



Consulta la buena práctica



Residencia Poblenou (Fundació Vallparadís)

CAMINANDO ENTRE RECUERDOS

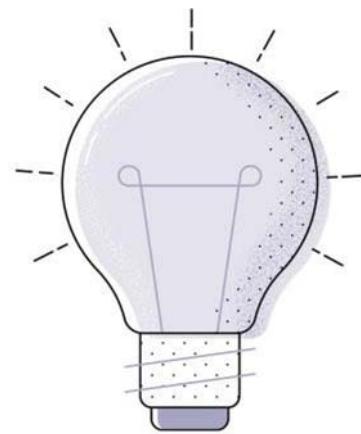


ÍNDICE

1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA	3
2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN	3
3. PERSONAS BENEFICIARIAS	4
4. TIPO DE ACTIVIDAD	4
5. ÁMBITO TERRITORIAL	5
6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA	5
7. JUSTIFICACIÓN	8
8. OBJETIVOS	9
9. PALABRAS CLAVES	9
10. TEMPORALIZACIÓN	11
11. HITOS	11
12. RECURSOS	11
13. FINANCIACIÓN	12
14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)	12
15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP)	13
16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS	16

1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA

La actividad física, mejora el estado físico y anímico de las personas, fomentando la socialización. Andar evita el sedentarismo y nos aporta beneficios como la mejora del sistema cardiovascular. Las personas mayores institucionalizadas, tienen que poder realizar esta actividad dentro de un entorno seguro, donde puedan andar por cualquier lugar del entorno. En nuestro caso, nos planteamos poder mejorar las deambulaciones que se realizan dentro de la planta donde la persona vive, haciendo de esta actividad una experiencia significativa.



2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Detallar el ámbito de actuación marcando con una X la opción u opciones que correspondan de la siguiente tabla:

Personalización, integralidad y coordinación: <i>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.</i>	<input checked="" type="checkbox"/>
Productos de apoyo y TIC: <i>diseño y/o implementación de tecnologías, productos de apoyo y TIC para favorecer la autonomía, la independencia, el bienestar y la seguridad, tanto de las personas que tiene necesidad de apoyos como de las personas que les atienden o cuidan.</i>	
Entorno físico y comunitario: <i>experiencias que desarrollen el diseño arquitectónico, mejoras relacionadas con el entorno residencial de la persona, actuaciones ambientales dirigidas a favorecer la accesibilidad, etc.</i>	<input checked="" type="checkbox"/>
Desarrollo organizativo y profesional: <i>Innovaciones organizativas, metodológicas o normativas que medien o favorezcan la aplicación del modelo, a través de cambios normativos, instrumentos de evaluación, adaptaciones en los sistemas de organización y gestión de los centros y recursos, coordinación sociosanitaria, metodologías e instrumentos de atención personalizada, adaptación de perfiles profesionales y formas de actuación.</i>	
Acciones de comunicación: <i>aquellas experiencias relacionadas con medios de comunicación dirigidas a romper los estereotipos e imágenes erróneas sobre la vejez, discapacidad, enfermedad, etc., que propongan una visión que ponga en valor a las personas.</i>	
Generación de conocimiento: <i>iniciativas dirigidas a la investigación, evaluación, publicaciones, entornos académicos que favorezcan la generación de conocimiento y visibilicen los avances en nuevos modelos de atención y/o cuidados.</i>	
COVID-19: <i>se refiere a aquellas iniciativas que hayan nacido o se hayan tenido que ajustar específicamente en el marco de la pandemia del virus de la COVID-19.</i>	

3. PERSONAS BENEFICIARIAS

Detallar las características de las personas beneficiarias marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	
Personas en situación de dependencia	
Familias	
Profesionales	
Sociedad en general	
Otro/s	
Describa las características principales de las personas beneficiarias de la experiencia:	
Las personas que se han beneficiado y participado de este proyecto siguen el siguiente perfil:	
- 88.89% son mujeres.	
- Promedio edad 89.34 años.	
- Media de estancia en el centro de más de dos años.	
- 77% presentan una puntuación MEC inferior a 21.	
- 66.67% caminan por de forma autónoma.	

