamos nosotros si se levanta, dos veces dos veces. A veces no se levanta ni una vez. Pero se suele levantar una o dos veces por la noche, nos levantamos y la ayudamos.

¿Y ESO OS AVISA O ESTAIS VOSOTRAS PENDIENTES?

Estamos pendientes ella no avisa

BUF, ENTONCES PEOR PARA DORMIR.

Un poquito mal.

DORMIS UN POQUITO MAL.

Si hay semanas que las pasa muy bien pero otras no.

CLARO. TÚ ESTAS PENDIENTE POR SI PASA ALGO.

Si porque una vez se durmió en el cuarto de baño y se cayó.

SI, SI.

BUENO. ESTO LO HEMOS HABLADO YA UN POCO SOBRE LOS PRINCIPALES DESAFIOS Y DIFICULTADES QUE ENCUENTRAS PARA TU PAPEL DE CUIDADOR. ¿NO SE SI HABEIS IDO ALGÚN CURSO DE QUE OS INFORMEN A CERCA DE CÓMO PODER CUIDARLA MEJOR O...?

Al principio si que nos avisaron de algunos cursos porque estábamos con la asociación de Alzheimer. Pero luego después se borro mi hermana que es la que lo llevaba. Bueno el caso es que no hemos ido. Yo no he ido a ningún curso.

¿NO LO HAS CONSIDERADO NECESARIO?

No es que no lo haya considerado es que lo hemos dejado. Se quitó de la asociación y no he ido a ningún curso. Pero entre la gente que esperamos a las personas que vienen del centro si que hablamos mucho. No es lo mismo, no es lo mismo que una conferencia pero si que hablamos de lo que es la vida cotidiana.

AJA. ¿Y SOBRE QUE TEMAS SOLEIS HABLAR?

De cómo cuidamos a las personas. Solemos hablar de eso. Y luego también los consejos de los doctores, claro. Te dan sugerencias y te dan sus consejos

¿Y QUE CONSEJOS TE DAN SOBRE TODO EN EL CUIDADO? NO SE, SE ME OCURRE POR EJEMPLO, SI LA TIENES QUE AYUDAR A QUE SE LEVANTE O SE LEVANTA ELLA SOLA DE LOS SITIOS.

Se levanta ella sola. Pero si que tienes que supervisar cuando se está vistiendo porque bien a veces se le olvida, se queda así, y se le olvida.

SE QUEDA COMO PARECE QUE ESTÁ DORMIDA SENTADA PERO

Si.

SE QUEDA COMO QUIETA DE REPENTE.

Si.

¿Y ESO LE PASA DURANTE MUCHO TIEMPO?

No a veces le pasa. Pero como estamos supervisando si se viste ¿no?

¿Y QUE SE QUEDE ASÍ COMO CUANTO TIEMPO SE PUEDE QUEDAR EN ESE ESTADO?

Pues porque nos damos cuenta pero a lo mejor 5 minutos.

QUE PUEDE SER PREOCUPANTE QUE LE PASE EN UNA SITUACION QUE NO ESTE VIGILADA.

Que se caiga

QUE SE CAIGA SOBRE TODO.

¿Y NO SE SI ALGUNA COSA MAS QUE TE PREOCUPE? POR QUE MUCHAS VECES ES TAMBIÉN AYUDARLES A ME COMENTAS QUE PARA ANDAR SE APOYA EN VOSOTRAS.

Si, si.

¿Y NO SE SI VOSOTRAS TENEIS PROBLEMAS DE ESPALDA O ALGO?

No.

O SEA, DE MOMENTO NO TENEIS PROBLEMAS DE CARGA DE OMBROS O DE...

No, no.

Y VAMOS A PASAR UN POCO AL TEMA DE LAS TECNOLOGIAS. ¿TU TIENES SUPONGO TELÉFONO MÓVIL, NO?

Pero no tengo el smartphone tengo uno antiguo.

PERO ¿NO TIENE CONEXIÓN A INTERNET?

No.

O SEA, ES UN PHONE NORMAL.

Si, si.

¿Y COMO Y PARA QUE LO USAS DIRIAS?

¿Mi teléfono móvil? Pues para estar en contacto con toda mi familia, con los amigos, también estamos en contacto con la monitora del autobús de la ruta. Pues lo utilizo para los médicos, por ejemplo. Lo utilizo mucho. Para mis cosas personales o de avisos de trabajo, de empleo. Mas cosas no porque no tiene más.

CLARO. PUES LLAMADAS Y NO SE SI MENSAJES.

Mensajes también.

SMS ¿NO?

Si.

USAS ORDENADORES SI ME HAS DICHO.

