



# PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL. PROGRAMA DE ABVD

## **1 - JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA**

Las Actividades Básicas de la Vida Diaria (AVD) son aquellas conductas que realizan las personas en su día a día. Se dividen en ABVD (básicas), AIVD (instrumentales) y AAVD (avanzadas).

Las ABVD son actividades sencillas y personales relacionadas con la supervivencia, mantenimiento y autocuidado de las personas. Son universales, se realizan varias veces al día y conforman la identidad del sujeto. Las principales actividades que forman parte de ABVD son la alimentación, vestido, aseo e higiene personal (aseo menor y aseo mayor), uso del WC, movilidad funcional y sueño.

Se detecta la necesidad de intervención en dicho área debido a que los usuarios de ASPACE León presentan diferentes grados de dificultad para la consecución y participación de las mismas, y, por tanto, dependencia y baja autonomía personal que repercute directamente en su calidad de vida.

## **2 - OBJETIVOS**

- Promover hábitos de autocuidado saludables.
- Incrementar la participación y autonomía personal durante la alimentación.
- Incrementar la participación y autonomía personal durante el vestido.
- Incrementar la participación y autonomía durante el aseo e higiene personal.
- Incrementar la participación y autonomía personal durante el uso del WC.
- Incrementar la participación y autonomía durante movilidad funcional.
- Detectar posibles necesidades de ayudas técnicas y su entrenamiento.

## **3 - PERFIL DE LAS PERSONAS BENEFICIARIAS DEL PROGRAMA:**

Las personas beneficiarias de este programa serán todas las adscritas al Servicio de Terapia Ocupacional de la entidad, por ser éstas personas que presentan un deterioro cognitivo y funcional asociado a sus diagnósticos de parálisis cerebral y/o encefalopatías afines, que afecta de manera directa a su autonomía personal en las ABVD.

Tu bienestar, nuestra motivación



#### **4 - METODOLOGÍA:**

A través de la observación directa, entrevistas al propio usuario/personal de referencia y trabajo de campo, el TO se encarga de recopilar información relacionada con el desempeño ocupacional del usuario en todas las ABVD recogidas en el programa. Para ello se realizará un análisis detallado de cada actividad (*anexo*), donde se establezca una puntuación acorde con el nivel de participación/autonomía de la persona a valorar, y que sea útil para plantear objetivos de trabajo más específicos e individualizados.

La intervención terapéutica se llevara a cabo en las diferentes estancias de los centros de la entidad (Centros de Día y Centros Ocupacionales) en función de la ABVD a abordar. Posteriormente se generalizará la intervención al ámbito domiciliario (Centro Residencial o domicilio familiar) en la medida de lo posible.

Las ABVD a abordar y su consecución se exponen a continuación:

- Alimentación: se realizará en el comedor. Los aspectos a intervenir se centrarán en el control postural, deglución y uso de ayudas técnicas para una alimentación más autónoma.

Dicha intervención irá complementada con el Programa de Atención a la Disfagia y en coordinación con el equipo multidisciplinar.

- Vestido: se llevará a cabo en las habitaciones y a la llegada y salida del centro de día u ocupacional (abrigos, complementos, etc.). Abarca la identificación y elección adecuada de la ropa, el vestido y desvestido.
- Aseo e higiene personal: la finalidad es mantener un nivel adecuado de higiene personal. Podemos dividir la actividad en aseo menor y aseo mayor.
  - Aseo menor: se centra en la actividad realizada en el baño, principalmente tras las comidas/cenas. Comprende las actividades relacionadas con el lavado de partes individuales (manos, cara, etc.), higiene oral, peinado, uso de colonia, etc.
  - Aseo mayor: o higiene corporal (ducha). Dicha actividad se desarrolla en el baño, principalmente en el ámbito domiciliario del usuario (ya sea en un recurso residencial, o en el domicilio familiar).

- Utilización del WC: micción o deposición de manera rutinaria o por necesidad expresa manifestada por el usuario.

Tu bienestar, nuestra motivación



Los aspectos a intervenir estarán centrados principalmente en técnicas de ahorro energético, preservación de la intimidad, control de esfínteres, prevención de complicaciones de salud por mala praxis y autorrealización personal.

- Movilidad funcional: se realiza durante todo el día. Comprende todo tipo de desplazamientos (ya sea deambulación o propulsión de SR), bipedestación y transferencias.