4. TIPO DE ACTIVIDAD

Detallar el tipo de actividad de su entidad marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Centro residencial	X
Comunidades, viviendas, domicilios	
Centros ocupacionales	
Centros de día	
TAD, SAD	
Escuelas, universidades y otros centros educativos	
Lugares y centros de trabajo	
Políticas públicas	
Transporte	
Ocio	
Cultura	
Deporte	
Otro/s	

Describa el tipo de actividad de la entidad que lleva a cabo la buena práctica:

La Fundació Vallparadís tiene como principal misión mejorar la calidad de vida de las personas que se hallan en situación de dependencia, aportando su asistencia y su experiencia en el cuidado de las personas, teniendo siempre en cuenta sus necesidades.

Apostamos por un modelo asistencial orientado a brindar un apoyo emocional,

proporcionar autonomía personal positiva, respetando la libertad individual y la intimidad de cada persona.

El centro donde se desarrolla esta buena práctica se ubica en Barcelona ciudad, concretamente en el barrio de Poblenou.

Para nosotros/as es primordial que las personas que viven en el centro se sientan lo más a gusto posible y que en la medida de lo posible, perciban la residencia como su casa, es por ello que todas aquellas personas que lo desean personalizan su habitación dejando impregnada en ella su esencia personal.

Por otra parte, cada persona usuaria tiene un profesional de referencia y un técnico de soporte, que son las dos personas que recogen preferencias, gustos, historia de vida.... Y adaptan los cuidados a cada persona, individualizando así el trato y asistencia.

5. ÁMBITO TERRITORIAL

Detallar el ámbito territorial de su entidad marcando con una X la opción que corresponda, especificando la zona de actuación:

Local (Especificar municipio):	BARCELONA	X
Provincial (Especificar provincia):	BARCELONA	X
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):	CATALUNYA	X
Estatal		
Unión Europea		
Internacional		

Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica:

Esta buena práctica se desarrolla en la Residencia Poblenou, que se encuentra en la ciudad de Barcelona.

6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Describa a continuación, de forma detallada, en qué consiste la buena práctica, metodología empleada, fases de implementación, etc. (máximo 2.000 palabras):

"CAMINANDO ENTRE RECUERDOS", es una buena práctica que surge del interés por parte del equipo de fisioterapeutas del Centro para poder promover las deambulaciones y así la actividad física entre las personas usuarias.

Esta consiste principalmente en propiciar espacios acogedores y significativos que inviten a pasear despertando el interés de cada persona, y que a la vez genere oportunidades de conversación y dialogo a través de fotografías de su época, de lugares conocidos o de objetos que son significativos para ellos.

Criterios Inclusión / exclusión

Criterios inclusión	Personas que quieran participar voluntariamente
	Personas que vivan en planta 3 de la Residencia.
Criterios de Exclusión	Personas que no quieran participar

El método fue del tipo NO EXPERIMENTAL, ya que el objetivo es poder recoger datos observados y analizarlos con la finalidad evaluar nuestra hipótesis que planteaba que con una motivación lo suficientemente atrayente para la persona, se puede fomentar el interés por caminar ya sea de forma voluntaria o de forma dirigida.

La prueba piloto se inició en 3^a planta de la residencia, ya que era la que tenían un mayor número de personas deambulantes y con deterioro cognitivo moderado.

Se recogió de cada persona información significativa usando como herramienta la Historia de Vida y demás documentos con los que se elabora el Plan Personalizado de Atención y Vida, así como se realizaron entrevistas para conocer qué tipo de imágenes les gustaría ver colgadas en las paredes del pasillo de planta.

Una vez recogida la información, se inició la búsqueda de imágenes. Para nuestra sorpresa, estas fueron sobre temáticas muy variopintas que iban desde la iglesia del pueblo de nacimiento, animales, lugares emblemáticos, naturaleza o imágenes religiosas.

El siguiente paso fue crear composiciones con las fotografías adaptándolas a diferentes tamaños de marcos, ya que habíamos decidido romper la monotonía visual. Para ello se adquirieron este tipo de marcos, todos ellos de color blanco, ya que es un color que no perturba o interfiere en el contenido de la fotografía. Los tamaños iban desde cuadros pequeños hasta cuadros muy grandes que oscilaban entre los siguientes tamaños: 13 x 15 cm a 35 x 40 cm.

