



Consulta la buena práctica 

# VACACIONES

# PARA

# MAYORES

de





RED DE BUENAS  
**PRÁCTICAS**  
RELACIONADAS CON EL MODELO AICP

# ÍNDICE

[Resumen](#)

[Justificación](#)

[Objetivos](#)

[Temporalización](#)

[Hitos](#)

[Recursos](#)

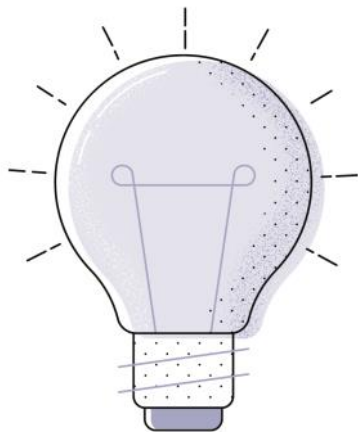
[Financiación](#)

[Alineación con los Objetivos del  
Desarrollo Sostenible \(ODS\)](#)

[Criterios de pertinencia](#)

# Programa de vacaciones para

# PERSONAS MAYORES



## RESUMEN

Por iniciativa de un grupo de residentes, la dirección del centro asumió el reto de poner en práctica un programa de vacaciones para personas mayores dependientes. Se pretendía facilitar un ocio activo y normalizado a personas mayores dependientes,

La oferta se realizó de forma abierta e inclusiva, tanto a los residentes como a sus familiares y profesionales del centro, siendo la participación totalmente voluntaria.

Se apostó por una estancia de 5 días en Benidorm, confiando en las posibilidades que brinda el clima y las instalaciones turísticas de la ciudad.

## ÁMBITO DE ACTUACIÓN

**Personalización, integralidad y coordinación:** Experiencias aplicadas de atención o de intervención que favorezcan la autonomía personal, la independencia funcional, el bienestar y la participación de las personas que tienen necesidad de apoyos.

**Entorno físico y comunitario:** Experiencias que desarrollen el diseño arquitectónico, mejoras relacionadas con el entorno residencial de la persona, actuaciones ambientales dirigidas a favorecer la accesibilidad, etc.

## PERSONAS BENEFICIARIAS

Personas mayores, personas en situación de dependencia.

## ÁMBITO TERRITORIAL

Local, supralocal.

## DESCRIPCIÓN DETALLADA

La iniciativa surgió de un grupo de residentes realizando gimnasia. Esta iniciativa fue comentada en reunión de equipo de residencia que fue apoyada por todo el equipo interdisciplinar. La dirección indicó los límites y condiciones de la actividad:

El equipo de profesionales que deseara participar debía de hacerlo voluntariamente.

El computo de las jornadas de los profesionales sería como jornadas habituales (7 horas).

El viaje, alojamiento y manutención de los profesionales sería incluido en el precio de los usuarios.

El Centro aportaría el coste salarial de los profesionales.

El diseño del proyecto (fechas, destino y actividades) fue previamente informado a usuarios (si eran capaces o presentaban deterioro cognitivo leve) y a familiares en los casos de deterioro cognitivo o la necesidad de apoyo económico para su familiar.

Antes de salir se tuvo una reunión con familiares y residentes para informar de toda la actividad: horarios de salida y llegada, preparación de equipaje, medios de comunicación...

Se creó una lista de distribución para que los familiares tuvieran información e imágenes de las actividades.

### PERFIL Y NÚMERO DE USUARIOS ASISTENTES:

- Se ofrece a todo aquel residente que quiera participar y desee tener esta experiencia. La única limitación es que exista algún impedimento clínico que pueda suponer un riesgo para su salud así como alguna limitación funcional que haga imposible su entrada al hotel y al uso de sus instalaciones (grandes dependientes que precisen uso de grúa de cigüeña).
- En principio el número es ilimitado. Por cada 4 residentes irá una profesional del centro.

### FAMILIARES DE APOYO:

- Está abierto a que algún familiar pueda acompañar al residente durante todo el desarrollo de la actividad.

### ELECCIÓN DE LUGAR Y DESTINO:

- Lugar de playa donde se garantice el buen tiempo en un hotel con habitaciones e instalaciones adaptadas, y donde exista un punto de acceso adaptado a personas dependientes o con discapacidad y con personas de apoyo.