Dicha intervención se complementa con el Programa de Habilitación Funcional y el Programa de Mantenimiento Físico Diario. Se realizará en coordinación con el Servicio de Fisioterapia ya que se comparten muchos de los objetivos.

Teniendo en cuenta las necesidades detectadas por el equipo multidisciplinar y analizado por el Terapeuta Ocupacional, se elaborará un plan de atención individualizada que lleve a la consecución de unos objetivos.

Dichas intervenciones se desarrollarán diariamente a través del personal de atención directa, y en la medida de lo posible (según necesidad) a través de sesiones individualizadas por el Terapeuta Ocupacional (en el caso de requerir entrenamiento en la utilización de una ayuda técnica, por ejemplo).

## **5 - PERSONA DE REFERENCIA DEL PROGRAMA**

Terapeuta Ocupacional

## **6 - RECURSOS PERSONALES**

- Terapeuta Ocupacional
- Personal de Atención Directa de la entidad (de los Centros de Día, Centro Ocupacional y recurso residencial).

## **7 - RECURSOS MATERIALES**

Los recursos materiales para abordar la actividad de alimentación son, entre otros:

- Sillas y mesas
- Servilletas
- Baberos
- Platos comunes (hondos, llanos y de diferentes tamaños)
- Trapos

Tu bienestar, nuestra motivación



- Platos adaptados
- Vasos de plástico
- Vasos de cristal
- Vasos adaptados (con escotadura, etc.).
- Tazas
- Rebordes para el plato
- Mantel antideslizante
- Alzadores para el plato
- Cucharas (común, cadete, postre)
- Cucharas adaptadas
- Tenedores
- Cuchillos
- Jarras
- Tabla de cortar alimentos
- Pelador

Los recursos materiales para abordar la actividad de vestido son, entre otros:

- Mobiliario: armario, cómodas, estanterías, perchero etc.
- Perchas
- Camisetas
- Jerséis
- Chaquetas
- Pantalones
- Zapatos/zapatillas
- Calcetines
- Ropa interior
- Posibles ayudas técnicas
- Accesorios: bufandas, gorro, guantes...

Los recursos materiales para abordar el aseo y uso del WC son, entre otros:

- WC adaptados
- Grúa
- Camilla neurológica
- Ayudas técnicas: sistemas de posicionamiento, asideros, barras de apoyo, recipiente para escupir (lavado de dientes), etc.
- Pañales
- Esponjas jabonosas
- Toallitas
- Jabón de manos
- Toallas
- Cepillo de dientes
- Dentífrico/Colutorio
- Botella para orinar
- Peines
- Colonia
- Crema hidratante

Los recursos materiales y/o estructurales para abordar la actividad relacionada con la movilidad funcional son, entre otros:

- Camilla neurológica
- Puertas
- Escaleras
- Rampas



- Espalderas
- Elementos de psicomotricidad: picas, aros, obstáculos, etc.
- SR/Silla
- Ayudas técnicas: andadores neurológicos, andador geriátrico, barras de apoyo, asideros, etc

## **8 - TEMPORALIZACIÓN**

El programa de promoción de las ABVD se implanta en todos los centros que conforman la entidad ASPACE León (Centro de Día La Luz, Centro de Día y Ocupacional Ordoño II, Centro Ocupacional San Lorenzo, Centro Residencial San Lorenzo y Residencia San Froilán).

Se llevará a cabo durante el año actual.

## **9 - EVALUACIÓN DEL PROGRAMA**

Al finalizar el curso se realizará la misma recogida de información que se llevó a cabo al principio del programa, sirviendo para contrastar el desempeño ocupacional inicial y final, y observar posibles cambios existentes. Además de ello, será útil para realizar modificaciones de cara al próximo curso, en caso de que sea necesario.

La evaluación y estudio de viabilidad para la continuación del programa se hará en función de los siguientes ítems:

¿Hay un ambiente tranquilo y favorable para el desarrollo del programa?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
¿Los horarios con pauta externa se adecúan a las necesidades fisiológicas de las personas usuarias?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
¿Se cumplen las normas relativas a preservar la intimidad de las personas usuarias?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
¿Hay personal suficiente para dar un buen servicio en la atención de las ABVDs?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
¿Se dispone habitualmente de los protocolos de información necesaria para cumplir los requisitos de cada persona?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
¿Se dispone del material necesario para la correcta ejecución de las tareas implicadas en el programa?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
¿Existe coordinación entre los diferentes profesionales sobre las incidencias relacionadas con las tareas de aseo e higiene oral?	SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>