

# Buenas Prácticas para fomentar la Participación



Hermanas  
Hospitalarias

COMPLEJO ASISTENCIAL DE MÁLAGA

## CONSTRUYENDO NUESTRO HOGAR

Febrero 2020

# **CONSTRUYENDO NUESTRO HOGAR**

Buenas Prácticas para Fomentar la Participación

Área de Personas con Discapacidad Intelectual

(Febrero 2020)



## 0. Justificación

En la carta que Sor Anabela Carneiro, Superiora General, redacta como presentación del documento “La asistencia en Hermanas Hospitalarias” (Roma 2018) indica que debemos desarrollar nuestro modelo asistencial y psicoeducativo con ejemplos de **buenas prácticas** como marca distintiva de la **Hospitalidad**. Es precisamente en este contexto en el que nos surge la necesidad de crear un documento que determine las acciones a seguir para mejorar la atención prestada a las personas asistidas.

La estrategia que debe dirigir el cambio junto con la línea de ruta a seguir para conseguir la transformación progresiva del servicio, está basada en el modelo propio de nuestra Institución, en el **Modelo Asistencial Educativo** de Hermanas Hospitalarias, que “se fundamenta en la centralidad de la persona valorada en su integridad, en el respeto y la defensa de su dignidad, en el abordaje integral, personalizado e interdisciplinar y en la búsqueda de su reinserción en la sociedad” (p.40). Las premisas fundamentales del modelo conllevan, entre otros aspectos, que la asistencia no tiene que estar basada en relaciones paternalistas/maternalistas, sino que tiene que ser una **responsabilidad compartida** entre la persona, la familia y los profesionales. En este sentido el respeto a la **autonomía** exige que la persona tenga una **participación activa** en su propio cuidado.

Este **empoderamiento** conlleva que los profesionales incidamos en las capacidades existentes y trabajemos en educar en competencias y habilidades que promuevan el desarrollo personal, para que a través de los **apoyos necesarios**, la persona asistida pueda optar a una vida más independiente y sobre todo a participar en los asuntos que le son propios de su día a día. Por otro lado, asumir la **proactividad**, supone cambios en la organización de los servicios que deben promover, tal y como venimos diciendo, la participación e implicación de los usuarios a todos los niveles. Se “convierte al profesional en acompañante de su proceso de vida y le hace motor de cambio en la creación de servicios en los que la participación, la desestigmatización y el empoderamiento ayudan a crear un proyecto nuevo de vida” (p.73)



Este proyecto de transformación del servicio del área de personas con discapacidad intelectual contempla para su éxito diversos factores: planes de **formación** específicos para el personal, modificaciones generales en la organización del servicio, elaboración de **planes personalizados** para los usuarios basados en sus capacidades y preferencias, medidas de prevención a diferentes niveles, la **adaptación de la comunicación** a sus perfiles cognitivos, desde el prisma del modelo de apoyos, la **planificación centrada en la persona** y el **apoyo conductual positivo**. De esta manera estaremos contribuyendo a prestar una "atención que ayude a las personas a sentirse **dignificados**, respetados en su proyecto vital y atendidas en sus necesidades personales" (Cf. HSC. *MII* n.12).

Para que se produzcan los cambios necesarios para que las personas asistidas sean las auténticas **protagonistas** en la toma de decisiones de su día a día de acuerdo con su nivel cognitivo y competencial, tenemos que conocer la realidad del momento, de tal forma que las estrategias de mejora tanto en la estructura como en la organización del servicio que se diseñen puedan dar una respuesta al logro de los derechos de las personas atendidas mediante el impulso de su autonomía en lo cotidiano. De ahí que haya recabado información acerca del nivel real de participación de las personas usuarias, encontrando que en el 76% de las tareas los usuarios no participan (sólo están presentes), en el 61% de su tiempo sí intervienen de alguna manera y en un 3,5% incluso llegan a contribuir con respecto a los demás o a la sociedad. Así pues estos datos constatan de manera clara y objetiva la necesidad de desarrollar e implantar un proyecto de estas características.



## 1. Objetivos

El principal objetivo que persigue el proyecto “**Construyendo Nuestro Hogar**” es el de mejorar la calidad de vida de las personas asistidas facilitando las oportunidades y los apoyos que sean necesarios para que tengan una mayor capacidad de decisión en los aspectos que tienen que ver consigo mismos y, como consecuencia, favorecer así el sentido de pertenencia a la residencia.

