

# ¿Qué es la dependencia?

Situación reconocida por ley en la que una persona necesita **ayuda** para realizar las actividades básicas de la **vida diaria**



**Grado I**

Dependencia moderada



**Grado II**

Dependencia Severa



**Grado III**

Gran dependencia



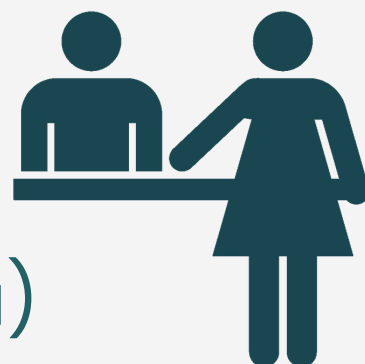
## Requisitos

Residencia legal en España 5 años

Residir en la Región de Murcia

## Solicitudes

### Tramitación presencial



Registro del IMAS (Murcia)

Registros o Ventanillas Únicas

Trabajadora social de zona



### Tramitación Online

[www.sede.carm.es](http://www.sede.carm.es)

[www.carm.es](http://www.carm.es)

## Prestaciones



Teleasistencia



Ayuda a domicilio



Centros de día  
o residenciales



Económicas



Financiado por  
la Unión Europea  
NextGenerationEU



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES  
Y AGENDA 2030



Región



de Murcia



Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad



TORRE PACHECO

# Síndrome de burnout en cuidadores

El 90 % de los **cuidadores sufren trastornos** del estado de ánimo, depresión, ansiedad o apatía

## Origen



**Frustración**



**Abandono  
de  
actividades**



**Aislamiento  
social**



**Impotencia,  
rabia**

## Grupos de ayuda

Personas que se reúnen de forma periódica para **ayudarse** a hacer frente a un **problema común**



### Beneficios

- Adquirir información y estrategias
- Normaliza la situación
- Apoyo emocional
- Establecer lazos y romper el aislamiento

## Recomendaciones



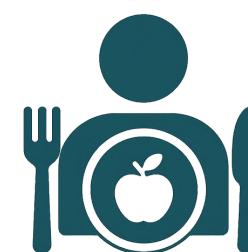
**Hidratación  
abundante**



**Descanso  
8h al día**



**Relajación  
Respiraciones**



**Alimentación  
Equilibrada**



**Ejercicio físico**



Financiado por  
la Unión Europea  
NextGenerationEU



GOBIERNO  
DE ESPAÑA  
MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES  
Y AGENDA 2030



Región de Murcia



Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad



TORRE PACHECO

# Recursos para personas dependientes

## Estancias Diurnas

Atención durante el día: cuidados, terapias y actividades



Equipo multiprofesional



Manutención



Asistencia sanitaria y social



Transporte

## Centros Residenciales

Vivienda permanente con atención integral



Alojamiento



Asistencia médica



Fisioterapia



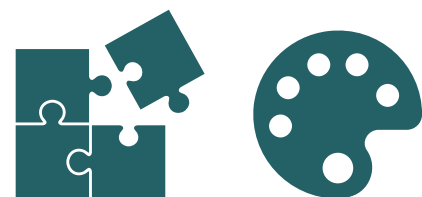
Actividades ocupacionales

## Centros de tratamiento

Especializados en demencia: diagnóstico y terapias



Diagnóstico



Terapia ocupacional



Grupos de apoyo



Gerontogimnasia

**Ayuda  
a  
Domicilio**



**Asociaciones  
de  
Pacientes**



**Teleasistencia**



Financiado por  
la Unión Europea  
NextGenerationEU



GOBIERNO  
DE ESPAÑA  
MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES  
Y AGENDA 2030



Región de Murcia



Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad



TORRE PACHECO



# Alimentación en personas dependientes

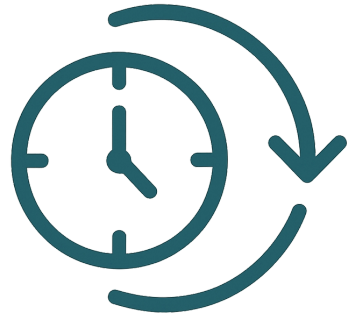
## Personas Autónomas



**Evaluar  
habilidades**



**Espacio  
Diáfano**



**Establecer  
rutinas**



**Lenguaje  
Sencillo**



**Hacer  
Pausas**

## Personas No autónomas



**Cabeza  
Recta**



**No tumbar  
después de comer**



**Vigilar que se  
vacía la boca**



**No meter dedos  
en la boca**



**Con problemas:  
Escupir**

## Ayudas Técnicas



**Cubiertos  
Adaptados**



**Platos  
Antideslizantes**



**Vasos  
Adaptados**



Financiado por  
la Unión Europea  
NextGenerationEU



GOBIERNO  
DE ESPAÑA  
MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES  
Y AGENDA 2030



Región de Murcia



Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad



TORRE PACHECO