### REQUISITOS DE ALOJAMIENTO:

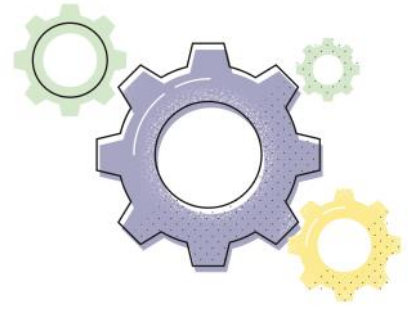
- Habitaciones adaptadas o de fácil acceso con silla de ruedas y fácil acceso de entrada al baño. Los profesionales compartirán habitación con los residentes que puedan presentar alguna conducta disruptiva por la noche.

### PLANTEAMIENTO ECONÓMICO:

- Los residentes abonarán el gasto del viaje, alojamiento y manutención propios y de las personas del equipo de trabajo de apoyo. El Centro aportará el coste salarial del equipo profesional.

## JUSTIFICACIÓN DE LA INICIATIVA

La concreción de este programa surgió de una conversación entre usuarios en el gimnasio de la residencia. La idea comenzó a tomar fuerza y a cuajar entre los profesionales. La dirección asumió el reto desde el convencimiento de que las personas dependientes tienen los mismos derechos al ocio y al disfrute de la naturaleza del mismo modo que cualquier persona válida de su entorno. Lo único que precisan los dependientes es disponer de los apoyos necesarios que hagan posible el ejercicio de sus derechos.



## OBJETIVOS

Objetivo General:

Facilitar un ocio activo y normalizado de la persona mayor en residencia, pudiendo beneficiarse como otras personas mayores de un tiempo de vacaciones en la playa.

Objetivos Específicos:

- Satisfacer el deseo de un grupo de residentes de hacer una salida a la playa en época de verano, tras llevar muchos años sin ver el mar.
- Disfrutar de unos días diferentes fuera del centro residencial ámbito de vida habitual.
- Ofrecer un entorno de relación de residentes, familiares y trabajadores diferente al ámbito residencial que potencie los vínculos entre ellos.

Claves...



# TEMPORALIZACIÓN

Fecha de Inicio: septiembre 2019

## HITOS

Se considera importante no sólo la fase de ejecución, sino también la preparatoria, en la que se ha ido perfilando la idea y la concreción de personas y medios necesarios. En todo momento se ha podido trabajar sobre la motivación y actitudes favorecedoras de una sana y enriquecedora convivencia.

No solo es reseñable la experiencia de disfrute y convivencia gratificante en los cinco días del programa, sino también la mejora de los vínculos entre los profesionales, usuarios y familiares que permanece y redundando en el bienestar de las personas cuidadoras y cuidadas en el centro.

## RECURSOS

Participantes, familiares, profesionales.

Al no contar con subvención alguna, el planteamiento económico ha sido claro desde el principio.

El enfoque económico realizado se valora como algo positivo. Los familiares no han puesto dificultades al precio. El coste ha sido asumido por todos:

- Los residentes han asumido el coste de viaje, alojamiento y manutención propia y de los trabajadores.
- Los trabajadores han realizado un sobreesfuerzo más allá de su jornada laboral
- La residencia ha asumido el coste salarial de los trabajadores.

## FINANCIACIÓN

Recursos propios.

# Coherencia con los

# PRINCIPIOS DEL MAICP



## Principio de Autonomía

*Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.*

El Programa de Vacaciones para Personas Mayores Dependientes se ha planteado como respuesta a una demanda que este tipo de personas suelen verbalizar. Se ha facilitado el ejercicio de un derecho al ocio y al descanso en unas condiciones que gran parte de la sociedad, jóvenes y mayores, ya disfruta.

Hasta la Administración Pública facilita, mediante subvenciones, este tipo de programas vacacionales para las personas mayores, pero limitado a las personas válidas.

La Residencia asistida S. Camilo, en este primer programa de vacaciones para personas dependientes, ofreció esta posibilidad a las personas residentes que lo desearan, incluso con leve deterioro cognitivo.

El acompañamiento de los profesionales del centro que les prestan atención habitualmente, así como la presencia de familiares en algún caso, ha permitido ejercer unos niveles de autonomía en horarios de aseo, descanso, alimentación, actividades lúdicas, etc. difícilmente alcanzables en la residencia.