Si.

¿Y AHÍ EN INTERNET NO TIENES PROBLEMAS PARA?

No. Lo básico a nivel usuario.

¿Y LO UTILIZAS SOLO PARA COSAS DEL TRABAJO O TAMBIÉN DE OCIO?

También de ocio.

LO TIPICO DE MUCHA GENTE QUE LEE EL PERIODICO..

No, no de eso sino porque como estoy apuntada a varias cosas y a sitios, pues me llega información de mi carrera o me llega información de eventos, o me llegan invitaciones. Entonces es para mi muy útil porque como ahora estoy mas restringida a salir, si me llega una invitación, se a donde tengo que ir, que día es...

¿PARA CORREO ELECTRONICO? SUPONGO TAMBIÉN.

Si, si. Correo electrónico y luego echar curriculum a través de Internet.

¿Y NO SE SI TAMBIÉN VES BLOGS O PAGINAS WEB A VECES MUCHA GENTE PARA HABLAR SOBRE CUIDADORES Y TAL?

No, de eso no.

PERO SI QUE TIENES CONTACTO, CLARO, CON LOS OTROS CUIDADORES DE LA ASOCIACION.

Si, si.

CONTACTO DIRECTO.

Si, si.

¿Y ENTONCES LO DE QUE NO TENGAS UN TELÉFONO MÓVIL ACTUAL NO SE SI ES PORQUE NO TE GUSTA LA TECNOLOGIA, PORQUE TE PARECE CARO, COMPLICADO O.. ¿ SOBRE TODO POR SI TE GUSTA MAS QUE NADA

Pues el caso es que, no es que si me gusta o no. Comprendo que me gustaría pero que lo voy posponiendo siempre, digo: ya lo haré, ya lo haré y hasta día de hoy no lo he hecho. Como también me funciona el teléfono que tengo ahora, pues sigo con el.

O SEA, QUE TE GUSTARIA PERO...

Me gustaría pero que lo voy posponiendo no se por qué, lo voy posponiendo.

TE DA UN POCO DE PEREZA TECNOLOGICA, DIGAMOS.

Si, si.

Y BUENO, TU ME HAS COMENTADO QUE TU CONTROLAS LA MEDICACION DE TU MADRE PORQUE HAY ALGUNAS PERSONAS, PACIENTES QUE LO QUE HACEN ES, A VECES VIVEN SOLOS TODAVIA EN ESTADOS INICIALES Y TIENEN UNA SERIE DE PASTILLEROS QUE SE LOS PREPARAN PARA TODA LA SEMANA.

Si mira.

AH, LO TIENES TAMBIÉN.

Si esta sin preparar esta semana porque he ido a por las medicinas ayer y se lo tengo que preparar.

AH PERFECTO. AUNQUE SE LO HAGAS TU, ESPERA QUE SINO NO SE VA A OIR. AUNQUE SEAS TU LA QUE CONTROLA LA MEDICACION TU MISMA TIENES TU CUADRANTE DE PARA LAS PASTILLAS. PARA ORGANIZARTE.

Si. Ayer fui a por la medicación y todavía no la he colocado. Hombre, se la he dado pero sin colocar toda la semana.

LUEGO A VER SI ME ACUERDO Y LE HAGO UNA FOTO SI NO TE IMPORTA AL PASTILLEO. PORQUE NOS INTERESA MUCHO VER ESTAS AYUDAS QUE TIENEN PARA QUE LUEGO SEAN LO MAS PARECIDAS POSIBLES A OTRAS QUE SE PUEDAN DESARROLLAR. YA VEREMOS MÁS ADELANTE Y VERÁS A QUE ME REFIERO. ¿DISPOSITIVOS DE TELEASISTENCIA ME HAS COMENTADO QUE TIENE, LA MEDALLITA Y TIENE AQUÍ EL RECEPTOR, EL RECEPTOR DE LA MEDALLITA?

Si, si.

MANDOS A DISTANCIA SUPONGO QUE TÚ TE MANEJAS PERFECTAMENTE CON EL MANDO DE LA TELE.

Sí.

¿Y NO SÉ SI TENÉIS ALGÚN DISPOSITIVO MÁS DOMÓTICO, VAMOS DE?

De nuevas tecnologías la verdad es que no.

BUENO AHORA QUE HAY HASTA ASPIRADORAS QUE ASPIRAN SOLAS Y LAS PROGRAMAS Y TAL.

No, lo normal.

