

# Sumario



Por los frutos les conoceréis	3
Queridos y entrañables compañeros	4
El patronato. Órgano de Gobierno de la Fundación	5
Canto, alegría y celebración	6
¿Por qué somos voluntarios?	7
El sol sobre la lluvia	8
Junta de residentes: La voz de nuestros usuarios.	9
San José 2.013	10
Ampliamos a los Centros de Día	11
Hogar infantil	12
¡Asegurando la dignidad caminamos hacia la excelencia!	14
Terapia ocupacional en un centro residencial	16
Nutrición y seguridad alimentaria en la residencia San José	17
Un flash de actividades	18
Programa de cualificación profesional inicial centrado en la persona	20
Teodosio Herrera, una nueva ilusión	22
Fundación Asilo de Torrelavega. Centros y Servicios	23

## Por los frutos les conoceréis

**N**adie como San José conoce la realidad de la Divina Providencia. Su vida fue una constante experiencia de esta verdad.

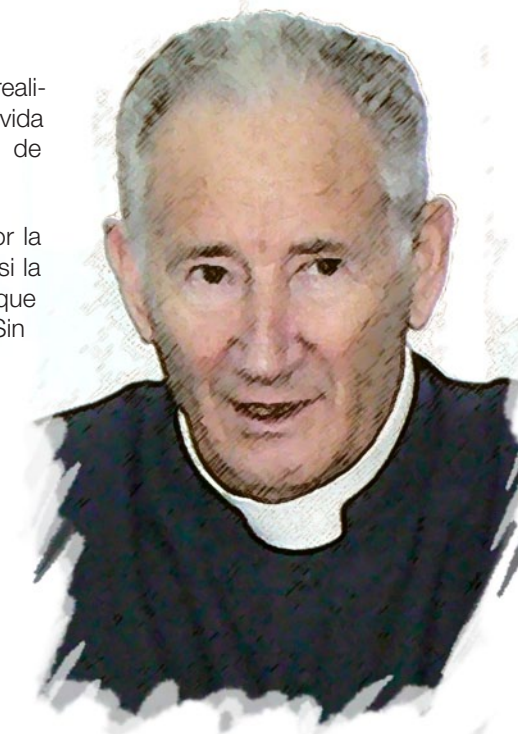
A Don Ceferino no le conocí, por la distancia en el tiempo. Su obra si la conozco, por eso puedo decir que fue un sacerdote que confió en la Providencia de Dios. Sin medios económicos hizo posible que surgiese el Asilo de Torrelavega y la iglesia de la Asunción, cuantos esfuerzos y cuantas otras obras desconocidas. Obraba como si todo y solo dependiese de él y con la ilusión y la confianza de que Dios no le dejaría mal, y así fue.

Mucho tiempo después surge otro sacerdote en Torrelavega, Don Teodosio. A este sacerdote sí le conocí y traté, gran trabajador no cabía en él la desilusión ni el cansancio, daba la impresión que ante las dificultades de cualquier tipo se crecía.

El Asilo de Don Ceferino necesitaba grandes reformas...o mejor, ser sustituido. Don Teodosio cuando me hablaba de sus obras se emocionaba "todos hablan de mis trabajos cuando en realidad todo ha sido obra de la Divina Providencia".

Y surgió el Asilo actual, y la Fundación Santa Marta, y el Colegio Fernando Arce, y la iglesia que él quiso que estuviese dedicada a San José Obrero (y otra vez vuelve a aparecer la gran figura de San José), y el Santuario del Sagrado Corazón, y la Parroquia del Barrio de Covadonga, y las casas del Grupo de Emilio Revuelta (viviendas sociales), y la restauración de la iglesia de la Asunción.

Otro pequeño salto en el tiempo. Este mismo año se hará realidad el Centro Teodosio Herrera y se iniciará la Residencia para Discapacitados Fernando Arce. Se procura hacer realidad "ora et labora". Seguimos creyendo en los esfuerzos humanos y en la Divina Providencia.



**Luís López Ormazábal**

*Presidente Fundación Asilo de Torrelavega*



# Queridos y entrañables compañeros



Uno de los pilares fundamentales para el buen funcionamiento de esta gran Institución es la Junta de Gobierno, compuesta por personas que de forma totalmente desinteresada dedican su tiempo y esfuerzo a la organización de la misma, este año en reconocimiento a su labor queremos, de manera muy especial, dedicarles un pequeño homenaje haciéndoles entrega de la Medalla de Oro a dos de los miembros que hasta el día de hoy y desde hace muchos años colaboran con esta Institución, nos referimos a D. Isidro Gómez Gutiérrez, y a Dña. Margarita Sañudo Manso.

D. Isidro Gómez, Teniente de la Guardia Civil de profesión, tras su jubilación decidió ayudar con su tiempo a esta casa haciendo lo que mejor sabía, y trabajó activamente en las labores de administración que cada día eran más exigentes debido al crecimiento de la Fundación, en el año 1991 fue nombrado miembro de la Junta de Gobierno cargo merecido por su trayectoria profesional y el valor humano demostrado en los años anteriores, hoy es miembro honorario de la Junta.