## Principio de Individualidad

*Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.*

Al tratarse de un grupo reducido, se ha podido experimentar un nivel de personalización superior al que se deriva de las rutinas de la residencia. Aunque en ésta se dispone de comedor en cada planta, para no más de 35 personas, es inevitable que, en ciertas actividades, como las de animación, se sientan formando parte de un amplio colectivo.

En estos días de convivencia en la playa, se ha podido disfrutar de una atención más personalizada, con horarios más flexibles, compartiendo todo tipo de decisiones sobre actividades, alimentación, paseos, descanso, etc.

Esto ha permitido también una comunicación más en profundidad, en un entorno diferente al habitual, con mayor atención a sus preferencias, interactuando los residentes entre sí, con los profesionales cuidadores y con algunos familiares acompañantes.

## Principio de Independencia

*Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.*

Ninguno de los residentes que han participado en este programa es independiente para todas las ABVD. Algunos de ellos son usuarios de silla de ruedas. Sin embargo, al tratarse de una actividad de ocio propia de personas independientes y autónomas, con las que de alguna manera también han convivido en el hotel, ha permitido cierto nivel de identificación con etapas anteriores de su vida, en la que disfrutaban de una completa movilidad. De este modo la dependencia ha quedado reducida para cada uno al menor número de actividades posible.



# Coherencia con los

# PRINCIPIOS DEL MAICP



## Principio de Integralidad

*Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.*

La planificación de actuaciones en esta semana vacacional, ha sido absolutamente flexible. El foco de atención se ha puesto en todo momento en cada una de las personas y no en el cumplimiento de unos servicios estandarizados. La sociabilidad en un entorno absolutamente normalizado ha favorecido que la atención para las ABVD quedase diluida en el conjunto de actividades de la jornada, prevaleciendo las interacciones sociales y el bienestar psicológico.

## Principio de Participación

*Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.*

La propuesta de este programa de vacaciones ha sido muy bien acogida y se han adherido voluntariamente a su realización, participando gustosamente en su planificación y financiación. En las actividades desarrolladas cada día han estado activos, en la medida de sus posibilidades, y nunca como meros espectadores.

## Principio de Inclusión Social

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

El desarrollo de la planificación diaria ha sido totalmente normalizado. Se han compartido las instalaciones hoteleras, piscina, playa, autobús, etc. prácticamente como cualquier otro ciudadano que se desplaza a la costa para disfrutar de la naturaleza y el ocio en las conocidas instalaciones turísticas de la zona.

## Principio de Continuidad de Atención

Se reconoce que las personas deben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada, coordinada y adaptada permanentemente a las circunstancias de su proceso.

Cada usuario ha recibido los apoyos que necesitaba, puesto que estaban acompañados por los mismos profesionales, enfermeras y auxiliares, que les conocen y atienden habitualmente en la residencia.

# Coherencia con los

# CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



## **Criterio de Innovación**

*Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.*

La iniciativa para realizar esta experiencia surgió de un grupo de residentes conversando en el gimnasio del centro. Ha sido un programa innovador en cuanto que se rompe la imagen peyorativa de las personas mayores como incapaces de disfrutar del ocio, turismo y nuevas experiencias gratificantes.

En nuestro centro ha significado una apuesta innovadora, ya que nunca se había realizado una experiencia semejante.

## **Criterio de Transferibilidad**

*La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.*

Consideramos que este programa es perfectamente replicable, siempre que su planteamiento sea voluntario y participativo, tanto por parte de los usuarios como de sus familiares y de los profesionales del centro. La accesibilidad es una condición necesaria que afortunadamente se va ofreciendo cada vez más, tanto en el transporte como en los centros turísticos.

## **Criterio de Trabajo en Red**

*Para el desarrollo de la experiencia se han establecido relaciones y acciones conjuntas con distintas entidades y agentes de la comunidad.*

Para el desarrollo del programa ha sido preciso contar con los medios normalizados que se utilizan por todas las personas, aunque haya sido preciso buscar la mayor accesibilidad posible tanto en el transporte como en el alojamiento. Consideramos que las personas y entidades con las que nos hemos relacionado han participado de una experiencia novedosa y gratificante por su dimensión social e integradora de un colectivo especialmente marginado.