Una parte importante era poder informar al resto de profesionales sobre aquello que se iba a realizar, por ello se elaboró y desarrollo la Buena Práctica en formato Ficha y se explicó a los diferentes profesionales tanto de atención directa como de atención indirecta que trabajan en el centro, especialmente los que trabajan en planta 3.

El último paso fue la colocación de cada una de las fotos enmarcadas, pero no quisimos dejar este punto muy importante para nosotros/as al azar, ya que nos interesaba que cada una pudiera estar ubicado de forma concreta, es decir, no

dejando la colocación aleatoria: la finalidad era que cada persona pudiera sentirse representada con las imágenes cuando se acercaba o entraba a su habitación, y que se le despertaría el interés por ver las imágenes que los demás habían elegido y que salían de zona habitual de paseo.

Necesitábamos un punto de partida que nos permitiera comparar la motivación e implicación de cada persona previo a la colocación de imágenes y rincones significativos. Por ello, antes de la implementación, se realizó a cada persona una valoración objetiva mediante el test NPTS observando el nivel de satisfacción y implicación cuando hacíamos las deambulaciones tradicionales por el pasillo.

Una vez los pasillos se engalanaron con cada cuadro e imagen, creando no solo un espacio significativo sino llenando el vacío de la pared fría, las fisioterapeutas iniciaron las deambulaciones como habitualmente, pero esta vez con el factor sorpresa que suponía tener un estímulo que ver y objetivo para llegar hasta allí.

De nuevo se utilizó el test validado NPTS para recoger de forma estructurada las reacciones de las personas, el interés mostrado y la satisfacción.

Como toda buena práctica, esta ha venido para quedarse y se irá implementando poco a poco en el resto de plantas de la Residencia. Creemos que para que puede seguir teniendo éxito y motive a las personas las imágenes y objetos deberán ir cambiando de forma frecuente y así poder mantener vivo el interés de las personas, modificando el tipo de fotografía, la ubicación o según solicitud de cada persona.

Para poder objetivar resultados se han realizado valoraciones pre y post aplicación de BBPP utilizando para ello la valoración de la experiencia mediante escala validada NPT-ES (Non Pharmacological Teraphy Experience Scale).

La NPT-ES pretende medir aspectos de la experiencia del paciente en el momento de la intervención. La experiencia es la vivencia del presente, condicionada por las posibilidades de cada persona. Algunas de las consecuencias observables de dicha experiencia se expresan en la conducta y en las relaciones sociales. El tiempo de evaluación ha de ser todo el que abarque la intervención que se quiera puntuar, pudiendo ser una sesión completa, desde el primer elemento terapéutico hasta el último o sólo una parte.

Esta BBPP está siendo de lo más gratificante, no solo por la mejora sustancial en la actitud de las personas que ahora encuentran un sentido a su paseo por la planta, sino porque la elaboración de cada imagen a supuesto también un acercamiento a cada persona, haciendo una introspección en el terreno personal, que han desembocado en conversaciones y trasportado a las personas a otros tiempos y lugares, generando momentos únicos de confianza entre profesionales y personas.

Mantener la identidad de cada persona es fundamental para generar bienestar emocional y sentirse pleno, dar sentido a las actividades que conocemos como mecánicas es un reto, pero compensa al contemplar en el otro caras y ojos llenos de alegría y emoción.

7. JUSTIFICACIÓN

Especifique el motivo o causa que motivó la puesta en marcha de la iniciativa:

La actividad física, y concretamente el andar, suponen no sólo una mejora en el estado físico de las personas, sino que también repercute en una mejora de su estado de ánimo y fomenta la socialización.

Caminar ayuda a romper con la rutina y evita el sedentarismo, además, es una actividad que podemos realizar mientras interaccionamos con otros, mejorando nuestra vida social.

Podemos decir que caminar nos ayuda a socializarnos y a mejorar nuestras habilidades sociales. Por otro lado, andar nos aporta beneficios como la mejora de nuestro sistema cardiovascular, nos ayuda a reducir el colesterol y la glucosa, nos ayuda a reducir el peso y también nos ayuda a mejorar a nivel muscular.

Las personas mayores institucionalizadas deben poder realizar esta actividad dentro de un entorno seguro, donde se pueda caminar por cualquier sitio, ya sea dentro del centro o en espacios exteriores. Para ello, nos planteamos poder mejorar las deambulaciones que hacemos dentro del centro, donde el único aliciente que tenemos es un pasillo largo y pasos por delante que no llevan a ninguna parte ¿qué sentido tiene andar por andar?

