Buenas Prácticas
MODELO Y AMBIENTE

El Teatro no es sólo sueño... ¡es vida!

ILUNION

Francisca Mª Ortiz Romero de Ávila.
Directora de la Residencia de Mayores y Centro de Día "Rosa del Azafrán"

María del Mar Arévalo González.
Responsable de Coordinación de Centros y Seguimiento de Procesos. ILUNION Sociosanitario

Resumen

En este proyecto hemos rescatado el fabuloso mundo del teatro. Apostando por el diseño y desarrollo de un Proyecto basado en las bondades de las técnicas de representación teatral para favorecer un nuevo medio que permita aumentar la calidad de vida de las personas mayores usuarias del Centro, familiares y profesionales. La experiencia ha sido maravillosa, obteniendo unos niveles de satisfacción altísimos, muy buena acogida y el enorme deseo de volver a vivir esta experiencia.

FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:
04/10/2018

Fecha de Última Actualización:
04/10/2018

ÁMBITO DE ACTUACIÓN:
Servicios o programas de atención e intervención

LUGAR: Residencia de Mayores y Servicio de Estancias Diurnas "Rosa del Azafrán". La Solana, Ciudad Real

GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:
Personas mayores residentes de Centro Residencial,

Justificación

Debido a los cambios sociales en el modelo de familia y en los sistemas de valores, y a una carencia de otros recursos públicos, las residencias se presentan como un recurso social donde la persona mayor pueda ser atendida de forma íntegra y continuada para mantener o mejorar su autonomía personal, cubrir sus necesidades básicas de salud, facilitar su integración y promover la participación social.

Desde el mismo momento en que la persona mayor se incorpora a la vida del Centro debemos trabajar en la promoción de su *bienestar y calidad de vida.* Ambos conceptos adquieren una considerable importancia y se convierten en el motor que guía las distintas actuaciones y prácticas profesionales en el Centro.

Atendiendo al *Modelo de Calidad de Vida propuesto por Shalock y Verdugo*, se hace necesario trabajar en el diseño de Programas dirigidos a favorecer y mejorar el desarrollo personal, la autodeterminación, las relaciones interpersonales, la independencia, la inclusión social, el bienestar psico-emocional, la participación social y los derechos humanos.

Las actividades de ocio, en nuestra cultura y por ende en nuestros servicios, quedan frecuentemente relegadas a actuaciones de escaso valor, momentos poco relevantes y de menor categoría profesional, sin embargo estas actividades se configuran como de destacado valor terapéutico puesto que movilizan muchas capacidades, poseen la ventaja de activar lo psico-afectivo y, además, son una gran oportunidad para facilitar la involucración a los familiares y a otras personas y profesionales del entorno.

El ocio tiene gran valor para todas las personas. Su disfrute contribuye al desarrollo personal, proporciona satisfacción y bienestar, estimula áreas de capacidad (físicas, cognitivas y emocionales) y permite la promoción de la independencia y de la autonomía. Lo importante del ocio no es la actividad, NO es lo que las personas hacen, sino lo que piensan y sienten mientras realizan esta actividad (lo significativo de la experiencia en sí misma). El ocio no es un fin en sí mismo, sino que es un medio por el cual la persona puede desarrollarse y satisfacer deseos, necesidades. El ocio actúa como motor de bienestar porque:

– Es un recurso efectivo para aliviar el estrés al movilizar la dimensión socioemocional. El ocio permite establecer y disfrutar de nuevas relaciones de amistad y compañerismo.
– Nos permite sentirnos libres, competentes, capaces de controlar nuestra vida. La libertad percibida es un componente básico del ocio, sin el cual una actividad no puede denominarse como tal.

– Contrarresta la inacción y el inmovilismo, que es, en sí mismo, un acontecimiento estresante y que genera malestar ya que la falta de movimiento y del significado del tiempo libre implica insatisfacción, monotonía, falta de estímulo, de interés por vivir. El ocio permite contrarrestar los bajos niveles de actividad y relación placentera que presentan muchas de las personas en situación de dependencia.