¿Y ALGUNA VEZ SE TE HA OCURRIDO UTILIZAR EL TELÉFONO MÓVIL O EL ORDENADOR PARA AYUDAR A TU MADRE A RECORDAR COSAS O QUE SE LE PUEDAN OLVIDAR? PORQUE A VECES HAY PROGRAMAS O NO SÉ SI A LO MEJOR EN EL CENTRO DEL DÍA. PERO TÚ NO LO SABES, CLARO.

Yo no lo sé en el centro de día pero fíjate que lo que más hacemos, yo no sé por qué, es comentar entre los que vamos a esperar que ahora hay un señor y antes había una señora también, los cuidados que tenemos con ellos y cómo llevan el día. Y eso sí que nos ha ayudado muchísimo. Siempre que estamos esperando la ruta. Porque vas a recogerla aquí pero luego después la traen un poquito lejos. Entonces nos juntamos varios y lo comentamos. Entonces eso sí que hablamos pues de esto, de las comidas, cómo ha pasado el día, todo eso. El tema de los médicos, todo eso lo hablamos. Pero yo por mi cuenta buscar por Internet o hacer... no.

O SEA LA INFORMACIÓN LA BUSCAS CARA A CARA DIGAMOS.

Sí sí.

EN LA RELACIÓN PERSONAL. NO LA BUSCAS POR INTERNET.

Sí.

¿Y NO SABES SI EN EL CENTRO DE DÍA HAY ALGÚN TIPO DE...? PORQUE A VECES SE QUE HAY PROGRAMAS DE, PUES UTILIZANDO PEQUEÑOS JUEGOS, TIPO VIDEOJUEGO PENSADOS PARA PERSONAS MAYORES, PARA ANIMARLES UN POCO O HACER ACTIVIDADES.

No lo sé

NO TIENES NI IDEA DE ESO.

No lo sé porque en el diario no te lo ponen. Hemos visto alguna sesión no lo utilizaban pero hace muchos años, y no lo utilizaban pero puede ser que ahora sí. Puede ser.

SOBRE TODO PORQUE ES YA PENSANDO EN TU MADRE. HAS DICHO QUE HABLABA POR TELÉFONO CON SUS AMIGAS NO SÉ SI ¿POR EL TELÉFONO FIJO, POR EL TELÉFONO DE CASA?

Por el fijo.

¿TELÉFONO MÓVIL NO SÉ SI LO USA?

Pues tenía uno pero al final dejo de usarlo y no lo hemos vuelto a comprar ninguno.  
SI ES QUE A VECES LOS TELÉFONOS MÓVILES SON UN POQUITO ¿Y SUPONGO QUE OTROS DISPOSITIVOS?

No.

¿LA TELEVISIÓN ELLA LA PUEDE MANEJAR?

Si.

A PERFECTO. SI QUE TIENE CAPACIDAD.

Del mando a distancia si, la radio por la noche también.

AH, LA RADIO TAMBIÉN.

Sí.

PUES TE CUENTO UN POCO, SOBRE TODO ESTAS ÚLTIMAS PREGUNTAS. ES QUE ALGUNAS PERSONAS ESTÁN PENSANDO EN SOLUCIONES TECNOLÓGICAS PARA AYUDAR A ESTAS PERSONAS CON DEMENCIA O A SUS FAMILIARES O CUIDADORES EN LAS TAREAS DE CUIDADO. ENTONCES ¿QUÉ POSIBLES SOLUCIONES O APLICACIONES SE TE OCURRIRÍAN?

¿Con las nuevas tecnologías?

SÍ Y NO PIENSES EN ASISTENTES, COMO SI ESTUVIÉRAMOS HABLANDO EN EL FUTURO COMO SI TODO FUERA POSIBLE.

Pues si ella pudiera tendría también su smartphone que se conectará con Internet y todo pero yo no sé si eso va a ser posible pero a lo mejor enseñándoselo podría. O utilizar el ordenador también un poquito. Es que ella es más clásica. Porque ella por ejemplo coser cose.

AH ¿COSE?

Si, cuando quieres sí, sí. Luego después pues tiene su televisión que le encantan los concursos pero fíjate, que lo que más es lo que recomiendan los médicos es que pasee o sea, que de paseos y con la tecnología...Pues que pudiera utilizar, también que escuchara mejor el teléfono, puede utilizado pero a veces no marca bien el teléfono. Y eso de las nuevas tecnologías. Es que la cocina por ejemplo no. Porque nos da miedo que se acerca la cocina.

BUENO PERO SI TUVIERA UNA APLICACIÓN PARA QUE...

Es que tenemos gas.

AH QUE TENÉIS GAS.

Para una cocina que no fuera de gas o que la utilizara. Pero con todo y con eso nos da miedo.

CLARO

Por la memoria.

