

## TALLER DE HIGIENE Y CUIDADO DE LA IMAGEN PERSONAL

Alicia López, Aurora Pulido, Conchi García, Eva Rodríguez



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS, DE VILLARROBLEDO

### OBJETIVOS

#### 1. FAVORECER LA IDENTIDAD PERSONAL

- Reconocer su imagen y ser consciente de su propio cuerpo.
- Proteger y mantener la dignidad personal, aumentando su autoestima.
- Mantener, recuperar y respetar gustos y necesidades.
- Asociar sensaciones y experiencias a momentos vividos.
- Respetar su intimidad y costumbres.
- Mantener o recuperar hábitos, potenciando actitudes y habilidades.

#### 2. FAVORECER LA INDEPENDENCIA Y AUTONOMIA

- Fomentar el autocuidado.
- Facilitar un rol activo y participativo.
- Implicar a la familia para que haya continuidad.

#### 3. FAVORECER LAS RELACIONES SOCIALES

- Proyectar una imagen cuidada y saludable.
- Fomentar el trato respetuoso.

### METODOLOGÍA



Nuestra referencia es el modelo de **atención centrada en la persona**

#### VALORACIÓN MULTIDISCIPLINAR

como punto de partida, con especial atención a su historia de vida y a la evaluación de la autonomía.



**ACTIVIDADES COTIDIANAS** de higiene y cuidado de la imagen con una **función terapéutica.**

El personal de referencia supervisa y crea **confianza, comunicación y respeto** a la intimidad.

### Actividades individuales y grupales en situaciones reales y simuladas



Entrenar y realizar actividades de la vida diaria con apoyo del personal de referencia.



Reconocer, nombrar y utilizar objetos de aseo.



Cuidado de la imagen personal.



Estimulación cognitiva orientada a las actividades de la vida diaria.

### RESULTADOS

- La estimulación de la higiene y cuidado de la imagen personal potencian la autonomía, refuerzan la identidad y las relaciones sociales.

### CONCLUSIONES

- Es esencial respetar la dignidad e intimidad de la persona.  
- Una buena imagen mejora la autoestima y bienestar emocional para **seguir siendo yo**