

DICCIONARI **CATALÀ** DE LA DEPENDÈNCIA

 **PARAULES I EXPRESSIONS PRÒPIES
DE LA LLENGUA CATALANA**



En la quotidianitat i sense ser-ne conscients, utilitzem paraules, termes i expressions incorrectes de la nostra llengua.

És per aquest motiu que hem decidit realitzar aquest recull de paraules i frases amb una doble finalitat. Per una banda, recollir expressions i termes de la llengua que inicialment poden semblar estranyes en català, però que per desconeixement o per desús gairebé no les emprem; i per altra banda, fer visible expressions pròpies de la nostra llengua sovint oblidades.

Aquest document que teniu a les vostres mans no és un manual sinó un llibret amb definicions i propostes lingüístiques per a un millor coneixement i ús de la llengua catalana.

Esperem i desitgem que aquest llibret sigui una bona eina per millorar i enriquir la competència en llengua catalana en el sector de la dependència.

ACOMPANYAR

GAIATO

INFLOR

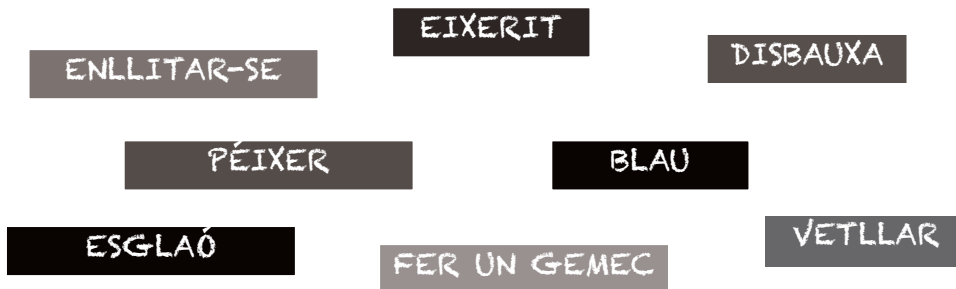
BON PROFIT

BUTLLOFA

RESSOPÓ

FER TENTINES

NAFRA



El diccionari de la dependència que teniu a les vostres mans s'estructura en cinc apartats. En el primer es presenten les definicions d'atenció a la persona; el segon se centra en les activitats de la vida diària –a l'hora de menjar, en desplaçar-se, en el bany, en vestir-se i desvestir-se, i en les activitats lúdiques; en el tercer s'exposen les expressions per definir el tarannà i la presència d'una persona; el quart se centra en les queixes i els símptomes que pot expressar una persona amb dependència i el cinquè parla de l'espai físic i el mobiliari.

Per a l'elaboració d'aquest diccionari s'ha utilitzat el Diccionari Manual de la Llengua Catalana i la Gran Enciclopèdia Catalana.

ACOMPANYAR

Significa estar al costat de la persona.

“L’Anna, com a professional de referència, acompanyà el Sr. Manuel al metge.”

TENIR CURA DE...

Generalment diem que es té cura (o no) quan la malaltia o els símptomes que s’estan tractant tenen remei.

“La infermera té cura de les butllofes de la usuària de l’habitació 308”.

VETLLAR

Significa tenir cura ja sigui d’una persona, d’un objecte o d’una situació.

“La Maria vetlla per la salut del resident Manel.”



A L'HORA DE MENJAR

ÀPAT

Es defineix com els sis diferents tipus de menjades que fem durant el dia: esmorzar, dinar, berenar, sopar i ressopó.

"Anem a parar la taula per fer un bon àpat."

BON PROFIT

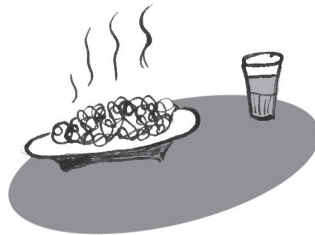
Expressió que es diu abans de menjar.

