

PROGRAMA DE VIDA INDEPENDIENTE EN UN CENTRO DE AUTONOMÍA PERSONAL

PROGRAM OF INDEPENDENT LIFE IN A CENTER OF PERSONAL AUTONOMY

Palabras Clave: Terapia Ocupacional, Autonomía, Áreas de Desempeño, Domótica

Key Words: Occupational Therapy, Independence, Occupation Areas, Home Automation

DECS: Terapia Ocupacional, Autonomía, Áreas de Desempeño, Domótica

MESH: Occupational Therapy, Independence, Occupation Areas, Home Automation



Autores:

Dña. Lorena Vilaboy Filgueiras

Dña. Guadalupe Lago Díaz

Dña. Encarnación Díaz Martínez

Dña. Teresa Vázquez Vázquez

D. Vicente Cabarcos Dopico

Terapeutas Ocupacionales. Centro de Promoción de Autonomía Personal de Bergondo (A Coruña).
terapeuta.bergondo@imserso.es

Como citar este documento:

Vilaboy Filgueiras L, Lago Díaz G, Díaz Martínez E, Vázquez Vázquez T, Cabarcos Dopico V. Programa de vida independiente en un centro de autonomía personal. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2011 [-fecha de la consulta-]; 8(14): [12p.]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num14/pdfs/original6.pdf>

Texto recibido: 06/04/2011

Texto aceptado: 09/09/2011

Introducción

El CPAP-Centro de Promoción de Autonomía Personal de Bergondo ofrece a las personas con discapacidad física y/o sensorial en edad laboral, un conjunto de prestaciones y recursos especializados para desenvolver y alcanzar su rehabilitación, tanto profesional como personal, familiar y social.

Es un centro de ámbito estatal del IMERSO dependiente del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad; que dispone de los últimos avances tecnológicos para conseguir la rehabilitación global y la integración sociolaboral de las personas que por enfermedad, accidente o por causas congénitas, tienen una discapacidad física y/o sensorial que les impide recibir atención recuperadora en centros ordinarios.

RESUMEN

El objetivo de este artículo es mostrar mediante la presentación de un Programa de Vida Independiente, desarrollado por el Servicio de Terapia Ocupacional del Centro de Promoción de la Autonomía Personal de Bergondo, la intervención final de la rehabilitación y capacitación del usuario con discapacidad física y/o sensorial en las Áreas de Desempeño Ocupacional. El objetivo principal de este Programa, es la potenciación máxima de las destrezas necesarias para una vida independiente y la valoración y subsanación de los déficits que puedan surgir durante dicho proceso. Completa y finaliza todo el proceso de intervención en Terapia Ocupacional y se realiza previamente a la baja del usuario en el Centro y la vuelta a su domicilio.

SUMMARY

The aim of this article is to show by means of the presentation of a Program of Independent Life, developed by the Service of Occupational Therapy of the Centre of Promotion of the Personal Autonomy of Bergondo, the final intervention of the rehabilitation and qualification of the user with physical and/or sensory disability in the Areas of Occupational Exect. The main aim of this Program, is the maximum development of the necessary skills for an independent life and the assessment and amendment of the deficits that can arise during the process. Complete and finalizes all the process of intervention in Occupational Therapy and realizes previously to the drop of the user in the Centre and the return to his domicile.

ofrece tratamientos personalizados; en los que se trabaja mediante sesiones individuales y/o talleres las diferentes Áreas de Desempeño Ocupacional.

El Programa de Vida Independiente es el punto final del proceso de capacitación para la autonomía, proporcionando al usuario el apartamento domótico adaptado como residencia durante un tiempo establecido en función de las necesidades de cada persona.



Este Programa es el proceso final de rehabilitación y capacitación del usuario en las Áreas de Desempeño Ocupacional, una vez adquiridas o estabilizadas las destrezas necesarias dentro de las Áreas de actividades de la Vida Diaria (Básicas e Instrumentales), Educación, Trabajo, Juego, Tiempo Libre y Participación Social (1).

