



## OCUPACIÓN

Rosa Matilla Mora. Terapeuta Ocupacional. Madrid. [infoportal@terapia-ocupacional.com](mailto:infoportal@terapia-ocupacional.com)

### ● RESUMEN

La ciencia de la ocupación aparece mucho después que la terapia ocupacional, no obstante los terapeutas ocupacionales tendrán que apoyar las intervenciones terapéuticas sobre la base de la investigación para cosechar el progreso de su disciplina.

Este artículo pretende incitar a los terapeutas ocupacionales a la profundización de su profesión y al entendimiento de sus actuaciones y a la repercusión de las mismas.

Se esboza con brevedad el marco para el conocimiento de las ocupaciones humanas y la dirección que ha de tomar la investigación en este campo, haciendo hincapié en los elementos esenciales de la ocupación, el proceso ocupacional y la relación de la ocupación con otro fenómeno como es la salud.

### PENSAR SOBRE LA OCUPACIÓN

¿Qué características identifican a una ocupación (p. ej. definición, suposiciones, elementos básicos)?

Las características que identificamos incluyen nuestras creencias sobre la ocupación y son fundamentales para organizar nuestros pensamientos y acciones.

Durante esta reflexión es necesario recordar que el objetivo es ayudar a comprender el término "ocupación" y cómo influye en nuestras acciones. Esta reflexión nos ayuda a entender el por qué de lo que hacemos, nos proporciona una interiorización de nuestras acciones y hace consciente nuestro punto de vista filosófico. Debemos analizar de forma crítica nuestros actos y observar cómo conectan con nuestros puntos de vista y creencias sobre la ocupación humana. (1)

Las ocupaciones y los valores humanos están íntimamente relacionados, por lo tanto, es muy importante que aclaremos los valores que asociamos a las ocupaciones como un aspecto central en nuestro desarrollo profesional.

Un modo de hacerlo puede ser examinando nuestras creencias y sus características sobre la ocupación conjuntamente con los *Valores principales y Actitudes de la práctica de la Terapia Ocupacional*, que son: *altruismo, igualdad, libertad para elegir con independencia, justicia, dignidad, honradez y prudencia*.

### ● INTRODUCCIÓN

Un término básico que los terapeutas ocupacionales manejamos es "ocupación", siendo este concepto lo que diferencia a la terapia ocupacional de otras profesiones. La ocupación es parte de la condición humana. El ser humano necesita estar ocupado.

Pensemos sobre la ocupación desde tres perspectivas:

- 1ª. Examinemos nuestro conocimiento y creencia acerca de la ocupación.
- 2ª. Estudiemos nuestras intervenciones como terapeutas ocupacionales y observemos su efectividad con el objeto de generar cambios para que los clientes puedan participar en las ocupaciones que les resultan tan significativas.
- 3ª. Reflexionemos sobre nuestro progreso en el conocimiento de la ocupación.

La reflexión es algo que se puede aprender y se debe practicar. Está claro que es más difícil reflexionar sobre ideas abstractas que sobre algo concreto. Esto supone un reto para los terapeutas ocupacionales porque reflexionar sobre la ocupación es exigente, confuso y en ocasiones frustrante.

Esta reflexión exige que nos preguntemos cómo nuestras propias ideas dan forma a nuestros valores profesionales.

Otros factores que influyen en nuestros valores son:

- Nuestras creencias religiosas, espirituales o personales sobre lo bueno y lo malo.
- Nuestras tradiciones familiares, modos de hacer habituales e interacciones.
- Nuestra cultura y las normas sociales en las que vivimos.
- La influencia de los amigos, colegas y profesores.
- Los escritos y conferencias de personas que son importantes en nuestras vidas.

Si llegamos a conseguir reflexionar sobre los aspectos mencionados entenderemos el sentido que tiene para nosotros nuestras propias ocupaciones, teniendo presente que las ocupaciones se transforman y varían a lo largo de la vida.

### LAS OCUPACIONES CON LOS CLIENTES

Los terapeutas ocupacionales realizan a diario intervenciones para que los clientes puedan participar en ocupaciones que les son significativas, por este motivo debemos analizar nuestras intervenciones para asegurarnos que cubren sus necesidades. Debemos reflexionar sobre las siguientes cuestiones:



- ¿De qué modo nuestras intervenciones tienen un significado en la vida de nuestros clientes y reflejan sus intereses o elecciones?
- ¿De qué modo nuestras intervenciones incorporan su cultura, sus intereses y les ofrecen satisfacción?

