



Casa de repouso: o que é e como escolher?

É comum que as pessoas tenham receio de envelhecer e de enfrentar os desafios que essa fase da vida traz. Essa preocupação também rodeia a família do idoso que acaba procurando soluções para que seu ente querido possa passar por essa fase da melhor forma e com todos os cuidados necessários.

Nesse sentido, a casa de repouso pode ser um grande aliado, trazendo tranquilidade para a família e sendo um ambiente de bem-estar para o idoso. Afinal, é possível chegar na melhor idade com qualidade de vida e segurança, e essa instituição tem papel fundamental nisso.

Neste post, você entenderá o que é uma casa de repouso, perceberá por que é uma boa escolha e aprenderá como escolher o melhor lugar. Acompanhe.

O que é uma casa de repouso?

Muitas pessoas acham que casa de repouso é um lugar de abandono, onde os idosos não são bem cuidados e sofrem maus tratos. No entanto, esse pensamento é retrógrado e totalmente errado.

Uma casa de repouso, ou lar de idosos, é um ambiente com acolhimento e segurança, focado em receber os moradores para viverem e serem cuidados. É um lugar voltado para a terceira idade, personalizado e focado em promover a saúde física e mental dos seus moradores.

Nesse ambiente, os idosos fazem amizades, participam de atividades como dança, hidroginástica e pilates. O que proporciona inclusão e convivência, evitando o isolamento e a solidão, principais desafios vividos nesta fase.

Além disso, na casa de repouso, a família pode visitar seu ente querido quando quiser, e também levá-lo para passeios e momentos de convivência. Tendo a tranquilidade que ele estará sendo bem cuidado e passando por um envelhecimento pleno e feliz, rodeado de amigos.

Por que uma casa de repouso é uma boa escolha?

Com a terceira idade, vem também alguns desafios. Nessa fase, geralmente as pessoas estão aposentadas e acabam perdendo o convívio social, sofrendo com o isolamento e também podem se sentir inúteis, já que estavam acostumadas a ter o dia cheio de atividades, principalmente quando trabalhavam.

Dessa forma, é comum que a solidão chegue e a família, que deve estar atenta ao idoso, perceba que ele precisa de convivência com outras pessoas que também estão passando por essa fase. Afinal, um idoso entende o outro e ambos podem se ajudar a entender esse novo período da vida.

Como funciona uma casa de repouso?

A família deve ter atenção para cuidar não só da saúde física do seu ente querido, mas também da saúde mental. Nesse sentido, uma casa de repouso é o grande parceiro para trazer bem-estar para a vida do idoso e tranquilidade para os seus.

No lar de idosos, o morador terá sua casa, onde poderá continuar se sentindo independente, mas também estará cercado de pessoas para socializar. Além disso, contará com o suporte de profissionais de saúde qualificados.

Esse respaldo é fundamental também para o morador que é dependente de cuidados. Lá ele terá todo o acompanhamento necessário para viver essa fase da vida bem e com qualidade.

Quais são as atividades de uma casa de repouso?

Aulas de dança, passeios e atividades terapêuticas são algumas das possibilidades que uma casa de repouso proporciona para deixar não só o corpo mas também a mente saudável. Outras atividades como crochê, aulas de pintura e passeios fazem com que os

moradores tenham um dia a dia dinâmico, convivendo entre si e fazendo coisas que, às vezes, a família não teria tempo de realizar com eles.

Dessa forma, a família pode ficar descansada, sabendo que o idoso está sendo bem cuidado e também mantendo a sua vida social, trazendo alegria e qualidade de vida.

Como escolher uma casa de repouso?

Agora que você já sabe o que é e qual a importância de uma casa de repouso, é fundamental entender como escolher um bom lugar para o seu familiar residir. É necessário ficar atento às instalações, à qualificação da equipe e às experiências dos outros moradores. Acompanhe.

Visite a casa de repouso pessoalmente

Primeiro, é importante visitar o lugar pessoalmente a fim de observar as instalações e perceber se possui uma boa estrutura. Verifique se há umidade, presença de mofo, se o lugar está limpo e bem cuidado.

Também é importante notar se há serviço de segurança que controle a entrada e a saída das pessoas. Afinal, o controle de acesso impede a entrada de pessoas não autorizadas, evitando possíveis incidentes e garantindo que apenas familiares, cuidadores e profissionais credenciados circulem no local.

Pesquise a equipe de trabalho

Em seguida, é necessário verificar a equipe de trabalho do lar. Veja as qualificações dos funcionários, se possuem cursos de primeiros socorros e se a equipe de saúde tem as qualificações necessárias para cuidar do idoso.

Pesquise também se há enfermeiros, fisioterapeutas e médicos geriatras, por exemplo, que são os especialistas na saúde de pessoas na terceira idade. Isso é importante porque esses profissionais têm a capacidade de entender profundamente as mudanças que acompanham o envelhecimento, sejam elas físicas, cognitivas ou emocionais. Isso permite avaliar cada idoso de forma individualizada, criando planos de cuidados adequados para suas necessidades.

Converse com os moradores e suas famílias

Por fim, converse com os moradores e seus familiares, pergunte como eles se sentem lá, se são bem tratados, se já tiveram algum problema com a equipe. Esclareça dúvidas também sobre a alimentação que é servida, a rotina na casa, sobre a qualidade dos cuidados.

É fundamental ter a percepção dessas pessoas e ouvir relatos de quem já vivencia o ambiente. Assim, lhe dará mais segurança de que se está fazendo uma boa escolha. Dessa forma, você terá uma visão geral e poderá tomar a decisão da casa de repouso com maior confiança.

Perceba também que lares que incentivam essa troca entre familiares e moradores, mostram que têm segurança na qualidade do serviço que estão oferecendo. Esse é um sinal claro de profissionalismo e respeito.

Chegar à terceira idade é um privilégio e isso não deve ser visto como sinônimo de isolamento e solidão. É fundamental que os familiares entendam que optar por um lar de idosos é um ato de amor e de cuidado e não de abandono. É possível ter qualidade de vida, felicidade e fazer novas amizades, e a casa de repouso pode ser a melhor escolha para isso.

Esse post foi interessante para você? Então compartilhe ele em suas redes sociais para que mais pessoas saibam a importância de uma casa de repouso na qualidade de vida do idoso.