Dña. Margarita Sañudo, implicada en la vida social de la ciudad y dedicada a la atención de su familia, decide en el año 1988 formar parte de esta Institución como miembro activo de la Junta de Gobierno, desde su nombramiento ha sido una persona involucrada totalmente con los fines de la Fundación y ha formado parte de las buenas decisiones que han hecho crecer a esta entidad, hoy es miembro honorario de la Junta.

## Mercedes Izárraga López-Pisano

*Vicepresidenta Fundación Asilo de Torrelavega*



## El patronato Órgano de Gobierno de la Fundación



La Fundación Asilo de Torrelavega, entidad sin ánimo de lucro, y declarada de utilidad pública viene funcionando desde el año 1881 hasta nuestros días, regida por un patronato siendo su composición actual

### Presidente

Ilmo. Rvdmo. Sr. D. Luis López Ormazábal

### Vicepresidenta

Ilma. Sra. Dña. Luisa Mercedes Izárraga López - Pisano

### Vocales de Honor

Dña. Margarita Sañudo Manso de Bustillo

D. Isidro Gómez Gutiérrez

### Vocales

D. José Luis Barreda Gutiérrez

D. Gregorio Calderón Ciriza

Hna. Dña. Epifanía Sarrasín García

Ilmo. Sr. D. José Agudo Álvarez

Ilmo. Sr. D. Felipe Trigueros Medina

D. Higinio Priede Gutiérrez



## Canto, alegría y celebración

En memoria de  
**Blanca González Fernández F.S.J.**



Recordar a Blanca es recordar deliciosos ratos de alegría compartida, donde nunca faltaban sus divertidas anécdotas y sobretodo, su canto.

Era típico que al cabo de pocos momentos de encuentro se le pidiera que cantara. Lo hacía muy bien y disfrutábamos, por igual ella y nosotras de ese don que Dios le había dado.

Toda oportunidad era buena para celebrar con ella cualquier cosa, especialmente el don de la vida, de la fe, de la amistad.

Su tarea educativa se enriqueció con estas cualidades que hacen más amable, más grato, el trabajo. Alumnas y profesoras la querían, y buscaban con gusto su compañía. Cuantos vivimos con ella en los colegios de Zaragoza, Sanlúcar de Barrameda y Jerez de la Frontera tenemos el recuerdo de una mujer profundamente creyente, entregada a su tarea educativa y enamorada de la vida.

Sin duda, a causa de esta actitud vital, ha tenido que sufrir mucho en sus últimos años de salud tan frágil. Esto, sin embargo, no la frenó para seguir realizando una gran tarea pastoral.

La formación y acompañamiento de los Talleres Nazaret fue, su gran tarea. Ahí supo desarrollar tanto la actitud celebrativa de todo, como la formación seria en el carisma de los Talleres: Hermanar la oración con el trabajo.

Ni siquiera en su última etapa en la Residencia de Torrelavega, dejó de lado la pastoral, dedicó su tiempo a los ancianos en la Agrupación Nazaret, siendo esta su última plataforma de evangelización.

Participando en el grupo de teatro "SESENTA Y CINCO Y MÁS".

Fiel a su estilo, sirvió con alegría y generosidad, con los dones que de Dios había recibido: Vida, alegría, y deseo de celebrar con gratitud todo lo bueno que Él nos da.

Descansa en paz, Blanca, y canta eternamente, con tu hermosa voz, las maravillas del Señor. Desde aquí nos unimos a tu eterna alegría.

*Tu comunidad de Torrelavega*



## ¿Por qué somos voluntarios?

He aprendido a SONREIR continuamente en todos los momentos agradables o desagradables de nuestra convivencia diaria

Nosotros no somos diferentes y tampoco somos especiales, ni pertenecemos a ninguna corporación; somos simplemente VOLUNTARIOS, unas personas que se comprometen con una institución para acompañar, asistir y resolver esos pequeños problemas que se ven intensificados en esas delicadas épocas de nuestra senectud.

¿Cómo llegué al voluntariado? Siempre en mi casa me habían repetido que las personas que habían gozado de unos privilegios educativos diferentes obteniendo una serie de beneficios económicos y sociales, a lo largo de su vida debían de estar obligados a devolver a la sociedad parte del provecho que esta les había reportado.

Por eso cuando finaliza mi vida laboral dentro de la medicina, es cuando pongo en práctica las enseñanzas que me fueron inculcadas por mis padres y es cuando comienzo mi voluntariado en la Fundación Asilo San José en abril de 2010.

Durante todos estos años he iniciado un nuevo MASTER en mi vida pero con 357 diferentes profesores, que me han enseñado:

La PACIENCIA, para aceptar y comprender su lentitud ideomotriz cuando se llega a sus edades.

Me han acostumbrado a ESCUCHAR sus historias familiares, sus alegrías y las penas que provoca la soledad en sus vidas.

He aprendido a SONREIR continuamente en todos los momentos agradables o desagradables de nuestra convivencia diaria.

Me han modificado mi AFECTIVIDAD pues a medida que te vas aproximando a las personas, aprendes a conocerlas y las acabas amando y te conviertes en otro receptor de sus afectos.

Y por último me han aleccionado en mi HUMILDAD al tener una evidencia continuada y asumiendo esa realidad "DE QUIEN FUI Y COMO ESTOY".

