



## UN CENTRO COMPROMETIDO CON EL MEDIO AMBIENTE



**C**ompromiso es el conjunto de normas éticas que cada ciudadano se propone a si mismo respecto a su relación con el medio ambiente.

Es muy difundida la costumbre de criticar a las grandes industrias que contaminan y al Estado por su ineficacia en el control y falta de acciones adecuadas, pero, al mismo tiempo, nosotros mismos contaminamos en mayor o menor grado el medio ambiente.

El cuidado del medio ambiente requiere la participación de ciudadanos organizados y conscientes de temas como el calentamiento global, los patrones de producción y consumo, así como los principios y valores que sustentan a esta sociedad.

Es importante reflexionar en nuestras actividades diarias, como transportarnos, asearnos, viajar, cocinar o comprar productos, y los impactos que éstos tienen en el ambiente para cambiar nuestros hábitos de consumo y actitudes hacia el cuidado y protección del medio ambiente. Ahorrar y colaborar con el medio ambiente es más fácil de lo que parece. La clave está en tener pequeños gestos o hábitos y, desde esta hoja informativa, me voy a permitir recomendar algunos que mejorarán también nuestros bolsillos, tales como:

- Controlar el agua, no despilfarrarla.
- No utilizar los WC como papeleras.
- Apagar las luces cuando no las necesites. Utiliza la luz natural siempre que sea posible.
- No programar el aire acondicionado a temperaturas extremas, recomendable 20-23 °.
- Utilizar el transporte público o compartido.
- Cambiar las bombillas tradicionales por bajo consumo.
- Buscar la eficiencia energética y no dejar los aparatos enchufados permanentemente.



Nuestro centro también tiene elaborado un protocolo para la eliminación de residuos producidos como consecuencia de nuestra actividad asistencial y que todos debemos seguir, ya que la generación de éstos influye directamente en el medio ambiente y en nuestra calidad de vida. Dicho protocolo tiene como objetivo capacitar a los trabajadores para el correcto manejo de los residuos sanitarios, establece procedimientos de actuación y clasifica los residuos en varios grupos:

- Residuos urbanos.
- Residuos urbanos sanitarios.
- Residuos sanitarios peligrosos.
- Otros residuos especiales (muebles y enseres, papel, envases y embalajes, pilas usadas y aceites usados...).

Queremos señalar también que, desde principios de este año, nuestra Residencia ha sido declarada como Centro Libre de Humos, por lo que estamos obligados a respetar esta norma por la cual en ningún espacio del mismo se puede fumar.

Desde estas líneas deseamos alentarlos a seguir estos consejos y agradecer a todos vuestra colaboración.

*Alfonso Suárez Borrero*  
Responsable de las áreas de Administración y Servicios Generales



Fundación  
Princesa de Asturias

## FELICIDADES

**A TODA LA FAMILIA HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS, POR LA RECIENTE CONCESIÓN DEL PREMIO**

**PRINCESA DE ASTURIAS DE LA CONCORDIA 2015**

## OTRAS INFORMACIONES

### CUIDANDO LOS PIES DE NUESTROS MAYORES...

Los pies son un elemento de una alta complejidad, irremplazables en la marcha y el equilibrio corporal, ya que tienen que cubrir las múltiples exigencias del apoyo y la locomoción. Es una estructura encargada de realizar infinidad de movimientos complejos, con el fin de recibir el impacto de la pisada. Por ello, su observación y cuidado es una parte imprescindible dentro de la atención geriátrica, más aún cuando la patología presente en el pie es prácticamente constante a estas edades.

Durante toda nuestra vida, los pies están sometidos a constantes estímulos de presión por el peso del cuerpo, provocando alteraciones vasculares y articulares. Esto se traduce con el paso del tiempo en la aparición de callosidades y deformidades de los dedos. Así mismo, los efectos de posibles enfermedades congénitas, el envejecimiento y el estrés provocado por las ocupaciones a lo largo de la vida, contribuyen a la aparición de alteraciones tanto dermatológicas como estructurales del pie.

Es fundamental comprender que la patología del pie geriátrico en su globalidad es muy amplia y, en la mayoría de las ocasiones, el pie sufre más de una alteración. A veces, los problemas de los pies son la primera señal de condiciones médicas más serias, tales como artritis, diabetes y trastornos neurológicos o circulatorios.

Por ello, conscientes de la importancia que tiene el cuidado adecuado de los pies de nuestros mayores y, como no podía ser de otra manera, la Residencia San Juan de Dios de Sevilla cuenta con un servicio de Podología para todo aquel residente que así lo demande. Ofrecemos tratamiento quiropodológico a todos los residentes del centro, así como asesoramiento sobre el uso de un calzado apropiado.

Además, debemos resaltar el trabajo en equipo que desempeña el profesional de Podología junto con el Área Médica y el Área de Enfermería, ya que éste detectará de manera precoz cualquier lesión incipiente que aparezca en el pie de nuestros residentes susceptible de ser tratada por dichas áreas.

**"LOS PIES, LOS CIMIENTOS DE TU CUERPO"**

*Beatriz Jiménez Domínguez. Podóloga*

### 8 de septiembre: DÍA DE EXTREMADURA.

#### Un día especial en la residencia de San Juan de Dios de Sevilla

Los mayores de nuestra residencia fueron invitados a desayunar en la Casa de Extremadura de Sevilla, con motivo de la fiesta de esta Comunidad Autónoma. Café, chocolate, migas y perrunillas, un desayuno con productos típicos de Extremadura, "para que gocen recordando olores y sabores de su infancia", explica Gonzalo Martín, Presidente de la Casa de Extremadura, que ha desayunado con sus invitados y ha agradecido que acudieran a celebrar con ellos la fiesta de su tierra. Gonzalo cuenta que, cuando supo de la labor de la Orden Hospitalaria y de la cantidad de personas que necesitan de los demás, pensó que, desde la Casa que preside, podrían colaborar con estas y otras iniciativas que quiere poner en marcha entre sus más de 1000 socios.

La residencia de San Juan de Dios cuenta con un buen número de residentes y trabajadores extremeños, los cuales han vivido esta celebración con gran intensidad:

- Visita a la Virgen de Guadalupe, en la iglesia de San Buenaventura.
- Almuerzo típico extremeño (migas del pastor, caldereta y dulces de leche frita).
- Talleres organizados con elementos de la tierra.
- Música ambiental extremeña...

### "Y en la vejez seguirá dando fruto"

Esta cita del salmo 92 se hace realidad cada mes de agosto en nuestra Residencia. Nos referimos a la posibilidad de poder disfrutar, año tras año, de las exquisitas uvas que nos regalan nuestras centenarias parras a finales de verano.



### SABÍAS QUE...

- En el pasado mes de julio, nuestra compañera Inmaculada Pérez dio a luz a una preciosa niña. Toda la familia Hospitalaria de esta residencia le transmitimos nuestra felicitación y deseamos todo lo mejor tanto para ella como para su hija Alejandra.
- Ya tenemos a la venta la Lotería de Navidad. Jugamos el número **59.363**. Los beneficios que se consigan con esta acción solidaria irán a parar a los programas de Desarrollo Solidario de la Residencia. Te animamos a colaborar en la venta y adquisición de este número.
- Desde el Equipo de Bioética, se está llevando a cabo una campaña de sensibilización a todos los que formamos parte de este Centro (trabajadores, hermanos, residentes, familiares y voluntarios). Mensualmente, se instalarán unos carteles en los que se definen acciones concretas sobre lo que es actuar de manera correcta según la ética asistencial.

