ESTUDIO SOBRE EL IMPACTO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN EL BIENESTAR DE PERSONAS CON DEMENCIA

Autores: PEREZ DIAZ, A.; CASAS SORIANO, M.A.

INTRODUCCIÓN

La psicomotricidad es una técnica terapéutica incluida en las Terapias No Farmacológicas (TNF) y basada en una concepción integral de la persona, que se ocupa de la interacción que se establece entre conocimiento, emoción, cuerpo y movimiento. Hace hincapié en el desarrollo de la persona, su capacidad para expresarse y para desenvolverse en el medio que le rodea.

OBJETIVOS

Los objetivos generales de la psicomotricidad son frenar la evolución del deterioro, mejorar la calidad de vida del usuario y aumentar el grado de independencia funcional.

Incluye objetivos más específicos como incrementar la fuerza muscular, conservar la movilidad, mantener el esquema corporal y la coordinación motora, reconocer el espacio intra y extrapersonal, mejorar la resistencia a la fatiga, estimular la memoria reciente y remota, la expresión y la comunicación verbal y no verbal.

METODOLOGIA

Desde la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Zaragoza (AFEDAZ) se lleva ejecutando una sesión semanal de psicomotricidad en el Centro de Psicoestimulación, específico para fases iniciales de demencia, cuya duración es indefinida.

Cada sesión dura 30 minutos y está dividida en dos partes: una primera de gimnasia gerontológica para movilizar todos los segmentos del cuerpo; y otra parte más específica en la cual se trabaja por segmentos corporales y se realizan actividades propias de psicomotricidad.

Se ha realizado una encuesta de satisfacción para conocer el bienestar de los usuarios del centro que han participado, que ha sido registrada por los propios usuarios tras haber realizado la sesión de psicomotricidad.

El número de participantes ha sido de 20 usuarios en fases iniciales del Centro de Psicoestimulación de AFEDAZ

MATERIALES

Se han utilizado materiales como: pañuelos, telas, cintas de diferentes texturas y tamaños, bolos, raquetas de bádminton, globos de diferentes tamaños, formas y colores, instrumentos musicales, músicas de diferentes ritmos,… Y otros más específicos de psicomotricidad como: pelotas de diferentes tamaños, colores, pesos y materiales, aros, picas, diana…

RESULTADOS

Para comprobar la satisfacción de los usuarios en la realización de diversas actividades y técnicas de psicomotricidad se ha elaborado un cuestionario que han rellenado, de manera anónima, los usuarios participantes en las sesiones.

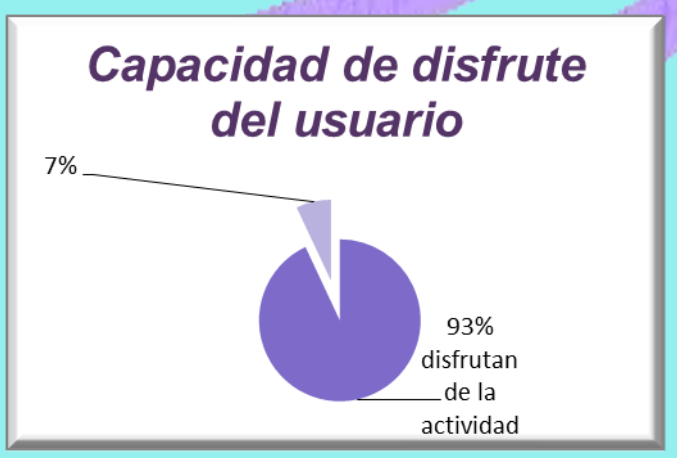
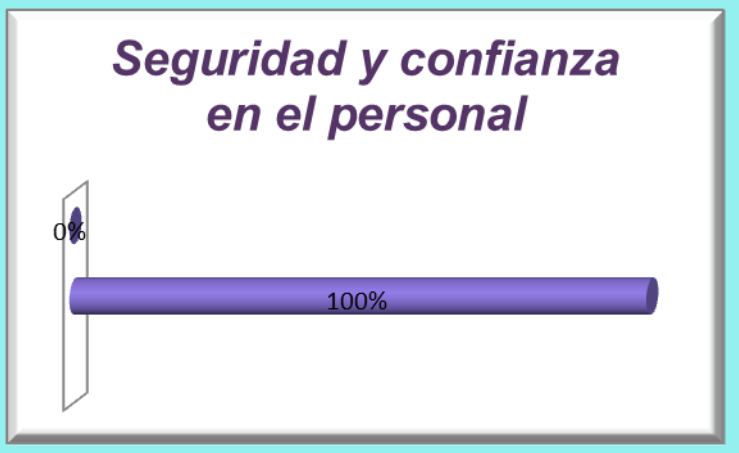
En estos cuestionarios se han agrupado las cuestiones en tres grandes bloques: preguntas generales sobre el centro, preguntas específicas de la sesión de psicomotricidad, y preguntas personales.

En el bloque sobre las preguntas generales sobre el centro se valoran cuestiones como los accesos al centro, la adecuación de las instalaciones para la atención de usuarios, la higiene, o la amplitud de horarios de apertura del centro. Al 95% de los usuarios les resulta sencillo llegar al centro; y el 100% de ellos considera que la entrada se encuentra bien señalizada. La limpieza del centro es correcta para el 88% de los encuestados, las instalaciones en general para el 90% y la amplitud de horario del centro para el 87%. El 98% de los usuarios considera que la Asociación se esfuerza por mejorar las instalaciones.

En el bloque sobre las preguntas específicas de las sesiones de psicomotricidad se hace referencia al disfrute general con las actividades, la adecuación en la frecuencia de las actividades, del material empleado, o de las actividades planteadas, la información recibida por parte de las terapeutas ocupacionales, la seguridad y confianza que estas transmiten para desarrollar la actividad y se han solicitado sugerencias y aportaciones para continuar mejorando en estos aspectos. Como se observa en el gráfico, el 93% de los usuarios disfrutan con las actividades planteadas desde las sesiones de Psicomotricidad, el 100% de ellos considera la frecuencia de realización adecuada, el 91% creen que el material que se emplea se ajusta a la edad de los participantes y al fin de las sesiones, el 87 y 82% consideran el contenido de las sesiones y las instalaciones donde se desarrollan, respectivamente, adecuadas; el 85% considera que la variedad de actividades que se plantean son muy adecuadas; consideran muy apropiada la información recibida el 83%, y como se observa en la gráfica, el 100% de los usuarios consideran que el personal del centro les transmiten seguridad y confianza al realizar actividades de psicomotricidad.

Por último, en el bloque de preguntas personales se les solicita información sobre la capacidad de respuesta del centro a sus problemas y necesidades personales. En estas cuestiones, el 100% de los usuarios cree que es sencillo hablar con el personal del centro cuando lo necesitan; el 94% creen que se da solución a sus problemas, y el 98% creen que se atienden sus quejas de manera rápida.

CONCLUSIONES

Cabe destacar que los resultados de los cuestionarios realizados han sido muy satisfactorios, no siendo ninguna de las cuestionadas valoradas inferiores en su satisfacción al 82%.

Los ítems a los que más importancia se ha dado han sido la capacidad de disfrute con la actividad, que ha sido del 93%, la adecuación del material empleado a la edad de los usuarios y a la finalidad de la actividad, que ha sido del 91%, y si los profesionales encargados de la actividad han sido capaces de transmitirles seguridad y confianza en el desarrollo de la actividad, siendo esto positivo en el 100% de los usuarios.