"Bon profit a tothom!!! –diu la Maria a la resta de persones de la taula."

EMPASSAR-SE

Significa fer passar per la gola un aliment, un líquid o un fàrmac perquè aquest arribi a l'estómac.

"La Manuela fa dies que té dificultats per empassar-se el menjar i fa una bola de tot allò que menja."



LLEPAR-SE'N ELS DITS

Expressió col·loquial que s'utilitza per dir que el menjar ha agradat i que se n'ha gaudit.

"Es tan bo que te'n lleparàs els dits".

Sinònim de digerir.

PAIR

"Una professional li diu a un familiar: "Deixarem a la teva mare descansar una bona estona perquè pugui pair el dinar."



A L'HORA DE MENJAR

PÉIXER

Significa donar de menjar a una persona que no pot fer-ho per ella mateixa.

“L'Anna peixa el Manel ja que els forts tremolors causats per la malaltia li impossibiliten poder menjar per ell mateix.”

TENIR UN RAU-RAU A L'ESTÓMAC

Expressió que s'utilitza per dir que es té gana.

“Són gairebé quarts de dues i ja tinc un rau-rau a l'estómac. Menjaré una llesca petita de pa.”



RESSOPÓ

És l'àpat que es fa després de sopar ja sigui perquè la persona va a dormir tard o bé perquè hi ha massa hores entre l'hora de sopar i l'esmorzar.

“Haurem de donar un petit ressorpó a les persones amb diabetis –diu el metge a la infermera.”

DESPLAÇAR-SE, MOBILITZACIÓ

A LA GATZONETA

Posició que el professional pot emprar per recollir quelcom del terra o bé per fer algun tipus de mobilització. Aquesta posició consisteix a arronsar les cames de manera que les natges toquin els turmells.

“Per desvestir la persona de cintura cap avall i no fer-vos mal, la millor posició és a la gatzoneta! –exclama la fisioterapeuta.”

ALENTIR EL PAS

Expressió que significa anar a poc a poc.

“Què Maria, alentim el pas! - diu la coordinadora del servei a una usuària.”

CAMINAR DE RECULES

Caminar enrere.

Un familiar s'adreça a un professional distret i li diu: “Perdoni, però m'ha semblat veure al final del passadís una senyora anant de recules, pot ser?”

Sinònim de bastó.

GAIATO

“Nena, porta'm el gaiato –expressa una usuària dirigint-se a la seva professional de referència.”

FER TENTINES

Expressió que s'utilitza per dir que una persona s'aixeca o camina de manera insegura.

“Guaita! El Ramon fa tentines. Li haurem de dir a la fisioterapeuta perquè hi ha risc que caigui!”

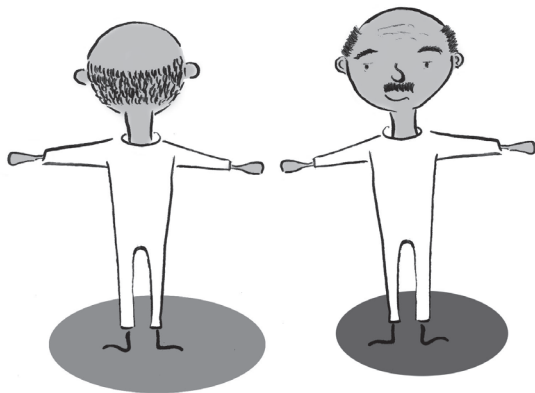
ESGLAÓ

Els esglaons d'aquesta escala són massa alts.

“Pla que va a certa altura sobre un altre pla, de manera que fent una passa es pot pujar d'aquest a aquell o baixar del primer al segon”.



BANY I HIGIENE



AIXELLA

També coneguda com a axil·la. Part inferior de la juntura del braç amb el cos.

ENSABONAR

Acció que consisteix en posar sabó a una part del cos nu, sense roba, amb la finalitat de netejar la zona.