PERO ¿SI SE PUDIERA TAMBIÉN PENSABA COMO TIPO DOMÓTICA, SI FUERA TODO COMO MUY MECÁNICO?

Si lo podría utilizar ella. Sí, sí claro.

PORQUE ESTABAS COMENTANDO COSAS SOBRE EL OCIO TÚ LO QUE ME COMENTABAS ERA LO QUE NO SE PODÍA QUEDAR SOLA Y TAL. PUES A LO MEJOR A TRAVÉS DE LA TECNOLOGÍA SE PUEDE PENSAR ALGO PARA QUE NO TUVIERA ESA RETICENCIA QUE SE QUEDARA SOLA O QUE TE QUEDARÁS MÁS TRANQUILA O INCLUSO QUE ESTÉ EN CASA Y TÚ ESTÉS MÁS TRANQUILA Y NO ESTÉS MÁS PENDIENTE DE ELLA.

Claro. Algún receptor o algo que la pudieran visualizar con una cámara, con una cámara y que tú tuvieras opción de ver esa cámara. Eso si. Que tuviera una cámara que se la pudiera observar desde la habitación de la casa o desde otro sitio. Pero bueno, hoy por hoy no. Hoy por hoy tiene que estar cuidada. Eso sí. De todas formas es que como es

mayor con la edad se puede caer. O sea que es que es muy complicado. Tampoco se la puede dejar sola. Está un poquito porque... Ten cuidado agárrate, no sé qué...

SÍ QUE TAMPOCO SABE SI TE QUEDARÍAS TRANQUILA AL 100%

No, no.

ES QUE A VECES LOS CUIDADORES, ES LO QUE PASA SÍ, SÍ. BUENO, PUES AHORA, UNA VEZ QUE HAS COMENTADO TÚ TUS IDEAS VAMOS A IR ALGUNAS EN CONCRETO A VER QUÉ TE PARECEN. BUENO COMO TE COMENTABA ES QUE LA TECNOLOGÍA SE ESTÁ DESARROLLANDO MUCHO Y CADA VEZ SE ESTÁ PENSANDO MÁS EN APARATOS INTELIGENTES. ENTONCES NOS INTERESARÍA QUE NOS DIJERAS SI TE PUEDEN PARECER ÚTILES O INTERESANTES PARA EL CASO CONCRETO DE TU MADRE Y SINO PUES PARA OTROS, QUE AÚN ESTAN EN ESTADOS NO TAN AVANZADOS. INTENTAR APLICARLO AL CASO QUE CONOCES O SINO, A LO MEJOR SI ME LO HUBIERAN DICHO HACE UN PAR DE AÑOS PUES SÍ QUE ME HUBIERA INTERESADO. ENTONCES, TÚ ME PARA SI SE TE OCURRE ALGUNA OTRA COSA. PORQUE ES CUESTIÓN DE QUE DESPUÉS.

Sí, sí. Es que como está ya, es avanzado y ella es mayor, pues claro, hay ciertas cosas como por ejemplo, tener una cámara de vigilancia, pues tampoco nos quedaríamos muy tranquilos estando ya sola. Eso es lo que pasa.

PUES POR EJEMPLO, EN EL CASO DE QUE LE OCURRE A TU MADRE QUE SE DESORIENTE O QUE SE PIERDA EN LA CALLE. A LO MEJOR NO ES EL CASO DE TU MADRE PORQUE SIEMPRE VA ACOMPAÑADA PERO PONIÉNDONOS EN EL CASO DE QUE, IMAGÍNATE DE SE PUDIERA DESPLAZAR ELLA SOLA, SE LE HA OCURRIDO GENTE APARATOS QUE PERMITAN QUE LE PERMITAN AL PACIENTE PEDIR AYUDA A UN FAMILIAR O CUIDADOR.

Eso estaría muy bien. Un aparato que ellos pudieran marcar el teléfono del cuidador o de un hijo o algo así y que enseguida nos pudieran llamar. O llevar una pulsera o llevar algo sí.

PORQUE NO SÉ SI LA MEDALLITA ESTÁ SOLO FUNCIONA EN CASA ¿NO?

Si solo en casa.

CLARO PUES ESE ES EL PROBLEMA. Y LUEGO UN PROBLEMA QUE NOS ENCONTRAMOS TAMBIÉN CON LAS PERSONAS MAYORES, ES QUE CLARO, SERÍA ÚTIL A LO MEJOR UN MÓVIL PARA PERSONAS MAYORES QUE CON UN NÚMERO QUE SOLO MARQUE UN NÚMERO Y YA PUEDE...

Sí, sí.

LO QUE PASA ES QUE NO LLEVAN EL MÓVIL, ENTONCES NO SÉ SI..