Por eso estoy contento en mi voluntariado al encontrarme dentro de esta nueva universidad que es el Asilo San José de Torrelavega y ya sabéis que la etapa estudiantil ha sido siempre la época más feliz en todas nuestras vidas.

**Felipe Trigueros Medina**  
Voluntario





*"Por vuestros frutos os conocerán"*  
(Jesús de Nazaret)



## El sol sobre la lluvia

Me llamo Carlos, residente del Asilo San José, de Torrelavega. ¿Cómo llegué aquí? Se lo voy a contar. Un veintiocho de diciembre de 2011 salía del Hospital de Valdecilla, después de haber sido intervenido de una cirugía de columna vertebral por fractura de tres vértebras originada por una osteoporosis, que me dejó en una silla de ruedas. Y al estar yo viviendo solo en mi domicilio habitual desde hacía varios años, en las actuales circunstancias no me podía valer por mí mismo, razón por la cual fui ingresado en el citado centro. La elección no pudo ser más acertada.

Y un servidor, persona vitalista desde que tuvo raciocinio y de gran fortaleza psíquica y que no se amedrentara ante las adversidades de la vida, sufriría con este cambio de vida uno de los mayores golpes en su estado de ánimo: Yo estaba acostumbrado a ser libre como un pájaro y siempre había gozado de buena salud. Mi trabajo lo desempeñaba al aire libre, como viajante de comercio, es decir, de un lado para otro: autonomía... libertad... paisajes naturales a través de mis desplazamientos. Y por las noches acudía a una tertulia literaria con un grupo de amigos (no solía madrugar); bohemio empedernido; gobernándome a mi manera... En esta casa me encontré de inmediato con problemas cognitivos, de invalidez y de dependencia de todo tipo -y yo entre ellos-; me encontré, sí, con toda la crueldad de la ancianidad; porque, se quiera o no, llegar a viejo resulta cruel -y más en un caso como el mío, de agnosticismo puro- (Pero no me hagan mucho caso: recuerdo con qué humano sentimiento y con cuánta belleza poética hablaba José Luis Sampedro de la ancianidad). Recuerdo que en los primeros días de mi estancia, me asomaba con frecuencia a la ventana de mi habitación para medir si aquella distancia hasta el jardín sería suficiente para asegurar mi "caída final." Se había apoderado de mis neuronas una depresión de caballo. Eran horas en rojo y negro: ¿Cómo podía pasarme aquello a mí? (perdón por la soberbia): que no me habían matado las balas de una guerra (Ifni-Sahara), que había surcado mil veces los aires con mi paracaídas, que hube practicado todo un abanico de deportes, y que midiera tan metódicamente todas las acciones de mi existencia ¿yo en una silla de ruedas?, ¿por qué me jugaba a mí el destino tan mala pasada? ¡Tenía que haber un error!... Mas en este Centro fui acogido con los brazos y con el corazón abiertos, por monjas, médicos, enfermeras, auxiliares, personal administrativo y dirección; y también y muy especialmente por los fisioterapeutas...; pues sobre todo gracias a ellos recuperé mis piernas...

He tardado un año; pero ya ando. ¡Ya ando! ¡¡¡Aleluya!!! En esta residencia -como en todas-todos necesitamos algo; unos una cosa; otros, otra; pero, incuestionablemente, todos AMOR. ¿Qué sería de tantos seres humanos necesitados de acogida si no hubiese centros de esta naturaleza? ¿Y si no hubieran existido hombres como el padre Damián, el padre Vicente Ferrer, la madre Teresa de Calcuta; o, en nuestro ámbito, padres como don Ceferino Calderón, don Teodosio Herrera o don Luis López, actual presidente de este Asilo, que continúa con el mismo denuedo y sin apartarse ni un ápice del espíritu que encumbra a esta Obra. Y sin olvidarme bajo ningún concepto de esas órdenes religiosas de entrega y desvelo hacia los demás; verdaderos ángeles con toca o sin ella. Aparte de haber sanado mi cuerpo, en parte creo haber sanado mi alma: he experimentado una cura de humildad, tan necesaria siempre... La caridad se dice que es palabra y obra de Dios... Y de algunos hombres y mujeres. Muchas gracias, Asilo de Torrelavega

¡¡¡FELIZ SAN JOSÉ A TODOS!!!

El residente Carlos Mouteira

(Soy Tauro -nací un 28 de Abril de 1938-. Que el Horóscopo nos sea propicio a todos)

## Junta de residentes: La voz de nuestros usuarios.

El objetivo general pretende, **promover la participación de las personas residentes en la Residencia San José de Torrelavega**, en la toma de decisiones que afecten a sus vidas, dentro de la organización residencial, teniendo en cuenta su condición de **usuarios** de servicios.

La junta residentes última se constituyó el 10 junio de 2011, después de celebrar unas elecciones libres y democráticas, entre todos los residentes presentes a la fecha de la votación. Participaron 345 residentes, para elegir, de entre 11 candidatos, a los 6 mas votados.