Por ello, quisimos que esta actividad tuviera un valor añadido, y que mientras la persona disfruta de un paseo, pueda recibir estímulos y percibir emociones, transformando la deambulación en una actividad plenamente significativa, donde pueda interaccionar con diferentes elementos visuales y sobre todo que tengan que ver consigo misma y con aspectos de su historia de vida.



8. OBJETIVOS

Indique el Objetivo General y los Objetivos Específicos de la iniciativa:

Objetivo General:

Dar sentido a las deambulaciones que por parte de fisioterapia se realizan en el centro. Esta actividad sin más, no deja de ser caminar por caminar sin sentido a lo largo de un pasillo, donde el único aliciente para la persona es ver siempre las mismas paredes y habitaciones.

Este aspecto supuso una reflexión interna, llegando a plantearnos la hipótesis inicial que: con una motivación lo suficientemente atrayente para la persona, esta podía mejorar su interés por caminar, ya que debía desplazarse para ver sus cuadros, fotografías y rincón de interés.

Objetivos Específicos:

- Motivar paseos en espacios seguros y controlados, promoviendo así la actividad física entre las personas.
- Estimular la evocación de recuerdos mientras la persona camina y se sorprende con elementos significativos para ella.
- Fomentar el sentimiento de pertenencia, autoestima así como la comunicación y el dialogo.

9. PALABRAS CLAVES

Describa cuatro “palabras claves” relacionadas con su buena práctica y porqué tienen importancia, por ejemplo: palabra clave “Personalización”, porque llevamos a cabo una atención personalizada, centrada en las características e idiosincrasia de cada una de las personas, teniendo en cuenta su opinión, intereses, valores, costumbres...

Palabra clave -1-: MOVIMIENTO CON SENTIDO

Incentivar la movilidad, activa a la persona puesto que le da un sentido al hecho de levantarse.

Caminar con fines utilitarios mejora significativamente la salud no solo física sino mental y emocional, así como ayuda a crear una rutina diaria que pueda convertirse en un hábito.

Palabra clave -2-: HISTORIA DE VIDA

La atención centrada en la persona comporta una planificación individualizada que debe tener presente su historia de vida, ya que ninguna persona es igual a otra (Martínez, 2011).

La biografía de cada persona nos proporciona su identidad, permitiendo integrar y conectar presente, pasado y futuro. Cada persona es un ser único y por tanto la individualidad y singularidad deben considerarse grandes valores para dar una atención personalizada y que resalte su trayectoria de vida. Conocer a la persona y saber lo que considera relevante de su vida, nos puede ayudar a comprenderla mejor (Villar y Triadó, 2006).

Palabra clave -3-: **REMINISCENCIA**

En términos simples, la reminiscencia es el acto de recordar activamente eventos y situaciones pasadas.

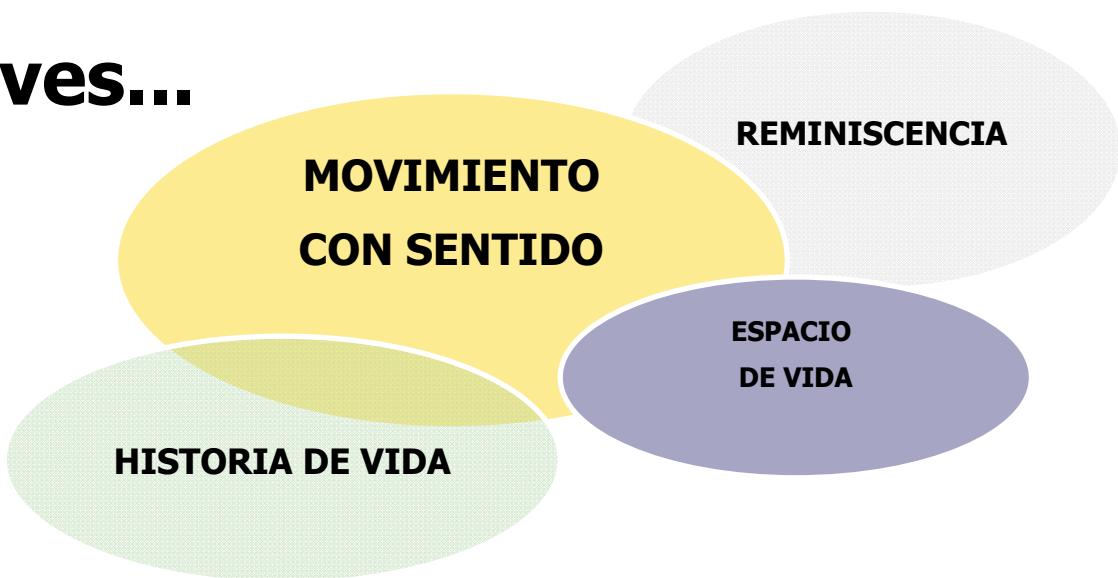
Con la presentación de cada imagen se despiertan recuerdos, emociones y vivencias pasadas. Nuestro pasado son los pasos que dimos en el ayer, queremos que para que los pasos que las personas de nuestro centro tengan sentido hoy, los recuerdos del ayer estén muy presentes.

