

# Apoyo en el Cuidado de la Salud

Dra. Carolina Carmona

Médico CEEC

*División de Servicios a las Personas con  
Discapacidad Intelectual (DSPDI)*

DEPARTAMENTO DE  
**SALUD**

---



**EL TRATO  
DIGNO  
ES TU  
Derecho**

Al igual que en la División de Servicios a las Personas con Discapacidad Intelectual (DSPDI), los cuidadores deben procurar el bienestar de los participantes, velando por su salud, seguridad y dignidad.



# Conozca a su participante



Condiciones  
de Salud



Alergias o  
intolerancia



Medicamentos



Médicos y  
proveedores de  
servicio



Contactos  
de  
emergencia

# Conozca a su participante

Rutinas



Rutinas



Gustos y preferencias



Que le desagrada o molesta

# Como los cuidadores apoyan en el cuidado de salud

Brindando Asistencia en

Higiene y arreglo personal



Cuidar del ambiente en el que se encuentra el participante



Aunque no administran medicamentos pueden apoyar en que el proceso se de de forma adecuada.



Alimentación e hidratación

Posicionamiento para evitar aspiración



Ambulación, transportación, posicionamiento en pacientes encamados.



Promover la actividad física.

# Como los cuidadores apoyan en el cuidado de salud

Otras formas de impactar



Ofrecer  
compañía



Usted puede ser la voz  
y los ojos del  
participante.



Proveer un respiro o  
descanso para  
cuidadores primarios.

# Citas Médicas

- Puede brindar apoyo
- Llevar resultados de laboratorios, pruebas y evaluaciones
- Llevar una lista de sus preocupaciones u observaciones
- Anotar recomendaciones del médico.





# Hospitalizaciones

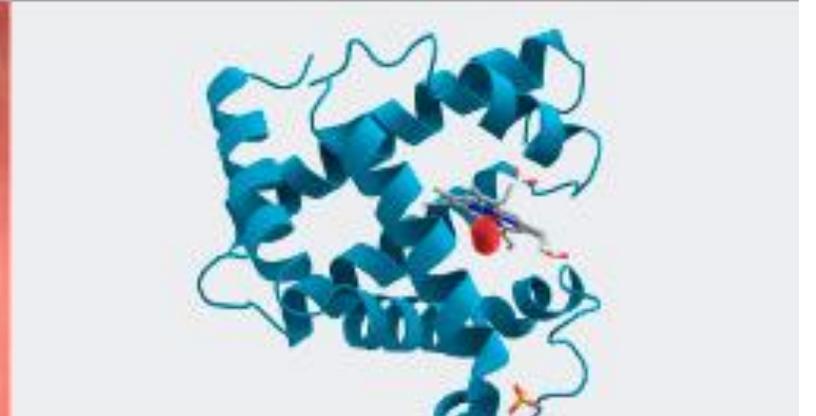
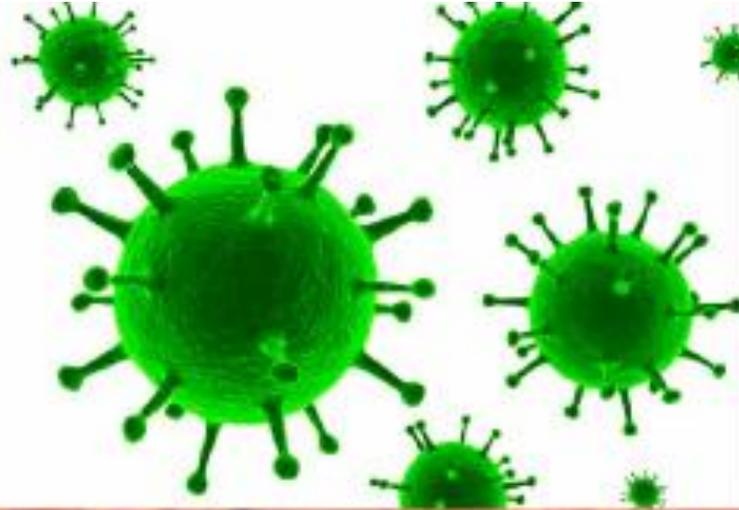
- Es de beneficio para el participante que usted conozca sus condiciones y estado de salud, para que pueda transmitirlo a los profesionales que lo atienden en el hospital.

