

Celga



4

PROBA B (ORAL)

Caderno dos examinadores

PARTE 1 (Texto escrito)

Deseguido vai ler un texto sobre axuda no domicilio. Tome as notas que precise.

Axuda domiciliaria: os mellores coidados, na casa

A axuda domiciliaria ás persoas maiores fai posible que vivan e gocen a vellez na súa propia casa, pero convén contratar persoal titulado e experimentado.



Case por inercia téndese a pensar que malestar, dependencia e abandono veñen nun paquete indivisible así que se superan os 70-75 anos. Pero non sempre é así. Un dos factores que inflúe na calidade de vida é un contorno agradable. Somos animais de costumes: gústanos espertar cada mañá nun cuarto que coñecemos de memoria, vivir no barrio de toda a vida, rodeados das nosas pertenzas e das lembranzas máis queridas. Nos vellos, abandonar o medio habitual pode causar un forte desarraigamento emocional, polo que, en xeral, convén non só atrasalo senón tamén evitalo mentres sexa posible.

O problema maniféstase cando os anciáns se manteñen firmes no seu propósito de non abandonaren a súa casa. Este panorama provoca apresuradas idas e voltas dos familiares e un temor continuado a que caian ou sufran un accidente doméstico. Ante esta situación, os servizos de axuda domiciliaria son unha opción eficaz para os vellos e mais para os familiares que os atenden. En moitos casos, a axuda personalizada dun profesional que asiste o ancián nas tarefas domésticas, na súa hixiene persoal ou, simplemente, acompañándoo durante unhas horas ao día convértese nunha necesidade esencial. Segundo as proxeccións que se realizan sobre o aumento de poboación, en apenas dez anos o número de maiores de 65 anos medrará máis dun 25%. As necesidades ao respecto, polo tanto, presúmense crecentes.

Aínda que estes servizos os prestan dende hai anos tanto entidades públicas como empresas privadas especializadas neste servizo, non son poucos os que, por aforraren uns euriños, contratan para coidaren dos seus vellos a particulares que carecen non só da titulación axeitada, senón ás veces mesmo dos mínimos coñecementos para realizaren a tarefa encomendada. Os expertos en saúde aconsellan que, sempre que se poida evitar, non se cometa o erro de priorizar absolutamente o criterio económico fronte á calidade e seguridade do servizo. Pagar un chisco menos pode saír ben caro. Saber onde hai que acudir para solicitar a axuda domiciliaria pública ou ben, se é preciso, coñecer as pautas que se deben seguir para contratar unha asistencia privada eficaz e non moi cara axuda a conseguir que os maiores se atopen nas mellores mans.

Vivir só e na casa, pero con axuda

Os servizos de axuda a domicilio non só prestan asistencia nas angueiras cotiás do fogar, tamén impiden situacións de soidade extrema e illamento social. Facer a compra diaria, acudir a unha revisión médica ou a calquera outra xestión é cousa ben distinta se se fai só ou acompañado, sobre todo se se superan os 75 anos e non se goza de boa saúde. Con independencia de que a axuda a domicilio sexa prestada por organismos públicos, empresas privadas ou particulares, os servizos que se ofrecen son moi diversos e convén coñecelos. A asistencia domiciliaria pode incluír a atención persoal do maior (hixiene, seguimento na alimentación e medicación e apoio nas horas da comida) e tamén coidados especiais (facer a cama co enfermo encamado, farmacovixilancia, cambio de cueiros...) se o ancián sofre algunha discapacidade ou enfermidade. Todo iso, amais do apoio nos labores domésticos -limpeza e orde no fogar- e do acompañamento en paseos, lecturas ou merendas.

A axuda domiciliaria préstase por horas: pode supor dende un par de horas cada día ata a asistencia permanente, 24 horas do día os sete días da semana. Se a persoa maior ten sorte e goza da axuda a domicilio ofrecida por entidades públicas, o propio concello ou o organismo responsable de prestala ocúpase de establecer a duración do servizo e os seus horarios, tras avaliar a situación persoal do solicitante.

TIPOS DE AXUDAS E COMO SOLICITALAS

Como solicitar a axuda



Antes de se botar á aventura de contratar os servizos dunha empresa privada ou dun particular, convén acudir aos servizos sociais do concello da localidade na que reside o vello. A asistencia a domicilio é competencia das administracións públicas que, por norma xeral, a prestan mediante persoal municipal encargado deste labor ou con empresas privadas e organizacións como Cáritas ou a Cruz Vermella coas que se asinaron acordos.

Este é o mellor xeito de recibir asesoramento e de coñecer os prazos, os requisitos e os trámites que hai que seguir para solicitar a axuda. A principal vantaxe de ser beneficiario deste servizo público é contar coas garantías e co apoio en seguridade que proporciona saber que detrás da persoa que entra na casa está o concello ou outra entidade pública. Ademais, é a opción máis barata: as tarifas poden ser gratuítas ou representar unha pequena proporción do custo total da axuda.

