SIGA

Centro de Servicios Integrados Gerontológicos y Apoyo Familiar

Servicios Especializados

Adultos Mayores, Familia, Cuidadores y Proveedores Salud

www.sigapr.com

VISION

Organización líder en promoción y el bienestar integral de los adultos mayores y sus familias, desde un enfoque Bio-Psico-Social y Espiritual. Busca aportar al fortalecimiento del campo de la Gerontología en Puerto Rico.

VALORES

- ***Integralidad***
  La persona es un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psico- lógicos y sociales.

- ***Autonomía***
  Las personas mayores tienen derecho a mantener el control de su propia vida, y por tanto, a actuar con libertad.

- ***Inclusión***
  Las personas mayores son miembros activos de la comunidad y ciudadanos con derechos. Por ello han de tener acceso y posibilidad de disfrutar de los recursos comunitarios en igualdad con el resto de la población.

- ***Participación***
  Las personas mayores tienen derecho a estar presentes en la toma de decisiones que afecte el desarrollo de su vida.

- ***Independencia***
  Las personas mayores tienen derecho a mantener el mayor grado de independencia posible en su vida cotidiana y a recibir apoyos diversos y adaptados a su situación que minimicen su dependencia de los demás.

SIGA

MISIÓN

Proveer servicios con enfoque integrador e interdisciplinario, respondiendo a demandas de asistencia del adulto mayor y su familia en Puerto Rico y residentes fuera de la isla, resaltando y enfocando en las conexiones entre generaciones, dirigido por un modelo de prevención, promoción y adaptación de salud.

LO QUE PRETENDEMOS

Proveer atención gerontológica centrada en la persona y la familia. Atención para mejorar la calidad de vida de las personas en situaciones de fragilidad o dependencia. Contribuir a un cambio en el enfoque de la intervención gerontológica, permitiendo su autonomía, potenciando su independencia y destacando el rol terapéutico de lo cotidiano y lo significativo de cada individuo.

Organización líder en Puerto Rico

CENTRO DE SERVICIOS INTEGRADOS GERONTOLÓGICOS Y DE APOYO FAMILIAR

El Centro de Servicios Integrados Gerontológicos y Apoyo Familiar (**SIGA**) estamos comprometidos en el fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales y el apoyo a familias en y fuera de Puerto Rico.

Nuestr@s profesionales cuentan con amplio conocimiento en la gerontología, la conducta humana y los servicios necesarios para la población de 50+. Hemos procurado crear un camino en donde podemos promover la estabilidad familiar a la que todos aspiramos. **SIGA** procura crear un impacto positivo en la sociedad a fin de optimizar cada persona y familia atendida a través de nuestros servicios.

Nuestro modelo integrador de atención gerontológica centrada en el adulto mayor y la familia va enfocado a mejorar la calidad de vida de las personas mayores en situaciones de fragilidad o dependencia usuarias de servicio, centros de atención y prestación de servicios. Promoviendo y alentando su autonomía, potenciando su independencia.

Los beneficios de utilizar a SIGA, INC

SIGA, INC le brinda un respiro y un apoyo a sus responsabilidades como cuidador/hijo de un adulto mayor. Lo que a su vez redunda en una mayor paz mental y fortalecimiento de su propia calidad de vida. Así como poder contar con un equipo comprometido en atender las necesidades de cuidado de su ser querido.

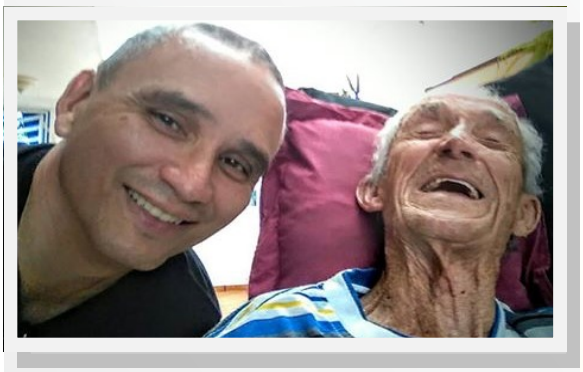
SIGA, INC le evita la engorrosa tarea de entrevistar, cotejar referencias y solvencia moral y contratar CUIDADORES cualificados y adiestrados en el manejo y cuido de adultos mayores. Es con frecuencia que se delega en amas de llaves y otro personal de tipo doméstico para velar por la salud mental y física de los queridos adultos mayores, lo cual es un grave error. El cuido de un adulto mayor requiere de conocimientos específicos, compromiso, dedicación, MONITOREO y SUPERVISION. Podrá contar con la continuidad del servicio independientemente el personal asignado se ausente por enfermedad, emergencia familiares o vacaciones.