Una vez constituida la junta, según normativa para su constitución, el funcionamiento que tiene una duración de dos años, comienza con la asistencia el tercer martes de cada mes a una reunión formada por: un miembro del Patronato que a su vez es el secretario de la junta residentes, los seis candidatos elegidos representantes y un trabajador social. Se recoge un acta de la sesión y se traslada al comité ejecutivo de la Institución, quienes atienden las propuestas y satisfacen las demandas.

Además la junta de residentes, tienen el compromiso semanal, todos los martes, en horario de 16/30-18/30, en la sala de reuniones del centro de atender a todos los compañeros



y familiares, que libremente acuden para trasladar peticiones, comentarios y propuestas, las recoge en cuaderno de anotaciones y las presenta en la reunión mensual.

### CONSTITUCIÓN DE LA JUNTA RESIDENTES EN JUNIO 2009

- Carmelo Oria
- Manuel Gómez
- Mercedes Coz Salas
- Antonio Piñero
- Gonzalo Ibáñez (renuncia nombramiento)
- Pilar Sánchez Cano (candidato sustituto).
- Emilio Martínez (fallecido diciembre 2012)
- Felicitas Alonso (renuncia nombramiento)
- Matilde Sierra (renuncia nombramiento)
- Edumundo Pérez Pérez. Candidato sustituto

Anualmente se hace una evaluación de las peticiones, sugerencias y quejas planteadas.

Se **valora** cada una de estas propuestas, las atendidas, resueltas y pendientes, que son recogidas en nuestro programa de calidad de la residencia.

A estas personas que emplean su tiempo y esfuerzos en ser la voz de la residencia, **LES DAMOS LAS GRACIAS** por su dedicación y **RECORDAMOS** a todos los residentes que la próxima convocatoria se realizará en junio de 2013.

Yo hago lo que usted no puede

Y usted hace lo que yo no puedo

Juntos podemos hacer grandes cosas. (Madre Teresa de Calcuta)

**Carlota Sierra San Román**  
Trabajadora Social





## San José 2.013

Con la llegada de la celebración de San José, patrón de la institución, cada año, hacemos examen de conciencia, revolviendo nuestros cajones para ver cómo nos hemos comportado durante los últimos doce meses. Evaluamos cuáles han sido nuestras fortalezas y, lo que es más importante, cuáles nuestras debilidades. Aquellas para perseverar; estas para superar.

De la misma manera nos permite elaborar nuevos planes de mejora que deberemos poner en marcha a lo largo del nuevo ejercicio.

Tanto en la vertiente asistencial como en la formativa buscamos la *excelencia*. En cuanto a la formativa recordamos la necesidad de reciclar y reciclarnos continuamente: otra cosa supondría un verdadero suicidio profesional.

En el aspecto asistencial entendemos la *excelencia* no solo como la calidad en la actividad técnica (cada miembro del equipo en su especialidad) sino como la necesidad de mantener un trato cordial y humano con cada uno de los residentes, siempre, claro está, dentro de las capacidades de cada uno.

Como no puede ser de otra manera, también con las familias deseamos conservar y fomentar las mejores relaciones, ya que por una parte, son aliados en la esfera terapéutica y por otra sufren por las circunstancias que llevan a nuestros mayores a necesitar centros como el nuestro, y que nosotros podemos contribuir a aliviar.

**Ramón Fernández Barquín**  
*Director médico*



## ISO 9001. Mejora continua.

## Ampliamos a los Centros de Día

En el año 2007 La Residencia San José, Centro dependiente de la Fundación Asilo de Torrelavega obtuvo la certificación de un sistema de gestión de acuerdo con la normativa UNE EN ISO 9001:2000 (actualmente normativa UNE EN ISO 9001:2008). En la búsqueda constante de calidad en la atención como política de empresa a la hora de desarrollar las labores propias de su actividad, la Fundación Asilo amplía el reto de mejora continua a otros servicios: Los centros de día para mayores dependientes. Así, el alcance de la certificación se hace extensivo a los siguientes centros:

### Centro de Día para Personas Mayores "Residencia San José"

- Centro de Día para Personas Mayores "Sierrallana"
- Centro de Día para Personas Mayores "Sarón"
- Centro de Día para Personas Mayores "M<sup>a</sup> Teresa Falla"
- Centro de Día para Personas Mayores "Ruiz Zabala"
- Centro de Día para Personas Mayores "Servicios Sociales Siete Villas"
- Centro de Día para Personas Mayores "Guriezo"

Estos cuentan con 188 plazas concertadas con el Gobierno de Cantabria a través del Instituto Cántabro de Servicios Sociales y atienden a personas mayores en situación de dependencia desde el Grado III al Grado I.

Los servicios que se prestan comprenden la rehabilitación cognitiva, física, funcional y de relación social y comunitaria; como aspecto relevante cabe destacar que desde hace 3 años se ofrece, de manera gratuita, el servicio de podología atendiendo a una necesidad cada vez más crítica en este tipo de usuarios.

Por otra parte, han obtenido la "Acreditación de centros y servicios sociales destinados a la atención a personas en situación de dependencia"; esta acreditación indica que todos cumplen los requisitos estructurales y funcionales mínimos exigibles por el Gobierno de Cantabria para el servicio que prestan.

