

---

# BUENAS PRÁCTICAS MODELO Y AMBIENTE

---

PROGRAMA DESATAR AL ANCIANO Y AL  
ENFERMO DE ALZHEIMER

**CENTROS LIBRES DE SUJECIONES**



---

Antonio Andrés Burgueño Torijano.- Director técnico  
Confederación Española de Organizaciones de  
Mayores (CEOMA)

---



**ÁMBITO DE ACTUACIÓN:** Servicios o programas de atención o intervención

**LUGAR:** España; cobertura nacional

**GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:** Personas mayores dependientes institucionalizadas en general y personas con enfermedad de Alzheimer y demencias de otra causa en particular

## OBJETIVOS

Promover la movilidad e independencia de las personas mayores institucionalizadas, el respeto a su dignidad y a sus derechos, a través de la creación de entornos libres de restricciones físicas y farmacológicas.

Establecer la prevalencia de uso de sujeciones físicas como un estándar de oro para medir la calidad del medio físico donde se cuida a personas mayores, y el desempeño asistencial de los centros, poniendo en evidencia que, los centros libres de sujeciones son centros más seguros y con mejores indicadores de calidad.

## DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El programa desatar al anciano y al enfermo de Alzheimer nace hace 8 años de la mano de un grupo de profesionales, multidisciplinar e independiente, con el fin de investigar en los factores que influyen en el uso excesivo de sujeciones físicas en las residencias y centros españoles.

Desde entonces ha realizado estudios de prevalencia de uso de sujeciones físicas, estudios cualitativos de uso de fármacos psicotrópicos, estudios de percepción profesional, estudios éticos y jurídicos, formación a profesionales, así como intervenciones en centros para lograr centros libres de sujeciones, ensayando diferentes métodos que han dado como fruto diversos centros libres de sujeciones en los últimos 2 años, con la metodología más adecuada obtenida.



## METODOLOGÍA

Una de las vertientes estratégicas de las intervenciones son las encaminadas a estudiar la adecuación de los entornos físicos para ser adyuvantes en la prevención de las caídas, promoción de la movilidad segura, y la prevención de problemas de conducta reactivos y entornos propiciatorios de la menor expresión de SCPD (Sintomatología conductual y Psicológica de la demencia).

Antes se realiza la recogida de datos del centro, con una herramienta denominada “censo de residentes”, con los cuales se valora la prevalencia de uso de sujetaciones físicas y la de algunas condiciones de los residentes o su cuidado que guardan relación.

Hemos desarrollado una herramienta de checklist ambiental para incidir en los aspectos del entorno que influyen en la seguridad física de las personas mayores institucionalizadas, con un grado de exigencia acorde al logro de centros libres de sujetaciones.

Por otro lado, hemos desarrollado una metodología de evaluación del desempeño de un centro, que pone el foco en los aspectos metodológicos, organizativos, de manejo de la información, de manejo de los factores individuales relacionados con la seguridad física y psicológica de los residentes, percepción y actitudes de los profesionales (encuestas de percepción), burn-out, etc.

## INTERVENCIÓN EN EL CENTRO

### ACCIONES. MÉTODOS. DETALLES.

El punto de partida es contar con datos de prevalencia de uso en el centro diana, y su relación con una serie de variables estructurales y clínicas. Esos datos, procesados, son la base de las conversaciones con los profesionales del centro. Para contar con ellos, en el centro se cumplimenta el “censo de residentes”.

A partir de ahí, se inicia la visita al centro y allí se comienza con el proceso diagnóstico, que pone el foco en todos aquellos aspectos, metodológicos, organizativos, de actitudes, del entorno, y de conocimientos, que tienen que ver con un mayor o menor uso de sujetaciones, según nuestra experiencia y las evidencias internacionales.

Tras el proceso diagnóstico y de formación se realizan una serie de recomendaciones in situ, y posteriormente por escrito en un plazo de 15 días, remitiéndose en ese informe el programa de racionalización/ reducción de uso de las sujetaciones adecuado



a sus características, elaborado por el equipo técnico del programa desatar al anciano y al enfermo de Alzheimer.

