

SNOEZELLEN: EL DESPERTAR SENSORIAL

*Pedro Javier Montero González** y *M^a Elena García-Baamonde Sánchez***

*Logopeda. Asociación de Parálíticos Cerebrales de Badajoz (ASPACEBA)

**Psicóloga y Logopeda. Centro de Psicología y Logopedia ALTHEA.

RESUMEN

El concepto Snoezelen ha abierto un muy interesante y sorprendente espacio de los sentidos en relación a las personas con discapacidades. La estimulación de los sentidos del tacto, oído, vista, olfato y gusto, con la finalidad de mejorar la comunicación entre la persona y el entorno.

La filosofía estimulativa se basa en el despertar sensorial que recrea momentos de vida auténtica para personas diferentes. La importancia de ésta tarea es la actuación en relación al ocio y disfrute, la estimulación sensorial, la relajación y la modificación de conducta. Los objetivos que se promueven para la realización de dichas actividades tienen que ver con la promoción de la comunicación, el compartir experiencias, la reducción del estrés y la construcción de sentimientos de autoevaluación.

1. CONCEPTO Y EVOLUCIÓN

El término Snoezelen proviene de la contracción de las palabras holandesas que significan “impregnarse” y “soñar”, cuya actividad principal es la estimulación sensorial.

El concepto Snoezelen describe un entorno interactivo diseñado para estimular los sentidos del tacto, oído, vista, olfato y gusto, que tengan como finalidad la mejora de la comunicación entre la persona y el entorno. Este medio de comunicación se interrelaciona a través de varios factores tales como: texturas y formas, música, aromaterapia, efectos de iluminación, control corporal y toda una serie de objetos y materiales para un buen desarrollo corporal y mental, haciendo apreciar una sensación de bienestar.

El objetivo primordial de la sala Snoezelen es aprender a reencontrar

a la persona discapacitada para intentar establecer con ella una relación a través de la comunicación verbal o no verbal.

Otra definición que ilustra la filosofía de impregnarse y soñar, es el despertar sensorial a través de la propia experiencia estimulativa. Snoezelen es la recreación de momentos de vida auténtica para personas diferentes, es una actividad primaria dentro de un espacio donde el ambiente ha sido creado a partir de una iluminación tenue y una música relajante que proporciona calma y seguridad, estimulando todos los sentidos.

Dentro de la sala multisensorial el trabajo a realizar puede ser diverso, basándose fundamentalmente en cuatro pilares de actuación:

- Ocio y disfrute del usuario como divertimento.
- Estimulación sensorial de los sentidos primarios.

- Relajación.
- Modificación de conducta a través de la atención individualizada.

El concepto Snoezelen nace en Holanda tras la preocupación del personal de un centro por no poder proporcionar ocio y disfrute de calidad a los usuarios con los que trabajaban. Todas las personas tienen derecho al ocio y a una estimulación adecuada para disfrutar del entorno por sí mismos, libres de las expectativas de los demás. De esta manera nació el reconocimiento y la posibilidad de que las personas con discapacidades pudieran interactuar con su medio de manera primaria, a través de los sentidos y el movimiento.

El propósito principal fue crear unos niveles de ambientes, abarcando los sentidos principales, que cumplieren las siguientes propósitos:

- Que fueran funcionales para la mayoría de los sujetos del Centro.
- Que cualquier adulto pudiera sentirse cómodo en ese ambiente presentado de una forma no infantil.
- Que invitase a la exploración espontánea, de manera que no dependiesen de nadie para disfrutar.
- Que el ambiente fuese sugerente para que voluntariamente disfrutasen de él.
- Que el divertimento fuese dirigido a la globalidad de la persona, implicando la inclusión

del nivel sensorial y afectivo y no solo el físico.

- Que cualquiera, desde su nivel funcional, pudiese disfrutar y desenvolverse en el entorno explorándolo a su propio ritmo.

Desde Holanda, el psicólogo clínico Roger Hutchison y el terapeuta ocupacional Joe Kevin, fueron las personas que llevaron el concepto hasta el Reino Unido. Tras estudiar las posibilidades que realmente ofrecía como medio de ocio, vieron la importancia de su potencial terapéutico.

En 1988, planificaron la posibilidad de introducir en un centro inglés éste método. En 1990, se puso en marcha en un hospital el proyecto Snoezelen más grande del Reino Unido.

Uno de los motores que les llevó a trabajar con el método fue, de nuevo, la necesidad básica de que las personas tuvieran un espacio para el ocio y el recreo, entendido no solamente como una actividad de descanso, sino como el sentimiento de restauración y frescor que debe llegar desde el atractivo de las actividades de estimulación, estando libres de presión y que serán disfrutadas por los propios adultos autónomamente o no.

