

ASISTED

la tranquilidad que necesitas

1ª EDICIÓN CONCURSO DE RELATOS

Día Mundial de las Personas Cuidadoras

RELATOS FINALISTAS

Lecciones de Vida

Soy Lola Maldonado, si la memoria no me falla comencé a trabajar en Asisted en junio de 2017. Lo que puedo contar de mi experiencia, al tratar con personas dependientes es que te llevas a casa ricas lecciones; pueden ser más positivas o menos pero enseñanzas al fin y al cabo. Pero hay más, se nos pone a prueba nuestros principios y si queremos, podemos descubrir qué clase de persona somos. La variedad de personas con las que tratamos en los servicios me ha hecho reparar en cualidades que son muy valiosas para las personas con las que trabajamos, tales como: puntualidad, orden, honradez. Pero hay una por la que siento especial debilidad, la empatía.

Os cuento una anécdota relacionada con esta cualidad: Sabemos lo costoso o mal que llevan nuestros mayores el tema que se les ayude con la higiene. Pues un matrimonio que yo atendía, él más de 90 años y su esposa octogenaria, el estado cognitivo en perfecto estado, cuando llegaba el día señalado se me ponía a prueba mi capacidad para razonar y poder derrumbar argumentos fuertemente atrincherados, tales como: “Esto es como si me llevaran al patíbulo, se me quita la dignidad”.

Después de negociar largo y tendido, el matrimonio toman una resolución. La esposa que era la porta voz me dice: “Hemos decidido que nos duchamos si después nos dejás que te duchemos a ti”.

Cada vez que lo recuerdo no puedo evitar sonreír por un lado y sentir pena por otro. Haciendo una reflexión del incidente me enseña que si sigo sumando años –cosa que estoy contenta– me tocará pasar por una situación parecida y cuanto voy apreciar que se me trate con el respeto digno que merecen las canas, y si además a todo esto se le puede añadir una pequeña dosis de ternura la gratitud con la que nos corresponderán será grande.

No puedo terminar mi relato sin darle el reconocimiento merecido, por las enseñanzas recibidas al hombre más grande de todos los tiempos JESUCRISTO que dijo: “Por eso, hagan por los demás todo lo que les gustaría que hicieran por ustedes....” (Mateo 7 :12)

María Dolores Maldonado Samper

Delegación ASISTED Maresme

La Despedida

Presentación

No siempre fui cuidadora de profesión aunque en mi país todos cuidamos de todos. Cuidamos de nuestra familia, de nuestros vecinos, de los padres de nuestros amigos que ya no viven en el país, del niño que juega en la calle, del perrito que se ha ido de su territorio detrás de una perrita y le avisamos a la dueña que sale corriendo en su búsqueda mientras te grita: Gracias.

Un buen día me enamoré de un catalán, de su mano llegué a Barcelona dejándolo atrás caras de sorpresa y bocas abiertas pues nunca imaginaron que una persona como yo tan arraigada a mi familia, amigos, profesión, de pronto, sin pensar, abandonara el país. Ya lo dicen por ahí: El amor es ciego. Sigo bien ciega pues no me arrepiento, cada vez quiero más a mi catalán.

Buscando por aquí y por allá llegué a Asisted que me abrió las puertas, con ellas la posibilidad de vivir nuevas experiencias, algunas dolorosas y hermosas a la vez. De la rutina más cotidiana a pequeñas acciones que transmiten confianza, paz, tranquilidad. Esas pequeñas cosas a veces imperceptibles, ráfagas de un viento que golpea tu mejilla y desaparece. Pequeñas cosas que engrandecen el alma. Inspiradas en ellas y aprovechando esta primera edición del Concurso Relatos de Asisted he escogido algunas. Todavía quedan más revoloteando en mi cabeza pero será para otra ocasión por el momento me conformo con estas breves anécdotas y reflexiones.

La despedida

Sus ojos al decir que era mi último día me estremecieron. Nunca me había mirado, aparentemente ausente. Le hablaba, le cantaba pero ella mantenía su postura, su mirada perdida. Quién sabe por dónde andaban sus pensamientos, qué viaje estaba haciendo mientras yo con toda delicadeza le hacía masajes en sus dedos agarrotados, cerrados con tanta fuerza que era difícil abrir su mano, separar sus dedos.

Hay personas que les parece innecesario comunicarse con estos pacientes que creen que no te escuchan.

Hay personas que piensan: Que más da si no se enteran?.

Sí, se enteran. Valoran lo que haces. El día que me despedí de la señora L me buscó con sus ojos bellos, azules y los abrió tan grande, que quedé perpleja.