“Quan em rento les mans, primer me les mullo i després me les ensabono.”

ESPATLLA

Part superior i lateral del cos a cada costat del coll formada pels ossos que uneixen el braç al tronc i els músculs que els recobreixen.

ESQUENA

Part posterior del cos d'una persona que comprèn des de les espatlles fins a la cintura.

FREDOLIC

S'entén per fredolic aquella persona que expressa que té fred i que és sensible a qualsevol canvi de temperatura especialment quan aquesta descendeix.

GENOLL

Regió del cos formada per l'articulació que uneix la cuixa amb la cama.

NATJA

També coneguda com el cul. Correspon a cadascuna de les dues part del cos que es troben just després de l'esquena i abans de la cuixa.

TURMELL

Regió del cos formada per l'articulació que uneix la cama amb el peu.

VESTIR-SE I DESVESTIR-SE

BOLQUER

Peça rectangular de cel·lulosa, anteriorment de roba, que s'adapta al cos de la persona amb problemes d'incontinència com si fos una calça o un calçotet.

“El bolquer per a l'home és el mateix que el de dona?”

BON DIA

Expressió que s'utilitza a primera hora per desitjar que la persona passi un bon dia.

“Bon dia, Àngela. És hora de llevar-nos!”

BONA NIT

Expressió que s'utilitza abans d'anar a dormir amb la finalitat de desitjar a la persona que passi una nit plàcida.

“Bona nit, Manel! Que descansi!”

CALÇA

Peça de roba interior femenina que s'ajusta a la cintura i cobreix la zona engonal.

“Aquest matí m'he trobat a la Maria sense calces ni bolquer. Que estrany, oi?”

CALÇOTETS

Peça de roba interior masculina que porten els homes sota els pantalons.

EMPOLAINAR-SE

Expressió que utilitzen les persones grans per expressar que es vesteixen amb roba elegant.

“La Maria s'empolainà durant més de dues hores abans d'anar al bateg de la seva néta.”



VESTIR-SE I DESVESTIR-SE

ENLLITAR-SE

Expressió per s'empra quan algú es fica al llit.

“Sra. Pepeta, ja es pot posar el pijama i enllitar-se que és tard.”

ESPARDENYA

Tradicionalment és un tipus de calçat de sola de cànem trenat i fet amb vetes. No obstant, les espadenyes que porten les persones grans o amb dependència són un tipus de calçat còmode de sola de goma i recoberts de roba.

“Li haurem de dir a la seva filla que li compri unes espadenyes perquè aquestes sabates que porta tenen un taló massa alt i podria caure.”

LLEVAR-SE

Antònim d'enllitar-se.

“Bon dia, Sra. Pepeta! Són les vuit. És l'hora de llevar-nos.”



DINAMITZACIÓ D'ACTIVITATS

DISBAUXA

Significa un excés de diversió.

"Ahir es va celebrar la festa d'aniversari i van venir molts familiars. La festa va ser una disbauxa!"

EMPASTIFAR

Embrutar amb una substància pastosa o viscosa una superfície.

"Els residents empastifaren la taula mentre preparaven les postals de Nadal."

FER PETAR LA XERRADA

Expressió col·loquial que significa parlar una bona estona.

"El Ramon, l'Esteve i en Miquel van passar-se tota la tarda fent petar la xerrada."

GAUDIR

Sinònim d'assaborir, de fruit, de passar-s'ho bé i sentir-se bé de viure.

"Les persones grans van gaudir d'una bona estona escoltant la sarsuela Cançó d'amor i de guerra."