Mejorar la calidad del ocio en los centros se convierte en un área de mejora importante de *Buenas Prácticas*. Mejorar la forma en la que programamos y desarrollamos este ocio requiere de:

- ✓ Conocer mejor a las personas mayores usuarias: qué aspectos dificultan su disfrute del ocio (falta de experiencias, pereza, aburrimiento, motivación, capacidades, etc.) y cuáles son sus intereses, preferencias, e intereses.
- ✓ Implicarles en todo momento en su ocio: planificación, ejecución y evaluación.
- ✓ Ofrecer una oferta que promueva la autonomía (capacidad de decisión) e independencia (capacidad de acción) de las personas.
- ✓ Diseñar y secuenciar los procesos para promover prácticas de ocio más interesantes, valiosas y enriquecedoras para todas y cada una de las personas.

La propuesta que presentamos busca alcanzar la implantación de actividades en el Centro alejadas de un ocio más pasivo (casual, puntual y nada organizado) para alcanzar el desarrollo de actividades gratificantes que busca favorecer una mayor interacción entre el entorno y las personas mayores que en él se encuentran, trabajando en el fomento de autonomía y prevención de situaciones de mayor dependencia. La *representación teatral* es el fin de un proceso con el que, mediante la creatividad, el juego teatralizado, el desarrollo de dinámicas y simulación de roles, situaciones, escenas, etc., y aprovechando el carácter sistémico de entornos, intervenciones y relaciones nos permite responder a necesidades de las personas, incluidas las más complejas y subjetivas tales como la autoestima, pertenencia, afecto, desarrollo personal, etc. Mediante la teatralización podemos ir generando, componiendo, expresando.... lo que las personas consideren oportuno en relación a su vida, a su mundo, sus sentimientos, sus recuerdos., sus deseos... apareciendo aquí el componente “terapéutico" y "social".
La actividad propuesta tiene un carácter integral e integrador al abarcar e integrar cada una de las áreas, tiempos y espacios gracias al trabajo en equipo interdisciplinar. En su diseño y metodología esta buena práctica se sustenta en el modelo de atención centrado en la persona, pues la intervención va a actuar sobre las capacidades de las personas, sobre su propia biografía y sobre sus preferencias y deseos, con el fin de alcanzar el máximo nivel de autonomía e independencia, contando además con la implicación de las propias personas usuarias en el desarrollo de la actividad.

Según la Teoría de la autodeterminación, existen tres necesidades básicas cuya satisfacción con el entorno generan conductas autodeterminadas: necesidad de competencia (ejercitar las propias habilidades y mejorarlas), necesidad de autonomía (capacidad de tomar nuestras propias decisiones) y la necesidad de correspondencia

(relacionarnos con otras personas y sentirnos socialmente aceptados). Esta propuesta de buena práctica tiene en cuenta esta tríada de necesidades básicas y, mediante una actividad de ocio –como es el teatro- en la cual todos los participantes interactúan y se relacionan con otros de la misma o de otras generaciones, no sólo se promueve el bienestar y la calidad de vida sino el aprendizaje, obtención de nuevas habilidades y, por ende, motiva al desarrollo personal. Diversos estudios han constatado que las personas mayores reconocen una serie de aspectos relevantes hacia la promoción de un envejecimiento saludable. De entre ellos, destacamos los siguientes: conservar la propia identidad, un rol social, mantener relaciones saludables con otras personas, respetar sus gustos, preferencias y decisiones y vivir en un ambiente que les permita desarrollarse como personas.
La implantación de Proyecto en el Centro permite:

- **Desarrollo personal**: se potencia la independencia, la autonomía personal, las fortalezas y capacidades personales (creatividad, imaginación, ilusión, humor, curiosidad, etc.).
- **Autodeterminación**: se promueve la continuidad de los roles sociales y la identidad de las personas (gustos, preferencias y opinión).
- **Relaciones interpersonales**: se fomenta por un lado la aceptación social de los residentes y usuarios y el reconocimiento a su persona. Por otro, se promueve la comunicación y el aprendizaje vital que la interacción intergeneracional les proporciona.
- **Independencia**: planifica el guión en función de los datos recogidos en su Plan de Atención y Vida a fin de adaptarlos a sus características y necesidades individuales. Asimismo, cada uno de los papeles permite adaptarse a los gustos de los participantes y está en permanente revisión según vayan sucediéndose los ensayos.
- **Inclusión social**: se trabaja el sentimiento de pertenencia al grupo y se favorece el acceso a la cultura y el contacto de la población externa al entorno institucional de la residencia.
- **Bienestar Psico-emocional**: se desarrolla la autoestima de los integrantes y asistentes, se crea un sentido vital dentro del Centro al proporcionarles nuevos objetivos en sus vidas y se promueve la capacidad de saborear el momento y el *Grit* (combinación de pasión y perseverancia en la actividad en la que se está involucrado).
- **Participación social**: esta iniciativa provee de oportunidades de ocio y participación dentro de nuestra comunidad y, a su vez, les concede un espacio a la participación intergeneracional apoyando y motivando las relaciones sociales constructivas y positivas entre los distintos actores y el público.
- **Derechos humanos**: esta buena práctica también se sustenta bajo los principios bioéticos (justicia, autonomía personal, beneficiencia y no-maleficiencia) a fin de respetar la dignidad de los participantes de la representación. ….

