

-

LA TRISTEZA DEL OLVIDO

Escrito por

Nelsa Beatriz Rey-

BOGOTA- ABRIL-2018—

-

-

-

-INTRODUCCION

El texto:LA TRIZTEZA DEL OLVIDO,CONSTITUYE UNA SERIE DE REFLEXIONES Y EJERCICIOS ,COMO FRUTO DEL CURSO SOBRE EL ALZHEIMER,DICTADO POR EL CENTRO DEL ADULTO MAYOR DE LA FUNDACION SANTA FE-

Este tema, me ha parecido interesante y útil para las personas de la tercera edad-A pesa de ser una enfermedad irreversible, existen muchos ejercicios, dinámicas y medicinas para sortear el problema-

Además, la misión de los cuidadores de la salud es fundamental.CUMPLEN UNA LABOR MUY IMPORTANTE Y MERITORIA-

Ser cuidador de la salud requiere mística, capacidad de servicio y mucho amor para servirle a los viejitos, quienes merecen todo nuestro apoyo y dedicación-

-

-

-1- LA CITA OLVIDADA-

-Señora-Hoy no es su cita con Medicina.Era ayer-

-Ayer? Pregunté, pero si era hoy, 16 de Noviembre-

-Señora, hoy es 17 de noviembre- Como un caso especial, le voy a pedir a la doctora que la atienda-

USTED, TIENE, ALZHEIMER-

-ALZHEIMER? qué palabra tan rara-y ESO QUÉ SIGNIFICA?

-Le pregunté, un poco tímida-

ES LA PERDIDA DE LA MEMORIA Y ES IRREVERSIBLE. TIENE QUE CONSEGUIRSE UN CUIDADOR EN SALUD PARA QUE LA ACOMPAÑE-

Me contestó de manera autoritaria-

Y ESO CUÁNTO VALE? Le pregunté, de manera respetuosa--

EL PRECIO VA ENTRE DOS Y CUATRO MILLONES.

Pero señorita, mi pensión no alcanza para ese presupuesto-QUÉ PUEDO HACER?

**Me quedé muy pensativa.Nunca me había pasado-
Reviso la AGENDA Y efectivamente, la cita era el 16 de Noviembre-**

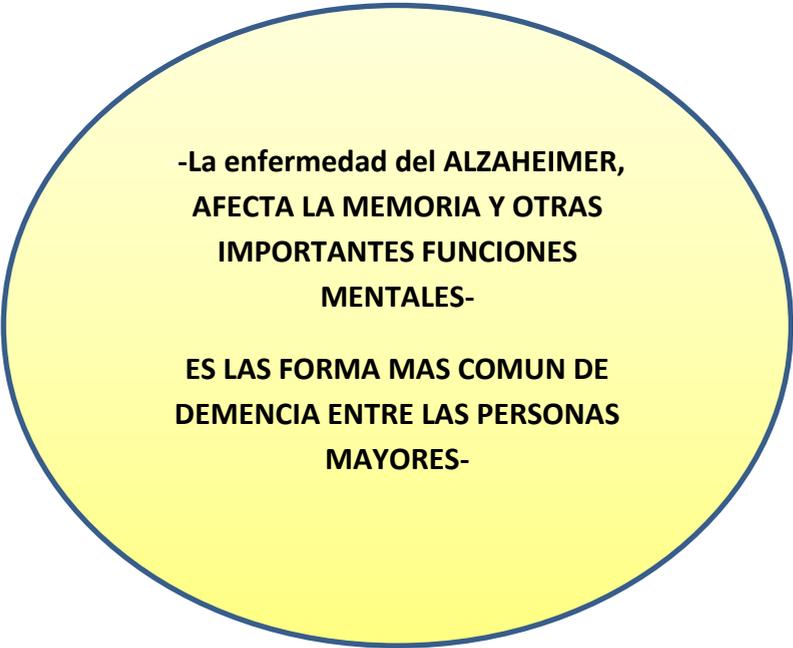
**POR FIN, UNA DOCTORA VENEZOLANA ME
ATENDIÓ, DE MANERA RAPIDA, PUES TENIA MAS
PACIENTES-**

-oh ¡DIOS MIO,
ILUMINA MI MENTE-
QUITA DE MÍ, LAS PENUMBRAS DEL OLVIDO
Y ABRE MI MEMORIA, AL RECUERDO DEL COMPROMISO
CON MENTE ORGANIZADA,
Y AGENDA, DE CADA DIA
PARA QUE SIEMPRE,
CUMPLA LOS DEBERES
CON EXACTITUD,
EFICIENCIA
Y PRONTITUD-

-
-Fue cuando entonces, busqué por Internet, el significado del

MAL DEL ALZAHEIMER-

-



**-La enfermedad del ALZAHEIMER,
AFECTA LA MEMORIA Y OTRAS
IMPORTANTES FUNCIONES
MENTALES-**

**ES LAS FORMA MAS COMUN DE
DEMENCIA ENTRE LAS PERSONAS
MAYORES-**

-“ALOIS ALZHEIMER (Marktbreit, 14 de <<<<<junio-1864,) fue un psoquiatra neurólogo alemán que identificó, por primera vez, los síntomas del ALZHEIMER.

**Esta es la razón. Del nombre de la enfermedad-
(Ver biografóa por Internet)**

--ENTONCES, SOY UNA PERSONA DEMENTE?

-QUÉ PALABRA TAN FEA ¡

YO, DEMENTE?

-Sin embargo, traté de conservar la calma y ser un poco más cuidadosa, en actividades tales como:

-Revisar .ATENTAMENTE, la AGENDA DEL DIA SIGUIENTE PARA RECORDAR LOS COMPROMISOS Y PLANEAR EL DIA, EN RELACIÓN CON INVITACIONES, CITAS MÉDICAS, DILIGENCIAS, COMPRAS, ETC

-

-Recuerdo que DIANA, la coordinadora del curso sobre el ALZHEIMER, ME HIZO UNA SUGERENCIA QUE PARA MI, HA SIDO IMPORTANTE:

LES RECOMIENDO TENER RUTINAS-

Efectivamente, esta sugerencia, ha sido útil; porque cuando, se pasa de la vida del trabajo a la vida del pensionado, una delicia es la despreocupación total:

NO HORARIOS-

NO COMPROMISOS-

NO TRABAJO-

Y qué sucede entonces?

El pensionado se desordena un poco-

Le hice caso a Diana e inicié una serie de rutinas, sobre todo, en las noches y en las mañanas-

-

LAS RUTINAS DE LA NOCHE:

1-REVISAR LOS MEDICAMENTOS TOMADOS-

2-REVISAR LA AGENDA, PARA EL DIA SIGUIENTE-

3- ANOTAR LOS GASTOS DIARIOS EN EL PRESUPUESTO DEL MES Y REVISAR LAS CUENTAS-

4-MIRAR EL CORREO Y CONTESTAR LA CORRESPONDENCIA-

5-PENSAR EN LOS TRAJES REQUERIDOS PARA EL DIA SIGUIENTE, DE ACUERDO CON LOS COMPROMISOS-

6-DAR GRACIAS A DIOS POR EL DIA VIVIDO-

7-LEER UN LIBRO INTERESANTE-

8-MIRAR EL NOTICIERO-TENER INFORMACIÓN SOBRE LAS NOTICIAS DEL DIA-

9-REALIZAR LAS LLAMADAS PENDIENTES-

10-EVALUAR LAS ACTIVIDADES DEL DÍA-QUE HICE BIEN Y EN QUE ME FUE MAL?