En este caso, se puso en marcha con personas adultas con problemas conductuales y de aprendizaje. Posteriormente se extendió el concepto por todo el Reino Unido y se amplió el tratamiento a la diversidad de población y discapacidades tales como parálisis cerebral, alzheimer,

autismo, discapacidades severas, etc.

En el Reino Unido no sólo se utilizan las salas para la estimulación, sino que se cuenta con el centro entero, incluido el jardín para trabajar. No es necesario crear una sala para estar trabajando el concepto Snoezelen, cualquier aventura que proporcionemos a una persona estaremos llevando a cabo la filosofía snoezelen. Pero debido a problemas de accesibilidad física e intelectual, se hace necesario crear salas.

2. ESTIMULACIÓN, COMUNICACIÓN Y TERAPIA

Antes de instalar una sala multisensorial o un ambiente sensorial en diferentes espacios, es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Accesibilidad física e intelectual.
- Entorno y espacio seguros.
- Adecuación de los estímulos a la persona o distinta discapacidad.

Se debe hacer un estudio previo de las necesidades de los usuarios en cuanto a ocio, relajación, activación, comunicación y movilidad. Hay que ajustar el diseño de la sala y el material, si es preciso, al individuo en cuestión. Debe de conocerse el grupo de usuarios con los que vamos a trabajar a través de la sala. Pensaremos también si pueden disfrutar de ese ambiente otros usuarios de diferentes características.

Cuanto más versátil sea el ambiente, más seguros podremos estar de ser capaces de satisfacer las necesidades de los usuarios.

A priori, todas las personas pueden beneficiarse de la sala multisensorial. De un entorno de estimulación sensorial obtendremos resultados positivos en todos los casos, y no sólo en los casos propios de discapacidad, aunque son los que obtienen un mayor resultado. Existen salas en colegios de educación especial pero últimamente se están instalando en servicios de geriatría, residencias de personas mayores, asociaciones de discapacitados, etc.

Describiendo el tipo de sala utilizada y el equipamiento seleccionado, se habla de pasivo y activo, alguna vez separadamente, pero a menudo de forma conjunta. El entorno pasivo necesita que el usuario se sumerja dentro de una atmósfera de seguridad y calma, acariciado y estimulado por los efectos sensoriales, sin olvidar la aportación de un rehabilitador y fomentando la comunicación. El entorno activo o interactivo supone la participación del usuario en el aprendizaje y le permite adquirir conciencia de que es un ser capaz de actuar sobre su entorno.

Uno de los pilares fundamentales será el disfrute y el ocio del usuario, por lo tanto debemos tener en cuenta qué implica esto. Los principios del ocio son: la elección de la propia persona, proporcionar disfrute a través de la estimulación de los sentidos,

control de la propia persona, no dirigido por el trabajo o terapia.

Además tendremos en cuenta los principios del juego por un motivo prioritario, muchos de nuestros usuarios son niños y es la principal ocupación de la infancia caracterizada por:

- Diversión y espontaneidad: si atendemos a los elementos y componentes del juego, descubrimos que son muy útiles para utilizarlos en terapias tanto si trabajamos con niños como con adultos.
- Exploración, experimentación, repetición e imitación: en las personas con discapacidad, no es inusual encontrar deprivación lúdica, debido a una serie de barreras como las que ponemos los propios cuidadores y profesionales por miedo a lesiones debido a las barreras físicas, ambientales y sociales. Debemos asegurar la participación en juegos de las personas a nuestro cargo y aprovechar estas situaciones lúdicas para seguir tratando sus problemas físicos, psíquicos, sensoriales, cognitivos o sociales.

Hay que aprovechar ese momento para que realice actividades que ayuden a mejorar el control postural, la respiración... ya que su atención está puesta en una actividad que les gusta y no lo consideran una obligación.

La mejor manera de trabajar en una sala multisensorial, es intentar

que la persona participe siempre en la elección de alguno de los componentes de su propia sesión. Puede elegir lo que quiere hacer. También podemos trabajar bajo una técnica directiva encaminando al sujeto a la actividad o combinando los dos métodos.

La elección de la tarea por el usuario se caracteriza porque la persona elige qué quiere hacer y cómo hacerlo, nadie interviene, solo hay una observación. Al final de la tarea el equipo puede intentar encontrar qué cosas ha trabajado la persona.

Este sistema no es una sesión terapéutica sino de juego, es puro ocio. Aunque a veces vamos a utilizar las salas como divertimento, no es lo que pasará habitualmente, normalmente habrá más control.

