



Buenas Prácticas  
MODELO Y AMBIENTE

# Sala de Reminiscencias: Una experiencia Time Slip



Ana Madrazo  
Noelia González  
Centro Sanitario La Saleta  
Plaza Real Gijón

## Resumen

**La intención de avanzar en el modelo de Atención centrada en la persona en nuestra residencia, conlleva la aplicación de diferentes buenas prácticas en distintos ámbitos, como el ambiente físico.**

**En este sentido, se ha procedido a la adaptación ambiental de la antigua sala de descanso de los residentes con Demencias, hasta el momento una sala aséptica y con escasa estimulación.**

**Se crea una Sala de Reminiscencia de compuesta por distintos rincones diferenciados: Salón, cocina, comedor, biblioteca y, recientemente, se ha ampliado con un dormitorio. Esta sala está ambientada en los años 60-70 y recrea una casa típica asturiana de la época, siendo un espacio adaptado y evocador de recuerdos.**

**FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:**  
30/08/2018

**Fecha de Última Actualización:**  
30/08/2018

**ÁMBITO DE ACTUACIÓN:**  
Servicios o programas de atención e intervención; Diseño y actuaciones ambientales y arquitectónicas

**LUGAR:**  
Centro Socio Sanitario La Saleta  
Plaza Real Gijón

**GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:**  
Personas con demencias.

## Justificación

El diseño arquitectónico de nuestro centro (grandes salones, pasillos largos...) dificulta la puesta en marcha de unidades de convivencia y otras acciones arquitectónicas más cercanas al Modelo ACP. Sin embargo, se pueden realizar pequeñas modificaciones que no impliquen grandes inversiones económicas para acercarnos más a un modelo de trabajo donde el usuario sea el eje de la organización. Las personas con demencia se ubicaban durante el día en una gran sala donde se realizaban talleres y diferentes

acciones. La modificación ambiental y la intervención con nuevos programas terapeúticos, como los diseñados, han mejorado la calidad de vida de nuestros usuarios más vulnerables.

## *Objetivos*

### OBJETIVOS GENERALES:

- “Integrar lo terapéutico en lo cotidiano”. Estimular recuerdos personales y sociales, evocando su memoria autobiográfica.
- “Sentirse como en casa”. Ubicar a la persona con demencia en un entorno conocido que le transmita tranquilidad y confort emocional.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1) Estimular cognitivamente al usuario con demencia, trabajando las diferentes capacidades cognitivas: memoria, atención, orientación, praxis, etc.
- 2) Aumentar la autoestima.
- 3) Mejorar el Funcionamiento social.
- 4) Reducir las conductas problemáticas y deambulaciones erráticas.
- 5) Mejorar la Satisfacción y bienestar de nuestros residentes con demencia.
- 6) Reducir la desorientación.
- 7) Reducir la sintomatología depresiva.
- 8) Estimular el Lenguaje y la interacción social.
- 9) Trabajar las capacidades funcionales con la adaptación a las actividades del día a día.

## *Descripción, metodología y fases del proyecto*

Se realiza un **programa de intervención en demencias** y deterioro cognitivo leve dentro de la Sala, que se estructura en grupos diferenciados por capacidades cognitivas (según GDS) y se comienzan a realizar intervenciones diarias y dirigidas con los diferentes grupos.

La metodología de trabajo se diferencia según la fase de la enfermedad en la que se encuentre la persona. Diferenciar en grupos, según fase de la enfermedad, consigue el máximo feedback posible entre la Sala y la persona, puesto que se contemplan las facultades mentales y cognitivas y las habilidades particulares de interacción de todos nuestros residentes con demencias.

Las sesiones clásicas de Terapia de Reminiscencia utilizan objetos para evocar recuerdos y emociones, sin embargo, la Sala de reminiscencias creada en Plaza Real es toda ella un espacio estimulante y evocador.

El terapeuta dirige la sesión no solo a través de los objetos sino también a través de los rincones o estancias que la sala proporciona.

El grupo de participantes se ubica en un rincón diferente en cada sesión, cocina, salita, comedor, biblioteca y es en este espacio dónde a través de los diferentes elementos y objetos que la componen se dirige la terapia.