Objetivos

OBJETIVOS GENERALES:

- Mejorar el bienestar físico, psíquico y emocional de las personas mayores usuarias del Centro, favoreciendo un envejecimiento óptimo y positivo.
- Fomentar la autonomía, el desarrollo personal y autodeterminación de las personas mayores usuarias del Centro.
- Mejorar los niveles de convivencia y la implicación entre los distintos integrantes que conforman la vida del Centro (residentes, usuarios, trabajadores y familiares).
- Favorecer una mayor calidad de vida de las personas mayores del Centro.
- Favorecer el intercambio y participación intergeneracional mediante el uso de las herramientas de la escenificación.
- Contrarrestar roles, entornos, conductas o situaciones de pasividad.
- Incrementar las oportunidades de ocio disponibles desde el Centro

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reducir el inmovilismo y la pasividad de las personas mayores usuarias del Centro.
- Estimular las funciones cognitivas y comunicativas de las personas mayores participantes.
- Potenciar habilidades psicomotrices. Mejora de la expresión corporal, la motricidad y la coordinación general.
- Trabajar capacidades cognitivas como: concentración, memoria y atención,
- Facilitar herramientas para potenciar la capacidad de comunicación y expresión.

- Facilitar espacios que permitan expresar y desarrollar gustos, intereses, habilidades y capacidades.
- Favorecer un contexto que permita un incremento de la estimulación.
- Disminuir niveles de ansiedad y depresión en las personas mayores.
- Potenciar la creatividad de las personas mayores.
- Favorecer la conciencia sobre la propia capacidad y rendimiento y capacidad y la propia competencia, incrementando la autoestima de las personas mayores.
- Facilitar la toma de conciencia de la capacidad para seguir tomando decisiones en el nuevo ambiente de convivencia.
- Favorecer un incremento de los vínculos sociales y el intercambio entre iguales, favoreciendo espacios que permitan percibir el valor positivo de compartir ocio y actividades placenteras.
- Favorecer la comunicación entre las distintas generaciones para un mayor enriquecimiento personal.
- Favorecer un incremento de la motivación para la participación continuada en otras actividades y proyectos del Centro.

Descripción, metodología y fases del proyecto

Desde el principio de los tiempos el ser humano ha sentido la necesidad de comunicarse y de expresarse de distintas formas dentro de la vida cultural: *El teatro vivo.*

Con la iniciativa que aquí se presenta tratamos de rescatar este fabuloso medio cultural que supone el teatro por las bondades implícitas que ésta conlleva: la estimulación cognitiva y del lenguaje, la promoción de la expresión corporal, el fomento del sentido de pertenencia al grupo, la autodeterminación, la creatividad, la autonomía personal, la autoestima, el bienestar físico, psicológico y emocional y, en definitiva, aumentar la calidad de vida de las personas que, de un modo intergeneracional, comparten sus experiencias dentro de nuestra cultura institucional.

METODOLOGÍA

La realización de nuestra obra teatral se realiza de forma dinámica y participativa, sirviéndonos del ingenio y de las ganas de trabajar de todos los participantes, personas mayores usuarias, familiares y profesionales. El fin no es sólo acabar montando una representación sino disfrutar de un proceso de creatividad y juegos dramáticos colectivos, que puede acabar ante un público, ante varios, o simplemente entre las personas usuarias y profesionales del Centro.

Se trabaja el teatro vivo, es una propuesta que busca la interacción de los actores con el público, en ocasiones el espectador se puede convertir en el protagonista de la trama argumental. Las personas usuarias que no han querido formar parte activa de la obra, también participan e, incluso, se les ha hecho partícipes en alguna obra mediante preguntas lanzadas al público por parte de los actores para que ellos también respondan. De este modo, se promueve su atención, su implicación y su divertimento. En el diseño del proyecto se ha buscado también la participación de otras personas provenientes de recursos comunitarios cercanos al Centro, siendo invitados como público participante.