### **SOBRE LA CIENCIA DE LA OCUPACIÓN**

La ciencia de la ocupación es una nueva ciencia social derivada de la terapia ocupacional. Su objeto principal es el estudio del hombre como ser ocupacional, de cómo llega a comprender el sentido de la vida a través de la actividad que tiende al logro de objetivos. La utilidad de la ciencia de la ocupación consiste en nutrir la terapia ocupacional, lo que no significa que sea un marco de referencia, se trata de una ciencia social básica, cuya forma es similar a la de otras disciplinas académicas como la antropología o la sociología. Elizabeth J. Yerxa y sus colaboradores (1990) afirman:

*"La ciencia ocupacional está concebida como una ciencia básica... dado que trata de temas universales en relación con la ocupación independientemente de su aplicación inmediata en terapia ocupacional"*

En 1980, en la Conferencia Anual de la Asociación Americana de Terapia Ocupacional, Yerxa reclamó públicamente por primera vez el desarrollo de una ciencia de la ocupación. En 1981, en su Informe de Fundación, recomendó que esta ciencia fuera una ciencia básica (como opuesta a una aplicada) y sugirió algunos de sus componentes, como el objeto de su estudio (la comprensión de la índole del compromiso con actividades significativas, plenas de sentido y auto-dirigidas), el encuadre (la teoría general de los sistemas) y los métodos (incluyendo la fenomenología y la etnografía). En 1982 se desarrolló un primer modelo de los subsistemas humanos (empleando un enfoque de la Teoría General de los Sistemas) en el Departamento de Terapia Ocupacional de la Universidad del Sur de California (USC, 1982).

Bajo la dirección de Yerxa, esta facultad continuó desarrollando estas ideas a lo largo de la década de los ochenta (2).

En el año 1989 se instauran formalmente los estudios académicos de esta disciplina y empiezan a formar graduados en Ciencia de la Ocupación. Se espera que se desarrollen numerosas teorías acerca de la naturaleza, forma, función y significado de la ocupación y coexistan dentro de la disciplina de la ciencia ocupacional.

### **OCUPACIÓN, UNA PERSPECTIVA SINGULAR SOBRE UN CAMPO MUY COMPLEJO**

Los científicos de la ciencia de la ocupación intentan dar respuesta a cuestiones como:

- ¿Qué significado tienen las actividades para las personas?
- ¿Cómo se experimenta ese significado?
- ¿Qué le sucede a la persona cuando tiene que cambiar de ocupación?

- ¿Cómo influye el contexto cultural en las ocupaciones de la persona?
- ¿Cómo influye el género y la clase social en la elección de una ocupación?
- ¿Cómo influyen las características biológicas de cada persona en las ocupaciones diarias?
- ¿Qué efecto producen las estructuras y procesos neurobiológicos en las capacidades humanas? (3)

Los conceptos mediante los cuales los terapeutas ocupacionales utilizan el término ocupación se pueden resumir en:

- Las ocupaciones son el conjunto de actividades de la vida diaria de las personas.
- Las ocupaciones dependen de las aspiraciones, necesidades y entornos de las personas.
- Las ocupaciones están relacionadas con el uso del tiempo intencional definido según el individuo.
- Las ocupaciones son los medios a través de los cuales las personas controlan y equilibran sus vidas.

Los terapeutas ocupacionales tienden a indicar actividades a sus clientes, y deben analizar la diferencia entre actividad y ocupación.

Cada ocupación consta de una serie de actividades y a su vez estas constan de tareas (que engloban diversos elementos).

Las personas son seres ocupacionales y muchas de las actividades que realizan a diario forman parte de un hábito (p. ej. el aseo diario), otras actividades tienen que ver con los roles que desempeñan (p. ej. rol de padre o de hijo).

El significado que se da a esos hábitos y la frecuencia con que se realizan están relacionadas con el valor y la importancia que la persona atribuye a tales acciones.