SIGA, INC tiene el respaldo de un equipo de especialista en el campo de la geriatría y gerontología con alta reputación profesional, lo cual es un activo que nos esmeramos en proteger.

SIGA, INC organización líder dirigida por personal especializado en los campos de la Gerontología, la Geriatría y Salud Pública.

CONSULTA A LOS EXPERTOS EN LA GERONTOLOGÍA Y GERIATRÍA EN PUERTO RICO

- SIGA es la **organización Líder** en servicios especializados en el campo de la **Gerontologia y** Geriatría; brinda sus servicios en la **comodidad de su hogar** en todo Puerto Rico.
- Brinda **servicios que atienden las necesidades del adulto mayor y la familia;** desde una perspectiva biopsicosocial, incluyendo un enfoque salubrista permitiendo al familiar que pueda delegar la responsabilidad de brindar cuidado y asistencia para sí mismo o su familiar para garantizar su seguridad y dignidad.
- Ofrece servicios para que pueda **planificar estratégicamente su etapa de vejez;** promoviendo su independencia y autonomía; desde una fase de prevención y planificación temprana.
- Respaldo de un **equipo de proveedores especialistas en las necesidades del adulto mayor y la familia**; con una visión de impacto intrafamiliar para garantizar un mejor sentido de bienestar y calidad de vida.
- Atiende situaciones relacionadas al **declive, fragilidad y síndromes geriátricos** ; así como situaciones causadas por condiciones crónicas de salud o enfermedad que dificultan el nivel de funcionalidad de la persona.
- Garantizamos un **servicio de asistencia y cuidado coordinado, estructurado, profesional y compasivo** que cumpla con las expectativas de servicio de nuestra clientela. Organización de vanguardia que atempera sus servicios a las necesidades y características de la población que sirve; enfocando en la cotidianidad del ser humano y acompañando durante **procesos inherentes a la etapa de la vejez**.



Programas Gerontológicos Especializados

- PROGRAMA DE CUIDADO PROLONGADO Y RESPIRO
- PROGRAMA DE CAPACITACIÓN Y APOYO AL CUIDADOR
- PROGRAMA ENCUENTRO
- ASESORAMIENTO Y CONSULTORÍA PROFESIONAL

Signos para considerar servicios de Cuidado Prolongado / Respiro:

- Cambio en peso y condición física deteriorada
- Caídas frecuentes
- Extraviarse y caminar lejos de casa
- No alimentarse de manera nutritiva o dejar de hacerlo
- Cambios en hábitos de aseo personal; dejar de bañarse regularmente
- Cambios en recordar e ingerir adecuadamente sus medicamentos
- Dificultad para conducir y asistir al consultorio del médico o a otras citas
- Cambios en su estados de ánimo, conducta y sus relaciones sociales; evita contacto social.

PROGRAMA DE CUIDADO PROLONGADO Y RESPIRO

ASISTENCIA , APOYO Y CUIDADO ESCTRUCTURADO

Todo nuestros servicios comienzan con una **VALORACIÓN GERONTO-LÓGICA** la cual nos permite evaluar la integralidad del adulto mayor.

Ofrecemos servicios de cuidado y atención *ESPECIALIZADA* a personas frágiles en la comodidad del hogar satisfaciendo las necesidades básicas del diario vivir como: **nutrición, medicamentos, socialización, acompañamiento** y **actividades instrumentales** mediante los programas de cuidado prolongado y respiro.