PASSAR-S'HO BÉ

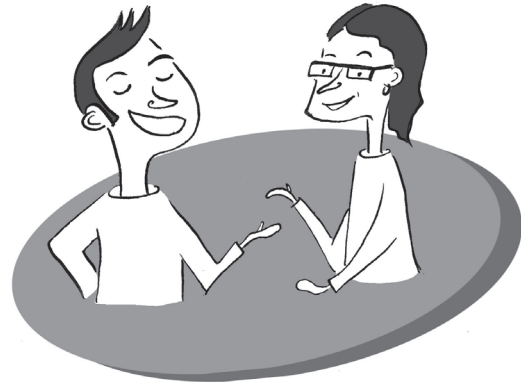
Sinònim de benestar durant d'un període de temps concret, mentre es realitza una activitat gratificant i durant un període de temps concret.

"Aquesta tarda he estat escoltant música tradicional i m'ho he passat molt bé."

RIALLA

S'entén com l'acció de riure.

"Les rialles que feien se sentien des del carrer".



EIXERIT

Persona amb tarannà obert, despert, viu.

“Avui el Miquel està molt despert i eixerit.”



A LA BABALÀ

Expressió col·loquial que és sinònim de despistat, de no prestar atenció en el seu entorn més immediat.

“Ara sí que se li nota al Sr. Manel que té Alzheimer parla sempre a la babalà, sense pensar en el que diu”.

ESTAR A L'AGUAIT

Expressió que s'utilitza quan a una persona està atenta tot allò que li succeeix al seu voltant.

“Tot i patir una demència, avui el



Jaume està a l'aguait del que li passa!”

ENSOPIT

Conducta de desànim, de desmotivació que s'observa en una persona especialment quan es troba malament o malalta.

“Fa dies que la Rosa està trista i ensopida. T'ha dit si es troba malament?”



ESPAVILAT

Persona desperta que quan es proposa un objectiu busca solucions fins aconseguir-ho.

“La filla de la Sra. Lluïsa és espavilada perquè ha aconseguit que la residència valori comprar una ajuda tècnica per a la seva mare.”

ESVERAT

Persona que sovint va amb presses.

“La Marta és molt bona companya, però sempre va amb presses i és una esverada!”



HA PERDUT LA XAVETA/EL SENDERI/LI FALTA UN BULL/ ESTÀ GUILLAT

Expressions col·loquials que s'utilitzen de manera indistinta per dir que una persona ha perdut certes facultats mentals.

SENSE MIRAMENTS

Expressió que s'utilitza quan una persona no té en compte, ni en consideració, les altres persones del seu entorn.

“Aquella senyora va ser molt poc respectuosa ja que sense miraments va dir-li el que pensava de la seva mala actuació.”

SETCIÈNCIES

Es diu d'aquella persona que presumeix de saber molt.

“El Narcís és un setciències! Sempre llueix que sap de tot però quan li demanes algun coneixement concret canvia de tema.”



**EXPRESSIONS PER DEFINIR EL TARANNÀ
D'UNA PERSONA**

PRESENCIA FÍSICA



ESTÀ FET UN TOIXÓ

Expressió que s'utilitza per dir que una persona té un pes superior al desitjable.

“La senyora Maria s’ha aprimat uns vuit quilos durant aquest últim any. Aquest pes ja és més òptim, ja que quan arribà a la residència estava feta un toixó – afirma la infermera.”

SER UN SAC D’OSSOS

Expressió que significa que una persona està molt, molt prima.

“L’Anna, la usuària de l’avinguda del Carmel, des que està enllitada s’està quedant com un sac d’ossos.”

ESTAR SEC COM UN CLAU

Expressió col·loquial amb el mateix significat que l’anterior.

“L’Albert s’ha aprimat molt en els últims mesos i està sec com un clau.”

NEULIR-SE

Expressió col·loquial que s'utilitza per dir que una persona està perdent força.

“En Josep es neulia a causa de la malaltia”

BUTLLOFA

Zona del cos on a causa d'una cremada, d'un cop o d'una altra circumstància es produeix una distensió a causa d'un inflament.

“Les sabates noves li han ocasionat butllofes en els dits del peu.”

FER UN GEMEC

So que la persona expressa generalment per dolor o per una situació de tristesa.