Palabra clave -4-: **ESPACIO DE VIDA**

Poder crear un espacio de vida, significa un poder crear, recuperar y aprovechar espacios del centro con la finalidad de hacer de este espacio un recurso terapéutico para las personas.

Un pasillo largo y vacío no transmite nada, pero si este se transforma en un espacio con diferentes estímulos con los que la persona pueda sentirse identificada, se convierte en un espacio de vida.

Claves...



10. TEMPORALIZACIÓN

Indique la fecha de inicio de la buena práctica (mes y año):

Año de inicio: 2021
Mes de inicio: Diciembre

11. HITOS

Describir hitos importantes, como, por ejemplo, premios, reconocimientos recibidos por la iniciativa que se presenta. Si no los hubiera, indicar no procede.

No procede.

12. RECURSOS

Describir los recursos necesarios para llevar a cabo la experiencia, en cuanto a personal necesario y recursos materiales:

- Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

El desarrollo de la buena práctica "Caminando entre recuerdos", recae principalmente en la figura de la persona profesional de fisioterapia, en este caso, sobre las dos fisioterapeutas del centro, que han liderado la buena práctica.

Si bien es cierto, que el trabajo en equipo es fundamental. En el centro cada usuario tiene un Profesional de Referencia y un técnico de soporte que son los que realizan el acompañamiento de la persona.

Por otra parte, la multidisciplinariedad, ha facilitado que todos los profesionales puedan utilizar como herramienta la buena práctica para desarrollar diferentes actividades.

- Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

Para poder desarrollar la experiencia, fue fundamental primero poder pintar las paredes de los pasillos de la planta. Se quería conseguir una imagen limpia y atractiva, y los dos años de Covid habían deteriorado el aspecto de la planta. Para ello se pintaron pasillos y zonas comunes.

A posteriori se compraron marcos de diferentes medidas, así como el material necesario para su colocación.

Para la obtención de las fotografías fue necesario documentarse en internet y

encontrar la imagen exacta con la que la persona se sintiera identificada.

Por último, se imprimió todo el material según medida establecida para cada marco y ubicó estratégicamente en la planta.

13. FINANCIACIÓN

Detallar el tipo de financiación con el que cuenta la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Recursos propios	<input checked="" type="checkbox"/>
Cuota de personas usuarias	<input type="checkbox"/>
Ingresos derivados de la prestación de servicios/productos	<input type="checkbox"/>
Subvenciones	<input type="checkbox"/>
Otros	<input type="checkbox"/>
Especificar otras fuentes de financiación diferentes:	
Para desarrollar la buena práctica el centro ha corrido con los gastos no solo de pintar y adecuar la planta, sino de la adquisición de cuadros, impresión de imágenes, etc.	