SERVICIOS QUE RECIBIRÁN

DESDE LA COMODIDAD DEL HOGAR

CUIDADO EN EL HOGAR (24/7) / RESPIRO

Disponible Horario Diurno 6am-6pm

Mínimo 6 horas diarias

Personal Profesional certificado monitoreado y supervisado por especialistas en gerontología y geriatría

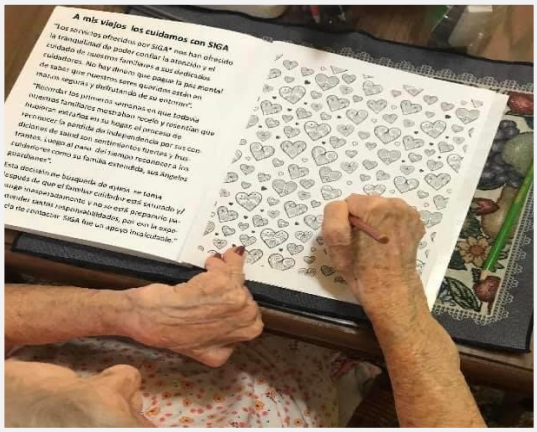
Nos especializamos en atención personas con Condiciones Crónicas y fragilidad por Sindromes geriatricos:

- Alzheimer y Otras Demencias
- Parkinson
- Depresión
- Dificultad en Movilidad
- Dificultad para mantener adherencia a medicamentos
- Fragilidad
- Aislamiento Social

En SIGA PR hemos desarrollado e implementado un programa combinado de Estimulación Cognitiva y Reminiscencia (ECR), mediante técnicas para traer al presente, recuerdos del pasado, mediante técnicas de Reminiscencia; esta tiene su fundamento en el recuerdo vivencial de experiencias pasadas para de este modo orientar a la persona en el presente. De modo que a través de esta combinación, se espera poder efectuar un proceso de Estimulación Cognitiva más preciso y completo en el participante.

Requisitos:

- Evaluación neuropsicológica de ser requerida.
- Enviar evaluación a SIGA y agendar una cita
- Obtener el manual práctico de Estimulación Cognitiva y Reminiscencia.



PROGRAMA DE ESTIMULACION COGNITIVA Y REMINISCENCIA

El proceso de Estimulación Cognitiva es definido como conjunto de técnicas y estrategias que tienen como objetivo la mejora del rendimiento y eficacia en el funcionamiento de capacidades cognitivas como la memoria, atención, percepción, entre otros. Mediante el proceso de entrenamiento cognitivo se tiene como finalidad, aumentar al máximo el rendimiento cognitivo del individuo actuando principalmente en capacidades que aún se encuentran vigentes en éste.

DISPONIBLE:

Presencial- Virtual y en la comodidad de su hogar.

Quienes se pueden beneficiar de éste programa:

Cualquier persona se puede beneficiar de nuestro Programa de Estimulación Cognitiva y Reminiscencia algunas de esas personas pudieran ser:

- Adultos Mayores **con** o **sin** algún diagnostico o tipo de demencia
- Personas con declive o problemas de memorias
- Pacientes de Parkinson
- Personas con interés de preservar capacidades funcionales cognitivas
- Personas que han sufrido algún accidente cerebrovascular
- Cuidadores
- Personas con problemas de depresión, ansiedad, en aislamiento social o con sentimiento de soledad
- Personas con dificultad de atención y concentración

www.sigapr.com

¿Qué capacidades cognitivas pueden entrenarse?

- **Atención**: capacidad de generar, seleccionar, dirigir y mantener un nivel de activación adecuado para procesar la información relevante.
- **Percepción**: codifica y coordina las diversas sensaciones elementales para darles un significado.
- **Comprensión**: capacidad de entender, analizar y reflexionar sobre la información que recibimos.
- **Memoria**: registra, almacena las distintas experiencias ya sean ideas, imágenes, acontecimientos, etc.
- **Lenguaje**: sistema de signos lingüísticos que nos permiten comunicarnos, tanto de forma oral como escrita.
- **Velocidad de procesamiento**: capacidad que establece la relación entre la ejecución cognitiva y el tiempo invertido. Permite procesar información de forma rápida y automática.
- **Orientación**: capacidad de ser consciente de uno mismo y del contexto en que nos encontramos, es decir, ser conscientes a nivel personal, tiempo y lugar.
- **Razonamiento**: capacidad para resolver problemas (solución de problemas), extraer conclusiones y aprender de manera consciente de los acontecimientos de manera que podamos establecer relaciones causales y lógicas.