La elección de una actividad y la forma de realizarla puede estar influida por el entorno y la cultura de la persona. Autores como Kielhofner, Forsyth y Hagedorn dicen que las actividades son percibidas como acciones deliberadas a corto plazo para acceder a ocupaciones o abandonarlas, las elecciones ocupacionales suponen un compromiso deliberado para acceder a un rol ocupacional, adquirir un nuevo hábito o emprender un proyecto personal. Asimismo estos autores manifiestan que la ocupación no está relacionada con las actividades sexuales, en general no está implícita en las actividades de las funciones corporales.

Dentro del contexto de la terapia ocupacional, las actividades forman los quehaceres realizados a corto plazo en relación al desarrollo y satisfacción de las necesidades ocupacionales a largo plazo. Por el contrario, la ocupación define y organiza una esfera de acción durante un periodo de tiempo y forma parte de la identidad social y personal. (4)

**MARCO PARA EL CONOCIMIENTO Y LA DIRECCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN DE LA CIENCIA OCUPACIONAL (5)**

OCUPACIÓN	ASPECTOS A INVESTIGAR
Elementos esenciales sobre la ocupación	Identificar la naturaleza, estructura, características de la ocupación
Proceso ocupacional (desarrollo a lo largo del tiempo)	Investigar la experiencia subjetiva, el proceso, resultados y características de la conducta ocupacional
Relación entre la ocupación con otros fenómenos	Explicar cómo la ocupación se asocia con la salud, calidad de vida, edad, desarrollo humano, estructura social y política.

**ELEMENTOS ESENCIALES**

La noción de ocupación y su desarrollo está incluida dentro de un contexto y realidad sociocultural, independientemente del individuo, esto es lo que produce que una ocupación sea juzgada como apropiada o sancionada socialmente. Por ejemplo, en la sociedad española, tradicionalmente las labores del hogar han sido atribuidas a las mujeres y percibidas como un trabajo que no era indicado para los varones. De este ejemplo se desprende otro elemento esencial que es el género, dentro del contexto sociocultural hay ocupaciones que se atribuyen a un determinado sexo.

Los ideales políticos y el significado simbólico o espiritual son otros elementos esenciales que influyen en las ocupaciones. La cita para tomar el aperitivo en España conlleva unos contenidos sociales y personales complejos. Si consideramos todos estos elementos esenciales a un nivel individual aún dentro del mismo contexto sociocultural se observa que no todos los individuos experimentan las ocupaciones con el mismo significado.

Otro aspecto fundamental de la ocupación son los objetivos, las personas se involucran en determinadas ocupaciones porque tienen un propósito específico. Por ejemplo, el propósito de las ocupaciones de una familia en la que los padres organizan actividades con sus hijos es el estar juntos, compartir sus vidas, y aprender todos de la experiencia. La ocupación tiene un componente temporal. Por una parte está el contexto, es decir las actividades que la preceden y la suceden; además la propia ocupación tiene un principio, un intermedio y un final. Por otra parte, la ocupación se extiende a lo largo del tiempo, y es a través de las ocupaciones donde las personas organizan su propio tiempo.

El tiempo nos llega en ciclos que dan forma a los patrones recurrentes de lo que hacemos. En gran medida, sabemos lo que debemos hacer por la medición del tiempo. Términos como la hora de la comida, la hora del juego o la semana laboral ilustran el modo en que están entrelazados los patrones de tiempo y del hacer (6). La acción humana, puede ser dividida

en secuencias, estados y fases como el curso de una enfermedad. Las personas pueden experimentar el tiempo de forma diferente y esa percepción temporal puede cambiar el procedimiento de la acción. Diversos autores como Clark (1998) y Fisher (1995) identifican la organización temporal como un área de habilidad. Estas percepciones temporales cambian con la experiencia ocupacional. Una cuestión importante para investigar sería la exploración de la experiencia ocupacional en relación al modo de vivir, percepción del tiempo y las habilidades de organización temporal. (5)

Por último, un rasgo de la ocupación humana es que se produce en un mundo físico que condiciona sus actos y se ve modificado por ella. Existe una influencia entre factores ambientales y del contexto como las condiciones económicas, el clima y cosas que afectan a las personas como el entorno próximo y el modo de vivir.

**PROCESO OCUPACIONAL**

Los científicos de esta materia también dirigen sus investigaciones hacia la comprensión de cómo ocurren las ocupaciones y cómo son las experiencias subjetivas de los individuos en sus actuaciones ocupacionales. Esto se refiere al proceso dinámico que incluyen las ocupaciones. Se trata de entender a cada persona realizando las ocupaciones a su modo, según dice Nelson (1988) cuando habla de actuación ocupacional.

