

PROGRAMA DE TERAPIA OCUPACIONAL EN RESIDENCIAS GERIÁTRICAS

Elena Díaz Cáceres. Terapeuta Ocupacional. Residencia Mixta de Gijón

La Terapia Ocupacional (T.O.) es el uso terapéutico de las actividades de autocuidado, trabajo y ocio para incrementar la independencia funcional, aumentar el desarrollo y prevenir la incapacidad; puede incluir la adaptación de tareas o del entorno para alcanzar la máxima independencia y para aumentar la calidad de vida.

Sus principales objetivos son:

- Mantener y mejorar el estado psicofísico de la persona para obtener la máxima funcionalidad posible de la persona, potenciando sus capacidades y evitando su deterioro.
- Autoestimular para la realización de diversas actividades.
- Adaptar su estado psicofísico a sus necesidades reales.
- Resocializar, evitando la soledad y el aislamiento.
- Evitar y retrasar la dependencia.

Mediante:

- I. Programa de Prevención de Incapacidad.
- II. Programas de Rehabilitación de procesos incapacitantes con posibilidades de recuperación.
- III. Programas de Mantenimiento de la Capacidad Funcional.

La intervención desde la Terapia Ocupacional se centra en el mantenimiento/recuperación de la capacidad funcional en todas las actividades de la vida diaria, las cuáles, se refieren no sólo a los cuidados personales, sino también a las tareas y papeles que uno desempeña y a las actividades de ocio y tiempo libre en las que se participa.

En todo momento el Terapeuta Ocupacional actuará coordinado con el resto del equipo de atención del anciano (médico, enfermera, fisioterapeuta, trabajador social...) con el fin de obtener resultados beneficiosos.

Seguidamente se presentan los Programas Generales de Intervención desde Terapia Ocupacional, los cuales, a su vez recogen varios subprogramas de actuación.

● I. PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DE LA INCAPACIDAD

Dentro de los diversos programas de prevención que se desarrollan en la residencia el Terapeuta Ocupacional lleva a cabo, entre otras posibles, las siguientes intervenciones:

A nivel individual:

- Entrenamiento de las cualidades físicas y psíquicas.
- Eliminación de las barreras en el entorno inmediato.
- Provisión de dispositivos de ayuda/entrenamiento de ayudas técnicas.
- Entrenamiento en las transferencias.
- Reorientación de intereses.

A nivel de grupo:

- Grupos de gimnasia/actividad física.
- Grupos de información/educación sanitaria.
- Eliminación de barreras arquitectónicas.
- Promoción de programas de activación.

Dentro de este programa de intervención, los **subprogramas** podrían ser: Caídas y accidentes, activación, ergonomía, actividad física, facilitación medioambiental y otros.

● II. REHABILITACIÓN DE PROCESOS INCAPACITANTES CON POSIBILIDAD DE RECUPERACIÓN

El Terapeuta Ocupacional valorará específicamente la capacidad funcional para la realización de las actividades cotidianas, la función cognitiva para desarrollar el programa individual de tratamiento.

A nivel individual:

- Evaluación de la situación funcional, de los deseos de los pacientes.
- Establecimiento de metas, objetivos y plan terapéutico.
- Aplicación de técnicas específicas apropiadas.
- Facilitación de dispositivos de ayuda, férulas...
- Modificación/ reestructuración de las actividades de la vida diaria.
- Entrenamiento de la persona para favorecer el proceso.

A nivel grupal:

- Planificación de actividades grupales en torno a objetivos comunes.

● III. MANTENIMIENTO EN LOS PROCESOS CRÓNICOS INCAPACITANTES

Los programas específicos de mantenimiento de T.O. son de especial importancia para el mantenimien-

to de la máxima independencia funcional de los mayores institucionalizados.

Las áreas más importantes en las que se suelen centrar los programas de Terapia Ocupacional incluyen : Vestido, comida, aseo, actividades de ocio, cuidados posturales, deambulacion, comunicacion, ejercicio y movilidad en general.

Desde la Terapia Ocupacional actuaremos a modo de ejemplo, como en los casos anteriores:

A nivel individual:

- Igual que en el apartado anterior.

A nivel de grupo:

- Grupos de autoayuda.
- Gimnasia de mantenimiento.
- Grupos de reminiscencias.
- Planificación y desarrollo de programas de activación.
- Entrenamiento/formación de personal.

● **IV. PROGRAMA DE DEMENCIAS**

Desde T.O. nos plantearemos:

Como objetivos iniciales:

- Estimular/mantener las capacidades mentales.
- Evitar la desconexión del entorno y favorecer las relaciones sociales.
- Dar seguridad e incrementar la autonomía personal del beneficiario.
- Estimular la propia identidad y autoestima.
- Minimizar el estrés.

Como objetivos intermedios:

- Mejorar el rendimiento cognitivo.

- Mejorar el rendimiento funcional.
- Incrementar la autonomía en las actividades de la vida diaria.
- Mejorar el estado y el sentimiento de la salud.

Con el objetivo final de:

Mejorar la calidad de vida del paciente y de los cuidadores.

Mediante:

- Programas de estimulación cognitiva (intervención en los diversos ámbitos cognitivos: lenguaje, orientación, esquema corporal, memoria, praxis, lectura y escritura, funciones ejecutivas...).
- Estimulación sensorial.
- Actividades de la vida diaria
- Orientación a la realidad.
- Reminiscencia.
- Búsqueda y asesoramiento de intereses en ocio y tiempo libre.
- Actividades ocupacionales.

● **V. PROGRAMA DE CUIDADOS A ENFERMOS TERMINALES**

El T.O. puede proporcionar una inestimable ayuda a la hora de facilitar el máximo grado de bienestar y seguridad.

Las acciones asistenciales incluirán entre otras:

- Educar a los cuidadores de las formas más seguras de movilización y ayuda para el paciente.
- Proporcionar el equipo adecuado para lograr la máxima autonomía.
- Mantener el nivel de actividad y los contactos sociales el mayor tiempo posible.
- Facilitar la silla de ruedas más adecuada en el caso de necesidad, etc...



- HOMEOPATÍA
- REHABILITACIÓN
- DRENAJE LINFÁTICO MANUAL
- QUIROMASAJE
- MASAJE INFANTIL

TRATAMIENTOS PROFESIONALES DESDE 1999

c/ Antonia Mercé, 3 Bajo dcha. (desde portal) - Metro Goya - Teléfono 91 575 49 51