14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Elegir el objetivo/s de desarrollo sostenible a los que contribuya la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Acabar con la pobreza	<input type="checkbox"/>
Hambre cero	<input type="checkbox"/>
Salud y bienestar	<input checked="" type="checkbox"/>
Educación de calidad	<input type="checkbox"/>
Igualdad de género	<input type="checkbox"/>
Agua limpia y saneamiento	<input type="checkbox"/>
Energía asequible y no contaminante	<input type="checkbox"/>
Trabajo decente y crecimiento económico	<input type="checkbox"/>
Industria, innovación e infraestructura	<input type="checkbox"/>
Reducción de las desigualdades	<input type="checkbox"/>
Ciudades y comunidades sostenibles	<input type="checkbox"/>
Producción y consumo responsables	<input type="checkbox"/>
Acción por el clima	<input type="checkbox"/>
Vida submarina	<input type="checkbox"/>
Vida de ecosistemas terrestres	<input type="checkbox"/>
Paz, justicia e instituciones solidarias	<input type="checkbox"/>
Alianzas para lograr los objetivos	<input type="checkbox"/>
No procede / No aplica	<input type="checkbox"/>

15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP)



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.

Basados en el principio de autonomía y determinación, esta buena praxis incentiva la libre decisión de movimiento de la persona, que ve recompensado su esfuerzo.

Las personas deciden donde pasar su tiempo, ya sea en la habitación o en el comedor descansando o realizando alguna actividad. En el momento que alguien toma la decisión de querer pasear, sabe que le espera en algún lugar una bonita imagen que le transportará a un recuerdo, un lugar ... Quizás levantarse sin motivo, no sea motivador, pero saber que puedo ver algo me agrada, fomenta el interés. No solo decido libremente ir a ver imágenes de mi interés, sino que el interés se despierta en conocer otras imágenes y preguntar a los compañeros sobre ellas.

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.

En nuestra buena praxis este principio está muy claro. La selección de las imágenes a exponer en los cuadros no ha sido aleatoria ni siguiendo ningún criterio estético. Nos hemos basado en imágenes que cada persona ha elegido, siendo cada una de ellas es única y basándonos en sus propias experiencias, preferencias e historia de vida.

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.

“Caminando entre recuerdos”, no pretende ser una exposición fotográfica temporal de las personas que viven en el centro. Cada imagen forma parte de un recuerdo que ahora está en su “casa” y que tiene una relevancia importante para cada uno de ellos.

El grado de deterioro cognitivo de las personas de la unidad es diferente, pero no por ello se ha excluido a nadie en su capacidad de poder elegir libremente que tipo de imagen quería poner.

Principio de Independencia

Por otra parte, con estos espacios, promovemos la libertad de movimiento, ya sea por decisión propia y necesidad de pasear, o bien mientras se realiza una actividad terapéutica. El estímulo sobreañadido fomenta no solo la movilidad sino el pensamiento y las funciones cognitivas, previniendo situaciones de dependencia.

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 llegan de manera integrada a quienes los precisan.

Esta propuesta abarca múltiples acciones y beneficios para las personas. Inicialmente, se planteó desde el servicio de fisioterapia con el único objetivo de fomentar las deambulaciones en las personas. Hemos pasado dos años de pandemia, con muchas restricciones y limitación de movimiento, sobre todo en las personas que viven institucionalizadas, mermando su derecho de libertad.

Lo que fue una idea inicial, se transformó a posteriori en una buena práctica, puesto que no solo fomentaba el hecho de caminar de forma libre, sino que se convirtió en un facilitador que abrió puertas a otros profesionales, tanto de atención directa como indirecta.

Además, hemos detectado que el personal dedicado a los cuidados y personal técnico podían sacar provecho utilizando esta herramienta para trabajar las diferentes áreas de la persona, y para el personal de atención indirecta sirvió para poder entablar conversaciones donde las personas usuarias explicaban ilusionadas el significado de cada imagen.

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.

Como se ha comentado anteriormente, en el centro trabajamos siguiendo el Modelo de Atención Centrada en la Persona, y dónde cada persona usuaria o familia participa activamente en la elaboración de su Plan Personalizado de Atención y Vida. (PPAV)

Para la elaboración del PPAV, el Profesional de Referencia recoge una serie de documentos que hacen relación a sus preferencias, gustos, prioridades, expectativas.... Para poder así plantear unos objetivos individuales y personalizados.

De toda esta información recogida y del dialogo, surge cada fotografía, seleccionada con mucho mimo, durante todo el proceso las personas han sido

Principio de Participación

partícipes protagonistas; se les ha preguntado directamente qué imágenes les gustaría ver cada día por los pasillos, que es importante para ellos, que desean recordar...

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.

“Caminando entre Recuerdos” ha sido y es una buena práctica que nos ha sorprendido puesto que han aparecido beneficios que inicialmente no planteados.