Además, cuenta con una Unidad especializada en la Atención de Personas Afectadas con Daño Cerebral donde estas personas pueden recibir tratamiento rehabilitador y formativo.

Integrado en el Área Técnica del CPAP, el Servicio de Terapia Ocupacional en coordinación con el resto del equipo de rehabilitación,

El objetivo principal es la potenciación máxima de las destrezas necesarias para una vida independiente y la valoración y subsanación de las dificultades que pudiesen surgir durante dicho proceso.

Como objetivos más específicos destacar:

Potenciación de destrezas de vida independiente: posibilitar a las personas con discapacidad una vida diaria más autónoma, a través de la potenciación de las destrezas necesarias para organizar e integrar en rutinas las diversas actividades requeridas para una vida independiente (AVDB, AVDI, actividades de ocio y laborales,...), ya estimuladas con anterioridad durante el proceso de intervención en el Servicio de Terapia Ocupacional. Asimismo, se potenciarán las destrezas en relación con las AVDB y AVDI que no hayan llegado a desarrollarse por completo durante el proceso de intervención.

Valoración y subsanación de dificultades técnicas para la autonomía: surgidas durante la ejecución autónoma en las diversas actividades de autocuidado, manejo del hogar y en el entorno (en relación a productos de apoyo, material adaptado y/o accesibilidad en vivienda y entorno), como experiencia extrapolable al medio habitual del usuario (2, 3).

METODOLOGÍA

El desarrollo del programa está basado en la utilización de la vivienda adaptada como residencia del usuario, de modo que viva de forma independiente durante un periodo predeterminado, con apoyos externos, por parte del personal del centro en caso necesario (4).

Será el Servicio de Terapia Ocupacional el que determine el uso de la programación domotizada de la vivienda.

Al inicio, el usuario debe declarar su conformidad con el ingreso en este programa, comprometiéndose a mantener una adecuada participación y

colaboración para conseguir los objetivos propuestos. Debe firmar un *contrato de responsabilidad* en donde se compromete a cuidar y devolver tanto el propio apartamento como toda la dotación del mismo, en el mismo estado en que se le cedió para el desarrollo del programa.

La intervención del terapeuta se basará en las *AVD Básicas* y *AVD Instrumentales* dependiendo de las características del usuario que deberá realizar de modo independiente todas las actividades posibles encajadas dentro de este apartado. En el caso de necesitar apoyos será necesario la colaboración de diferentes profesionales y /o ayudas externas con el fin de hacer lo más similar posible a la realidad la participación del programa de vida independiente



En algunos casos, los usuarios podrán vivir independientemente solicitando estas ayudas a los servicios sociales:

- Asistencia de un Cuidador
- Asistencia de Enfermería
- Comedor
- Lavandería
- Servicio de Limpieza
- Asistente Personal (dado que existen alumnos en prácticas, podrán colaborar en el programa dando así a conocer al usuario la figura del asistente personal).

Para la realización de gestiones, compras... podrá hacer uso del transporte del centro al igual que cualquier otro usuario. Debe responsabilizarse de preguntar

horarios y buscar la forma de transporte o movilidad que necesite para cada momento.

Será responsabilidad y obligación del usuario la asistencia a los cursos formativos o tratamientos programados, sin que el paso por el programa suponga ninguna modificación en este sentido. Del mismo modo podrá realizar las actividades de ocio a las que asistía previamente (5).

En el caso de que el usuario no cumpla con los objetivos propuestos o su participación en el mismo no sea la adecuada podrá ser considerado **NO APTO**, y su permanencia en el programa se dará por finalizada. Esta decisión partirá del Servicio de Terapia Ocupacional.

Se determinara un día para recoger y comprobar las facturas del usuario, y llevarlas a administración para hacerle la devolución de los gastos.

Al final de la estancia de un usuario en la vivienda, se realizará una limpieza general para la que se necesita el servicio de limpieza del centro, se avisará a través de parte de incidencia con una semana de antelación.

SELECCIÓN DEL BENEFICIARIO

Serán los terapeutas ocupacionales los que determinarán los candidatos y el orden de entrada en el programa.

En base a una lista de espera se irá programando la inclusión de los usuarios en el programa.