Desde esta perspectiva la ocupación es analizada como múltiple, como un proceso entrelazado entre el actor, el entorno y el desarrollo de la ocupación. Un ejemplo de esto lo encontramos en el Modelo Canadiense de Terapia Ocupacional (CAOT, 1997) que se estructura de forma circular con un triángulo en el centro que representa los elementos que interactúan en la actuación ocupacional. Este triángulo central comprende los cuatro componentes básicos de la actuación (afectiva, espiritual, cognitiva y física), situando la espiritualidad en el centro. Debajo del triángulo está el círculo central de los componentes de la ocupación (cuidado personal, productividad y ocio) y rodeando a este círculo se encuentra el círculo externo que representa los entornos (físico, institucional, cultural y social).





La decisión de colocar la espiritualidad en el centro del triángulo de actuación se basa en la premisa de que este componente es central en todas las actividades y proporciona significado a la ocupación y a la vida diaria. Está relacionada con las tradiciones culturales pero también comprende los valores personales, su significado y su valor, el sí mismo central, que es la base de la acción y del impulso. La acción se desarrolla a través de estos tres componentes:

- **Acción:** componentes físicos que comprenden las habilidades motoras, sensitivas y sensitivomotoras.
- **Pensamiento:** componentes cognitivos del intelecto, de la percepción, de la comprensión, de la concentración, del juicio, de la razón.
- **Sentimiento:** componentes afectivos relacionados con las áreas emocionales y sociales en las áreas personales e interpersonales.

El círculo interior sitúa la ocupación en tres áreas conocidas (cuidado personal, productividad y ocio).

Alrededor del círculo central se encuentra el círculo externo, que representa el entorno, se consideran cuatro áreas diferentes:

- **Entorno físico**, compuesto por los elementos donde se desarrolla nuestra vida: edificios, equipamiento, carreteras, naturaleza, clima, tecnología, etc.
- **Entorno social** que incluye las prioridades sociales dentro de la comunidad, grupos sociales, los intereses comunes, las actitudes, las creencias y las relaciones.
- **Entorno cultural**, que incluye la raza, las rutinas, las tradiciones.
- **Entorno institucional** que determina las políticas, procedimientos y prácticas e incluye áreas como la legal, la política y la económica.

Haciendo categorías de diferentes aspectos de la actuación ocupacional como los componentes de la ocupación (espiritual, pensamiento, sentimiento), las áreas (productividad, ocio y autocuidados) y el entorno, aparecen dos cuestiones generales para la investigación:

- Qué abarca en cada aspecto
- Cómo estos aspectos se influyen unos con otros

Por ejemplo, Primeau (1996) investigó aspectos específicos de la acción de correr, tales como el efecto que la carrera tiene en el subsistema físico de las personas y cita la experiencia de la carrera por parte de un corredor como exploración y expresión de sí mismo. Otros han investigado la interacción de los diferentes componentes de la actuación ocupacional. Un estudio realizado por Fuller y Trombly (1997) investigó la interrelación entre la acción motora y el entorno físico, analizaron cómo las personas agarraban los mangos de las tazas de diferentes formas y tamaños. Wu, Trombly, Lin y Tickle-Degnen (1998) investigaron la diferencia en la calidad de la acción motora entre un acto real frente a uno simulado. Thimbodeaux y Ludwig (1998) examinaron la influencia en el esfuerzo

cuando una tarea se hacía con gusto o con desagrado. En el examen de las experiencias óptimas humanas de Csikszentmihalyi (1990), lo que él llama *experiencias corrientes*, revela la relación que existe entre las habilidades individuales y las demandas de la ocupación en las que se comprometen las personas.

Estas son, sin embargo, descripciones relativamente globales de la actuación ocupacional en las que los investigadores tienden a examinar acciones aisladas como por ejemplo llegar a coger una taza o informes de los participantes sobre su experiencia una vez concluida la tarea. Notables excepciones son las de Mattingly y Fleming (1994) con su estudio del proceso del razonamiento clínico expuesto por los terapeutas ocupacionales dentro de las sesiones de tratamiento, las rigurosas observaciones de Pierce (1991) de las estrategias de los niños en el uso para interactuar con los objetos, y la clasificación de Fisher (1995) de las habilidades motoras, procesales, de comunicación e interacción en las tareas familiares.

