

Sigo
siendo
yo

VII Congreso Nacional de Alzheimer
Málaga. 9, 10 y 11 de noviembre de 2017

Bailando con el Alzheimer. La danza como tratamiento no farmacológico



Susana Pérez Testor, Pilar Aceituno, Teresa Pérez Testor, Marina Rojas

Blanquerna, Universidad Ramon Llull,

Conservatorio Superior de Danza, Institut del Teatre, AFAB, CCCB



Antecedentes CCCB-AFAB

“Movimiento y Cultura”

Curso académico 2011-2012 se inicia el proyecto



Se han desarrollado 12 proyectos



Estudiantes Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Blanquerna, Universidad Ramon Llull





Procedimiento

El proyecto se desarrolla en el espacio de seminario.

Un tutor/a se reúne con un grupo de 15 estudiantes en 1 sesión de 2 horas por semana/semestre (12 sesiones).



Sigo
siendo
yo

Celebración de la Jornada: Olimpiadas Barcelona 1992





Bailando con el Alzheimer

Se inicia en la especialidad de Pedagogía en el Conservatorio Superior de Danza, IT, Barcelona



Se han desarrollado 3 proyectos 2015-2017

Sigo
siendo
yo

Estudiantes de Pedagogía de la danza, Conservatorio Superior de Danza, Institut del Teatre



2016-17 Psicología del
desarrollo, 2ª edición



2016-17 Danza Aplicada



Objetivos

1

Proporcionar un rol activo y protagonista a los estudiantes, en un entorno real, para facilitar el desarrollo de competencias para que sean unos buenos profesionales.



Fundamentado en la metodología
(Aps) Aprendizaje Servicio

(Rubio et al; 2014)



2

Objetivos

Aportar bienestar a un grupo de personas con Alzheimer



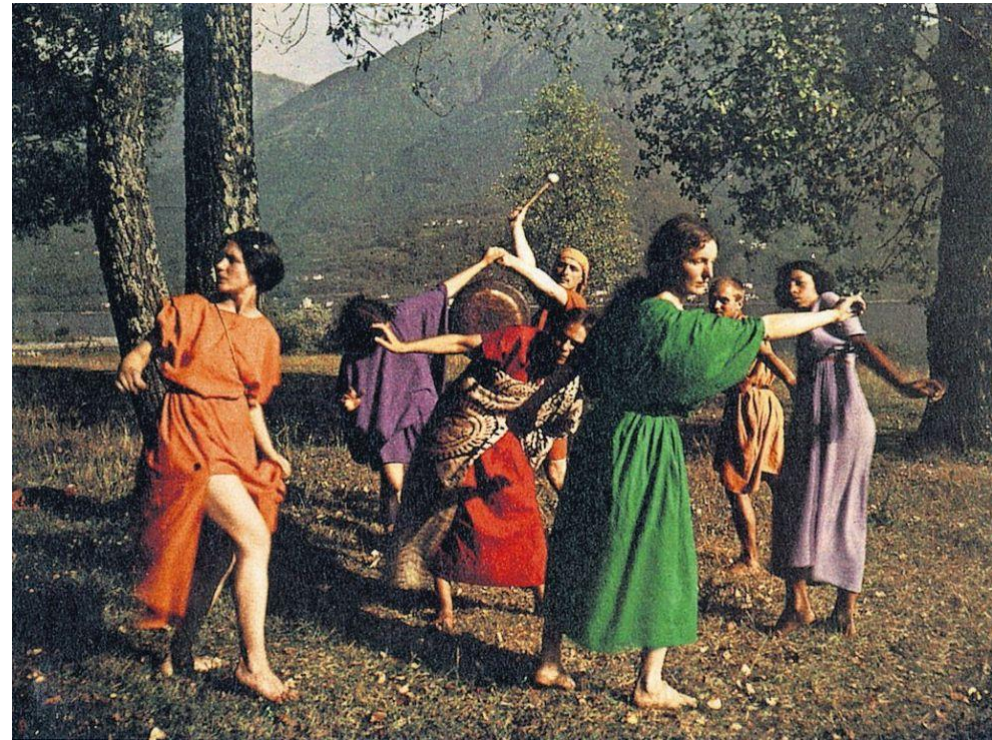
Fundamentado en la metodología (ACP) Atención centrada en la Persona

(Vila-Miravent et al., 2012)

Sigo
siendo
yo

Marco teórico: Danza Creativa

- “Favorece la toma de conciencia corporal
- “Aumenta el repertorio de movimientos en cantidad y calidad
- “Impulsa la exploración de nuevos elementos
- “Conserva la espontaneidad (Laban, 1994; Kaufmann, 2006; Dinold, 2014).
- “Permite la participación intergeneracional
- “Coexisten participantes con distintos grados de conocimiento corporal (bailarines profesionales, personas sedentarias)



Monte Veritá: Laban

Sigo
siendo
yo

Método: Participantes



Estudiantes, CSD, IT
Personas diagnosticadas de
Alzheimer, fase 4 escala Reisberg
(etapa moderada) AFAB

Sigo
siendo
yo

Instrumentos.

