**LA ENFERMERIA GERIATRICA O ADULTO MAYOR**

La enfermería geriátrica **abarca la promoción y mantenimiento de la salud del adulto mayor**. Esto implica la prevención de las enfermedades y el fomento del autocuidado. Su principal objetivo es que la persona alcance su óptimo grado de funcionamiento físico, psicológico y social.

**FUNCIONES**

La función principal de una **enfermera geriátrica** es proporcionar una atención personalizada y de calidad a la persona mayor a la que asiste. Pero sus responsabilidades van más allá:

* Valorar las necesidades de atención del paciente.
* Priorizar las necesidades del paciente.
* Fomentar la autonomía de la persona mayor a la que asiste en la medida de sus posibilidades.
* Desarrollar actividades de promoción de la salud y prevención de enfermedades en los pacientes a los que atiende.
* Tomar decisiones basándose en el interés de la salud del paciente.
* En ocasiones, liderar al equipo de enfermería geriátrica.
* Proporcionar ayuda a las personas mayores que lo necesitan para su higiene personal.
* Ayudar al paciente a mantener una postura del cuerpo que le permita un menor desgaste del mismo.
* Elaborar un menú saludable y completo para que el paciente pueda cuidar su salud a través de una adecuada alimentación.
* Cuidar del estado de ánimo del paciente, especialmente cuando su actividad social y física se ha deteriorado.
* Prestar atención a la calidad del sueño de los pacientes para poner solución cuando existe algún trastorno en este sentido.
* Fomentar las relaciones sociales de calidad entre personas mayores.
* Realizar un seguimiento de las patologías y enfermedades comunes de las personas mayores, administrando la medicación que necesiten.
* Controlar que la persona a la que atiende tenga una correcta hidratación.
* Realizar actividades que ejerciten la memoria y la orientación del paciente.

**REQUISITOS Y HABILIDADES**

Como hemos visto, las funciones de una **enfermera geriátrica** tienen por objetivo proporcionar una atención integral a los pacientes a los que atiende. Por eso, para ejercer esta profesión es necesario cumplir con unos requisitos y habilidades muy concretas:

* Estar en posesión del título de enfermería.
* Contar con una formación especializada en enfermería geriátrica.
* Poseer habilidades sociales y comunicativas para la correcta atención al paciente y a sus familiares.
* Tener capacidad de observación para detectar las necesidades del paciente.
* Tener un estricto sentido ético profesional.
* Estar en buena forma para poder ayudar a las personas a las que atiende, la mayoría con una movilidad mermada.