Haciendo una revisión de lo que ha sido investigado se deduce que los aspectos que no han recibido mucha atención son el tener un conocimiento detallado del proceso de estar comprometido en una ocupación. Esto estudiaría lo que las personas experimentan cuando realizan una ocupación, percibiendo la continua influencia de su conducta en la acción así como del entorno. Por ejemplo, el proceso volitivo de la anticipación a priori de Kielhofner y col. (1995) en donde la experiencia subjetiva en el momento y la interpretación posterior ha sido descrita teóricamente no ha sido estudiada sistemáticamente dentro del marco de la ciencia ocupacional.

Existen conceptos y teorías dentro de otras disciplinas que se pueden aprovechar. Un ejemplo lo encontramos en la *teoría de la acción de Strauss* (1993) dentro del campo de la sociología.

Strauss es una figura clave dentro de la interacción simbólica cuya teoría versa sobre cómo se crea el sentido de las cosas, cómo se mantiene y se modifica a través de la interacción con los otros y con sí mismo (p. ej. la autorreflexión). La teoría de Strauss se basa en el significado de la acción el cual es el aspecto central en la vida de las personas, según afirma.

En la teoría de la acción, como en la ciencia ocupacional, la acción significativa se conceptúa como un *nivel ocupacional* y no como una respuesta refleja o una acción momentánea como espantar una mosca.

La acción en este nivel, dice Strauss, da forma a la sensación de sí mismo, de la identidad y del cuerpo. Consistentemente con la ciencia ocupacional la acción es conceptuada como un despliegue a lo largo del tiempo que en ocasiones se planea conscientemente aunque a menudo se realiza de forma rutinaria. Dentro de la teoría de la acción, las personas se ven como realizadores activos del desarrollo de la acción para conseguir lo que esperan, imaginan opciones y realizan elecciones que les conducen a reorganizarse y continuar la acción.





La teoría incluye el proceso de la acción acoplando diferentes tareas a la vez, obteniendo y manteniendo recursos, decidiendo quien hace el qué, cuándo, cómo y dónde, llevando a cabo tareas en el presente, generando recompensas o castigos, y supervisando y evaluando la realización de la tarea y los resultados.

Además, la teoría de Strauss tiene en cuenta el contexto espacial de las acciones, como qué actos se supone que se hacen en ciertos espacios; aspectos temporales tales como fijar el tiempo, desarrollo, frecuencia, duración y momento de las acciones; cómo comienza el trabajo y se vuelve a adaptar incluyendo el uso de la tecnología y procedimientos; el curso de la información incluyendo quien envía y recibe y cómo ocurre; las estrategias de interacción las cuales definen los modos, las motivaciones, las relaciones y los climas de organización; y las normas, las reglas y acuerdos los cuales dan forma a los actos.

Mientras Strauss se centra en los procesos de interacción humana, la ciencia de la ocupación puede focalizar sus investigaciones hacia los mismos procesos desde la perspectiva del desarrollo y resultados de la ocupación. La idea de que "somos lo que hacemos" lleva implícito que detrás de cada ocupación existe una persona. La ciencia de la ocupación debe explorar esta idea de la naturaleza corporal de las ocupaciones.

Ampliando esta afirmación surgen preguntas sobre qué ocurre con la experiencia de la ocupación que realizan otras personas, qué estrategias utilizan los niños para que otros hagan las cosas por ellos, cómo algunas personas que no tienen mucha experiencia dirigen las acciones de otras, cómo es la experiencia de la ocupación de una persona que ha perdido su independencia, cómo y cuándo las personas contratan a otras para hacer algo y cómo dirigen esas acciones.

Strauss afirma que es a través de las interacciones humanas donde se mantienen los significados de las cosas. Añade que estos significados compartidos se van modificando y generando otros nuevos y también hace hincapié en la gran influencia que tiene el aspecto temporal y espacial. Todo esto influye en lo que la gente hace y las respuestas emocionales ante sus ocupaciones.