Entrevistas con especialistas, grabación de imágenes, revisión de publicaciones, test de satisfacción, test proyectivo





Información básica para la preparación de la actividad

Espacio:

Controlado

Suelo antideslizante

Bien iluminado

Pocos estímulos visuales y muy focalizados

Pocos estímulos sonoros y muy focalizados

Disponer de sillas

Duración:

Entre 45 y 60 minutos

Explicaciones:

Breves con un objetivo muy claro

Ejercicios:

Finalizar con ejercicios de relajación

Sigo
siendo
yo

Procedimiento: 4 etapas

Etapa 1: Toma de contacto AFAB





Etapa 2. Preparación de la sesión



Sigo
siendo
yo

Etapa 3. Presentación del taller en la AFAB

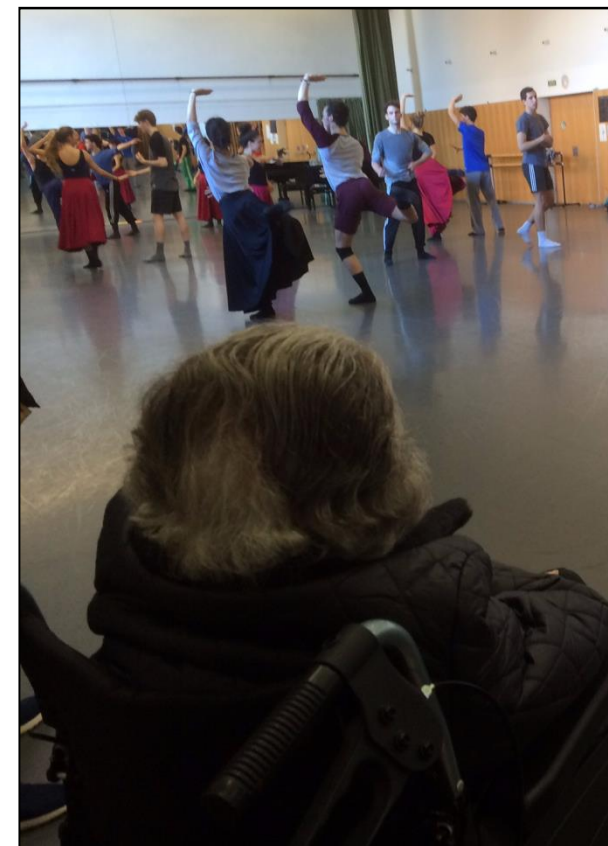




Etapa 4. Visita Institut del Teatre



Visita breve a la exposició “La memoria de les Arts Efímeras, Institut del Teatre”



Asistencia ensayo IT Dansa



Fase 4. Visita Institut del Teatre

Participación clase de Danza
(Pérez, 2016)

- ” Presentación
- ” Improvisación
- ” Ejercicios de técnica
- ” Coreografía
- ” Relajación
- ” Despedida



Colocación en la barra

Sigo
siendo
yo

Resultados Observación: Atención Centrada Persona. Estudio de caso B no muestra interés por la actividad



Sigo
siendo
yo

OBSERVACIÓN: B muestra signos de complicidad interés y se integra espontáneamente a la actividad



Sigo
siendo
yo

B muestra satisfacción



Sigo
siendo
yo

Diferencias entre el inicio y el final





Evaluación de Movimiento y Cultura

Estudio longitudinal de evaluación: 2012-2017

Se evalúa la satisfacción con entrevistas cualitativas, 100% de la población verbaliza y expresa satisfacción por el proyecto.

¿Te ha gustado la actividad? 100% responde afirmativamente.

¿Qué es lo que más te ha gustado? Sois muy simpáticos, la participación, sois muy guapos, sois divertidos, que nos hemos conocido, que vengáis a conocernos

El bingo, hacer ejercicio, las canciones



Evaluación Bailando con el Alzheimer

Fase 1 del estudio

n= 10 personas con Alzheimer de la AFAB

n= 14 estudiantes pedagogía de la danza

Resultados Test de satisfacción Fase 1 del estudio

Aumenta la satisfacción personal con la actividad:

- “ Resultados cuantitativos antes de la actividad: 10% dicen que están muy satisfechos
- “ Resultados cuantitativos después de la actividad: 90% muy satisfechos



Evaluación bailando con el Alzheimer

Resultados Test de satisfacción Fábricas Textiles. Respuestas cualitativas descriptivas relacionadas con la actividad:

Personales: *“estoy más relajada”, “me siento alegre”, “me siento feliz”* *“me he divertido mucho”, “me he sentido muy a gusto”*.