## **Criterio de Perspectiva de Género**

*La iniciativa considera de forma transversal y sistemática las diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres, incorpora objetivos y actuaciones específicas de género, o contempla su impacto por género (personas destinatarias y profesionales).*

La idea partió de un grupo de residentes. La dirección lo asumió como una oferta abierta a todos los residentes, sin distinción de género, con la única limitación de impedimentos clínicos que supongan un especial riesgo para su salud o dependencia de grúas para las transferencias.

# Coherencia con los

# CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



## Criterio de Evaluación y Resultados

*La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:*

- *Efectividad y cumplimiento de objetivos*
- *Impacto social*
- *Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica*

## ¿Cómo ha evaluado los resultados de su experiencia?

En esta primera ocasión, este proyecto-piloto ha cosechado los resultados esperados tanto en la fase preparatoria (motivación, participación en los preparativos,...) como en la ejecución. En todo momento ha prevalecido una actitud ilusionada, alimentando unas expectativas que finalmente han visto cumplidas.

No solo las expresiones de los residentes, sino también las de sus familiares y los profesionales que les han acompañado, dan cuenta del grado de satisfacción y disfrute alcanzado en esta novedosa experiencia de contacto con el mar y convivencia fuera del ámbito residencial.

Merece la pena resaltar cómo la relación entre usuarios y profesionales, después de la experiencia vacacional ya no es la misma, manteniendo ahora nuevos y más estrechos vínculos de apego y afecto.

## ¿Qué resultados se han obtenido?

Siendo una primera experiencia ha sido valorada muy positivamente tanto por parte de profesionales, residentes y familiares.

Se han cumplido los objetivos propuestos favoreciendo el disfrute, la experiencia de convivencia y relación fuera del ámbito residencial así como el contacto con el mar.

Los usuarios han mantenido su estado físico y han mejorado muy positivamente su estado anímico.

La relación entre usuarios y profesionales después de la experiencia vacacional ya no es igual, manteniendo vínculos estrechos de apego y afecto.

Asimismo, ha mejorado el grado de confianza de los familiares, agradecidos por el esfuerzo realizado desde el centro para posibilitar tal experiencia de disfrute para sus seres queridos.

Se ha mantenido un contacto constante con los familiares y profesionales del centro a través de una lista de distribución de WhatsApp mediante la cual se les comunicaba y se les hacía partícipes de todas las actividades que íbamos realizando.

Durante la estancia vacacional han presentado buen descanso nocturno, buena ingesta y no han aparecido conductas disruptivas.

¿Qué es la

# RED DE BUENAS PRÁCTICAS

## RELACIONADAS CON LA AICP?

La **Red de Buenas Prácticas relacionadas con el Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona** es un proyecto promovido y gestionado por la Fundación Pilares para la Autonomía Personal mediante el que pretendemos recopilar, sistematizar y divulgar buenas prácticas en coherencia con el modelo AICP.

Con esta Red, que pusimos en marcha en 2012, se pretende poner en valor el trabajo de muchas entidades que desarrollan experiencias que constituyen buenas prácticas y así, favorecer el **aprendizaje, intercambio y cooperación** entre organizaciones, proveedores de servicios públicos y privados, profesionales e investigadores, con el objetivo de contribuir a la mejora de la calidad de vida de personas en situación de dependencia y al avance del modelo.

En su **catálogo** se muestran **167 experiencias** que pueden transferirse a otros lugares. En el sitio de la Red existe también un repositorio de **“Materiales útiles”** puestos a disposición en el que pueden descargarse **401 documentos y publicaciones**.

Es una Red abierta a la que pueden sumarse entidades y/o profesionales del sector del envejecimiento y la discapacidad en alguna de estas dos modalidades:

- Miembros de la RED: proyectos considerados Buena Práctica.
- Amigas y amigos de la RED: personas interesadas en conocer más sobre el modelo AICP.

Se han adherido ya más de 900 profesionales y entidades

Cuenta con el apoyo económico del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través de la subvención con cargo al 0,7 del IRPF.

\* Consulta nuestra Red de Buenas Prácticas en [www.fundacionpilares.org/modeloyambiente](http://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente)



La Fundación Pilares para la autonomía personal es una entidad sin ánimo de lucro, de ámbito estatal, que tiene como objetivo **el bienestar, la dignidad y la autonomía de las personas mayores o en situación de dependencia, así como sus familias.**