MANUAL DE EJERCICIOS PRACTICOS PARA ESTIMULACION COGNITIVA Y REMINISCENCIA

Beneficios del Manual

El Manual para la Estimulación Cognitiva y de Reminiscencia fue creado a base de las experiencias vividas con los adultos a quienes les ofrecimos cuidado prolongado con nuestro personal especializado en la gerontología y la geriatría. Los recuerdos son el mayor tesoro de nuestra vida. Solo con ellos podemos viajar a tiempos indecibles y revivir emociones. Los recuerdos nos permiten acceder a la identidad e historia de cada persona. Las memorias de cada ser humano son un elemento significativo que nos permite **crear conversaciones, compartir experiencias y los sentimientos que estos evocan.**

Cuando hacemos la fusión de ejercicios tradicionales como lo son los palabragrama, sopas de letras, actividades de colorear, crucigramas, entre otras, la rutina comienza a tornarse pesada y retante para los que realizan estas actividades. Sin embargo, encontramos que, cuando intercalamos ejercicios con recuerdos y lo agregamos a actividades donde involucramos el **uso de los sentidos**, las tareas suelen ser más llevaderas y el lapso de atención del adulto es mayor.

Encuentra tu camino

COMPARTE LO QUE TE GUSTA

- Actividades recreativas
- Nutrición
- Actividades del diario vivir
- Estimulación
  - Cognitiva
  - Psicomotora
  - Sensorial
- Socialización
- Acompañamiento
- Estructuración de tiempo de ocio

Disponible para Asociaciones y Organizaciones en la comunidad.

PROGRAMA ENCUENTRO

RECREACIÓN Y SOCIALIZACIÓN PARA ADULTOS MAYORES

El Proyecto Encuentro es una respuesta para facilitar un espacio de interacción grupal dirigido por profesionales especializados en la gerontología. Pretendemos impactar adultos mayores (50+) que buscan un espacio de crecimiento interesados en adquirir herramientas para una vejez más activa y saludable. A su vez, va dirigido a pacientes con diagnósticos de Alzheimer y deterioro cognitivo leve donde se le facilite un espacio para estimulación cognitiva e inclusión social.

MODALIDADES

Escritura terapéutica

Incitar al participante a estructurar su pensamiento y gestionar emociones.

Danzaterapia

Mejoras en las áreas de la atención, la concentración, el control de impulsos, la motivación y en las relaciones interpersonales.

Musicoterapia

Que el adulto mayor rememore a través de la música hermosos momentos y experiencias vividas.

Ejercicios físicos adaptados

Alcanzar un mayor nivel de autonomía física que contrarreste las acciones del proceso de envejecimiento.

Tertulias

Facilitar y proveer actividades que parten de una concepción integral de las necesidades de esparcimiento, ocio y cultura del adulto mayor.

Artes plásticas

Poder plasmar las emociones y vivencias con el uso de la pintura y otras modalidades de las artes.

Tecnología Aplicada

Integrar a los adultos mayores a la sociedad mediante el uso de la tecnología.

PROGRAMA DE CAPACITACIÓN A CUIDADORES Y PROFESIONALES

CUIDADORES INFORMALES DE ADULTOS MAYORES

Talleres para cuidadores informales, dirigido a familiares y amigos de estos pacientes para dar técnicas de manejo en el hogar; incluyendo estimulación mediante actividades recomendadas. Además de ofrecer técnicas sobre precauciones universales, prevención desarrollo úlceras en el paciente, prevención de lesiones en el cuidador durante las transferencias del paciente, uso del manual para ejercicios cognitivos, alimentación entre otros. Asi como facilitar el desempeño de su rol de cuidar y autocuidarse.

Capacitación dirigida hacia: (Sin limitarse en temas)

- Autocuidado
- Sensibilización sobre la vejez
- Gestión de emociones
- Autoestima
- Comunicación familiar asertiva

PROFESIONALES

Talleres que proporcionan a los participantes estrategias y herramientas que le permitan manejar las diversas situaciones que surjan en el diario vivir de los adultos mayores y las familiares que atiende.

- Los talleres se adaptan según el escenario laboral considerando la formación de los proveedores y prestación de servicios.
- Se ofrecen mediante propuestas especificas al cliente.
- Disponibles para asociaciones, organizaciones, empresas, comunidad y otros que prestan servicios a la población de adultos mayores.

Asesoramiento y Mentoría Profesional por especialistas en el campo de la gerontología y geriatría.