Los beneficiarios del Programa serán los usuarios del CPAP, que superada la fase de intervención en actividades de auto-cuidado y AVDI, al máximo de sus potenciales, y previo a la baja en el CPAP; se prevé que puedan beneficiarse de los objetivos de este programa (6-9).

Como beneficiarios indirectos hay que destacar:

- Familiares y cuidadores directos, que verán disminuida carga de trabajo y responsabilidad sobre tareas de control de entorno, mejorando su calidad de vida y relación con el usuario.
- Recursos sociales, sanitarios y asistenciales comunitarios, que verán reducidas las demandas de servicios como el de Ayuda a Domicilio, comedores, lavandería o al menos la carga que de estos servicios se solicita.
- Entorno social y comunitario, que verá aumentada la implicación de toda su población incluida aquella con limitaciones funcionales.

TEMPORALIZACIÓN

El tiempo de permanencia del usuario en la vivienda, se adaptará en todo momento a sus necesidades, según sus características, pero normalmente oscilara entre dos y seis semanas.

Este tiempo se fijará al inicio del programa durante la valoración previa, pero se podrá volver a determinar en la medida que se avance en el programa. Durante el seguimiento se determinará que se acorte o se alargue la duración del programa.

RECURSOS

Materiales

Material específico de Domotización: el programa cuenta con mandos, control del ordenador, pulsadores, etc

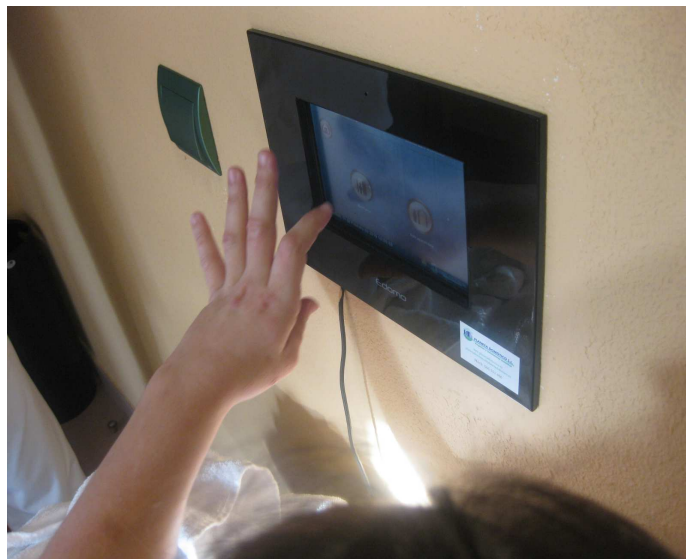
Material inventariable: cuenta con gran diversidad de recursos materiales, muchos de los cuales están disponibles ya en la actualidad como dotación inicial del apartamento adaptado; nos referimos a los utensilios y dotación de la cocina, electrodomésticos, mobiliario, útiles de limpieza, y en general a todo lo necesario y no perecedero para poder realizar una vida independiente dentro de este espacio. Debemos tener en cuenta que todo este material tiene un desgaste derivado de su propio uso, por lo que puede ser necesaria su reposición con cierta frecuencia.

Material fungible: el usuario necesitará también materiales que debe conseguir de forma habitual, como pueden ser los alimentos o los productos de limpieza.

Humanos

Servicio de Terapia

Ocupacional: Tiene responsabilidad de supervisar y controlar los avances de cada usuario incluido en el programa, así como las dificultades surgidas (dando solución a las mismas siempre que sea necesario



conforme a los objetivos del programa); se encargarán también de la supervisión y control de los diferentes recursos utilizados (materiales y económicos). Para lograr este objetivo, podrán entrar en el apartamento cuando sea necesario, así como recabar del usuario toda la información que se considere oportuna.

Debemos comentar que este programa, como paso previo a la inserción comunitaria del usuario, requiere el desarrollo de diversas actividades por su parte tanto dentro como fuera del centro para facilitar una experiencia lo más próxima posible a la realidad. Por este motivo, además de la intervención del personal de Terapia Ocupacional, puede requerirse la intervención de otras áreas y profesionales del CPAP (DUE, cuidadores, Trabajador social, conductor, personal de limpieza), si bien este tipo de intervenciones serán puntuales y la solicitud de las mismas será valorado por el terapeuta.

PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN

- a. Se avisará al usuario con una semana de antelación.
- b. Entrevista con el usuario para explicar los objetivos del programa, se le pasará un cuestionario para determinar los conocimientos previos que tiene del Programa de Vida Independiente.
- c. Se realizará una valoración específica del Programa de Vida Independiente (siempre teniendo en cuenta las valoraciones previas disponibles en el Departamento de TO).
- d. Entregar al usuario "*Manual para el usuario del Programa de Vida Independiente*", tiene la responsabilidad de leerlo y preguntar todas las dudas que tenga. A continuación se le comentará:
 - Explicación del desarrollo del programa.
 - Normas generales de régimen interno.
 - Explicación de la Domótica de la vivienda.
 - Firma de compromiso (documento de responsabilidades del usuario).
 - Relación del inventario de la vivienda.

- e. Para la entrada a la vivienda: El usuario realizará la mudanza de sus pertenencias personales el primer día con ayuda de un Terapeuta Ocupacional y un Cuidador.

Se establecerá un periodo de adaptación pudiendo utilizarse los recursos citados con anterioridad. Se prestará apoyo y supervisión por parte del Terapeuta Ocupacional.

- f. Se mantendrán reuniones de seguimiento entre el usuario y el terapeuta para determinar horarios, planificar menús, control de facturas, supervisar registros de control.

EVALUACIÓN

Evaluación de resultados y rendimiento de participantes

Se llevará a cabo un proceso de evaluación continuada del participante, por medio de instrumentos de valoración específicos y la observación directa, pudiendo distinguirse varias fases:

Previa o inicial (valoración del potencial y capacidades del usuario en relación con el programa) sacado de la valoración del terapeuta Ocupacional en relación a su historia clínica que contempla todas las áreas de ocupación humana. Nos permitirá en primer lugar valorar la idoneidad del usuario para participar en el programa, sus capacidades y potenciales, así como los recursos y/o apoyos específicos que puede necesitar.

Continuada: durante todo el desarrollo del programa se realizara un seguimiento. A lo largo del desarrollo del programa, la evaluación continuada facilitará observar el progreso de los participantes y determinar la necesidad de

utilizar nuevos productos, apoyos o recursos; modificar estrategias de ejecución de actividades y en general la adaptación del usuario a la vida independiente y la consecución de los objetivos propuestos. Durante este periodo el control, la supervisión e intervención por parte del personal del área se verá disminuida, restringiéndose a lo estrictamente imprescindible para avanzar en los objetivos propuestos.

Final: La valoración final indicará el grado de cumplimiento de los objetivos propuestos, y determinará las propuestas de nuevas intervenciones si fuesen necesarias (valoración y asesoramiento en la adaptación de vivienda y entorno, etc).

Evaluación del programa por los usuarios.

Se propone una evaluación bidireccional del programa, de modo que además de la evaluación que se realice por parte del personal de la Unidad de la consecución de objetivos por las participantes, ellos mismos evalúen su propia experiencia. Dentro de esta valoración se proponen los siguientes aspectos básicos:

1. Capacidad de adaptación personal a la experiencia de vida independiente.
2. Incremento de conocimientos y estrategias a utilizar en relación con las actividades cotidianas.
3. Capacidad de extrapolar estos conocimientos y estrategias de resolución de dificultades a su medio habitual.
4. Equilibrio tiempo/objetivos.
5. Participación y motivación a lo largo del proceso.
6. Aportaciones personales.