FASES DE APLICACIÓN

Fase 1. Búsqueda de actores entre todos los residentes, usuarios, trabajadores y familiares del Centro.

Fase 2. Escritura del guión original de la obra pensando en el perfil de cada uno de los participantes (características de personalidad, estado cognitivo, capacidades y talentos artísticos, gustos y preferencias). De este modo, cada persona podrá realizar su papel con eficacia. Además, se les ofrece a los participantes la posibilidad de aportar ideas para la elaboración de la obra.

Fase 3. Primera toma de contacto con los actores, explicación de la obra, aclaración de dudas y reparto del guión para su estudio.

Fase 4. Establecimiento de la temporalización de ensayos. En caso de no poder ensayar debido a incompatibilidades de horario, se les pide que se lo estudien y lo ensayen con algún otro participante. Además, tres semanas antes del estreno, se establece un nuevo horario de ensayos tanto por las tardes como por las mañanas, a modo de complemento del anterior, para ultimar detalles y favorecer que todos puedan ensayar la obra a la vez.

Fase 5. Preparación del decorado, atrezos y demás objetos de utilidad para la obra. Para la realización del mismo se utilizan y reciclan materiales propios del Centro.

Fase 6. Diseño del Cartel y de las entradas de la obra y publicitarla en el Centro, invitando a su vez a los usuarios de otros Centros de la localidad para que puedan disfrutarlo.

Fase 7. Cada año establecemos como fecha de estreno el Día de las Familias. De este modo, se favorecen dos cosas. En primer lugar, la máxima audiencia posible. En segundo lugar, facilitar un instante de ocio y diversión entre las personas mayores usuarias del Centro y sus familiares.

Fase 8. Recopilación del material audiovisual de la obra para su posterior disfrute (fotografía y retoque digital, filmación de la obra y su montaje digital).

Fase 9. Evaluación del proyecto. La evaluación se realiza mediante los siguientes indicadores:

- Observación directa y entrevistas no-estructuradas, donde se recoge el grado de satisfacción de los participantes y espectadores.

- Registros:
  - Número de personas que han participado activamente de forma directa o indirecta (actores y público).
  - Número de familiares y personas externas a la institución que han estado presentes durante la obra.

Fase 10. Continuidad. El proyecto lleva realizándose cuatro años consecutivos. Este año 2018 tendrá lugar el estreno de la quinta obra.

Temporalización

- **Fase 1**. Búsqueda de actores (Primer trimestre).
- **Fase 2**. Escritura del guión (Segundo y tercer trimestre).
- **Fase 3**. Primera toma de contacto (Segundo-tercer trimestre).
- **Fase 4**. Establecimiento de la temporalización de ensayos (Cuarto trimestre).
- **Fase 5.** Preparación del decorado, atrezos y demás objetos de utilidad para la obra (Tercer- cuarto trimestre).
- **Fase 6**. Diseño del Cartel y de las entradas de la obra y publicitarlo (Tercer- cuarto trimestre).
- **Fase 7**. Estreno de la Obra (Cuarto trimestre): Día de la Familia.
- **Fase 8**. Recopilación del material audiovisual (Cuarto trimestre). A la finalización del estreno.
- **Fase 9**. Evaluación (Cuarto trimestre): a la finalización del estreno.
- **Fase 10**. Continuidad del proyecto para otros años.

Recursos

RECURSOS MATERIALES

- Equipo musical y megafonía.
- Recursos de Laborterapia.
- Material fungible y reciclado.
- Recursos de internet.
- Recursos de iluminación.
- Material para escenarios y disfraces.
- Videocámara y cámara fotográfica.

RECURSOS HUMANOS

- Personas mayores residentes del Centro Residencial y personas mayores usuarias del Servicio de Estancias diurnas.
- Trabajadores del Centro.
- Familiares.

Evaluación y Resultados

Su evaluación se realiza mediante:

a. **Observación directa y entrevistas no-estructuradas, donde se recoge el grado de satisfacción de los participantes y espectadores.**

b. **Registros (los datos que se detallan corresponden al año 2017):**

- Número de personas que han participado activamente (actores y otras personas usuarias del Centro que asumen papeles en el diseño y desarrollo de las actividades del Programa) y pasivos (público):
  - Nº actores/actrices: 16.
  - Nª de colaboradores (grabación, fotografía, guión, diseño): 5.

- Número de familiares que han asistido como público: 113.
  Algunos de estos se mostraron participativos durante el teatro en vivo.