Cada sesión debe integrar el trabajo multisensorial en alguna de las cinco dimensiones principales:

- **Estimulación visual:** a través de fotografías antiguas, revistas de la época, observación de los elementos de cada estancia...
- **Auditivos:** mediante música y canciones de la época, grabaciones de radio del momento, el sonido del reloj de cuco...
- **Táctiles-Manipulativos:** con la manipulación de los objetos de cada rincón:
  - Salón: uso del teléfono antiguo, el tocadiscos...
  - Cocina: las cacerolas de la época, el molinillo, la lechera, la pila de lavar...
  - Biblioteca: la máquina de escribir, el escritorio antiguo, los libros antiguos, las pesetas...
  - Comedor: con la vajilla de la época...
- **Olfativos:** con la muestra de aromas como el olor de "les fabes", el café de pota, el caramelo del arroz con leche...
- **Gustativos:** mediante la degustación de antiguos platos, con sabores de siempre... En este punto hemos combinado una buena práctica como la alimentación en un entorno evocador como la sala, dando lugar a la creación de un nuevo proyecto **"SABORES DE VIDA"**, ganador del Primer Certamen de los Premios Nacionales Nutrisenior.

Las presentaciones de estos estímulos originan una evocación y recuerdo vinculado, que mediante una sesión dirigida conduce al relato espontáneo de vivencias, experiencias y emociones asociadas en los participantes en la sesión.

## Temporalización

La actividad se desarrolla de lunes a viernes durante todo el año.

## Recursos

Recursos Humanos:

- Neuropsicóloga/o para diseño de las sesiones y programa.
- Terapeuta ocupacional para la ejecución de las sesiones.
- Auxiliar de geriatría como apoyo al terapeuta ocupacional.

Recursos materiales:

En función de la estimulación programada para el día (visual, táctil, gustativa, auditiva, olfativa...) se emplean diferentes objetos de la sala, alimentos, etc.

## Evaluación y Resultados

Con el fin de validar los resultados obtenidos con la implementación de nuestro programa, se optó por un uso combinado de metodología cuantitativa y cualitativa, dando mayor peso al trabajo cualitativo. Se trabajó mediante un enfoque cuasi-experimental pre y postest, así como con un enfoque cualitativo de análisis del proceso, basándonos en diferentes indicadores conductuales y emocionales.

Participaron en la evaluación 16 personas con DX principal de demencia en fases GDS 5-6-7, 11 de ellas mujeres y el resto hombres.

### PROCEDIMIENTO

Los participantes se asignan a diferentes grupos, según el GDS. 10 personas al Grupo en GDS 5,6 y 6 personas al Grupo en GDS 7.

Reciben un total de 5 sesiones semanales, durante un período de 6 meses, de 1 hora de duración.

Las sesiones son ejecutadas por un Terapeuta ocupacional y bajo la supervisión de un neuropsicólogo.

## INSTRUMENTOS DE MEDIDA

Estado cognitivo:

- GDS de Reisberg
- Mini Mental de Lobo
- Evaluación de grado de conciencia e interacción con el entorno: Escala observacional para GDS 7. (Adaptación de Cuadernos FEDACE para Plaza Real Gijón)

Estado de ánimo y conducta:

- Escala de Cornell para depresión en demencia
- Escala de Indicadores Comportamentales en Demencias Plaza Real Gijón: Registro observacional

## RESULTADOS FUNCIONAMIENTO COGNITIVO

Grupo Moderados-Grave (GDS 5-6): Sin cambios significativos. Las puntuaciones test-retest no muestran mejoría. Sin embargo, sí se da un mantenimiento de capacidades en el 90% de los participantes durante los 6 meses del estudio.

Grupo Severo (GDS 7): Sin cambios significativos

## RESULTADOS ESTADO ANÍMICO Y CAMBIOS CONDUCTUALES

Grupo Moderado-Grave: De los 10 indicadores conductuales y emocionales a observar, se aprecia mejoría en más del 80% de ellos y en mayor o menor medida en todos los participantes. Los indicadores más significativos que hemos encontrado en nuestro estudio son:

- Aumento de expresiones emocionales positivas.
- Mejora de estado anímico.
- Mayor interacción social.
- Menor deambulación.
- Disminución de conductas de agitación.