No, no, mi madre no lleva el móvil.

CLARO EL MÓVIL PARA QUE LO VA A LLEVAR.

Lo tenía antes pero ya dejó de utilizarlo y es que ella tampoco lo pide. O sea que es que no.

CLARO, QUE TENDRÍA QUE SER ALGO QUE LLEVARÁ ELLA SIEMPRE. POR ESO PIENSAN A VECES EN RELOJES, INCLUSO EN ROPA INTELIGENTE.

Si ropa o una pulserita.

INCLUSO SE HA LLEGADO A ROPA INTELIGENTE. YO TE DOY IDEAS PARA QUE TÚ VAYAS DESARROLLANDO TODO TIPO TU CREATIVIDAD.

Si.

VALE. Y LUEGO TAMBIÉN OTRA OPCIÓN SERÍAN APARATOS QUE DIGAN DÓNDE ESTÁ EL PACIENTE Y CÓMO PUEDE IR A SU CASA O EL LUGAR QUE ESTÁ BUSCANDO.

También. Hombre, ella lo que lleva ahora es su dirección y teléfonos en su bolso porque ella lleva su bolso. Pero si fuera un aparato.

POR SI CUALQUIER DÍA.

Si hubiera un aparato en el que ella pudiera ser localizado su domicilio o localizar a sus familiares, sí. Eso estaría muy bien. Porque ahora lo que lleva, ya te digo, es su papel con su información en su bolso.

CLARO PERO QUE FUERA ALGO MÁS AUTOMÁTICO.

Sí, sí, sí.

APARATOS QUE LE DIGAN A UNO DE VOSOTROS DE LOS FAMILIARES O CUIDADORES DÓNDE ESTÁ EL PACIENTE EXACTAMENTE CUANDO SE HAYA PERDIDO.

También, también.

Y EL ÚLTIMO DE ESTE TIPO SERÍAN APARATOS QUE SIEMPRE LE DIGAN A UN FAMILIAR DONDE ESTA EL PACIENTE AUNQUE NO SE HAYA PERDIDO POR SI ACASO SE PIERDE.

También sería muy buena opción. Porque como a ellos le falla la memoria. Pues eso, como una pulserita, una pulserita,

CLARO DE ÉSTAS QUE TE DICEN POR COORDENADAS Y TÚ PUEDES VER. CLARO PORQUE A VECES PUEDE PASAR QUE NI EL PROPIO PACIENTE SEPA QUE SE HA PERDIDO O QUE NO SEPA CÓMO DECIRLO. SÍ SÍ. NO SÉ Y EL TEMA QUE ME COMENTABAS ANTES DE LAS CÁMARAS ES MUY INTERESANTE PERO EN CIERTAS OCASIONES LO HEMOS PLANTEADO PERO ¿NO OS SURGIRÍA A VOSOTROS COMO DE RECHAZO? PORQUE HAY GENTE QUE DICE QUE NO QUIERE. PORQUE INCLUSO EN ESTADOS INICIALES, A VECES SE LE HA PREGUNTADO A LOS ENFERMOS Y CLARO, DICEN QUE NO QUIEREN PORQUE PIERDEN MUCHA INTIMIDAD.

Claro, ella podría perderlo. Claro, es que habría que verlo el punto de vista de ella. El nuestro sería el estar más tranquilos porque ella un momento sufre caídas pero nosotros estaríamos mucho más tranquilos porque a veces sufre caídas. Pero el problema sería si ella quisiera o no quisiera porque ella todavía mantiene conversaciones y se da cuenta de las cosas. Si ella lo permitiera. A lo mejor en el salón sí pero a lo mejor en su habitación no.

CLARO, CLARO. Y ¿A VOSOTROS OS DARÍA IGUAL PERDER ESA INTIMIDAD EN EL SALÓN DIGAMOS?

A mí sí particularmente.

VAMOS, SERÍAN CIRCUITO CERRADO TAMPOCO NADIE ESTARÍA INTERESADO. TAMBIÉN A VECES SE HA PENSADO EN QUE SEA DE, TEMA DE, AY NO ME ACUERDO CÓMO SE DICE AHORA PERO, POR EL CALOR. O SEA QUE SEAN FIGURAS QUE NO SALGA EL VÍDEO COMO TAL.

Ya ya ya.

PORQUE MUCHAS VECES ESTÁBAMOS ESTÁS COMENTANDO EN EL SALÓN SÍ PERO EN SU HABITACIÓN NO. PERO LA CAÍDA QUE ME HAS COMENTADO TU, ES EN EL BAÑO, QUE ES DONDE SON CASI TODAS LAS CAÍDAS. ENTONCES NO SÉ SI TE PARECE AHÍ BIEN.