Las sesiones terapéuticas más habituales estarán encaminadas a que el equipo decide qué objetivos quiere trabajar y hacerlo así, de manera directiva. Todo estará controlado por el equipo terapéutico, el usuario no participa en la elección de nada, solo ejecuta la actividad. Intentaremos no trabajar siempre de esta manera en las salas ya que aprovecharemos su potencial para fomentar la participación de la persona que en otras actividades necesarias para ella no puede hacer.

Finalmente vamos a tener dos maneras de planificar una sesión snoezelen: dando a elegir al usuario la tarea que quiere hacer y tener un papel y tener un papel directivo en

ella, de manera que el terapeuta respete la elección de la persona, pero pueda modificar algunos de los elementos de la misma para lograr una serie de objetivos, que realice la actividad que quiera pero respetando algunas normas que nos ayudarán a cumplir los objetivos que el equipo terapéutico persigue.

La otra manera que tenemos de hacer partícipes a los usuarios de su propia sesión es eligiendo nosotros los objetivos que queremos trabajar y colocando la sala de manera que todos los elementos que coloquemos a su alcance trabajen los mismo y que sea él el que decida qué quiere hacer dentro del rango que le damos.

De esta manera nos aseguramos algunos de los componentes del ocio y estaremos más seguros de conseguir el disfrute de la persona.

Antes de trabajar en una sala, siempre hay que adecuarla a la persona que la va a utilizar a dos niveles:

- Sensorialmente: debemos conocer a nivel sensorial a las personas para no colocar ningún estímulo en la sala que pueda resultarles desagradable.
- Terapéuticamente: debemos saber con qué vamos a trabajar y eliminar todos aquellos estímulos que puedan distraer la atención de la persona de aquello que nos interesa.

Podemos trabajar este concepto siempre que proporcionemos una aventura sensorial, en cualquier parte, siempre que mantengamos el dis-

frute de la persona, que fomentemos la estimulación sensorial, la relajación y la atención individualizada.

En resumen, los fines generales que mueven a la creación de una sala son:

- Estimulación de los sentidos primarios.
- Proporcionar oportunidades de elección de los usuarios.
- Desarrollo de relaciones que ayudan a:
 - Promover la comunicación.
 - Compartir experiencias.
 - Reducir el estrés.
 - Construir sentimientos de autovaloración.

3. PROYECTO SNOEZELEN

Una sala básica puede estar configurada por los siguientes componentes:

- Entrada accesible.
- Tubos de burbujas.
- Material móvil.
- Proyector.
- Paredes de color adecuado.
- Material confortable.

Si queremos ampliar la sala, existen una serie de elementos adicionales que se pueden incorporar que ayudarán a trabajar otros aspectos.

Tales materiales son:

- Piscina de bolas.
- Fibra óptica.
- Paneles visuales.
- Paneles olfativos.

Antes de llevar a cabo un proyecto Snoezelen, es imprescindible tener en cuenta lo siguiente:

- La sala debe ser parte integrante de la institución y, en la medida de las posibilidades, ubicada en un lugar tranquilo o insonorizado, para evitar las perturbaciones sonoras.
- La sala debe presentar un fácil acceso y estar señalizada convenientemente.
- No es preciso que sea excesivamente amplia, dado que se trata de un lugar íntimo. Sin embargo, debe ser absolutamente confortable tanto para el usuario como para el asistente.
- No es necesario la iluminación natural. Siempre se utilizará artificial. En cambio, sí es importante la ventilación, habitualmente con la puerta y una ventana resulta suficiente.
- Debe evitarse el uso multifuncional. Dentro de un espacio de generosa superficie pueden convivir elementos que permitan realizar diversas actividades. Por ejemplo las propias de una sala multisensorial y actividades de psicomotricidad. El espacio podrá ser multifuncional, pero no podrán realizarse ambas actividades simultáneamente, son incompatibles.
- No existe manual alguno que indique la superficie mínima necesaria.

- Una vez decidida la sala a utilizar, se necesita un plano que indique medidas y forma. Pueden seguirse las siguientes instrucciones:
- No es necesaria la confección de un plano de arquitecto. Con una hoja de papel normal y un bolígrafo es suficiente. Lo verdaderamente importante es señalar correctamente las acotaciones.
- Señalar las medidas de la forma más exacta posible de todas las paredes.
- Para ubicar correctamente puertas y ventanas, las medi-

das deben referirse a la luz y no a los marcos. Es decir, debe acotarse la apertura, como si la puerta o ventana no estuviesen.

