

Ficha de apoyo para visitar y elegir una residencia de mayores

Llevar una lista de preguntas y saber en qué fijarse puede marcar una gran diferencia a la hora de elegir una residencia. Te proponemos una guía que puedes imprimir o llevar contigo en el móvil al realizar visitas. Está pensada para ayudarte a identificar centros que realmente garanticen un buen cuidado, calidad en la atención y un enfoque centrado en la persona (AICP).

Entorno y espacios

Preguntas que puedes hacer:

- ¿Pueden las personas personalizar su habitación con objetos propios?
- ¿Cómo se organiza el acceso al exterior y a jardines o terrazas?
- ¿Hay zonas diferenciadas para personas con diferentes necesidades y preferencias?
- ¿Hay salas para uso de diferentes actividades?

Aspectos que deberías observar:

- Limpieza y mantenimiento de las instalaciones.
- Iluminación natural, temperatura y ventilación adecuadas.
- Si hay espacios comunes acogedores y con ambiente tranquilo.

Atención centrada en la persona

Preguntas que puedes hacer:

- ¿Se tienen en cuenta las preferencias de cada persona en su día a día?
- ¿Cómo participa la persona mayor en la toma de decisiones sobre su cuidado?
- ¿Existe un plan individualizado de atención? ¿Se revisa con frecuencia?
- ¿Se trabaja con sujeciones?

Aspectos que deberías observar:

- Cómo se dirigen los profesionales a los residentes: ¿con respeto, por su nombre, de forma amable?
- Si hay rutinas impuestas o se adapta la atención a cada persona.
- Presencia de objetos personales y decoración hogareña.
- ¿Se respeta la autonomía y la privacidad e intimidad?

Profesionales y trato humano

Preguntas que puedes hacer:

- ¿Qué profesionales hay? (terapeuta ocupacional, trabajador social, fisioterapeuta, enfermero, psicólogo, etc.) ¿Cómo puedo contactar con ellos?

Aspectos que deberías observar:

- Actitud del equipo: si están disponibles, atentos, si conocen a los residentes.
- Presencia de personal en zonas comunes.

Actividades y participación

Preguntas que puedes hacer:

- ¿Qué tipo de actividades se realizan?
- ¿Hay salidas o contactos con el entorno comunitario?
- ¿Cómo se puede participar como familia?

Aspectos que deberías observar:

- Si hay un tablón con actividades visibles y actualizadas.
- Si durante la visita ves personas participando activamente o, por el contrario, muchas personas sentadas sin nada que hacer.
- Si hay variedad de propuestas: música, cocina, juegos, ejercicio, etc.

Atención a personas con Alzheimer u otras demencias

Preguntas que puedes hacer:

- ¿Cómo gestionan los momentos de desorientación o agitación?

Aspectos que deberías observar:

- Si hay espacios seguros pero no restrictivos.
- Si el ambiente es tranquilo o hay sobreestimulación sensorial.
- Cómo reacciona el personal ante residentes con comportamientos complejos.

Comunicación y relación con la familia

Preguntas que puedes hacer:

- ¿Cómo se informa a las familias del estado de la persona?
- ¿Es posible visitar con flexibilidad o participar en actividades?
- ¿Cómo se manejan las situaciones de crisis o cambios de salud?

Aspectos que deberías observar:

- Claridad y transparencia en las respuestas del equipo.
- Disponibilidad para responder dudas sin prisas.
- Calidad del vínculo entre familia, profesionales y residente.

Especialistas en el cuidado