**Begoña Celis Fernández**  
*Directora Centros de Día*

En la búsqueda constante de calidad en la atención como política de empresa a la hora de desarrollar las labores propias de su actividad, la Fundación Asilo amplía el reto de mejora continua a otros servicios





# Hogar infantil



...y algunas sorpresas





# ¡Asegurando la dignidad caminamos hacia la excelencia!

Haciendo memoria del año que hemos finalizado hemos pensado sería bueno mencionar el proyecto que con gran esfuerzo, sobre todo para el personal de atención directa, hemos hecho en esta dirección, "LA EXCELENCIA". Actualmente existe un debate, no nuevo pero sí en auge, referente al método de trabajo utilizado para la contención de los residentes en determinadas situación (deterioros cognitivos, secuelas de ictus, etc...). La visión actual y el pensamiento que evoluciona hacia la dignidad del usuario define una atención con la mínima utilización de sujeciones. Por ello y mediante un curso de "Buenas Prácticas" organizado por LARES, nos embarcamos en esta aventura a finales de Agosto.

El proyecto se delimita a la planta 8 de la Residencia San José y el periodo de aplicación es desde últimos de Agosto a finales de Diciembre.

Una vez presentado el proyecto a Dirección con la correspondiente aprobación, el primer paso es constituir el equipo de trabajo (médico, enfermera, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, trabajadores sociales, admisión, encargada de planta, directora, médico (miembro de Junta de Gobierno), psicóloga, encargada de planta y auxiliares).

¡Y por fin empezamos a trabajar repartiendo funciones!. El médico se encarga de la formación y concienciación de la importancia del uso racional de las sujeciones y aporta un mínimo de conocimientos a todos los implicados en el proyecto. El personal de atención directa elabora un listado de residentes con barreras en cama susceptibles, según su opinión, de ser eliminadas. La terapeuta ocupacional trabaja la decisión con los residentes que tienen capacidad de decisión mientras que será el médico el que hable con las familias de los demás residentes. El equipo canalizará todas las dificultades que vayan surgiendo en cada área.

Durante los últimos meses del año se trabaja de una forma constante y coordinada. Entrevistas con residentes y familiares, reu-

niones de equipo, registros, videoconferencias, elaboración de resúmenes e información permanente con LARES, asistencia a 3 reuniones en Madrid para exponer y mejorar planteamientos y actuaciones, elaboración de documentación necesaria para este fin concreto (consentimiento informado), investigación de bibliografía relacionada, contactos con otros centros que ya han aplicado este tipo de iniciativa (LARES NAVARRA), ... todo ello para llegar a unos resultados que creemos son muy positivos:

- Se consigue eliminar el 50% de las barreras en cama de la planta 8, siendo el 37.5 % por decisión del propio usuario y el 62.5 % por decisión familiar.
- Se ha conseguido una toma de conciencia de la importancia de un uso controlado, valorado e individualizado de las sujeciones (evitar uso indiscriminado de las mismas)
- Se ha establecido un uso riguroso del consentimiento informado para la utilización de las sujeciones (creación de un documento nuevo donde se incluya el consentimiento de la no sujeción), extrapolado a todas las plantas.

## Nos supone una gran satisfacción personal observar que estos residentes no han sufrido ningún incidente y que por lo tanto la eliminación de barreras ha sido todo un éxito

- Apertura del debate sobre la decisión de uso de la sujeción por otros profesionales además del departamento médico.
- Colaboración y participación del personal de atención directa (encargada de planta y auxiliares) ÓPTIMA, destacando su asistencia a reuniones fuera de horario laboral.
- Seguimiento más continuo y exhaustivo del uso de la sujeción con la correspondiente transmisión de información al residente y a su familia. Se les está haciendo partícipes de la toma de decisiones.

Estos excelentes resultados no están exentos de una serie de dificultades importantes que no podemos dejar de mostrar:

- Ante cualquier incidente después de una decisión de omisión de sujeción, se tiende a la autoprotección profesional y evitar consecuencias volviendo a lo anterior.
- Miedo intrínseco del propio residente al quitar sujeción.
- Miedo intrínseco del propio familiar al quitar sujeción.
- Adecuada interpretación del proyecto (no queremos eliminar todas las sujeciones sino hacer un uso discriminado, razonado y preciso de ellas).



- La decisión de poner, revisar o quitar sujeciones es unilateral, solo depende de un departamento.
- Hemos observado que ocasionalmente cuando vienen de un ingreso hospitalario en donde se han usado sujeciones, se solicita la continuidad de las mismas por parte del familiar o el propio interesado.

Para no extenderme con este tema que tan delicado es y tan difícil de entender en algunas ocasiones y dependiendo del caso, quiero resaltar la implicación y colaboración del personal de atención directa y su predisposición a nuevas perspectivas, el logro de ampliar el abanico de profesionales responsables de valorar estas situaciones, la necesidad de reciclarnos continuamente en las nuevas tecnologías. Esta experiencia tan positiva a animado a todos los profesionales implicados a extrapolar dicho proyecto al resto de plantas de la Residencia San José.