#### ACCIONES DURANTE LA VISITA

##### Entrevistas

- Director
- Mandos/ Supervisores
- Personal Técnico Asistencial titulado superior y medio
- Personal de Atención directa no universitario
- Otros (posibles: algún residente o grupo de residentes; otros profesionales)

##### - Otros

##### Encuestas

- Maslach
- PRUQ

##### Formación

- A todo el personal de Atención directa en Aula
- Al equipo interdisciplinario, a través de reunión

##### Revisión documental

- Valoraciones y otra información encargada
- Organigrama
- Normas/ Régimen interno
- Protocolos
- Sistema de Información/ Registros
- Plan Estratégico y otros planes

##### Observación Directa

- Visitas guiadas a distintas áreas de la residencia y a distintas horas
- Visitas no guiadas a distintas áreas de la residencia y a distintas horas

##### Conferencia de Salida

- Presentación del programa a familiares

#### FINES DE LA INTERVENCIÓN

##### 1. Asesoramiento Básico

- a. Asesoramiento para diseño de estrategias
- b. Asesoramiento para el desarrollo de protocolos y guías
- c. Asesoramiento para la documentación clínica
- d. Asesoramiento para elaborar folletos informativos
- e. Asesoramiento para elaborar normas, contratos y reglamentos



2. Formación básica del Personal de Atención Directa.- Encuesta de Percepción.
3. Formación básica del Equipo Interdisciplinario. CONTENIDOS
  - a. Introducción al Fenómeno del Uso de Sujeciones y Factores Determinantes.
    - i. Impacto de las sujeciones. Datos epidemiológicos. Evidencias científicas
    - ii. Aspectos culturales del uso de sujeciones
    - iii. Mitos y Verdades sobre el uso de sujeciones y los factores relacionados
    - iv. Alternativas a las sujeciones
  - b. Evitar sujeciones.- Base ética, jurídica y médicas para una Tolerancia Zero
  - c. Procesos de erradicación de sujeciones.- Metodología de eliminación
  - d. Prevención y Manejo de las Caídas en Ancianos
  - e. Prevención y Manejo de los Síntomas Conductuales de las Demencias (SCPD)
  - f. Uso Racional de Fármacos Psicotrópicos
4. Revisión Documental / y Propuesta de registros
5. Propuesta de metodología e instrumentos clínicos

En el logro de centros libres de sujeciones participan los profesionales, todos los componentes de la organización, en colaboración con los familiares de los residentes incompetentes o presuntamente incompetentes. La metodología para lograr centros sin sujeciones contempla un método de trabajo con familias, y además una charla informativa a familiares impartida por el director del programa desatar.

## FASES DE APLICACIÓN

Logrados, y comprobados ya por el programa desatar, 8 centros libres de sujeciones. En la siguientes fase (año 2012) se lograrán otros 12 centros más, con la misma metodología de diagnóstico y asesoramiento para los cambios necesarios para lograr ambientes sin restricciones. Se pasa a la 3<sup>a</sup> fase en la que se examinan los resultados de mejoras de la seguridad física pasiva de los ambientes vitales de los centros, así



como de las mejoras en otros resultados asistenciales, mediante la herramienta de checklist, lista de elementos claves del programa desatar y la aplicación de los indicadores de calidad asistencial en los cuidados prolongados del sistema americano (nursing home compare).

## TEMPORALIZACIÓN

Año 2012.- logro de (al menos) 20 centros libres de sujeciones (comprobados por el programa desatar)

Año 2013.- análisis de las características ambientales, metodológicas, organizativas, etc., de los centros libres de sujeciones

Año 2014.- evaluación de la calidad asistencial mediante indicadores validados

## RECURSOS

Los que ya se vienen utilizando en el programa desatar al anciano y al enfermo de Alzheimer, más las colaboraciones de centros voluntarios para lograr ser libres de sujeciones.

No implica incremento de necesidad de recursos humanos en los centros, derribándose así uno de los mitos que hay detrás del uso de sujeciones, que se traduce en la afirmación de que evitar las sujeciones implica aumentar el personal en los centros, lo cual ha quedado contradicho por los centros libres de sujeciones ya logrados.

## NORMATIVA

No existe una normativa que exija prescindir de las sujeciones físicas a la hora de cuidar a las personas mayores en el ámbito institucional, siendo la próxima al planteamiento de evitar las sujeciones, el decreto foral de Navarra sobre uso de sujeciones, que dice que no se pueden usar sujeciones por conveniencia... y siempre como último recurso. Ver:

Decreto Foral 221/2011, de 28 de septiembre, por el que se regula el uso de sujetaciones físicas y farmacológicas en el ámbito de los Servicios Sociales Residenciales de la Comunidad Foral de Navarra.

## EVALUACIÓN

La evaluación es instrumental y basada en:

- “Censo de residentes”
- Checklist de seguridad física pasiva
- Checklist de factores claves del Programa Desatar
- Indicadores de Calidad públicos del sistema USA de LTC

## RESULTADOS

Los objetivos son bien fáciles de medir, mediante la comprobación de los “centros libres de sujetaciones” prevalencia cero de sujetaciones físicas definidas en los términos de, que una sujeción física es: la limitación de la libertad de movimientos de una persona, o su actividad física, o el normal acceso a cualquier parte de su cuerpo, con cualquier método físico externo aplicado sobre ella, o adyacente a ella, del que no puede liberarse con facilidad.