Ya, claro, es que sería delicado para ella. Claro. Pero que es más seguridad para nosotros.

O SEA, TÚ TE DECANTAS POR LA SEGURIDAD.

Sí porque se ha caído más de una vez.

ANTE EL PROBLEMA DE DISYUNTIVA PRIMA LA SEGURIDAD PUNTO...

Es que las caídas yo no sé si tú habrás visto alguna caída pero...



SI

¡Te pegas un susto! y la del baño en concreto que estaba yo sola con ella fue muy desagradable. No se me olvidará nunca, fue una caída muy desagradable.

Y YA NO TE QUEDAS TRANQUILA, CLARO. VALE, VALE. EN EL CASO, NO TE LO PREGUNTADO, SI EN ALGÚN MOMENTO SE LE HA OLVIDADO TOMAR PASTILLA, SUPONGO QUE NO PORQUE ERES TÚ LA QUE LO CONTROLA.

Se me ha olvidado a mí.

SE TE HA OLVIDADO A TI.

No pero no muy importantes. De todas formas en el diario que ya lleva ella al centro, hay un cuestionario y pones si la medicación de por la mañana se la ha tomado o si no se ha tomado alguna.

QUE ESO SE LO RELLENÁIS VOSOTROS SUPONGO.

Sí. Entonces si alguna vez no se ha tomado alguna porque por ejemplo, una vez se atragantó y no pudo luego volverse a tomar más, tampoco eran muy importantes, se pone en el diario, lo ve la doctora y ya lo saben. Pero que no era súper importante la medicación que se dejó de tomar.

Y NO SÉ SI, ME ACABAS DE COMENTAR QUE SE ATRAGANTÓ UN DÍA. ¿TIENE PROBLEMAS DE ATRAGANTAMIENTO NORMALMENTE?

A veces sí. Tiene menos saliva entonces es más mayor y como quiera hablar o quiera respirar un poquito comiendo pues se puede atragantar. Que te pega un susto pero bueno ya lo vas tomando con más tranquilidad porque no suele ser más que..No va a más. PERFECTO. AHORA VAMOS MÁS AL CASO DE QUE SI SE OLVIDARA TOMAR PASTILLAS O ALGO RUTINARIO. HEMOS HABLADO DE LO DE LAS PASTILLAS PERO VAMOS A IMAGINARNOS QUE AL PACIENTE SE LE OLVIDA A TU MADRE SE LE OLVIDA HACER ALGO RUTINARIO. PUES SE PLANTEAN APARATOS QUE LE RECUERDAN AL PACIENTE Y LE PREGUNTEN SI HAN HECHO O NO LAS TAREAS RUTINARIAS QUE TIENE QUE HACER. IMAGÍNATE QUE ESTÁS AQUÍ Y TE PREGUNTA UNA VOZ, ASÍ TIPO GRAN HERMANO, TE PREGUNTA ¿FULANITO TE HAS ACORDADO DE HACER ESTO? Y QUE TENGA QUE RESPONDER Y HASTA QUE NO DIGA QUE SÍ PUES ESO.

Pues es que no sé si eso, no sé.

ESTOY IMAGINANDO QUE VIVA LA PERSONA SOLA CLARO. ESTO ESTÁ PENSADO PARA UNA PERSONA CON MENOS DEPENDENCIA.

Claro, pues entonces estaría bien. Si a veces se les olvidan cosas tan cotidianas cómo peinarse. Entonces sí que se podría ¿te has tomado esta medicación o te has peinado o te has cepillado los dientes? En todo eso sí que se podría sí. Sí sí.

LO QUE NO SABEMOS Y ES SI LUEGO EL PACIENTE LO RECIBIRÍA BIEN, CLARO. PORQUE COMENTÁBAMOS CAMBIOS DE QUE A VECES NO LES GUSTA QUE LES ESTÉN RECORDANDO COSAS ENTONCES NO SÉ.

Ya claro. Es que llegan a ciertas edades que yo pienso que a veces incluso recordárselo no vienen mal. Porque a ciertas edades se les olvidan las cosas y más con este tipo de enfermedades.