Para concluir, ¡qué mejor, que sean las propias auxiliares las que plasmen con sus propias palabras lo que ha supuesto para ellas esta experiencia!:

- Al realizar los cambios posturales el residente queda muy al borde de la cama



- La incomodidad de estar subiendo la cama cada vez que tienes que manipular o dar de comer al residente con una auxiliar sola, nos encontramos con la necesidad de tener que subir la barrera del lado contrario al que se está trabajando para evitar que el residente se caiga.

En cuanto a ventajas cabe decir que nos supone una gran satisfacción personal observar que estos residentes no han sufrido ningún incidente y que por lo tanto la eliminación de barreras ha sido todo un éxito. Decir también que estamos dispuestas a seguir colaborando con el proyecto y agradecidas de haber sido la planta elegida para el mismo.

**Judit Eguren Marañón**  
Trabajadora Social





## Terapia ocupacional en un centro residencial



Las residencias de personas mayores son centros gerontológicos de desarrollo personal y atención sociosanitaria para personas de edad avanzada con algún grado de dependencia en las actividades de la vida diaria.

Se dice que una persona es autónoma cuando es capaz de tomar sus propias decisiones socialmente adecuadas para su seguridad y desarrollo, y que una persona es independiente cuando realiza las actividades de la vida diaria sin necesidad de apoyo y ayuda de otra persona.

Las actividades de la vida diaria (AVD), son el conjunto de actividades que una persona realiza todos los días o con frecuencia habitual, según su edad y rol social, que le permite vivir de forma autónoma e integrada en su entorno. Éstas se pueden clasificar en tres grupos: avanzadas, instrumentales y básicas. Las Actividades Avanzadas de la Vida Diaria (AAVD) son aquellas actividades complejas que permiten a la persona la participación activa en su entorno y el desarrollo de sus potenciales. Las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD) son aquel conjunto de actividades cotidianas que permiten a la persona proveerse de los medios necesarios para permanecer en su entorno y mantener su independencia en la comunidad. Las Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD) son aquel conjunto de actividades elementales que realiza la persona y le dotan de independencia y autonomía suficientes para vivir.

La discapacidad en las personas mayores, debido al propio proceso de envejecimiento y a las circunstancias de su entorno socio-cultural, se va instaurando de modo general y en la mayoría de los casos, de forma progresiva. Así los aspectos negativos de la interacción de la persona con su entorno se muestran en la dependencia para realizar, primeramente las actividades avanzadas de la vida diaria, después las instrumentales y por último las actividades básicas.

La Terapia Ocupacional es una disciplina sociosanitaria que trata de promover el funcionamiento, facilitar la capacidad, prevenir o compensar la discapacidad y recuperar o mantener la independencia, de las personas "frágiles" o dependientes en la realización de algunas actividades de la vida diaria (alimentación, vestido, interacción con el medio...). Para ello el terapeuta interviene con la persona y su entorno físico y social, a través del uso terapéutico de las actividades de autocuidado, trabajo y juego/ocio, del diseño de adaptaciones de las tareas del entorno, y del empleo de ayudas técnicas.

Para recuperar, mantener o facilitar la realización, de forma autónoma e independiente, de las Actividades de la Vida Diaria desde la Terapia Ocupacional se desarrollan diferentes programas en los que el terapeuta se plantea como objetivos generales desarrollar las relaciones interpersonales satisfactorias y la ocupación productiva del tiempo libre y habilitar/rehabilitar el funcionamiento de la persona, recuperando el mayor desempeño/realización posible en su entorno, a través del entrenamiento y mejora de las funciones corporales (físicas y mentales).

Los terapeutas ocupacionales tras una valoración de los intereses, valores, roles, hábitos, desempeño de funciones o destrezas psicosociales, funcionamiento y habilidades en la realización de sus actividades diarias, implementan, trabajando con la persona y su entorno y junto con el equipo interdisciplinar, diferentes programas para la promoción de la actividad y participación social.

Entre los diferentes programas e intervenciones se podrían citar el de rehabilitación de destrezas sensoriomotoras, cognitivas y psicosociales, reeducación psicomotriz, diseño y entrenamiento en la utilización de férulas, ortesis y ayudas técnicas, rehabilitación de la incapacidad funcional, rehabilitación en el Síndrome geriátrico de inmovilidad, entre otros.

Así mediante la educación y entrenamiento de la persona en economía articular y funcional, simplificación de la tarea, conservación de la energía e higiene postural, se intentara retrasar o minimizar el deterioro progresivo de la discapacidad física y/o cognitiva en las personas mayores. Se trataran de compensar las deficiencias instauradas en las funciones o estructuras corporales, que tendrán como consecuencia la limitación en las actividades diarias y la restricción en la participación.



Ruth Cruz Linares  
Terapeuta Ocupacional

## Nutrición y seguridad alimentaria en la residencia San José

La nutrición y alimentación en la edad adulta es muy importante, ya no solo por los problemas de salud asociados al envejecimiento, que repercuten sobre el apetito y alimentos a poder ingerir, como también psicológicamente el grado de autosatisfacción que tiene una persona al tener la posibilidad de comer alimentos ricos, nutritivos y esenciales en el último periodo de su vida y hacerlo en un ambiente cálido, agradable y con la seguridad de que lo que están comiendo es beneficioso.