Desde el punto de vista de la ciencia ocupacional, las investigaciones se dirigen hacia cómo influyen en las creencias y valores de las personas las ocupaciones que ellos realizan, qué experiencias ocupacionales pueden mantener o modificar esos valores a través del cambio de ocupación, y cómo la gente a través de sus actos justifica sus creencias.

Strauss señala que en la sensación de "sí mismo" entran virtualmente todas las acciones, las personas se reconocen por sus acciones y a otras personas por las suyas, de tal modo que son conscientes de las acciones que realizan y de las sensaciones que les producen. Tales perspectivas no son desconocidas a los científicos de la ocupación. Kielhofner, por ejemplo, reconoce que las elecciones volitivas no pueden ser entendidas sin considerar las sensaciones comunes de las personas de quienes son ellos y el tipo de cosas que hacen, esas emociones proceden y están influidas por las experiencias ocupacionales.

La ciencia de la ocupación considera cómo la ocupación contribuye al desarrollo de la sensación o conciencia de sí mismo y afecta al estado emocional, a la vez que se ve influenciada por esta.

Tan importante es para una persona el sentido de sí misma como la reflexión sobre sus propias acciones o las de otras personas antes, durante y después de su actuación ocupacional en términos de si los actos fueron o no divertidos, exitosos, eficientes, perjudiciales, peligrosos, bonitos...

Strauss afirma que los objetivos de las personas y el significado que les dan pueden cambiar. Esto es la base del aprendizaje a través de la experiencia, y es consistente con lo que dicen los investigadores de la ocupación sobre el aspecto subjetivo de la ocupación (Yerxa y col. 1990). En determinadas situaciones parecen no ser racionales las actuaciones de las personas o así pueden parecerlo, por lo tanto, un aspecto a investigar podría ser el proceso de elegir los objetivos de una ocupación y el éxito que pueda tener.

Otro aspecto que identifica este autor alude a la acción compartida en donde se requiere la participación de varias personas con un objetivo común, la división del trabajo, supervisión de la tarea, etc. Así mismo la ciencia de la ocupación estudia qué ocurre cuando las personas trabajan juntas para coordinar sus actuaciones de modo que se pueda conseguir el objetivo perseguido y cómo son estas negociaciones a lo largo del tiempo, cómo se transmite la información a los nuevos que entran, qué habilidades son necesarias para el reparto de las tareas; cómo los individuos equilibran sus ocupaciones de forma que pueden hacer una labor productiva a la vez que comparten ocupaciones con su familia y red social.

Otra cuestión que surge es sobre las ocupaciones problemáticas que con frecuencia producen en las personas un proceso de cambio de identidad, por consiguiente otro de los campos a investigar por la ciencia de la ocupación sería la influencia del contexto sociocultural de la ocupación y la habilidad de las personas para conseguir resultados positivos en sus ocupaciones diarias, su familia y la comunidad.

También es importante investigar qué ocurre cuando una ocupación es interrumpida, alterando la rutina de la persona y cómo las personas van reestableciendo el curso de la acción para eliminar los problemas y volver a crear unos hábitos de ocupación.

## LA IMPORTANCIA DE LA OCUPACIÓN EN LA SALUD

La salud y la productividad están estrechamente ligadas: la pérdida de una de ellas puede ocasionar la pérdida de la otra, con la consiguiente dependencia, declive físico, psicológico y mental e incompetencia, mientras que la productividad, la participación, la responsabilidad y la sensación de ser útil producen un efecto favorable sobre la salud.



Científicos de la ocupación humana como Wilcock (1998), Yerxa (1998) y Law y sus colegas (1998) por nombrar a unos pocos ya centraron su estudio en ello. También influyen el estrés, la percepción de control, el aburrimiento y la habilidad en relación a la exigencia de la tarea

Clark y sus colegas (1997) presentaron un informe sobre un ensayo clínico randomizado incluyendo a 361 personas mayores el cual demostraba que la ocupación preventiva podría mantener y aumentar la salud, medido en el RAND 36-item Health Status Survey.

El modo en que la ocupación influye en la salud ha sido objeto de estudio de varios investigadores. Wilcock (1993, 1998) declara que la ocupación es el mecanismo por el cual las personas satisfacen sus necesidades básicas. Esta afirmación procede de un examen detallado de Wood (1998) sobre los patrones ocupacionales de un grupo de chimpancés viviendo en cautividad. Basado en estos hallazgos, Wood afirma que los humanos tienen una necesidad biológica para las ocupaciones la cual tiene una continuidad filogenética con la raíz de las ocupaciones de forrajeo, construcción del nido, juego, aseo y manipulación de objetos.