SÍ SÍ. PRECISAMENTE PARA ESO PARA QUE NO ESTÉ TODO EL RATO RECORDÁNDOLE A ESA PERSONA, IMAGINEMOS ESO QUE ESTÁ EN ESA CASA INTELIGENTE DIGAMOS. PARA QUE NO LE ESTÉ PREGUNTANDO CONSTANTEMENTE SE HA HECHO UNA COSA QUE ES MUY CANSADO Y A LO MEJOR PUEDE DECIR LA PERSONA, EL PACIENTE, PUES YO APAGO ESTO PORQUE NO ME INTERESA. SE BARAJA LA POSIBILIDAD DE QUE

HUBIERA APARATOS QUE LLEVEN EL CONTROL DE ESTAS TAREAS RUTINARIAS, IMAGÍNALE A TRAVÉS DE SENSOREAN QUE SE ABRE EL GRIFO Y TAL. Y LE DIGAN AL PACIENTE SI HA HECHO O NO ALGO CUANDO NO LO TENGA CLARO EL SISTEMA; O QUE LE DIGAN QUE SE LE HA OLVIDADO CUANDO LA MÁQUINA SOSPECHE QUE A ESA PERSONA SE LE HA OLVIDADO.

Eso lo veo bien si me piden mi opinión. Yo si lo vería bien. Eso no lo vería mal. PERFECTO, SÍ PORQUE ADEMÁS PARECE MENOS INTRUSIVO QUE LO DE LA CÁMARA NO QUIERO DECIR. QUE SI TE GUSTA MÁS QUE LO ANTERIOR. O BIEN APARATOS QUE INFORMEN ALGÚN FAMILIAR O CUIDADOR CUANDO AL PACIENTE SE LE HA OLVIDADO TOMARSE UNA PASTILLA O HACER ALGO.

Pues yo no sé.

¿QUE PREFERIRÍAS UN SISTEMA QUE SE LO DIGA O PREFIERES ESTAR TÚ AHÍ COMO CUIDADOR? NO PERDERLA EL CONTROL.

Pues es que no sé porque como ahora estoy yo de cuidador no sé, no sé. Si pudiera ella manejarse mejor pues estaría bien un dispositivo. Pero al estar ella tan dependiente pues no lo sé, no lo sé. El caso es que yo a veces me pongo un, no me sale la palabra me sale en inglés, un despertador para recordarme a mí las pastillas. O sea que sería algo parecido.

UNA ALARMA.

Una alarma sí. Sí, sí. Sí, sí vendría bien una alarma.

BUENO ESTO SERÍA QUE TE SALTARA LA ALARMA NO SIEMPRE SINO CUANDO A TU MADRE SE LE HA OLVIDADO ALGO. CUANDO NO SE LAS HA TOMADO.

Sí sí. Sí estaría bien porque me lo pongo yo a veces para recordarme a mí ciertas pastillas que son a media tarde.

O SEA QUE TE PARECE BIEN. NO SÉ SI ALGUNA DE ESTAS TE HA GUSTADO MÁS DE LAS QUE TE HE COMENTADO O TODAS TE PARECÍAN BIEN.

Es que a mí no me parece o sea si está de acuerdo también la persona a la que se le va a poner ese tipo de dispositivo, no se encuentra ella que sea muy pesado y se encuentra mejor que no en un estado muy dependientes, pues no me parece mal.

O SEA QUE ESTÁS ABIERTA A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS NO COMO A LA GENTE QUE.

Sí sí.

ES QUE HAY GENTE QUE NO LE GUSTA MUCHO. VALE, VALE. ¿LLEGARÍAS A CONFIAR EN ESTOS SISTEMAS?

Siempre habría que supervisar algo pero ¿porque no?

POR ESO TE COMENTABA QUE A LO MEJOR TE GUSTAN MÁS ESTOS, ESTA OPCIÓN QUE AVISA AL CUIDADOR EN VEZ DE AVISAR LA VOZ ESTÁ IMAGÍNALE, ROBÓTICA O MENOS ROBÓTICA, QUE LE REPITA LA PERSONA.

Si quizá lo de un dispositivo es mejor. Pero que nunca se sabe. Si como todo avanza muy deprisa pues nunca se sabe.

VALE. TENEMOS TAMBIÉN UN EJEMPLO QUE VA MUY ACORDE CON LO QUE HAS COMENTADO TÚ ACERCA DE QUE POR LA NOCHE SE LEVANTA Y SE DESORIENTA.

Sí.

QUE TENEMOS UNA SIMULACIÓN QUE BUENO, NO TE VOY A ENSEÑAR EL VÍDEO PORQUE ADEMÁS ESTOY GRABANDO CON EL MÓVIL, PERO SE

TRATA DE UNA SIMULACIÓN EN DONDE SE LEVANTA EL PACIENTE POR LA NOCHE Y BUENO, TENEMOS AQUÍ PUESTO QUE SI TE PARECE RELEVANTE ESE PROBLEMA. OBVIAMENTE SI COMO ME HAS ESTADO COMENTANDO. Y NO SÉ SI SE TE OCURRE EN FRIO ASÍ ALGUNA SOLUCIÓN QUE HAYAS PENSADO.

