

Empatía y resiliencia, claves al tratar con personas mayores



Cuando las personas mayores ingresan a centros especializados, por lo general, necesitan contar con un buen control médico como primera instancia, esto les garantiza una atención oportuna para poder controlar los diferentes cuadros clínicos que puedan presentar, propios de la edad. Aunque controlar a las personas mayores según sean sus condiciones de salud, también es indispensable ir más allá y poder ofrecerles una atención que les genere un entorno agradable.

Las personas mayores se enfrentan a varias necesidades cuando están en centros de cuidados, la primera es poder controlar sus cuadros clínicos, pero además, el perfil emocional será fundamental para que puedan evolucionar mejor. Es allí cuando la empatía que puedan desarrollar las personas capacitadas que los atienden, tendrá un efecto directo en sus tratamientos. De igual forma la resiliencia, será un factor clave para que puedan evolucionar de manera positiva.

La empatía en las personas mayores puede generar un impacto positivo en los diferentes tratamientos a los que puedan ser sometidos. No solamente se trata de cumplir con un horario de medicinas, dietas o ejercicios, sino que además, las personas mayores, necesitan sentirse cómodas, atendidas por personas que están comprometidas y que además sientan compañía, en una etapa de sus vidas donde les será inevitable sentirse solos.

Por otra parte la resiliencia les permitirá sobrellevar cualquier adversidad con mucha mejor actitud, en este caso, sentir el peso de la edad y lo que esta puede conllevar en sus cuerpos y entorno social, puede desanimarlos haciéndolos propensos a la depresión y otros cuadros emocionales, sin embargo, contar con este tipo de apoyos, y desde esta perspectiva, será mucho más beneficioso para ellos.

Empatía con personas mayores

Las personas mayores necesitan sentirse cómodas a la hora de ser tratadas por terceros, que sin tener un vínculo familiar o laboral, puedan brindarles un trato digno y oportuno. Para lograr esto es necesario formarse como profesionales con mucho tacto, con una capacidad de empatía que permita generar una sensación de cercanía con los adultos mayores, que necesitan un trato mucho más humano.

La empatía se puede definir como la capacidad de poder percibir, compartir e interactuar con los sentimientos de las personas mayores, así como con sus pensamientos y emociones, basándose en el reconocimiento de ellos como un similar, personas en el mismo nivel que necesitan ser tratadas con respecto. El aspecto más importante de la empatía es poder entender a las personas mayores desde su punto de vista, sin interponer la opinión personal.

Es necesario que el profesional que trate con personas adultas pueda experimentar y compartir simpatía por sus sentimientos y percepciones. Aunque la empatía no se dedique a motivar a las personas mayores, será fundamental para poder generar un escenario donde la solidaridad sea fundamental. La razón de aplicar la empatía con las personas mayores es poder comprender con paciencia sus afectos, motivaciones y comportamientos.

La resiliencia como punto clave con las personas mayores

La resiliencia puede definirse como la capacidad que todo ser humano puede desarrollar para poder adaptarse de manera positiva a cualquier condición negativa, situaciones complicadas o donde se ponga a prueba la resistencia ante lo adverso. Inicialmente la resiliencia era vista como una condición innata de algunos seres humanos, sin embargo, con el paso del tiempo se empezaron a considerar el entorno familiar, comunitario y cultural.

En la actualidad, la resiliencia aplicada a las personas mayores, se define como la capacidad de lograr superar obstáculos de una manera positiva para la sociedad, incluyendo llegar a una edad donde no se cuente con un entorno social que los apoye. El estrés que puede generar la adversidad de verse solos en esta etapa de la vida, hace que la resiliencia sea el mejor recurso para que las personas mayores puedan sobre llevar su condición.

Es importante que los profesionales que vayan a tratar a las personas mayores, puedan aplicar tanto la empatía para tratarlas como la resiliencia para motivarlas, ya que así pueden lograr una connotación positiva que pueda incidir incluso en su salud física. Tener un nivel de compromiso mayor con este tipo de trabajos siempre tendrá mejores resultados, tanto para el profesional como para el adulto mayor.

Fuente: <https://www.isesinstituto.com/noticia/empatia-y-resiliencia-claves-al-tratar-con-personas-mayores#:~:text=Empat%C3%ADa%20con%20personas%20mayores&text=El%20aspecto%20m%C3%A1s%20importante%20de,por%20sus%20sentimientos%20y%20percepciones>.