

# L'ASSISTENTE DOMICILIARE

## Dispensa n° 1



# INDICE

<i>Presentazione</i> .....	pag.	4
<b>1. Requisiti dell'assistente domiciliare</b> .....	»	5
<b>2. Come entrare in casa d'altri</b> .....	»	7
<b>3. La relazione con la persona anziana</b> .....	»	8
<b>4. La relazione con i familiari della persona anziana</b> .....	»	9
<b>5. Comunicazione verbale e non verbale</b> .....	»	9
<b>6. La stimolazione fisica</b> .....	»	10
<b>7. Igiene</b> .....	»	14
7.1. Igiene quotidiana della persona .....	»	14
7.1.1. Igiene della cute e delle mucose .....	»	14
7.1.2. Bagno/doccia .....	»	15
7.2. Igiene del corpo dell'allettato .....	»	16
7.2.1. Igiene intima .....	»	16
7.2.2. Igiene orale .....	»	17
7.2.3. Igiene degli occhi .....	»	18
7.2.4. Igiene dei presidi .....	»	18
7.3. Igiene della camera da letto e del bagno .....	»	18
7.3.1. Riordinare rispettando le abitudini e le esigenze dell'utente .....	»	18
7.3.2. Utilizzo di guanti e camice .....	»	19
7.3.3. Areazione degli ambienti con utente non presente o ben protetto dalle correnti d'aria .....	»	19
<b>8. Sicurezza</b> .....	»	19

8.1. Inquinamento domestico: principali fonti, conseguenze sulla salute .....	» 20
8.2. Prevenzione del rischio elettrico .....	» 20
8.3. Prevenzione del rischio gas .....	» 20
8.4. Prevenzione delle cadute: consigli pratici .....	» 20
<b>9. Alimentazione .....</b>	<b>» 21</b>
9.1. Quale dieta per gli anziani .....	» 21
9.2. Mangiare variato .....	» 22
<b>10. Burn-out .....</b>	<b>» 24</b>
10.1. Definizione .....	» 24
10.2. Stress e burn-out: teorie a confronto .....	» 24
10.3. Caratteristiche del burn-out .....	» 24
10.4. Come affrontare lo stress .....	» 27
<i>Bibliografia</i> .....	» 31



## Presentazione

Questo manuale vuole essere uno strumento per chi si appresta a fornire assistenza domiciliare. Si prendono in considerazione gli aspetti del comportamento operativo nell'intervento assistenziale e di cura, rivolgendo attenzione all'ambito relazionale e comunicativo che coinvolgono l'operatore e l'anziano. Si descrivono i principi di base dell'igiene, della sicurezza della persona assistita e dell'alimentazione.

Nell'ultima parte si analizza un particolare aspetto del lavoro di assistente, il "burn-out", fornendo utili consigli per affrontarlo e superarlo.