Pues es que, como eso ha ocurrido pocas veces, lo desorientarse. Pero sí que cuando va al baño se queda dormida. Lo que sí que he pensado a veces es que si eso fuera a más habría que coger alguna persona que a lo mejor tuviera que cuidarla por la noche. Eso sí que lo he pensado. Alguna persona cualificada que a lo mejor el día de mañana se tuviera que quedar en casa para dormir con ella. Si yo no pudiera. Porque si eso va a más y yo por ejemplo, estoy trabajando, pues a lo mejor eso sería necesario. Eso sí. Aunque gente que conozco yo lo hacen entre los hijos pero no sé. Pero que si llegara a más, sí que sería necesario que una persona cualificada estuviera por las noches. Sí, sí. Por la noche sobre todo.

¿Y NO SE TE OCURRE NINGUNA SOLUCIÓN TECNOLÓGICA AHORA QUE ESTAMOS EN ESTA PARTE DE INVENTIVA?

Algo que te avisará cuando ella dejara la habitación, eso sí, eso sí. Un dispositivo que te avisara de que está saliendo de su habitación y que va al baño, sí, eso sí.

Y ADEMÁS ASÍ EL RESTO DE LAS NOCHES TE PODRÍAS DORMIR TRANQUILA.

Sí, sí. Sí, sí.

BUENO ESTA SOLUCIÓN ERA UN POCO MÁS FUTURISTA. LO QUE PROPONÍA ERA QUE ESTE SISTEMA INTELIGENTE, EL QUE SALE LA VOZ EN OFF, PUDIERA DECIRLE ESTA PERSONA, PENSANDO QUE ESTÁS SOLA, QUE CREE QUE ESTÁ DESORIENTADA PORQUE SON LAS 4 DE LA MAÑANA Y DEBERÍA ESTAR DURMIENDO. Y ENTONCES LO QUE HACE ES ENCENDERLE LAS LUCES HASTA SU HABITACIÓN O HACIA EL BAÑO PARA QUE LE GUIE.

Pues eso estaría muy bien, yo lo veo bien, esas cosas no las veo mal.

LUEGO HABRÍA QUE VER SI FUNCIONA, CLARO.

Sí pero sí, sí. Sí, sí, sí.

VALE PUES PERFECTO. LA VERDAD ES QUE LO HAS ACOGIDO MUY BIEN PORQUE SIEMPRE HAY GENTE QUE DICE, UY ES QUE ESAS COSAS A MÍ ME SUENAN A MÍ MUY RARO O POR EL DINERO QUE PUEDAN COSTAR. PERO BUENO PONIÉNDONOS EN LA TEORÍA Y LUEGO PARA QUE SE PUDIERA DESARROLLAR. PORQUE ESTO OBVIAMENTE ES EN EL PLANO TEÓRICO. NO TE LO HE DICHO ANTES, ES EN EL PLANO TEÓRICO, ES PARA UN FUTURO. PERO SOBRE TODO PARA SABER VUESTRAS NECESIDADES Y EN QUE PLANO SE PUEDEN DESARROLLAR MÁS UNAS IDEAS U OTRAS. PORQUE A LO MEJOR LUEGO SE DESARROLLAN COSAS QUE VOSOTROS NO ENCONTRÁIS PRÁCTICAS.

Yo lo veo bien lo de las nuevas tecnologías porque ahora de momento estamos, no sé por lo menos en esta casa, sin ninguna nueva tecnología. Pero vamos que yo las veo bien vamos. A mí me encanta la ciencia ficción.

ES QUE HAY GENTE QUE LE PONES LO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL Y VAMOS, NO LES GUSTA PARA NADA.

No, no. A mí me gusta mucho la ciencia ficción.

Y LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL AHORA QUE ESTÁ TAN DE MODA ¡UY CUIDADO NO SÉ QUÉ! NO TE CAUSA NINGÚN PROBLEMA ¿NO?

No.

Perfecto pues ¿si no tienes ningún comentario que creas que sea importante o que nos hemos dejado por alto?

No porque quizás lo que más me ha asustado a mí en un momento dado han sido las caídas. Lo llevo muy mal, me impresiona muchísimo. Pero luego el día a día que se va descubriendo deprisa, se te pasan los días y sí que voy dejando cosas un poquito aparcadas más qué debería hacer. A ver si me organizo un poquito mejor.

PERO ESO NOS PASA A TODOS ¿EH?

Y nada ¿si quieres hacer la foto del pastillero?

SI VOY A APAGAR LA GRABADORA Y AHORA LO HAGO.