Asimismo, los objetivos específicos son:

- ♥ Respetar los **ritmos y tiempos** de la persona para hacer posible la participación con el apoyo que requiera.
- ♥ Educar en **habilidades y competencias** que permitan la máxima capacidad de decisión de cada persona, independientemente de los apoyos que sean necesarios.
- ♥ Crear entornos comprensibles potenciando **sistemas alternativos de comunicación**.
- ♥ Promover y facilitar la **participación** en las responsabilidades propias de un hogar (tareas domésticas), desarrollando sistemas de auto-organización.
- ♥ Personalizar los espacios, participando en la decoración de la residencia, tanto de espacios privados como de los comunes.
- ♥ Posibilitar **elecciones** en lo referido a con quien compartir habitación, tiempo de ocio, comensal en las comidas, etc.
- ♥ Facilitar el uso de los espacios personales.
- ♥ Potenciar la capacidad para **opinar** y determinar cambios en la rutina diaria cotidiana: horarios, tareas, talleres, salidas.
- ♥ Apoyar en la elección de un estilo propio; que sea la persona la que decida cuál es la identidad que quiere que le represente (elección de ropa, peinado, etc.).
- ♥ Conocer distintas alternativas de ocio para poder **elegir** en qué emplear el tiempo libre.
- ♥ Favorecer el cambio de **creencias y valores** de los profesionales mediante la formación y la experiencia necesarias, además de su implicación directa en el proceso de transformación.



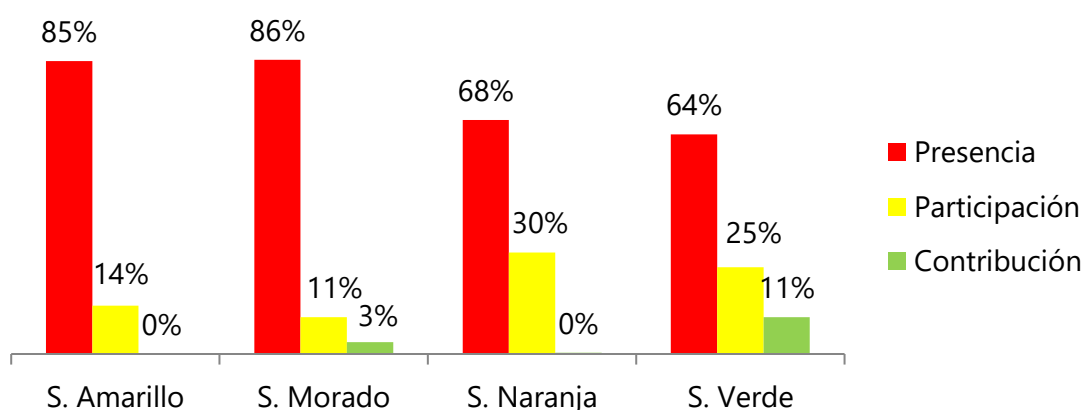
## 2. Metodología

La transformación del servicio, además de tener una fundamentación teórica sólida, debe contar con el desarrollo de las estrategias prácticas que permitan su puesta en marcha, las cuales entendemos que deben implementarse en varias fases:

### **Fase 1. Análisis del contexto e identificación de necesidades.**

Para conocer la realidad de partida cuanto al nivel de participación en las tareas del día a día, en febrero de 2019 se procedió a cumplimentar un registro por cada una de las personas usuarias en el que se reflejaba, por tramo temporal fraccionado en medias horas, las actividades que realiza y si durante las mismas la persona tiene una actitud pasiva (presencia), participa activamente (participación) e incluso si con la actividad contribuye en alguna medida en su entorno y/o la sociedad (contribución) (*ver anexo 1. Registro de participación*).

Es importante decir que, buscando la máxima operatividad posible, se decidió recabar información de la participación en las tareas de un día aleatorio de la semana. Dicho lo cual, los resultados obtenidos son los que se reflejan en la siguiente gráfica:



Los datos obtenidos refuerzan la percepción sobre el papel pasivo de las personas asistidas en sus propias vidas en el día a día; concretamente, en el 76% de las tareas los usuarios sólo están presentes, sin mostrar participación alguna, en el 61% de su tiempo sí intervienen de alguna manera y en un 3,5% incluso llegan a contribuir (son 35 personas las que se encuentran en esta situación en algún momento de su día).



