

ENVEJECER JUNTOS

CAPÍTULO 21:

La paella del abuelo

Los procesos de cuidado en enfermedades complejas y crónicas pueden resultar largos y duros en algunas de sus fases. Ante una etapa de remisión, es conveniente que las personas cuidadoras descansen y disfruten retomando actividades y relaciones sociales en la medida de sus posibilidades. Celebrar las buenas noticias y aprovechar las oportunidades de hacer cosas importantes y motivadoras mejorará el bienestar físico y emocional tanto de la persona cuidadora como de quien vive la enfermedad.

SIGUE ESTOS CONSEJOS:

- ✓ Celebra las mejoras y buenas noticias en el proceso de la enfermedad.
- ✓ Trata de no sobreproteger al paciente. Es bueno que realice actividades que le motiven e ilusionen.
- ✓ Aprovecha la etapa de remisión para descansar y retomar tus actividades y relaciones sociales.
- ✓ Busca el consejo de los profesionales sanitarios si tienes dudas ante un viaje o desplazamiento lejos de vuestro hospital de referencia.



Escanea este código con el móvil para ver el vídeo de este capítulo.



www.cuidopia.es



Un programa social impulsado por:

Johnson&Johnson