Se hizo un silencio. Sus ojos con los míos, ella firme en su mirada y yo queriendo saber qué me decía hasta que hablé. Hablé nerviosa, emocionada, sin punto, sin coma, sin pausa, cómo si no hubiera pasado nada, pero hablé. Llegué a mi casa y eufórica lo conté. Entré en el baño y mientras el agua caía y limpiaba mi cuerpo sollocé. Han pasado algunos años y me pregunto qué pasó? Creo que siempre estuvo ahí, que escuchó mis historias, quizás algún bolero o el tarareo de alguna canción. Y si no fue así por qué justo cuando le decía que era mi último día levantó su cabeza y con vehemencia fijó su vista en mí.

Para mí fue un sí

La señora E se puso mala, ya no la asistía pero llamaba a su esposo para saber de ellos. El tan dedicado, tan amoroso. No descansaba, me acompañaba en mi faena, dispuesto a ayudar. El esposo de la señora E es un hombre mayor, cuidaba de ella con tanto esmero. Me encantaba ver cómo la peinaba, le preparaba su desayuno, le acariciaba su mano mientras hablaba conmigo. Cuando la ingresaron fui a verla al hospital, al principio no me reconoció. No podía ser de otra manera debido a su enfermedad, también hacía meses que no me veía pero sin embargo antes de irme le hablé, le dije palabras que se establecieron como códigos entre nosotras y sonrió. Creo me reconoció. Me miró, cerró los ojos, los abrió y para mí fue un sí.

Hay señales, imágenes que guardaré siempre. Imágenes para toda la vida. Imágenes que cambian el rumbo de tu percepción, de este viaje que todos hacemos, que es la vida.

Ser cuidador es una profesión humana, bondadosa. También se sufre porque te implicas. Para ayudar hay que comprender. Para comprender hay que saber escuchar, interpretar, no te puedes quedar en la periferia hay que entrar, tocar su alma y cuando ven en ti a ese ángel que viene a ayudarte, te quieren, estrujan tu cara con sus manos, besan tu frente. Y aún cuando mantienes una conversación con ellos en la que no entiendes nada pero conversas como si entendieras todo, de golpe y por sorpresa escuchas: Gracias.

Vete

Mi adorable señora A, tu llanto es mi llanto. No me gusta que sufras y cuando te digo que me pones muy triste lloras bajito. Aquel día me suplicabas que no te hiciera nada, te habías caído, la única palabra que te entendí fue: Vete. No me ofendiste, no me enojé todo lo contrario te apoyé. Yo te ayudo y tú me ayudas. Fue nuestra frase. Y así poco a poco fuimos haciéndolo.

La hija de la señora A me recibe con una sonrisa cada mañana como si no llevara encima el peso de los días. Cuida de su madre. A veces está cansada, agobiada, es una persona mayor. Nos ponemos a conversar mientras su madre desayuna. También atendemos a la familia de nuestros asistidos, los escuchamos, animamos y hasta resolvemos algún conflicto.

La rutina del cuidador parece muy simple. A veces das la impresión que no has hecho nada. Mejorar la calidad de vida de un asistido no se limita a cuidar de su entorno, ayudarlos en su aseo, dar sus medicamentos a la hora precisa. Tenemos que ser pacientes, comprensivos. Crear una conexión tan especial para que se sientan cómodos, para que confíen en tí. Estas entrando en su casa, invadiendo su intimidad y eso es complicado, difícil de interiorizar. No es suficiente tener una formación apropiada si no los puedes convencer para que te dejen hacer tu trabajo. Romper este muro de contención lleva su tiempo y toda la delicadeza del mundo.

Los cuidadores somos también cuidadores de nuestra familia. Nos agotamos, cargamos con nuestra mochila de preocupaciones, tristezas, el estrés del día a día sin embargo tenemos que mantener la moderación, la sonrisa, fortaleza para dar ánimo aún cuando somos nosotros quienes lo estamos necesitando.

“Dos gardenias para tí”

Bailas conmigo este bolero mientras lo canto. Sonríes. Ella, la señora P, tu esposa te mira y sonríe también. Ella que a pesar de su enfermedad te sigue siempre con la mirada, atenta a lo que haces, a lo que puedes necesitar, mientras jugamos. Ella siempre pendiente aunque sabe que yo estoy ahí con los ojos abiertos. Cuanto amor, ternura hay en tí señora P. No te importa perder el equilibrio. Aún con tus fuerzas contadas intentas dar un paso, otro hasta llegar a la meta pero siempre mirando atrás.

Es la hora de jugar. El a mi derecha y tú a mi izquierda. Contigo triominos que ahora es tu juego favorito. Con él invento castillos, laberintos con las fichas del dominó o sencillamente dibujamos.

La señora P disfruta con nuestras conversaciones incoherentes. Qué importa si se entienden o no. Nos reímos como si hubieramos hecho un comentario gracioso. El señor P está inquieto, se levanta y yo lo acompaño. Paseamos por la casa como si lo hiciéramos por un jardín, miramos el paisaje, las plantas. Hablamos del tiempo. Como te canto me preguntas ¿te interesa la música?. Sí, te contesto. Entonces me dices algo que lo recibo como un halago. Me dan ganas de abrazarte y quererte cada día más. Cuando vengas diré que te pongan música.