## **Fase 2. Creación del grupo de autogestores.**

Si hablamos de fomentar la participación de las personas asistidas, su presencia en la propuesta de cómo hacerlo es obligatoria. Así pues, se determina que se ha de constituir un "grupo de autogestores" que, por un lado establezca cuáles son las áreas de trabajo y, por otro, cómo facilitar las oportunidades de participación en dichas dimensiones.

Se hace una propuesta de implantación para este año 2020 en el que cree un grupo formado por 5 personas usuarias, apoyadas y orientadas en esta ardua tarea por personal técnico (un psicólogo y un cuidador). En función del contenido de los temas a tratar se estima que podrían incluirse en las sesiones otros participantes, sin exceder en demasía en la composición total del grupo.

En un inicio se ve oportuno que el grupo de autogestores se reúna semanalmente, comenzando su trabajo con la elaboración de un documento que describa las normas de funcionamiento del propio grupo y en el que se asignen determinados roles, como puede ser el de secretario.

En aras de recibir de primera mano cómo funciona un grupo de estas características en octubre de 2019 se organizó un encuentro con un grupo de autogestores de la entidad ASPRODISIS, al que asistieron personas usuarias, familias y profesionales.

## **Fase 3. Formación.**

Un aspecto indispensable para lograr un cambio de filosofía que provoque un nuevo modo de entender a las personas con discapacidad es la formación de aquellos profesionales que deben acompañarlos. El plan de formación debería abarcar al menos los siguientes aspectos:

- Modelo Asistencial Educativo
- Concepto de discapacidad intelectual
- Funcionalidad de las conductas problemáticas
- Modelo de apoyos
- Apoyo conductual positivo
- Apoyo Activo



#### **Fase 4. Elaboración del borrador de Buenas Prácticas para Fomentar la Participación.**

El grupo de autogestores va a trabajar de manera guiada y con los apoyos que sean necesarios la creación de un documento de Buenas Prácticas para Fomentar la Participación tanto de ellos mismos como de la sus compañeros en las tareas del día a día de la residencia.

Con la idea de facilitar la estructura del trabajo que debe realizarse se acuerda abarcar el fomento de la participación en cinco grandes áreas temáticas:

- Autocuidado: actividades de aseo personal, vestido, higiene, apariencia personal, etc.
- Vida en el hogar: uso de las instalaciones, limpieza, orden, etc.
- Alimentación y nutrición.
- Ocio y tiempo libre: planificación del tiempo de ocio, comunicar preferencias, etc.
- Gestión económica: conocer el euro, manejo de dinero, compras, ahorro, etc.

### **3. Dimensiones**

En cada una de las áreas temáticas en las que se va a trabajar la vida independiente y/o participativa se persiguen alcanzar una serie de objetivos específicos:

<b>Cuidado Personal</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Ofrecer las ayudas necesarias y suficientes para el correcto cuidado de la higiene personal en favor de la máxima autonomía e intimidad posibles.</li><li>✓ Educar en hábitos de higiene corporal y presentación personal (cuidando la imagen propia, sea en el interior de la residencia o para las salidas al exterior).</li><li>✓ Facilitar hábitos para el control de esfínteres.</li><li>✓ Enseñar a regular la temperatura del agua para la ducha o lavado de manos o partes del cuerpo.</li><li>✓ Ordenar su ropa y capacitar para la toma de decisiones sobre la ropa</li></ul>





adecuada al clima, teniendo en cuenta los gustos personales.

- ✓ Respetar los tiempos individuales a la hora de vestirse y ajustar este tiempo en función de los horarios establecidos de desayuno, merienda o cena, flexibilizando los mismos.

