

## INFORMACIÓN PARA FAMILIAS Y USUARIOS SOBRE EL PROGRAMA “NO SUJETES”

Estimado familiar:

Como ya sabe, desde hace unos años nuestra residencia está inmersa en una nueva forma de trabajar caracterizada por el control de las sujeciones. Este documento tiene como fin, hacerle partícipe de ella y hacerle llegar, con toda la claridad posible, la información que necesita.

Desde siempre, en nuestra residencia, hemos tenido una meta u objetivo: **la persona a la que atendemos**. Hoy en día el objetivo es el mismo, pero la situación ha cambiado, por lo que existe el riesgo de cambiar hacia un modelo donde sólo prime la economía y la burocracia, así que no queremos olvidar nuestros orígenes y que nuestra atención y **cuidados deben estar centrados en la persona**.

El uso de sujeciones es una práctica muy común y frecuente en las personas mayores que viven en residencias. Se sujeta fundamentalmente para reducir riesgos como caídas, agitación, seguridad frente al entorno, mayor control de las agitaciones en las demencias, por falta de vigilancia... Sin embargo, en la actualidad no existe ninguna evidencia de que este tipo de medidas sea eficaz para controlar estos riesgos y que los efectos secundarios de las sujeciones son mucho peores que el hecho de no sujetar, ya que aumentan o agravan el inmovilismo, los accidentes, la incontinencia, las aspiraciones, las infecciones, las úlceras por presión, además de consecuencias psicológicas como ansiedad, depresión o vergüenza. Pero la causa más importante es que suponen una falta de respeto a los derechos y dignidad de las personas.

Diversas organizaciones de mayores, entre ellas la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA) o la Fundación de Cuidados Dignos confirman que alrededor de una cuarta parte de mayores que viven en residencias son sujetos de forma continuada y más de la mitad de los que presentan deterioro cognitivo se les somete también a sujeción. España es el país de Europa que más sujeta frente a otros países en los que esta práctica requiere una serie de medidas y autorizaciones, al considerarse como una violación de los derechos fundamentales de la persona.

Sin embargo, a pesar de todas estas evidencias, se sigue sujetando por un afán proteccionista y de falta de conocimiento y de sensibilización para cuidar desde la libertad y desde el respeto a la persona sin usar ningún tipo de restricciones.

Por todo lo expuesto, hemos considerado necesario formarnos y profundizar en este tema sensibilizándonos e informándonos para aprender a cuidar sin usar sujeciones y implantar en nuestro centro el programa “No Sujetes”.

El programa "No Sujetes" tiene como objetivo el eliminar las sujeciones físicas y químicas de nuestro centro. Para poderlo llevar a cabo, es necesario un cambio cultural y, como no, crear alternativas al uso de sujeciones.

Con este programa pretendemos conseguir:

- Mejorar el cuidado a la persona.
- Racionalizar las sujeciones
- Crear alternativas a las sujeciones.
- Que nuestros residentes obtengan los beneficios de los cuidados basados en las no sujeciones:

## **I. Beneficios Físicos:**

### A. DISMINUCIÓN DE:

1. Riesgo de caídas
2. Úlceras por presión
3. Autolesiones
4. Infecciones
5. Estreñimiento
6. Atrofia y debilidad
7. Riesgo de traumatismos en la piel
8. Riesgo de contracturas musculares
9. Riesgo de edema
10. Riesgo de disminución de la densidad ósea (con menor susceptibilidad para las fracturas)
11. Riesgo de sobrecarga cardíaca

### B. MEJORA DE:

1. Apetito
2. Tono muscular
3. Movilidad, coordinación y equilibrio ("Aprenden a caerse")

## **II. Beneficios Psicoemocionales:**

### A. DESAPARICIÓN DE ESTADOS PSICOEMOCIONALES LIGADOS AL USO DE SUJECIONES:

1. Agitación
2. Agresividad

3. Angustia
4. Apatía
5. Confusión
6. Depresión
7. Desesperanza
8. Deterioro cognitivo
9. Ira
10. Miedo – pánico
11. Trastorno Confusional
12. Vivencias y recuerdos traumáticos
13. Sensación de atrapamiento

### **III. Beneficios Sociales:**

A. DESAPARICIÓN DE VIVENCIAS SOCIALES LIGADAS AL USO DE SUJECIONES:

1. Vergüenza – humillación
2. Sentimientos de Aislamiento y Deshumanización
3. Pérdida de autonomía – dependencia

B. RECUPERACIÓN DEL ROL SOCIAL dentro del grupo de personas usuarias (recuperación de la “imagen social”).

Por último, sólo nos falta recordarle que puede hacernos llegar sus dudas, quejas, inquietudes\*... respecto a la implantación de esta metodología de trabajo y que su colaboración es imprescindible para el éxito del programa.

Muchas gracias,  
La Dirección.