

## Intervenciones dirigidas a las personas mayores: propuesta de intervención en la Comunidad Teresiana de hermanas mayores

*Irma María Romero Navaro*

El presente documento está basado en la experiencia de la Comunidad Teresiana de hermanas mayores, ubicada en el Barrio Martha Quesada de Managua, Nicaragua. La comunidad está constituida por un grupo de mujeres religiosas mayores, que tienen una edad entre los 68 y 90 años y viven en una comunidad donde interactúan con hermanas más jóvenes. Este grupo de hermanas se ha ido conformando desde el inicio de la pandemia, ya que se pensó que sería mejor que estuvieran todas juntas para poder cuidar mejor de ellas, pues si seguían habitando en comunidades escolares tendrían mayor exposición por riesgo de contagio de la COVID-19. Inicialmente, presento una breve descripción del contexto y situación clínica de los miembros de esta comunidad de hermanas y termino con un conjunto de propuestas de intervención para mejorar la atención y cuidados de los miembros de la comunidad.

A pesar de sus edades longevas y sus diferentes discapacidades llevan una vida adaptada a sus posibilidades y condiciones gracias a la comunidad a la que pertenecen, ya que todas son asistidas en el momento que lo requieren. En relación con la situación de salud, dos de ellas tienen problemas auditivos, otra tiene una visión muy reducida, la más joven presenta diabetes, problemas cardíacos y de obesidad, otra tiene problemas de movilidad reducida, respiratorios y cardíacos, otras dos tienen problemas óseos, aunque se pueden desplazar con cierta facilidad, y por último, una de ellas tiene 90 años y es una persona bastante sana. Todas ellas son hipertensas en mayor o menor escala. Ninguna tiene problemas de demencia, y son personas que se han ido adaptando a su condición de adulto mayor.

Por otro lado, son muy tolerantes unas con otras, puesto que al convivir juntas conocen sus diferentes necesidades y condiciones. Un factor positivo es la compañía que se brindan entre ellas, pues la interacción con diferentes personas es indispensable en la etapa de envejecimiento.

Al agruparlas durante la pandemia, no se tenía una infraestructura que se adecuara a sus necesidades específicas como adultas mayores; sin embargo, a través del tiempo se han ido dando pasos para que realmente sea

un espacio adecuado. Actualmente, la casa tiene una estructura bastante apta para ellas, ya que en sus habitaciones tienen baño, algunas tienen aire acondicionado y otras cuentan con abanicos, y se está haciendo un estudio para remodelar la casa y adaptarla mejor. A pesar de lo anterior, aún hace

falta un plan con diversas actividades en las que se les involucre, por lo que basándome en las diferentes necesidades que existen en la comunidad, propongo el diseño de algunas estrategias de intervención centrándome siempre en la persona.

1. Generar espacios de escucha para que cada una de las hermanas puedan compartir cómo se sienten, qué necesidades tienen, qué actividades quisieran realizar, qué sugerencias quisieran aportar, etc.

2. Compartir experiencias y actividades de los colegios de la provincia, ya que teniendo información de procesos que ahí se realizan se sentirán más vinculadas a la comunidad, y podrán sentirse parte de un proyecto común.

3. Elaborar un plan donde se incluyan actividades lúdicas, manualidades, recreación y trabajos para el campo espiritual.

4. Es importante que cada hermana ponga al servicio de las demás sus habilidades y conocimientos, pues cada una puede enriquecer el grupo. Al ser un grupo de diversas nacionalidades (2 cubanas, 1 mexicana, 4 nicaragüenses) hay riqueza de culturas, y celebrar las diversas festividades de cada Nación ayuda a la integración y enriquecimiento del grupo.

5. La atención personalizada le proporciona al adulto mayor seguridad pues sabe que será atendido según sus necesidades. En este caso, las hermanas que necesitan una ayuda especial la tienen, puesto que hay dos personas que se rotan para atenderlas y ayudarles en aquellas cosas que no pueden realizar solas. Sin embargo, es importante brindar atención dentro de lo necesario para no generar una dependencia absoluta del cuidador, y así fortalecer la autonomía de las hermanas.

6. Mantener una participación social es indispensable. En este caso, el convivir con otras hermanas más jóvenes que ellas les ayuda a no aislarse de la realidad, pues en diferentes espacios hablan y se comentan acontecimientos de interés para ellas como noticias o información de alguna red social.

7. Es importante también generar espacios de recreación fuera de la casa para consolidar el grupo y proporcionar momentos de esparcimiento y participación en la vida comunitaria.

Las anteriores son propuestas para ayudar a que las hermanas mayores tengan una vida agradable de acogida, sientan que sus necesidades están cubiertas y que además sientan el afecto y agradecimiento por toda una vida entregada a Dios y a la Congregación. Estas propuestas pueden ser utilizadas por cualquier otra comunidad u organización que preste servicios que fomenten el cuidado y el bienestar de personas mayores, para que así puedan adquirir un enfoque gerontológico que beneficie a cada una de las personas mayores, ya que es importante prestar servicios integrales.