En las personas mayores es muy difícil el proceso de envejecimiento, sobre todo asimilar que han pasado de ser personas autónomas e independientes, a ser personas "frágiles" y dependientes para realizar actividades que hasta hace bien poco realizaban sin ayuda.

La alimentación se convierte por ello en uno de los principales focos de preocupación de las personas institucionalizadas, sobre todo para las mujeres y personas que llevaban tiempo viviendo solos, ya que eran ellos los que compraban los alimentos y los cocinaban de la mejor forma posible. Es un proceso de adaptación muy difícil confiar en otras personas como cocineras, nutricionista, auxiliares... puesto que a ellos les llega ahora la comida ya servida en el plato y desconocen todo el proceso de elaboración y compra. Ya no son alimentos de su supermercado de confianza, del carnicero de toda la vida... y hay mucha susceptibilidad ante los alimentos que se les dan, así como la manera de cocinar, puesto que los métodos de cocción, horneado e incluso muchas recetas y alimentos se han ido variando, mejorando y actualizando y para la gente mayor son novedades y cambios que en muchas ocasiones no aceptan o no asumen fácilmente.



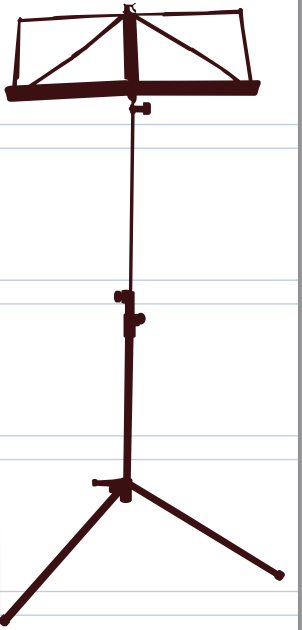
Por todo ello, mi labor como Dietista- Nutricionista en la Residencia San José, no solo se centra en la elaboración de menús mensuales, elaboración de dietas terapéuticas y valoraciones nutricionales de los usuarios (hábitos alimentarios, medida de parámetros antropométricos, IMC, seguimiento nutricional...) sino que también se centra en aspectos relativos a la seguridad alimentaria:

- Controlar los aspectos relacionados con la higiene y seguridad de las instalaciones (verificar que las instalaciones reúnen las condiciones de higiene correctas, eliminación de residuos, controles APPC...)
- Supervisar manipulación, transformación y conservación de alimentos (verificar temperatura de alimentos, muestras testigo, distribución adecuada de alimentos...)
- Controlar aspectos del personal que pueden afectar a la higiene de los alimentos (controlar conocimiento y aplicación de las normas de higiene, vigencia de carnet de manipulador de alimentos...)
- Control en la recepción de materia prima (comprobar condiciones de envasado del producto, temperatura adecuada, aspectos organolépticos, etiquetado adecuado...)
- Organización de almacenes y gestión de pedidos junto con Jefe de compras y Jefa cocina (verificación de existencias periódicamente, realización de pedidos necesarios, control de caducidad de productos...)

Tamara Herrera Fernández  
Dietista-Nutricionista



# Un flash de actividades





# Programa de cualificación profesional inicial centrado en la persona

El PCPI "Fernando Arce" Auxiliar de Actividades Domésticas y Apoyo Domiciliario atiende a jóvenes con necesidades educativas especiales que no han superado los objetivos de la ESO en horario de mañana o tarde.

- Los requisitos formales para ser usuario de este tipo de programas son los siguientes: edad entre 16 y 25 años; no haber obtenido el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y tener la calificación de minusvalía o estar en proceso de valoración.

Es un programa educativo que se desarrolla en espacios y ámbitos cercanos a lo laboral, en colaboración con la Fundación Asilo de Torrelavega y en conexión con planes de empleo y de inserción laboral en la medida de las posibilidades del entorno. Como parte de los contenidos del Área de Formación Específica, los jóvenes hacen prácticas formativas en las propias instalaciones de la Fundación, bajo la supervisión de los profesores, y tutores de la empresa.

Los objetivos generales que nos planteamos para el alumnado dentro del programa son:

- Ampliar su formación partiendo de conocimientos iniciales y potencialidades, en orden a la adquisición de capacidades propias de la enseñanza básica y de las posibilidades.



- Posibilitar su incorporación a la vida activa (inserción laboral) mediante el conocimiento básico de un oficio profesional como auxiliar de actividades domésticas y apoyo domiciliario.

- Desarrollar su madurez personal y social, mediante la adquisición de hábitos y capacidades que les permitan participar activamente en la vida social y cultural evitando la exclusión o la marginación.

## Los jóvenes hacen prácticas formativas en las propias instalaciones de la Fundación, bajo la supervisión de los profesores, y tutores de la empresa.

A través de módulos formativos, de desarrollo personal y orientación socio-profesional, así como otros profesionales y específicos se apuesta por la funcionalidad de los aprendizajes y el desarrollo de los mismos en contextos reales, favoreciendo su extrapolación y generalización a otros contextos.

El certificado de manipulador de alimentos y la terapia asistida con animales, en la que nuestros jóvenes realizan labores de co-terapeutas en las sesiones, vienen a completar la oferta curricular de nuestro programa.