“ Un día más”

Entré a tu casa, a tu mundo, un 11 de noviembre de 2014. El servicio era por quince días. Vamos a cumplir nueve años juntas. Acompañarte, mimarte, asistirte es una alegría. He crecido contigo en esta profesión. He aprendido tanto. Desde tus exquisitas recetas de cocina hasta de tu andar despacio, cordial con todo el mundo. Tu hablar bajito, tú discreción. Admiro tantas cosas de tí. Tus historias, tus chistes, tus frases populares.

Naciste en el año 1925, el mismo año en que nació mi abuela que es alguien muy especial para mí. Cuando te miro eres como una prolongación de ella que tanto amé y amo. Cada día me acuerdo de mi abuela y donde quiera que esté se sentirá orgullosa del amor que siento por tí. Ella me inculcó ese amor y respeto por las personas mayores. Hubiera querido que mi abuela tuviera 96 años como tú a punto de cumplir 97. Agradezco tanto tu cariño, el de tu familia, tú comprensión, tú sonrisa.

Cuando te angustias y me dices que así no vale la pena vivir, que más vale morirse yo intento levantarte ese ánimo con mis ocurrencias. Al principio trataba de convencerte que no debías pensar así, que tienes una familia maravillosa que te adora y está pendiente de ti, que ojalá todo el mundo pudiera llegar a los 96, que eres una mujer afortunada. Pero lo que te causó una risa buena y unas palmaditas en mi rodilla fue cuando te dije: Morirte????? Ni se te ocurra, que yo tengo que cobrar. Desde entonces siempre la uso y como ya sabes que te voy a decir te ries antes de que termine.

Hay dos tareas que me encanta hacer. Una, tus recetas favoritas, siento tanto placer cuando comes lo que te gusta. Disfruto malcriándote. La otra cuando salimos a caminar, nos sentamos a tomar el cortadito y buscar el sitio adecuado para ver la rambla o “la pasarela” como tú dices. Cuanta complicidad... Hablando bajito nos inventamos cada historia de los personajes que pasan que no nos aburrimos nunca.

Cuando termina la jornada siempre me dices: Bueno, un día más.

Mariela Bejerano Pérez

Delegación ASISTED Barcelona

Te quiero, te quise y te querré!!

Te quiero,te quise y te querré!!

Tan frágil, tan pequeñita, tan indefensa, tan cuqui, así te conocí, eras toda una muñequita.

Tu alzheimer estaba muy avanzado y apenas andabas y prácticamente no hablabas, todo y así no me rendí, me gustan los retos y decidí luchar por tí.

Al verme por primera vez, ya me sonreíste y a mí me robaste el corazón!!

Me propuse que volvieras a andar, que pudiéramos comunicarnos, que pudieras comunicarte con tus familiares, que lo poco que recordaras, no lo pudieras olvidar... tantas y tantas cosas!!!

Con mucha paciencia y muchísimo amor jugábamos a muñecas, pintabamos en cuadernos, incluso volviste a aprender los colores, a escribir los nombres de tus familiares e incluso el tuyo, los números.

Por medio de fotografías reconocias a los familiares y amigos, escuchábamos música y la tatabas y bailábamos!!!

Cuanta complicidad teníamos!!

Volviste a decir frases cortas.

Conseguiste volver a andar, por casa sin ayuda y por la calle con el andador, era tan bonito pasear contigo por la calle y aprovechábamos a repasar los colores, cuando te paraban por la calle respondías a las preguntas y cuando se iban me preguntabas quien eran, como me reía contigo!!

Volviste a distraerte viendo la televisión y hasta te reías de lo que decían y cuando veías un presentador que te gustaba, me decías lo guapo que era!!

Cada día en el aseo, después de la ducha, te peinaba, incluso te cortaba el pelo y te teñía cuando era necesario.

Con la manicura escogiamos el color para pintar ,lo mismo que con la ropa, que bonita salias a la calle!!

Para mí fuiste un regalo, sí que tú aprendiste muchísimo, pero yo aprendí tanto de tí!!

Y llegó el día que te tocó partir y ese día se me partió el alma, sabía que tenía que llegar, pero nunca quieres que llegue.

Para mí no se fue una usuaria, para mí se fue mi segunda mami.

Este tiempo sin tí ha sido duro, pero a la vez bonito, por que te recuerdo cada día y me arrancas una sonrisa cuando recuerdo todo lo vivido a tu lado.

Dicen que no se muere el que se va, mueren cuando dejan de recordarte y por mí parte eso nunca ocurrirá.

Fuiste, eres y serás, mi niña.

Gracias por tanto, gracias a enseñarme a quererte cada día más, gracias por estar, gracias por dejarme formar parte de tu vida, me llevo tanto amor que nunca te olvidaré, gracias MARÍA.

Rosmari Mayo Puig

Delegación ASISTED Baix Llobregat Nord i Anoia

ASISTED
la tranquilidad que necesitas

www.asisted.com