

PEP GARCIA

President de l'Associació de Familiars de malalts d'Alzheimer

«No curem, però som el refugi de familiars»

H.C.A.
Manresa

A l'Associació de familiars de malalts d'Alzheimer hi ha 400 socis i es dona suport a unes 300 persones que pateixen la malaltia. El president, Pep Garcia, remarca la importància de «compartir els mals moments quan tens cura d'una persona que té Alzheimer ajuda molt, sobretot si qui t'escolta està passant per la mateixa situació». Per a ell, «no curem, però som el refugi de familiars on saben que sempre podran trucar i trobar algú que els orientarà».

«La gestió emocional d'haver de tenir cura d'una persona que t'estimes i va desapareixent és molt bèstia i és molt complicat que algú ho pugui afrontar sol», exclama. Considera que és molt important acceptar, i com més aviat millor, que «la cosa no anirà a millor mai més». A banda del suport psicològic i els tallers per als malalts d'Alzheimer, que donen unes hores de respir als cuidadors, ofereixen assessorament en matèria legal. «És molt important que les famílies sàpiguin què comporta fer una incapacitació, quins són els passos que s'han de seguir o com es gestionen les herències».



Francesc Torralba (dreta) amb Pep Garcia durant la conferència

Oscar Bayona

ROSA BELLET

Cuidadora d'un malalt d'Alzheimer

«No falta paciència, falten coneixements»

H.C.A.
Manresa

Rosa Bellet fa dos anys que cuida el seu marit amb Alzheimer. Ella en té 81 i ell en farà a l'octubre 89. Viuen en un quart pis sense ascensor i Bellet es fa càrrec d'aquesta persona pràcticament sola. El consell que donaria ella a algú que es trobés en la seva situació seria «que no es desesperi perquè quan el diagnòstiquen et trobes que no tens eines i els doctors et diuen que et caldrà molta paciència. No senyor, a mi no em falta paciència, em fal-

ten coneixements». Recorda que quan va saber que el seu marit des de fa 62 anys tenia Alzheimer, la notícia li va provocar un xoc. «Jo ja vaig tenir a la meua mare malalta d'Alzheimer i no em va venir de nou, però el moment d'incertesa va ser molt real». Després d'aquests temps, Bellet ha aconseguit endinsar-se en els racons de la ment del seu home; «et vas convertint en part de la seva ment, abans que digui alguna cosa ja saps per on anirà només per la cara que posa i la forma en què es mou». Assegura que «al final, t'acabes avançant a la malaltia per sobreviure».

H.C.A.
Manresa

«Per poder cuidar a algú, el cuidador abans ha de tenir cura d'ell mateix», és una de les tesis que va presentar dijous el filòsof Francesc Torralba a la sala d'actes del Montepio de Manresa en la conferència que va oferir amb motiu del dia internacional de l'Alzheimer, que es commemora avui. Més d'un centenar de persones van acudir a l'acte que es va orientar al tema de la cura de les cuidadores, en femení, perquè en la majoria dels casos són les dones les encarregades de tenir cura dels més vulnerables.

Va indagar en les quatre dimensions de l'autocura de les persones que s'encarreguen de cuidar a altres: la física, l'anímica, dels vincles i l'espiritual. Totes

quatre són importants i deixar-ne alguna de banda podria suposar «el trencament físic i psíquic de la persona». Per al filòsof, «és fonamental teixir una xarxa de suport com les que ofereixen les associacions per sentir que el que et passa a tu, no és exclusiu».

En referència al pla espiritual, va dir que «cal trobar un sentit a allò que es fa, si no és així et vas consumint per l'amargor que generen les tasques en si mateixes».

El filòsof va posar paraules a sentiments i situacions quotidianes de les cuidadores de malalts d'Alzheimer. Va parlar de la culpa i la frustració, dues emocions que en moltes ocasions van lligades. «Sentim frustració perquè aquesta nova realitat no és escollida, això pot frustrar el nostre projecte de vida», va explicar.

La culpa és un sentiment que en moltes ocasions pot aparèixer

en les cuidadores «quan fan un petit parèntesi de les seves obligacions». El consell pràctic de Torralba en aquest sentit és «assumir que sempre hi pot haver errors». Aquest sentiment també pot arribar després de la mort de la persona de la qual es tenia cura. «És completament normal que una dona que ha estat vint anys cuidant el seu marit amb Alzheimer se senti alliberada després de la seva mort, aquest sentiment a vegades pot generar culpabilitat. El que s'ha de fer és alliberar aquests sentiments i no jutjar-los, perquè és natural que sorgeixin», aconsellava.

Va concloure la xerrada dient que «cuidar dels altres ens fa sempre millors persones, encara que sigui a contracor». Segons Torralba això és perquè «ens ajuda a desplegar unes habilitats, com ara la paciència».



FUSTERIA D'ALUMINI
EN GENERAL
FUSTERIA DE PVC



PORTES DE GARATGE
TANCAMENT DE TERRASSES
PERSIANES D'ALUMINI
I VENECIANES



PORTES DE VIDRE
MAMPARES DE BANY
TENDALS...

NOU[A]MBIT
ALUMINIS

Barriada de Viladordis, s/n (Casa Grifell) - MANRESA
nouambit@gmail.com

609 590 495 • 606 239 205