Entorno: *“me ha gustado el ambiente y la buena energía”*

Actividad: *“Me gustaría hacer más actividades como esta”, “me ha gustado mucho bailar”, “me ha gustado mucho cantar”, “me ha gustado tocar las castañuelas”*.



Evaluación bailando con el Alzheimer

Test proyectivo:

- “ 60% aumenta conocimiento corporal
- “ 50% aumenta la autoestima adecuada
- “ 30% disminuye la ansiedad
- “ 10% aumenta la seguridad
- “ 10% aumenta la agresividad
- “ 10% disminuye la agresividad



Conclusiones personas con Alzheimer

Aumentan la socialización

Promociona las relaciones entre generaciones

Experimentan nuevas situaciones

Estudiantes como elementos motivadores
estimulan a salir de la cotidianidad



Coreografía Danza del Fuego: Cuerpo de baile



Conclusiones personas con Alzheimer

Estado de ánimo adecuado.

Actividad nueva, con movimientos directamente relacionados con la música, contacto con generaciones de personas jóvenes

Mantienen activos
Practican danza



Coreografía Cabaret: Cuerpo de baile



Conclusiones personas con Alzheimer

La relajación aporta bienestar

Los ejercicios de relajación les ayuda a poner fin a la actividad, volviendo a un estado de calma y tranquilidad



Ejercicios de Relajación



Conclusiones estudiantes



Aprendizaje Servicio (ApS) aporta aprendizaje significativo para los estudiantes

“Aprenden los contenidos de la asignatura.
“Mejoran las competencias fundamentales para ser unas buenas profesionales:
Conocimientos, relación con las personas con Alzheimer, trabajo en equipo, sensibilidad, comunicación oral, planificación, impartición de clases



Oportunidades en el mundo laboral



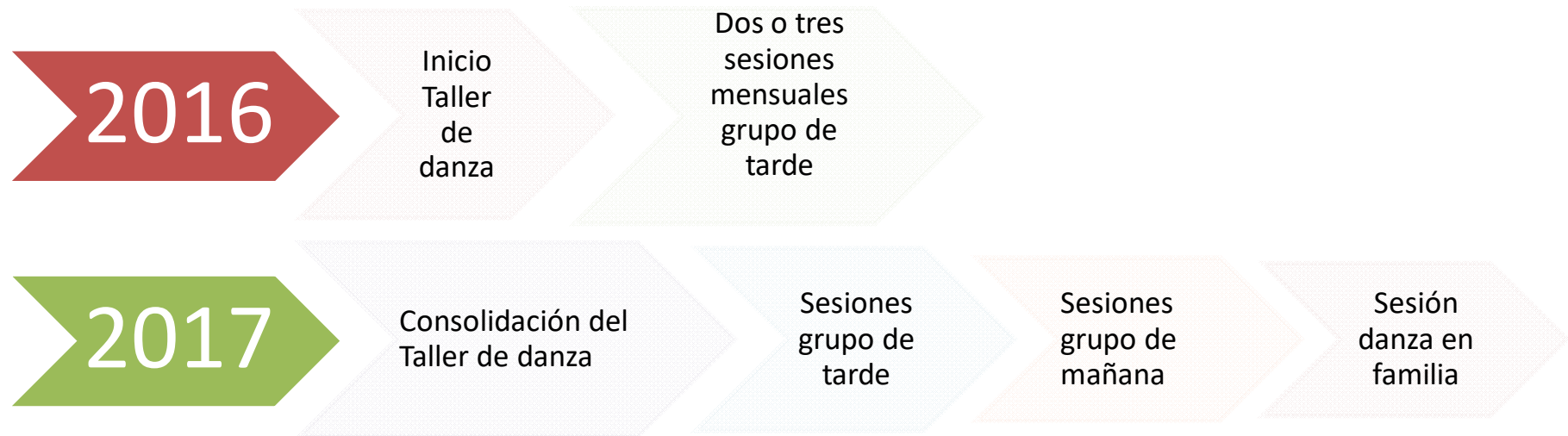
Otra forma de vivir el Alzheimer

Con estas intervenciones queremos:

1. Promover actividades dinámicas, en las que ellos son protagonistas activos
2. Romper estereotipos vinculados a la enfermedad de Alzheimer



Taller de danza



Sigo
siendo
yo

Taller de danza

Una imagen vale más que mil palabras





Conclusiones generales

Este tipo de proyectos suele aportar bienestar a sus participantes.

La danza se considera un tratamiento no farmacológico que alivia los síntomas y amplía los factores potenciales de protección para tener una vida activa, suele mejorar el estado de ánimo (ampliar información con más estudios) y facilita la socialización.





PRESENTACIÓN

Pilar Aceituno Martín
Terapeuta Ocupacional, AFAB
tocupacional@afab-bcn.org

Susana Pérez Testor
Dra en psicología, profesora del CSD
perezts@institutdelteatre.cat
Blanquerna, Universidad Ramon Llull
susanapt@blanquerna.url.edu