Agora ben, non todas as persoas maiores son candidatas á concesión desta axuda pública, xa que os servizos sociais esixen o cumprimento dunha serie de requisitos. O grao de autonomía para se valer por si mesmo, a dispoñibilidade de familiares que poidan prestar axuda e o seu grao de parentesco, amais da capacidade económica do solicitante, son os principais criterios que se manexan para baremar as solicitudes. Se ao solicitante se lle denega a asistencia domiciliaria pública, é hora de analizar a oferta privada especializada nestes coidados.

Atención privada, mellor empresas especializadas

Débase confiar o coidado das persoas maiores preferentemente a empresas que contan coa autorización administrativa para ofrecer o servizo. O primeiro paso é consultar os servizos que prestan varias compañías e comparar, como sempre, calidade e prezo. Un primeiro requisito é que o persoal da empresa en xeral e o coidador que se lle asigne en concreto á persoa maior estean cualificados; para iso, debe contar coa titulación de auxiliar de Enfermería, Clínico ou de Xeriatria e con experiencia abonda para atender unha persoa nas circunstancias do noso familiar ou similares. Hai que esixir o título de capacitación do coidador.

Convén desconfiar das empresas que non amosan axiña esta documentación. Sempre que a axuda domiciliaria se contrate cunha empresa privada, débese esixir un contrato: formaliza a relación e evita malentendidos e sorpresas desagradables. No contrato figurarán as prestacións que se inclúen no servizo, os horarios estipulados e o prezo total pola axuda asistencial. As tarifas dependen, sobre todo, do número de horas contratadas e do tipo de servizos solicitados. Un exemplo: por unha asistencia a domicilio de catro horas á semana que comprenda coidados persoais e apoio nos labores domésticos cóbrase, en liñas xerais, dende 12 ata 20 euros por hora. O orzamento, obviamente, é moi oneroso: dende uns 1.000 euros ata uns 1.750 euros mensuais.

PARTE 2

1. BENVIDA E PREGUNTAS DE CONTACTO PERSOAL	1-2 minutos aprox.
<ul style="list-style-type: none">▪ Como se chama?▪ A que se dedica?▪ De onde é? Fale un pouco sobre a súa cidade/vila/aldea...▪ Canto tempo leva estudando galego? Por que o estuda?▪ Que lle gusta facer no tempo libre? Que afeccións ten? <p>(Se procede)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Que lle gusta máis da cultura galega?▪ Que diferenzas atopa entre a cultura galega e a súa?	
2. RESUMO	3 minutos aprox.
<p>Faga un resumo do contido do texto.</p> <ul style="list-style-type: none">▪ De que tipos de atención no domicilio se fala?▪ Como se solicitan as axudas para a asistencia no domicilio?▪ Segundo o texto, que aspectos cómpre ter en conta á hora de contratar axuda domiciliaria?	
3. EXPOSICIÓN	3-4 minutos aprox.
<p>Realice unha exposición acerca da seguinte afirmación:</p> <ul style="list-style-type: none">A. “Para os vellos, abandonar o medio habitual é unha causa de forte desarraigamento social.”B. “É posible vivir só e na casa, pero con axuda.”C. “A atención personalizada, mellor con empresas especializadas.”	

4. INTERACCIÓN

4 minutos aprox.

OPCIÓN A

“Para os vellos, abandonar o medio habitual é unha causa de forte desarraigamento social.”

- Cre que as residencias son unha oportunidade para moitos maiores que viven sós?
- Coñece algunha persoa que estea nunha residencia? Cre que reciben unha boa atención?
- Pensa que a compañía doutras persoas compensa ese “desarraigamento social”?
- Se lle din que ten que pasar a última etapa da súa vida nunha residencia, como o tomaría?
- Hai persoas que traballan tamén na súa vellez como escritores, músicos... vivindo etapas moi creativas. Que pensa vostede disto?
- Pensa que as xeracións anteriores tiñan unha vellez máis feliz ca as de hoxe en día? Por que?
- *(Se procede)* Cal é a situación dos maiores no seu lugar de orixe?

OPCIÓN B

“É posible vivir só e na casa, pero con axuda.”

- Algúns anciáns son autónomos e non precisan nin queren axuda. Coñece vostede a alguén? Que lle parece?
- Nos centros de día, os anciáns poden vivir na súa casa e ao mesmo tempo pasaren o día acompañados e atendidos. Que opina vostede desta opción?
- Se traballase como voluntario coa terceira idade, con que tarefas podería contribuír?
- Onde lle gustaría pasar a súa vellez? Por que?
- *(Se procede)* Cal é a situación dos maiores no seu lugar de orixe?

OPCIÓN C

“A atención personalizada, mellor con empresas especializadas.”

- Que opinión lle merece o traballo que desempeña o departamento de servizos sociais nos concellos? Pensa que xogan un papel importante na axuda a domicilio?
- Se tivese que escoller, a onde acudiría antes: ao departamento de servizos sociais do seu concello ou a unha empresa privada? Por que?
- Ás veces contrátase a familiares, veciños ou coñecidos para coidar de alguén e non se ten en conta que teña unha formación axeitada para o posto. Pensa que isto é un erro?
- Se vostede tivese que pasar os últimos anos da vida nunha residencia ou depender da axuda no domicilio, que escollería? Por que?
- *(Se procede)* Cal é a situación dos maiores no seu lugar de orixe?