## Vida en el hogar

- ✓ Educar en normas de convivencia y pautas de comportamiento adecuadas en función del entorno (talleres, comedor, habitación, aseos, jardín, etc.).
- ✓ Adquirir actitudes para una convivencia en armonía y con actitudes de colaboración.
- ✓ Aprender a organizar, ordenar y decorar el espacio propio generando un sentido de hogar e identidad propios.
- ✓ Promover un sentido de responsabilidad otorgando libre acceso a las habitaciones y armarios.
- ✓ Permitir espacios de privacidad para facilitar la intimidad y lo íntimo (ejemplo: posibilidad de tener un cajón con llave propia).
- ✓ Instruir y participar en las tareas del hogar (hacer su cama, contribución a la limpieza, orden de su ropa, aprender a poner lavadora, etc.), haciendo un seguimiento individualizado de los acuerdos.
- ✓ Fomentar la adaptación a las características y gustos particulares y la forma de hacer las cosas de cada uno en el orden de sus cuartos.
- ✓ Favorecer el respeto de los espacios, objetos y tiempos de las personas con las que se convive.
- ✓ Fomentar la participación activa y el cumplimiento de unas normas de convivencia comunes (horarios de siesta, de música, etc.).
- ✓ Aprender a negociar, ceder ante las necesidades ajenas y solicitar mis necesidades propias con el apoyo que sea necesario en cada caso.

## Alimentación y Nutrición

- ✓ Promover hábitos para una alimentación saludable.
- ✓ Conocer los beneficios de una dieta sana frente a los perjuicios de una mala alimentación, promoviendo la autorregulación en los casos que sea necesario.
- ✓ Facilitar la implicación y la participación diaria en la elaboración de los desayunos, las meriendas y en el reparto de las comidas.
- ✓ Elaborar platos sencillos, con lo que ello conlleva: planificación, compra de alimentos, limpieza, etc.
- ✓ Enfocar las comidas como un espacio y un tiempo destinados para el desarrollo de las habilidades sociales en un contexto natural, empleando para ello el tiempo necesario.
- ✓ Disponer y educar en el uso de utensilios personalizados y adaptados: puños engrosados para los cubiertos, platos con ventosas, platos con rebordes, etc.
- ✓ Tomar conciencia de las normas sociales y de higiene que rigen el momento de la comida, como agentes facilitadores de integración social, tanto dentro como fuera del entorno residencial.
- ✓ Facilitar la libre elección del desayuno o el almuerzo en función de los deseos y gustos personales que permitan un sentimiento de libertad y autonomía.
- ✓ Trabajar la capacidad para decidir entre varias alternativas en el desayuno y en las meriendas.



## Ocio y tiempo libre

- ✓ Favorecer la participación real de las personas usuarias en la elección y organización de las actividades de ocio y tiempo libre.
- ✓ Educar para que las personas sepan cómo ocupar adecuadamente su tiempo libre, de tal forma que les resulte gratificante por el valor que les confiere.
- ✓ Potenciar las alternativas de ocio y tiempo libre para que les sean satisfactorias a las personas usuarias (actividades internas y en entornos comunitarios), tanto individuales como grupales.
- ✓ Diseñar estrategias para que sean las propias personas usuarias las que consigan información sobre distintas ofertas de ocio.
- ✓ Participar en la organización y planificación de las actividades de ocio.
- ✓ Fortalecer las celebraciones de los acontecimientos importantes (como por ejemplo, los cumpleaños).
- ✓ Despertar el interés por la cultura y fomentar la creatividad a través de visitas a exposiciones.
- ✓ Elegir a los compañeros con los que compartir el tiempo de ocio o al menos determinadas actividades.
- ✓ Favorecer las relaciones interpersonales en ambientes normalizados.
- ✓ Favorecer las habilidades sociales en el exterior en situaciones naturales en la comunidad con el objetivo principal de conocer las distintas normas del entorno en el que se encuentran las personas usuarias.
- ✓ Favorecer la integración social a través del ocio y la cultura accesibles.
- ✓ Facilitar las oportunidades, realizando los entrenamientos necesarios, para que las personas puedan disponer de una mayor independencia en las salidas externas.

## Gestión económica

- ✓ Lograr independencia en el manejo del dinero, que la persona pueda administrar ciertas cantidades.
- ✓ Educar en habilidades de cálculo práctico, generalizando el aprendizaje a situaciones de la vida cotidiana: realizar pago de cuentas, calcular las vueltas, etc.
- ✓ Responsabilizarse de la compra de determinados productos, como pueden ser los relacionados con su higiene personal, acordes a su presupuesto.
- ✓ Favorecer las habilidades de organización de sus ingresos, realizando previsiones de gastos diarios y gastos más ocasionales, pero necesarios.
- ✓ Gestionar los ingresos obtenidos mensualmente trabajando la posibilidad del ahorro con el fin de conseguir nuevas adquisiciones u objetivos a medio/largo plazo.