Así mismo, se ha apostado por los proyectos europeos por entender que debemos seguir una tendencia educativa propia del siglo XXI dentro de la estrategia educativa de Europa 2020, que favorezca el desarrollo integral de nuestro alumnado y responda a un proceso de planificación centrada en la persona.





## Teodosio Herrera, una nueva ilusión

**Ilusión...** quizás sea la palabra más oída durante los últimos meses en nuestro centro.

**Ilusión** en los residentes ante un cambio a unas instalaciones que mejorarán de una manera importantísima su calidad de vida; **ilusión** en los trabajadores ante la mejora de los medios con los que atender a nuestros residentes y mejorar sus condiciones laborales; e **ilusión** en los familiares ante la mejora de las condiciones de vida de sus seres queridos.

Ya estamos en la inauguración del nuevo Teodosio Herrera. Ha sido un largo trayecto lleno de retos y dificultades que superar y que por fin ve la luz. Una apuesta por la calidad en el servicio con unas instalaciones inmejorables (piscina de rehabilitación, gimnasio, sala de estimulación multisensorial, cine...)

Somos conscientes del importantísimo esfuerzo de todos los componentes de la Fundación y de las implicaciones personales para sacar a la luz un proyecto que tanto ha costado y que situará al Teodosio Herrera como uno de los centros más modernos y funcionales de Cantabria.

Este esfuerzo conlleva, sin duda, una responsabilidad de todos los trabajadores del Teodosio Herrera y un compromiso de trabajo para sacar adelante los nuevos retos y proyectos que se

nos plantean. No será fácil, ya que todo cambio lleva implícito sus complicaciones, pero por falta de ilusión, esfuerzo y compromiso no va a quedar.

Nuestros residentes se merecen este esfuerzo y mucho más...

**Ilusión**, y una pizca de impaciencia, en estos tiempos tan difíciles la ilusión es el motor que nos hace avanzar y superarnos.

### Ilusión en los residentes ante un cambio a unas instalaciones que mejorarán de una manera importantísima su calidad de vida



#### PERSONAL FUNDACIÓN ASILO DE TORRELAVEGA

Hnas. religiosas	10
Capellán	1
Directores de área	6
Administración	10
Médico	2
Enfermeras	15
Fisioterapeuta	14
Diplomada en dietética y nutrición	1
Logopeda	3
Trabajadores sociales	5
Terapeuta ocupacional	3
Titulado medio	1
Psicólogo	4
Podólogo	1
Técnicos superiores	13
Profesor educación especial	18
Profesor preescolar	2
Educadores sociales	4
Maestra	1
Encargados de taller	2
Educador	7
Cuidadores	37
Técnico auxiliar educativo	5
Auxiliar de clínica	132
Servicio ayuda domicilio	1
Camareros	3
Cocineras	6
Ayudantes de cocina	2
Recepción	3
Vigilantes	5
Conductores	7
Costurera	1
Personal de mantenimiento	11
Limpieza	52
Mandos intermedios	2
Servicios generales	24

**Total** 414

## Fundación Asilo de Torrelavega

### Centros y Servicios

La Fundación atiende en sus diversos centros a un total de 1.124 usuarios diariamente desglosado en las siguientes áreas:

Mayores	485
Discapacitados	369
Infancia	270

#### ÁREA DEL MAYOR

- Residencia San José.**  
352 usuarios en régimen de 24 Horas.
- Centro de Día de mayores San José.**  
5 usuarios en régimen diurno.
- Centro de Día de mayores "Ruiz Zabala".**  
5 usuarios en régimen diurno.
- Centro de Día de mayores "Mancomunidad Siete Villas".**  
15 usuarios en régimen diurno.
- Centro de Día de mayores "Guriezo"**  
5 usuarios en régimen diurno.
- Centro de Día de mayores.**  
"María Teresa Falla" de Anero.- 20 usuarios en régimen diurno.
- Centro de Día de mayores.**  
"Santa María de Cayón" de Sarón.- 18 usuarios en régimen diurno.
- Centro de Día de mayores.**  
"Sierrallana".- 65 usuarios en régimen diurno.

**Total usuarios atendidos: 485**

#### ÁREA DE DISCAPACITADOS. "Dr. Fernando Arce Gómez"

- Centro de Educación Especial "Dr. Fernando Arce Gómez".** 96 usuarios.
- Centro Ocupacional "Dr. Fernando Arce Gómez".** 56 usuarios.
- Centro de Día "Dr. Fernando Arce Gómez".** 60 usuarios.
- Residencia 24 Horas "Dr. Fernando Arce Gómez".** 16 usuarios.
- Piso Tutelado "Dr. Fernando Arce Gómez".** 7 usuarios.
- Vivienda Tutelada "Dr. Fernando Arce Gómez".** 4 usuarios.
- Centro Teodosio Herrera.** 39 usuarios.
- Centro Especial de Empleo SERYMAN.** 91 usuarios.

**Total usuarios atendidos: 369**

#### ÁREA DE INFANCIA.

##### Centro de Educación Infantil "Victoria Gómez de Arce".

- 270 usuarios de 0 a 6 años

**Total usuarios atendidos: 270**







**Fundación Asilo** de Torrelavega