Grupo Severo: De los 10 indicadores que se midieron en el Grupo con GDS 7, se aprecian también mejoras significativas, sobre todo en dos de ellos:

- Aumento de la expresión no verbal de emociones positivas.
- Disminución de conductas de agitación.

## BENEFICIOS DEL TRABAJO EN UNA SALA DE REMINISCENCIAS SEGÚN EL MODELO ACP

Además de poder constatar mejoras en esfera emocional-conductual y mantenimiento en capacidades cognitivas, nuestro objetivo primitivo de trabajo con la puesta en marcha de la Sala de Reminiscencias es el avance en el modelo ACP con la puesta en marcha de diferentes BBPP:

- Adaptación ambiental centrada en la persona: Se ha logrado un ambiente físico confortable, significativo, evocador de recuerdos que influye de manera positiva en el bienestar del usuario.
- La sala es un facilitador de recuerdos que nos ayuda a conocer detalles de la Historia de vida de la persona. “La biografía es la razón esencial de nuestra singularidad” Teresa Martínez: Plan de atención y vida.
- Se ha aumentado el grado de participación de los usuarios en la vida y actividades de la residencia, dando un paso más en nuestro modelo ACP para convertir a las personas en el eje central de la organización de la residencia.
- Mayor implicación de las familias en las actividades del centro.
- Incremento de la motivación y entusiasmo del equipo profesional, incluyendo a todo el personal sanitario y no sanitario.
- Se han logrado disminuir las conductas errantes y deambulatorias.
- Se ha conseguido estimular cognitivamente y cuidar la esfera emocional de nuestros residentes, a través de nuevas intervenciones de reminiscencia.
- Se ha activado la memoria episódica de tipo autobiográfico del residente, favoreciendo un proceso de reconocimiento e identificación, la Historia de Vida, trabajando capacidades cognitivas como la atención focalizada, el lenguaje expresivo y comprensivo, la orientación, la atención, praxias y gnosias.

Cabe señalar dentro de los resultados de esta experiencia cómo la actividad “Sabores de vida”: recordando olores y sabores tradicionales, actividad diseñada dentro de la sala de reminiscencia y centrada en comidas tradicionales asturianas, fue finalista en la Primera Convocatoria de los Premios Nutrisenior (2017).

## Financiación

La inversión que requiere es baja. El principal gasto es el montaje de la sala, si bien es cierto que muchos de los elementos se han conseguido tras una búsqueda exhaustiva en mercadillos, internet, casas de particulares...

En cuanto al personal, este es el mismo que ya realizaba otros talleres dentro de la actividad habitual del centro.

## Criterios destacados

### CRITERIO DE TRANSFERIBILIDAD

La experiencia es fácilmente generalizable. Aunque la inversión económica no es grande, se puede adaptar mediante la creación de rincones, sin tener que darse la creación de una sala con las dimensiones tan grandes como la creada en plaza real.

### CRITERIO DE LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO

Ha sido necesaria la implicación de todas las figuras del centro, de atención directa, técnicos, personal de mantenimiento, cocina, limpieza, peluquería...

Ha aumentado la motivación de todo el equipo y se ha dado una implicación por parte de todo el personal a través de la búsqueda de objetos, ideas para el diseño de la sala, aportaciones de las familias a través de objetos, fotos...

## Enlaces y Anexos

Enlace:

- [Web del Centro Residencial Plaza Real Gijón](#)
- [Facebook del Centro Residencial Plaza Real Gijón](#)
- [Vídeo explicativo de la experiencia](#)

Anexos:

- Sala de reminiscencias. Intervención y resultados.
- Sabores de vida. Recordando olores y sabores tradicionales.
- Fotografía de la entrega de premios de la Primera edición NutriSenior.

Puedes descargar los anexos pinchando [aquí](#).