- Es necesario especificar hacia dónde se abren
- De las puertas debe anotarse su anchura y su altura.
- De las ventanas debe anotarse, además de la anchura y altura, la altura existente entre su punto más inferior hasta el suelo, y la distancia a la esquina de la pared más próxima.
- Sobre los radiadores u otros obstáculos parecidos debe indicarse la longitud, altura y

grosor. Par ubicarlos en el plano también es necesario conocer la altura desde el suelo hasta su parte inferior y la distancia de pared desde la esquina más próxima. Deben considerarse los tubos de conducción del agua como si se tratara del propio radiador.

- Informar si la calefacción es radiante y la altura del techo, observando se es falso techo o no.



4. SALA SNOEZELLEN Y COMPONENTES



SALA MULTISENSORIAL

Sala Multisensorial vista desde cuatro puntos diferentes.



TUBO DE BURBUJAS

CONTENIDOS A TRABAJAR

Integración Sensorial: táctil, cinestésica, control ocular, conciencia propioceptiva, conciencia auditiva, espacial, figura-fondo, posición en el espacio.

Integración Corporal: esquema corporal, coordinación motora bilateral, discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora, cruce de la línea media.

Componentes Cognitivos: concentración, capacidad de atención, memoria.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



PISCINA DE BOLAS

CONTENIDOS A TRABAJAR

Integración Sensorial: táctil, cinestésica, conciencia propioceptiva, figura-fondo.

Integración Corporal: esquema corporal, equilibrio postural, coordinación motora bilateral, discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora, cruce de la línea media.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.

FIBRA ÓPTICA

CONTENIDOS A TRABAJAR

Integración Sensorial: táctil, cinestésica, control ocular, conciencia propioceptiva, espacial, posición en el espacio.

Integración Corporal: coordinación motora bilateral, discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora, cruce de la línea media.

Componentes Cognitivos: conceptualización-comprensión.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



BOLA DE ESPEJOS Y PROYECTOR **CONTENIDOS A TRABAJAR**

La principal función de este material es la de crear un ambiente de relajación y calma a través de la iluminación de toda la sala.

Se puede trabajar la estimulación visual pero es preferible manejar otro tipo de material para el seguimiento visual.

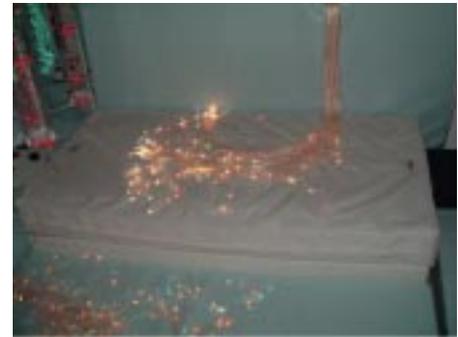
PROYECTORES **CONTENIDOS A TRABAJAR**

Integración Sensorial: control ocular, conciencia viso-espacial, reconocimiento figura-fondo.

Integración Corporal: discriminación derecha-izquierda.

Componentes Cognitivos: concepción-comprensión, concentración, capacidad de atención.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



CAMA DE AGUA **CONTENIDOS A TRABAJAR**

Integración Sensorial: cinestésica, conciencia propioceptiva, espacial, posición en el espacio.

Integración Corporal: coordinación motora bilateral, discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora, cruce de la línea media, equilibrio postural.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



PANEL DE VOZ
CONTENIDOS A TRABAJAR

Integración Sensorial: control ocular, discriminación auditiva, figura-fondo, comunicativa.

Integración Corporal: integración visión-voz.

Componentes Cognitivos: concentración, capacidad de atención, memoria, mejora del tono e intensidad de la voz.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



PUFF
CONTENIDOS A TRABAJAR

Integración Sensorial: cinestésica, conciencia propioceptiva, espacial, posición en el espacio.

Integración Corporal: coordinación motora bilateral, discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora, cruce de la línea media, equilibrio postural.

Componentes Cognitivos: capacidad de atención, concentración, relajación.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



PANELES VISUALES, OLFATIVOS Y ÓCULO-MANUAL

Integración Sensorial: táctil, control ocular, conciencia auditiva, discriminación visual, posición en el espacio, figura-fondo, conciencia olfativa.

Integración Corporal: coordinación bilateral, esquema corporal, discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora, integración de olores.

Componentes Cognitivos: concentración, capacidad de atención, memoria.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.



ALFOMBRA LUMINOSA CONTENIDOS A TRABAJAR

Integración Sensorial: espacial, posición en el espacio, control ocular

Integración Corporal: discriminación derecha-izquierda, integración viso-motora.

Componentes Cognitivos: capacidad de atención, concentración, relajación.

Componentes Psicosociales: automanejo, autoexpresión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

www.fundaciononce.es/fundosa/graficos/accesibilidad.asp
www.handycat.com
www.cecaproin.com
www.terapia-ocupacional.com
www.isna.de