El hecho de poder contar con elementos tan representativos para cada persona ha dado lugar a conversaciones y diálogos espontáneos entre usuarios, que se explicaban unos a otros el significado de las fotografías, fomentando indirectamente las relaciones interpersonales, la comunicación y el sentimiento de pertenencia.

No se han establecido criterios de exclusión, a excepción de la voluntariedad expresa de no querer participar en la buena práctica, con lo que permite la inclusión de todas las personas independientemente de su grado de dependencia o capacidad cognitiva.

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.

El plan de continuidad de esta práctica es, por una parte, poderla exportar e integrar a todo el centro.

Por otro lado, la idea es ir renovando de forma periódica las imágenes en función de las peticiones que nos puedan hacer llegar las personas o de las apreciaciones.

“Caminando entre recuerdos”, está en constante movimiento, como la vida y como los usuarios que allí viven.

16. 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.

Caminar es un comportamiento innato que las personas recién nacidas adquieren progresivamente de forma natural. En las personas adultas es una forma excelente de practicar actividad física, apta para todas las edades, pero en personas mayores que tienen a ser sedentarias no es fácil encontrar la motivación para levantarse.

La transformación de caminar por caminar, a caminar con sentido es crucial. Las personas motivadas tienden a querer hacer las cosas sin esfuerzo, con alegría y con un objetivo.

Criterio de Transferibilidad

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

El Proyecto, permite sin duda una aplicación en todo el centro, y esta experiencia se puede trasladar a cualquier institución en la que vivan personas de forma permanente y que quieran potenciar la atención centrada en la persona como pilar de su asistencia.

Se puede extrapolar a cualquier ámbito; discapacidad física o intelectual, salud mental ...

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.

Si bien la buena práctica se ha realizado integra en la Residencia Poblenou, con la dedicación del personal del centro, no podemos obviar la ayuda de personas que realizan Trabajos en Beneficio de la Comunidad (TBC)

En el centro colaboramos con entidades jurídicas ofreciéndonos como centro para el cumplimiento de penas menores de personas que han de cumplir condena

Criterio de Trabajo en Red

realizando tareas en beneficio social.

En este caso la participación de estas personas ha sido la de poder adecuar los pasillos que se han utilizado, realizando tareas de mantenimiento y pintura en los mismo.

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).

En el caso de esta práctica se han considerado las preferencias de las persona, de manera personalizada y evitando cualquier sesgo por género. Las reminiscencias evocan recuerdos de la propia persona mayor, desde su mirada y perspectiva, lo que también condiciona cualquier preferencia por género.

Criterio de Evaluación y Resultados

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

- 1) Efectividad y cumplimiento de objetivos
- 2) Impacto social
- 3) Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica

“Caminando entre recuerdos”, es sin duda un estímulo para los sentidos, ya que no solo realizamos una actividad física, sino que mientras lo hacemos disfrutamos del entorno.

Mientras nos dirigimos a ver las diferentes imágenes, estamos trabajando múltiples funciones cognitivas, como la concentración o la atención, pasamos por delante de habitaciones de compañeros/as que nos saludan con lo que estimulamos el oído, y hasta podemos percibir el olor personal que cada uno tenemos y identificar a la persona que tenemos cerca.

Estimula el cerebro al descubrir los diferentes elementos de nuestro entorno.

Caminar permite aprender a conocer de otra manera los diferentes elementos de nuestro entorno. Estimula la mirada curiosa, descubriendo aquello que normalmente no apreciamos. Además, aunque se realice en diferentes ocasiones el mismo recorrido, siempre se pueden descubrir nuevos aspectos como la luz, los olores según el momento del día, la percepción de entradas de aire...

Favorece la cooperación y mejora la comunicación e interacción entre personas.

El simple hecho de caminar y sobre todo en compañía, favorece aspectos como la cohesión, la comunicación e interacción y mejora la sociabilidad.

Un ambiente relajado beneficia el hecho de comentar no solo aquello que nos rodea sino también los asuntos cotidianos de nuestro día a día. Se trata de un tiempo de diversión compartida. Así pues, involucra a otros compañeros de planta y los

Criterio de Evaluación y Resultados

profesionales que trabajan en ella.