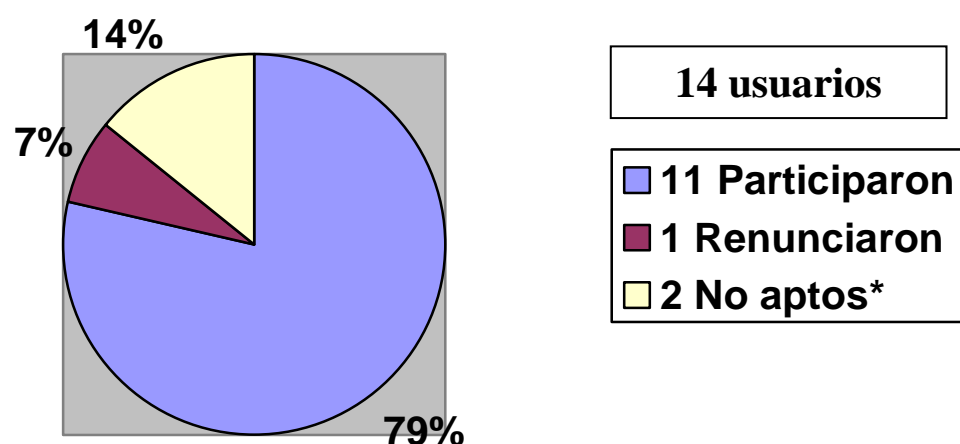
Se propone que cada usuario refleje su experiencia en un diario personal, de modo que pueda ir recogiendo en el tiempo sus diversas opiniones, dificultades surgidas u otra información (actividades realizadas diariamente,...), de modo que le sirva para poder reflejar en la evaluación final su evolución desde una perspectiva más real en el tiempo (10).



Con esta información el Servicio de Terapia Ocupacional realizará la **Valoración Final del PVI**, reflejado mediante la redacción de un informe de Evaluación del Programa.

RESULTADOS

Desde Enero del año 2010 hasta la actualidad (Febrero de 2010) se ha propuesto la participación en el Programa de Vida Independiente a 14 usuarios. De los cuales 11 han participado en dicho programa, 1 ha rechazado y 2 usuarios han sido un no apto.



*No cumplir objetivos propuestos y/o participación no adecuada

Bibliografía

1. Ávila Álvarez A, Martínez Piédrola R, Matilla Mora R, Máximo Bocanegra M, Méndez Méndez B, Talavera Valverde MA et al. Marco de trabajo para la práctica de la Terapia Ocupacional: Dominio y Proceso. 2da Edición. [Traducción]. www.terapia-ocupacional.com [portal en Internet]. 2010 [-fecha de la consulta]; [85p.] Disponible en: <http://www.terapia-ocupacional.com/aota2010esp.pdf> Traducido de: American Occupational Therapy Association (2008). Occupational therapy practice Framework: Domain and process (2nd ed.).
2. Moruno P, Romero D. Actividades de la Vida Diaria. 1ª ed. Barcelona: Masson; 2006.
3. Cantero P, Moruno P. Evaluación de las actividades de la vida diaria. 1ª Ed. Barcelona: Masson; 2006.
4. Kielhofner. Fundamentos conceptuales de la Terapia Ocupacional. 3ª ed. Madrid: Panamericana; 2006.
5. Kielhofner. Terapia Ocupacional. Modelo de Ocupación Humana. 3ª ed. Madrid: Panamericana; 2004.
6. Polonio B. Terapia Ocupacional en Discapitados Físicos: Teoría y Práctica. 1ª ed. Madrid: Panamericana; 2004.
7. Turner A, Foster M. Terapia Ocupacional y disfunción Física. Principios, Técnicas y Práctica. 5ª ed. Madrid: Elsevier; 2003.
8. Bilbao A, Díaz JL. Guía de Manejo Cognitivo Conductual de personas con daño cerebral. 1ª ed. Madrid: Ministerio de Educación, Política Social y Deporte. Secretaría de Estado de Política Social, Familias y Atención a la Dependencia y Discapacidad (IMSERSO); 2008.
9. Grieve J. Neuropsicología para Terapeutas Ocupacionales. Evaluación de la percepción y cognición. 2ª ed. Madrid: Panamericana; 2005.
10. Verdugo, M. Programa de Habilidades de la Vida Diaria para la mejora de la conducta autodeterminada en personas con enfermedad mental grave y prolongada. Colección investigación 3. 1ª ed. Salamanca: Publicaciones del INICO; 2006.