AMPLÍA TUS CONOCIMIENTOS EN EL CAMPO DE LA GERONTOLOGÍA Y GARANTIZA UN MEJOR SERVICIO A TU CLIENTELA

Debido al alza poblacional de adultos mayores en Puerto Rico, muchos profesionales han presentado dificultades a la hora de ofrecer sus servicios. Por tal razón, las profesionales de **SIGA** ofrecen asesoramiento y mentoría dirigido a distintas áreas donde se brinda servicio directo adultos mayores y familiares.

Servicios especializados:

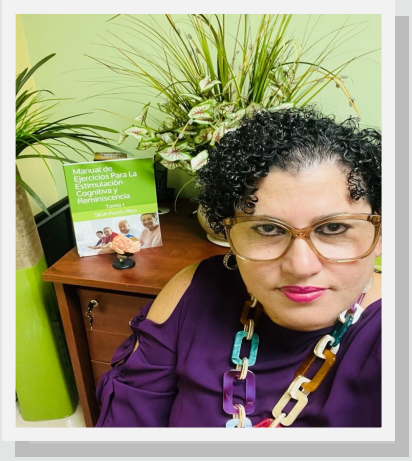
- Discusiones sobre casos de adultos mayores y familia
- Recomendaciones Planeamiento e implemetación de programas
- Informes sobre Nivel funcionalidad adultos fragile y vulnerables
- Comparecencia a tribunales
- Reuniones profesionales de servicios población geriatrica
- Consultas y Asesoramiento gerontológico cuidado transcisional. (Instituciones Hospitalarias al Hogar)

@ SIGA promueve y establece ALIANZAS COLABORATIVAS con entidades y organizaciones que brindan servicios a la población de Adultos Mayores y familiares; en y fuera de PUERTO RICO.

www.sigapr.com

SERVICIOS GERONTOLOGICOS

- GERONTOLOGÍA CLÍNICA
- ESTIMULACION COGNITIVA Y REMINSCENCIA
- PROGRAMA RESPIRO
- CUIDADO PROLONGADO 24/7
- CUIDADO-CLINICO GERIÁTRICO
- CONSULTORÍA y PLANIFICACION 40+
- CONSULTORÍA Y MENTORÍA PROFESIONAL GERONTOLOGICA
- EVALUACION SOCIAL*
- MEDIACIÓN DE CONFLICTOS*
- CONSULTORÍA LEGAL*
- TANATOLOGÍA*
- MASAJE TERAPEUTICO*



Mayra S. Ortiz Tapia MPH-MBA

Gerontóloga Clínica, especialista en Salud Pública

& Geriatría - UPR/RCM

¿QUE HACE UN GERONTOLOGO(A)?

La gerontóloga realiza valoraciones integrales así como, intervenciones acorde con el perfil de cada adulto mayor; fomenta el autocuidado, la independencia, la autonomía y favorece una cultura de envejecimiento activo y prevención con la finalidad de alcanzar niveles de bienestar y alta calidad de vida en la población de adultos mayores y sus familiares.

La **Valoración Gerontológica Funcional** valora las necesidades bio-psico-social y del entorno del adulto mayor (fragilidad y funcionalidad) y fortalezas familiares. Este proceso incluye el desarrollo de un plan estructurado e individualizado que le permitirá hacer la toma de decisiones correcta para una mejor planificación, cuidado, bienestar del adulto mayor y su familia.

BENEFICIOS

Promover la independencia y autonomía del adulto mayor.

- Te ayuda a enteder la etapa de la vejez y sus cambios naturales. Planificar la etapa de vejez.
- Descubre la situación clinica del adulto mayor.
- Mejora las atenciones y calidad de cuido en el hogar.
- Crea una red de apoyo adecuadas a las necesidades del adulto mayor y su familia.
- Mitiga el deteriro funcional e identifica los riesgos del entorno social y familiar.
- Reduce los riesgos hospitalarios y las Institucionalizaciones.
- Establece un plan específico de cuidado individualizado geronto-geriátrico.

www.sigapr.com

www.sigapr.com

CENTRO DE SERVICIOS INTEGRADOS GERONTOLÓGICOS

Y APOYO FAMILIAR

Dirección: 400 Ave. Ing. Manuel Domenech
Edif. Las Americas Professional Center Suite 303
Telefono: 787-998-3788

Email: sigapuertorico@gmail.com
www.sigapr.com