Hace sentirnos mejor física y anímicamente

Después de poder dar un paseo y contemplar imágenes que son conocidas y significativas para la persona, el estado de ánimo indudablemente mejora.

Por otro lado, se promueve la motilidad intestinal y se mejora la circulación entre otros aspectos.

Caminar con sentido, en personas mayores institucionalizadas mejora la sensación de energía, la autoestima y la capacidad de relacionarse con otras personas.

(Describir cómo se han evaluado los resultados de la experiencia?)

Necesitábamos un punto de partida que nos permitiera comparar la motivación e implicación de cada persona previa a la colocación de imágenes y rincones significativos, por ello antes de la implementación, se realizó a cada persona una valoración objetiva mediante el test NPTS observando el nivel de satisfacción y implicación cuando hacíamos las deambulaciones tradicionales por el pasillo.

Una vez los pasillos se engalanaron con cada cuadro e imagen, creando no solo un espacio significativo sino llenando el vacío de la pared fría, las fisioterapeutas iniciaron las deambulaciones como habitualmente, pero esta vez con el factor sorpresa que suponía tener un estímulo que ver y objetivo para llegar hasta allí.

La NPT-ES (Non Pharmacological Teraphy Experience Scale). pretende medir aspectos de la experiencia del paciente en el momento de la intervención. La experiencia es la vivencia del presente, condicionada por las posibilidades de cada persona. Algunas de las consecuencias observables de dicha experiencia se expresan en la conducta y en las relaciones sociales. El tiempo de evaluación ha de ser todo el que abarque la intervención que se quiera puntuar, pudiendo ser una sesión completa, desde el primer elemento terapéutico hasta el último o sólo una parte

Paralelamente se realiza registro del grado de participación de las personas, tanto de forma dirigida cuando se realiza con un profesional con fines terapéuticos. Se observa que en algunos casos, es la persona quien de forma espontánea se levanta y se dirige a observar los diferentes cuadros con interés y curiosidad.

(Describir qué resultados se han obtenido?)

En los diferentes ítems que valora la escala utilizada se observa que (muestra total 18 personas):

Participación:

Se valora el grado en que la persona atiende y responde a las indicaciones del profesional, observado a través de la postura, mirada, gestos, acciones, etc. Se valora tanto la respuesta espontánea como las indicaciones sugeridas.

Disfrute:

Criterio de Evaluación y Resultados

La persona expresa bienestar y placer, a través de la sonrisa, gestos, postura, palabras o acciones. Debe advertirse que la participación no necesariamente conlleva disfrute.

Relación:

La persona se comunica de forma positiva o neutra con otras personas presentes o con el profesional mediante miradas, palabras, acciones...

Displacer

La persona muestra sentimientos negativos (ansiedad, incomodidad, aburrimiento...) a través de la postura, palabras o gestos. Las acciones más complejas se puntuán como displacer si se ven acompañadas de otros factores que impliquen signos de displacer, como bostezos, mal humor...

Rechazo

La persona rechaza de forma activa las indicaciones, ya sea por medio de gestos como negar con la cabeza, posturas como mirar al suelo), palabras de negación o actos motores como irse.

A modo de resumen se presenta la siguiente tabla comparativa con la valoración pre intervención BBPP y post intervención una vez instaurada la buena práctica.

De la evaluación se revela que de la muestra total se benefician un 88.89% de las personas de planta.

NPT-ES	PRE	POST
Participación	38.89% participaban a menudo	88.89% participaron siempre
Disfrute	44.45% alguna vez disfrutaba del paseo	80% disfrutaba del paseo a menudo
Interacción Social	44.45% alguna vez interaccionaba	80% tenía interacción siempre
Displacer	33.34% sentía a menudo displacer durante la actividad	11.12% sintieron displacer alguna vez
Rechazo	27.78% presentaron rechazo siempre a la realización de la actividad	11.12% presentaron rechazo alguna vez a la realización de actividad

Ambiente facilitador y otros criterios

En cuanto al entorno, aspectos socio-espaciales, comunitarios, ergonómicos y de otra tipología.

(Describir por qué guarda coherencia la buena práctica con este criterio complementario):

Que el hecho de caminar sea una actividad que motiven a las personas mayores es para nosotros/as un reto, para ello se ha adaptado el entorno, convirtiendo pasillos eternos en espacios significativos llenos de vida que evocan recuerdos en cada paso.