Se han de lograr los centros libres de sujetaciones sin incremento de la plantilla del centro (eficiencia) y en un plazo entre 6 y 12 meses, debiéndose mantener después de serlo por lo menos durante 6 meses más (periodo de riesgo de que un centro vuelva a utilizar sujetaciones después de haberla eliminado).

Se calcula que de forma inmediata y directa el número de personas beneficiarias serán unas 282, que se libraran de las sujetaciones en los centros intervenidos, más los que ingresen en el periodo de tiempo de realización del estudio, con riesgo de ser sometidos a sujetaciones por su condición intrínseca, y que han quedado sin ellas desde el principio.

Si bien el potencial de beneficiarios en toda España, en todos los centros que cuidan a personas mayores, supera a las 150.000 personas.

La validación de la metodología vendrá dada por el logro de centros libres de



sujeciones, si bien es cierto que la voluntad de sus líderes y equipos es determinante (querer) y que el estudio tiene el sesgo de haber elegido centros que están por la labor.

El pilotaje inicial de la metodología en 6 centros durante los primeros 2 años de desarrollo del programa desatar, fue clave para perfilar una metodología adecuada a la real necesidad de los centros para adecuarse a la posibilidad de cuidar sin utilizar sujetaciones, y las sucesivas 36 intervenciones realizadas directamente por el investigador principal del programa (su director), han ido enseñando nuevos aspectos críticos para el logro de centros libres de sujetaciones.

Ahora son ya 32 centros libres de sujetaciones comprobados y acreditados, de los cuales, 7 han sido de nuevo comprobados al año para confirmar que se mantienen libres de sujetaciones (lo cual tiene un valor especial al demostrar que los logros son sólidos y que se mantienen indefinidamente).

Para este primer semestre de 2014 está en la agenda la comprobación de otros 10 centros libres de más de 1 año.

## FINANCIACIÓN

Los aportados por los propios centros que buscan ser libres de sujetaciones (en el pasado se realizaron intervenciones piloto que fueron financiadas por ayudas de entidades (fundación Iberdrola) y por premios obtenidos (Premio Internacional Príncipe de Viana de Atención a la Dependencia)

El trabajo se seguirá financiando por las aportaciones de los centros que quieren ser libres de sujetaciones y ser acreditados, y el trabajo extra de análisis de datos se financiará con el excedente obtenido por los encargos de asesoramiento, formación, etc.

Así se considera viable, en tanto en cuanto los centros se muestren interesados en ese logro, y prioricen esta acción entre las que supondrán algún coste para ello.



## CONCLUSIONES

Lograr entornos seguros en los que se pueda cuidar a personas mayores dependientes sin necesidad de ser restrictivos, es una buena práctica contundente, que tiene como consecuencias no sólo una mayor seguridad, sino una mayor movilidad y mejor desenvolvimiento de las personas mayores institucionalizadas, y un mayor respeto a la dignidad de la personas y a sus derechos fundamentales, sin olvidar otras mejoras asistenciales que se dan como consecuencia de la cultura de cuidar sin atar/tolerancia cero a las sujeciones en los centros libres de sujeciones.

Los centros libres de sujeciones se convertirán en organizaciones eficientes que albergarán a equipos interdisciplinarios de alta cualificación y gran experiencia en la prevención de caídas y en el manejo de los SCPD, lo que junto a la creatividad practicada para evitar a toda costa el uso de sujeciones les convierte en centros de generación de conocimientos que serán de gran utilidad para otros profesionales y otras organizaciones. El programa desatar que lidera este proyecto extraerá parte de esos conocimientos en este trabajo, si bien es cierto que otra parte se volcará a través de lo que las propias organizaciones extraigan, y lo que los profesionales protagonistas publiquen.

## ENLACES

- Web CEOMA: <http://ceoma.org/alzheimer/es/centros-libres-de-sujeciones/que-significa-ser-centro-libre-de-sujeciones>
- Décimo aniversario del Programa Desatar al anciano y al enfermo de alzheimer: <http://www.ceoma.org/alzheimer/es/x-aniversario/x-aniversario>
- Carta a los/as profesionales de residencias para personas mayores sobre el uso de sujeciones. En el periódico Entre Mayores: <http://www.entremayores.es/spa/opinion.asp?var2=Tribunas&var3=Carta%20a%20los%20profesionales%20de%20residencias%20para%20%20personas%20mayores%20sobre%20el%20uso%20de%20sujeciones&nar1=5&nar2=42&nar3=16134&nar5=5>
- Artículo de opinión Por Antonio Burgueño. En el periódico Entre Mayores: <http://www.entremayores.es/spa/opinion.asp?var2=Tribunas&var3=Centros+libres+de+sujeciones%3A+el+m%E9rito+de+%27desatar%27+en+residencias&nar1=5&nar2=42&nar3=15390&nar5=4#.Ud05zD3Wwl8.facebook>