Ampliando las explicaciones sobre la salud, se sabe que la adaptación a la ocupación y a las exigencias ambientales es un factor de salud, donde la persona desarrolla estrategias de adaptación (respuesta adaptativa del comportamiento), configuración de las actividades utilizando los recursos que tiene a su alcance (King, 1997), (Frank, 1996).

Ejemplos de las diversas aplicaciones del concepto de adaptación incluyen las palabras de Nelson (1998) "*la gente se puede cambiar a sí misma a través de la ocupación*", un proceso al que él denomina adaptación ocupacional; la descripción de Rosenfeld (1998) sobre la manera en que la gente se reestablece después de que se haya quemado su casa; y la estrategia de Kellegrew (1998) para ayudar a los padres de los niños con discapacidades y proporcionarles oportunidades de que aprendan las habilidades básicas de autocuidado. Jackson (1998) habla sobre el valor adaptativo de la ocupación en términos de ofrecer oportunidades para imaginar un futuro posible y una ocupación integradora apropiada la cual ella denomina "*reconstrucción de sí mismo*".

Los terapeutas ocupacionales saben que el estado de salud mejora a través del compromiso ocupacional desarrollado con las habilidades, capacidades y edades apropiadas. Adaptación y desarrollo son las claves de las ocupaciones terapéuticas. La relación entre ocupación y salud también se explica en la satisfacción del "hacer diario" y un equilibrio saludable entre las ocupaciones, de ello habla Adolf Meyer, uno de los pioneros de la terapia ocupacional. El mantener una sensación coherente de sí mismo y teniendo una sensación de control sobre los eventos es la base de un envejecimiento con éxito.

En este campo queda mucho por investigar y va a ser difícil debido a la diversidad de opiniones del modo en que la ocupación influye en la salud.

## FORMACIÓN CONTINUADA EN TERAPIA OCUPACIONAL

La ética profesional obliga a los terapeutas ocupacionales, a mantenerse actualizados con los cambios en la sociedad, la medicina y la práctica de la terapia ocupacional. Por ello es importante que todos los terapeutas ocupacionales tengan un compromiso de formación continua durante su vida.

Las oportunidades para mantenerse actualizado en la práctica diaria así como en la adquisición de nuevos conocimientos son limitadas por su elevado coste y por la disponibilidad de los recursos (7).

Por este motivo las asociaciones y colegios profesionales de terapia ocupacional deberían marcarse como objetivo prioritario tener planes de formación continua que satisficieran las necesidades de los profesionales.

Aunque en nuestro país no es así, en muchos otros países las leyes obligan a que cada terapeuta realice cierto número de horas de formación anual para conservar el título. Es muy importante que todos los profesionales mantengan su competencia utilizando las fuentes de información disponibles y desarrollen actitudes que favorezcan el aprendizaje.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Hinojosa, J. *Occupation and continuing competence, OT Practice*. Ju y 7 2003. P. 9-10
2. Clark, F., Larson, E. *Desarrollo de una disciplina académica: la ciencia de la ocupación*. En: Hopkins, H Wi ard/Spackman *Terapia Ocupaciona*, 8ª ed. Editoria Médica Panamericana 1998. p. 48
3. <http://www.usc.edu/schools/ihp/ot/os/>
4. Turner, A. *La ocupación como terapia*. En: Turner, A., Foster, M. y Johnson, S. *Terapia Ocupaciona y Disfunción Física*. Elsevier España. 2003. p. 25-32
5. Hocking, C. *Occupational Science: A Stock Take of Accumulated Insights*. *Journal of Occupational Science*, August 2000, 7. 2 p. 58-67
6. Kielhofner, G. *Introducción al Modelo de Ocupación Humana*. En: Kielhofner, G. *Terapia Ocupaciona. Modelo de Ocupación Humana. Teoría y Aplicación*. Editoria Médica Panamericana. 2004.
7. Hopkins, H. Smith. *Introducción a la Terapia Ocupaciona*. En: Wi ard/Spackman *Terapia Ocupaciona*, 8ª ed. Editoria Médica Panamericana 1998. p. 6.