“ En Joan li fa tan mal l'estómac que contínuament està fent gemecs de dolor.”

INFLORE

Part del cos inflada deguda a una picada, cop, o altres situacions.

“ Se li inflà una galta perquè li picà una abella.”

BLAU

També conegut com a morat. Taca a la pell de color blau moradenc que apareix per l'acumulació de sang o d'un altre líquid corporal i que sol ser una conseqüència d'un cop.

“L'Anna té un blau al braç perquè va caure i es donà un cop.”



QUEIXES O SÍMPTOMES QUE PODEN PRESENTAR LES PERSONES GRANS AMB DEPENDÈNCIA



NAFRA

També es coneix com a úlcera. Ferida a la pell o d'una membrana mucosa amb la pèrdua de la substància. Poden tenir diferents orígens i en diferents parts del cos.

“La Maria està tantes hores al llit que té dues nafres per la pressió: una a la natja i una altra al taló.”

TENIR COÏSSOR

Expressió que s'utilitza quan una persona té una sensació de cremada en alguna part del cos.

“El Pere demanà que el visités el metge de la residència perquè tenia coïssor al coll.”

TENIR FORMIGUEIG

Expressió que s'empra per expressar picor en alguna part del cos.

“Em vaig gratar tan fort la cama, pel formigueig que tenia, que em vaig fer una petita ferida.”

ESTAR FET UNA COCA

Expressió col·loquial que s'empra per expressar que la persona està molt malalta.

“Aquesta nit el Ramon ha tingut febre i avui està fet una coca!”

AIGÜERA

També coneguda com a pica. El terme aigüera s'utilitza per la cuina i en canvi pica es pot utilitzar en d'altres contextos.

“L'aigüera de la cuina s'ha embussat. Haurem de dir a un tècnic que ens la vingui a arreglar.”

CADIRA

Mobiliari, generalment de fusta, que és un seient individual amb un respall.

“En el menjador hi ha trenta- sis cadires.”

BÚSTIA

Receptacle situat en el carrer o en lloc determinat en el qual, a través d'una obertura llarga i estreta, es diposita la correspondència.

“Ahir es recolliren totes les cartes de la bústia.”

EIXIDA

Sinònim de pati d'una casa.

“Es va celebrar la festa d'aniversari de la Carme a l'eixida perquè és un dels espais més amplis de la casa i els nens hi poden jugar i saltar.”

ESTANÇA

Sinònim d'habitació o cambra.

“L'Anna es passà tota la tarda sola a la seva estança.”

MENJADOR

Espai on generalment es menja i es fan els àpats.

“Es va parar la taula del menjador amb estovalles i tovallons de roba per celebrar l'aniversari del Josep.”

REBEDOR

És l'entrada d'una casa o d'un edifici que s'utilitza com a espai per rebre les persones que vénen de fora.

“En el rebedor de la residència hi ha un cartell informatiu on hi ha tot tipus d'informació: la normativa, els horaris, els professionals que hi treballen, el planning de les activitats, entre d'altres.”

REBOST

Espai on es guarden els comestibles.

“El rebost està gairebé buit. S'haurà d'anar a comprar pasta, arròs i diferents tipus de llaunes i omplir-lo”

Amb la col·laboració de



Generalitat de Catalunya
**Departament
de Cultura**

Idea i text:

Cristina Vidal Martí. Educadora social i psicòloga. Cap del Departament de l'Àrea de Gent gran i dependència de Formació, Consultoria i Estudis de la Fundació Pere Tarrés.

Il·lustracions:

Noe Bofarull. Humanista, antropòloga, contacontes i il·lustradora. Cap del Departament de Tècniques i recursos de la Fundació Pere Tarrés.

Formació, Consultoria i Estudis

c. Carolines, 10

08012 Barcelona

Tel. 93 410 16 02

Fax. 93 366 85 09

www.peretarres.org

 **FUNDACIÓ
PERE TARRÉS**