- Nº de personas externas a la institución que han asistido (Centro CADIG "El Pilar"): 2 cuidadoras y 9 usuarios. Nº Total = 11.

Las distintas evaluaciones que se han ido realizando a lo largo de estos cuatro años y la buena acogida recibida del proyecto, demuestran su gran efectividad. A nivel de los residentes y usuarios que participan activamente en la obra, se observa una mayor actividad, trabajo de las capacidades, aumento de independencia e inclusión social.

A nivel de activad, cada año, los participantes han ido aumentando, en cuanto a los

residentes y usuarios, y sobre todo familiares, que desde el primer año que realizamos el teatro, al último, la participación se ha duplicado.

Además, las respuestas obtenidas en las encuestas de familiares y personas usuarias indican una mayor satisfacción respecto a las actividades del centro.

Financiación

Recursos humanos y materiales propios del centro.

Ninguna partida económica adicional salvo partida de animación de presupuestos anuales del Centro.

Todo el material referente a la obra se guarda para su posible reutilización en el futuro (guiones, carteles, entradas, etc.).

Criterios destacados

CRITERIOS DE PERTINENCIA

Principio de Individualidad

La buena práctica que aquí se expone está diseñada desde el conocimiento de las habilidades, deseos, preferencias y situación de cada una de las personas participantes lo que nos permite adaptar el papel a desarrollar por cada persona en la actividad. Además, el papel que se le presenta a cada uno de ellos dentro de la obra no es rígido y permite que cada participante aporte nuevas ideas o lo adapte según sus deseos y capacidades, de este modo permitimos personalizar e individualizar el desarrollo de la actividad flexibilizando los papeles para adaptarse a cada caso.

Principio de Integralidad

El Programa objeto de esta buena práctica establece actuaciones y actividades a desarrollar dirigidas a la mejora del bienestar de las personas usuarias en su globalidad, es decir, buscando un impacto positivo en distintos ámbitos de la persona: físico, funcional, cognitivo, emocional, familiar, social, etc.

Las actividades y actuaciones profesionales a desarrollar en el marco de este Programa han sido definidas buscando favorecer la práctica y mejora de las distintas capacidades en las personas mayores usuarias, capacidades funcionales, cognitivas, de intercambio social, emocionales, etc.; la posibilidad de ofrecer contextos y relaciones con elementos facilitadores (integradores, que mejoren funcionamiento y reduzcan discapacidad) desde la interdisciplinariedad, abordando el diseño de las actividades y actuaciones a realizar en equipo, incluyendo en éste a las propias personas usuarias y sus familiares, así como a otros recursos del entorno comunitario, es otro de los objetivos alcanzados con el desarrollo de este Programa.

Principio de Inclusión social

En un entorno como es un Centro residencial, se hace fundamental implantar espacios y herramientas que permitan dar respuesta a la necesidad de sentirse parte de un grupo social, evitando el aislamiento y la soledad.

El Programa presentado busca definir estructuras de participación adecuadas a las características e intereses de las personas usuarias, y permite favorecer el intercambio con otras personas mayores del Centro, favoreciendo la accesibilidad a actividades dirigidas específicamente a la participación e inclusión.

La inclusión se ve facilitada al facilitar la participación de familiares así como de otras entidades del entorno permitiendo ampliar las oportunidades de intercambio e inclusión; el Programa permite ofrecer espacios y tiempos de comunicación estimulando un mayor contacto no sólo con personas que a diario se encuentran en el Centro, sino con otras como los familiares lo que permite trabajar el sentido de pertenencia al Centro.

CRITERIO DE TRANSFERIBILIDAD

El Programa destaca por haber sido diseñado para que su coste, en medios materiales y humanos, en ningún caso suponga una barrera en su transferibilidad.
Su diseño, desarrollo y medición de resultados se encuentran documentados para facilitar su puesta en marcha y desarrollo en otros Centros residenciales dirigidos a la atención a las personas mayores, siendo ésta una experiencia ya compartida entre los Centros ILUNION Sociosanitario mediante el acceso entre todos los servicios a sus programas anuales de actividades.

Enlaces y Anexos

Enlace:

- Página Web de Ilunion Sociosanitario
- Site de Rosa del Azafrán -Residencia y Centro de Día-
- Facebook de Ilunion Sociosanitario
- Twitter de Ilunion Sociosanitario

Anexos:

- Fotografías de la experiencia