# Hospitalizaciones

- Llevar información básica del participante, lista de condiciones, medicamentos y alergias entre otros.
- Tener libreta para anotar lo que le dicen los médicos y las enfermeras, datos como signos vitales, tratamiento, estudios, o cambios significativos.
- Anotar si paciente comió, durmió, evacuó... entre otros.
- Cambio de posiciones o estar pendiente de que les pongan protectores para evitarlas.



# Como puede ayudar a prevenir infecciones



## ANTES

- de preparar la comida
- de comer

## DESPUÉS

- de ir al baño
- de sonarse la nariz, toser o estornudar
- de dar la mano de tocar a personas o cosas que transmitan microbios, por ejemplo:
  - ✓ pañales o un niño que ha ido al baño
  - ✓ alimentos que no estén cocidos (carne cruda, huevos crudos o verduras sin lavar)
  - ✓ animales o excrementos de animales
  - ✓ basura
  - ✓ una persona enferma



## Lavado de manos

- Es una de las mejores formas de ayudar a prevenir las infecciones.



## Forma Correcta del Lavado de Manos



1. Abra la pluma de agua.



2. Aplique jabón.



3. Lave las manos de la parte mas limpia a la mas sucia y entre los dedos.



4. Frote las manos durante 15 a 20 segundos. Limpie la parte posterior de las manos y uñas.



5. Enjuague las manos.



6. Seque las manos con papel toalla.



7. Cierre la llave del agua y abra la puerta usando un papel toalla.



8. Eche el papel toalla al zafacón.

# Seguridad en alimentos

Cómo preparar y consumir alimentos de manera segura:



Lávese las manos.



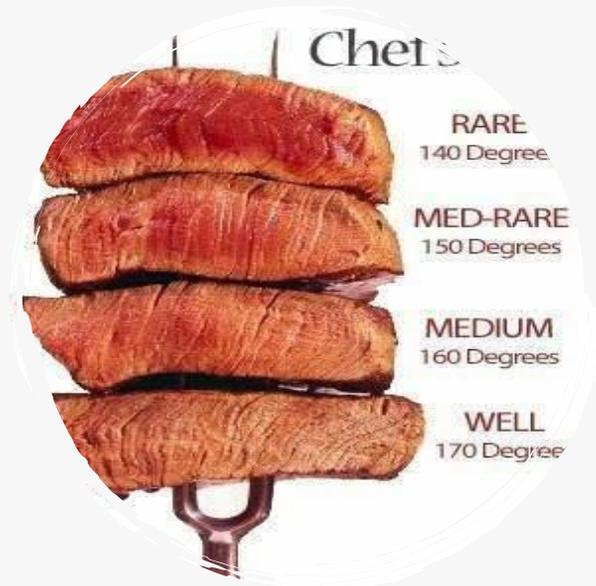
Lave frutas y verduras



Limpie las tablas de cortar, las superficies para cocinar, los cuchillos y demás utensilios después de que hayan estado en contacto con alimentos no cocidos

# Seguridad en alimentos

Cómo preparar y consumir alimentos de manera segura:



Cocine la carne hasta que esté bien cocida. Los jugos de la carne deben salir claros y la carne no debe estar roja en el interior.

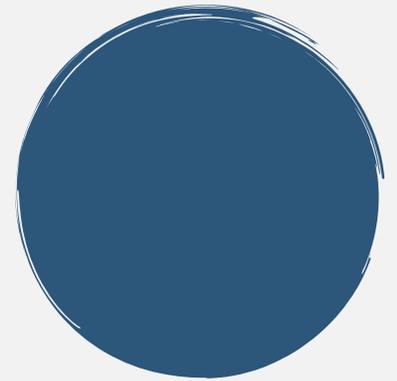


No coma huevos crudos o poco cocidos.



No consuma leche cruda o sin pasteurizar ni sus derivados (quesos). Asegúrese de que estos alimentos indiquen en la etiqueta que han sido “pasteurizados”.

# Otras medidas que ayudan a prevenir infecciones



## En el participante

- Mantener el area de trabajo limpia.
- Cambio de posiciones para prevenir úlceras y sus complicaciones
- Aseo personal de participante.
  - Higiene oral, humectante en piel...

## Usted

- No ir enfermo a trabajar.
- Notificar si se encuentra enfermo o ha estado en contacto con personas con condiciones contagiosas.
- Vacunese
  - Influenza
  - COVID19
  - Neumococo





# PREGUNTAS

Dra. Carolina Carmona López

📞 (787) 765-2929 Ext 2563

✉ carolina.carmona@salud.pr.gov

📞 Línea de crisis 787-691-1763