

# RESEÑA DE LA GUÍA DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA Y PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA DE LAS PERSONAS MAYORES EN EL MEDIO RURAL

## OVERVIEW OF THE GUIDE TO SELF-PROMOTION AND PREVENTION UNIT OF THE ELDERLY IN RURAL AREAS

**DECS:** Terapia Ocupacional, Autonomía Personal, Anciano Frágil, Población rural.

**Mesh:** Occupational Therapy, Personal Autonomy, Frail Elderly, Rural Population



### Autoras:

#### **Dña. Cortes Felguera Unghetti.**

*Terapeuta Ocupacional en CRPSL de Albacete. ExPresidenta de ACAMTO.*

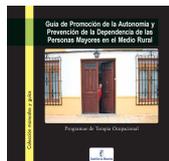
#### **Dña. Sonia Delegido Gómez.**

*Terapeuta Ocupacional en el Ayto. Albacete. Ex Vocal de la Comisión de ACAMTO para la creación del Colegio Profesional.*

### Como citar este texto en sucesivas ocasiones:

Felguera Unghetti C, Delegido Gómez S. Reseña sobre la Guía sobre promoción de la Autonomía y Prevención de la dependencia de las Personas Mayores en el Medio Rural. TOG (A Coruña) [Revista en Internet]. 2009 [fecha de la cita]; Vol 6, supl. 4: p 517-521 Disponible en:

<http://www.revistatog.com/suple/num4/rural.pdf>



### NOTA:

Cortesía de la Asociación de Castilla la Mancha. Año 2008. Guía sobre promoción de la Autonomía y Prevención de la dependencia de las Personas Mayores en el Medio Rural disponible en:

<http://pagina.jccm.es/social/forma/doc/GuiaAtencionMayoresMedioRural.pdf>

## Recensión

La población de Castilla La Mancha es una de las más envejecidas de el territorio nacional y a este hecho se une el que un importante numero de esta población vive en núcleos rurales, lo cual propicia una desventaja en la oportunidad de acceso a los diferentes recursos de prevención y de atención de las situaciones de dependencia en igualdad de condiciones respecto a los que viven en núcleos de población mayores.

El perfil del cuidador suelen ser, cónyuges de avanzada edad y otros familiares sin la formación e información adecuadas para prestar los cuidados necesarios a su familiar.

## RESUMEN

La población de Castilla la Mancha es una de las más envejecidas de España, con un importante número de esta población viviendo en núcleos rurales.

La aprobación de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de Dependencia, así como la publicación del II Plan de Atención a las Personas Mayores de Castilla la Mancha, recogen derechos subjetivos y universales de protección frente a la pérdida de autonomía tanto física como psíquica.

Para dar cobertura a esta situación surge la necesidad de poner en marcha iniciativas para fomentar la autonomía de las personas en situación de dependencia o en riesgo de padecerla.

Es en estas circunstancias donde nace la "Guía de Promoción de la Autonomía y Prevención de la Dependencia de las Personas Mayores en el Medio Rural" fruto del trabajo común de la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha y la Asociación Profesional Castellano Manchega de Terapeutas Ocupacionales (ACAMTO) con el objetivo de mantener y promocionar la autonomía de las personas mayores en su medio.

Los programas siguen tres líneas de trabajo: intervención individual en el domicilio, intervención grupal e intervención comunitaria.

## SUMMARY

The population of Castilla la Mancha is one of the oldest in Spain, with a significant number of people living in rural communities.

The adoption of the Law for Promotion of Personal Autonomy and Care for people in situations of dependency, as well as the publication of the Second Plan of Care for the Elderly of Castilla la Mancha, collect subjective and universal rights of protection against loss of autonomy of both physical and mental. To cover this situation arises the need to implement initiatives to promote independent living in a state of dependence or risk of it.

It is these circumstances which is the "Guide to Self-Promotion and Prevention Unit of the Elderly in Rural Areas" fruit of the common work of the Ministry of Health and Welfare of the Junta de Castilla La Mancha and Castilian Manchega the Professional Association of Occupational Therapists (ACAMTO) to maintain and promote the autonomy of older people in their environment.

The programs follow three lines of work: individual intervention at home, group intervention and community intervention.

de la calidad de vida de las personas en situación de dependencia y de sus familias, proponiendo medidas y programas específicos para el mantenimiento de sus capacidades. Ante esta situación surge la necesidad de poner en marcha iniciativas, cuyo objetivo final es el fomento de la autonomía de las personas en situación de dependencia, o en riesgo de padecerla, desde la prevención hasta la rehabilitación de los aspectos que limitan su autonomía en su entorno comunitario el mayor tiempo posible, evitando o retrasando el ingreso en

La aprobación de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de Dependencia, supone para las personas en esta situación y sus familiares una serie de derechos subjetivos y universales de protección frente a la pérdida de autonomía tanto física como psíquica, en la que se encuentran por su situación de dependencia.

Además ha supuesto un considerable refuerzo de los mecanismos para garantizar el acceso a los servicios requeridos en cada caso, con un grado óptimo de especialización y calidad desde una perspectiva de atención integral y personalizada.

Paralelamente, el II Plan de Atención a las Personas Mayores de Castilla La Mancha (Horizonte 2001), recoge entre sus principios básicos los de autonomía e independencia y mejora.

Centros residenciales y las situaciones de desarraigo del medio habitual. Ofreciendo, además, a las personas cuidadoras principales una alternativa que favorezca y mejore la calidad de vida de la persona dependiente.

En estas circunstancias nace La "Guía de Promoción de la Autonomía y Prevención de la Dependencia de las Personas Mayores en el Medio Rural", fruto del trabajo común entre la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha y la Asociación Profesional Castellano Manchega de Terapeutas Ocupacionales (ACAMTO), trabajo que se inició en el año 2006 con la gestión por parte de la asociación, de un "Proyecto experimental de Terapia Ocupacional en el medio rural", con el objetivo principal de mantener y promocionar la autonomía de las personas mayores en su medio.

La guía se crea con el fin de contribuir al enriquecimiento del sistema de atención integral de las situaciones de dependencia así como al desarrollo del catálogo de servicios que propone la Ley, por ello ha sido distribuida en todas las Áreas de Servicios Sociales, e Instituciones de Castilla La Mancha.

Este manual pretende ser una herramienta de apoyo con un formato práctico y lenguaje accesible que incluye numerosos ejemplos prácticos adaptados y de aplicación a la vida diaria reflejados gráficamente, para todos aquellos profesionales que contribuyen al desarrollo de los diversos programas preventivos y asistenciales en el medio rural, que tengan como objetivo facilitar la permanencia de las personas mayores en sus domicilios el mayor tiempo posible.

La guía queda estructurada bajo dos de los conceptos que definen nuestra profesión, los principios de Autonomía y Ocupación, Estos principios dan soporte a todos los programas que se plantean en tres líneas de trabajo

- **Intervención individual en el domicilio**, con un carácter rehabilitador y compensador. Estos programas, aprovechando el entorno de la persona, que siendo un entorno de confianza, en ocasiones no lo es de seguridad, pretenden adaptarlo a las circunstancias de cada persona mayor. En este sentido se incluyen programas de entrenamiento en actividades de la vida diaria, entrenamiento en ayudas técnicas y adaptación del entorno, orientación de intereses y formación a cuidadoras/es principales.
- **Intervención grupal**, que aprovechando el ambiente favorecedor y las vivencias compartidas que aporta el trabajo en grupo, pretende desarrollar programas encaminados a evitar y/o minimizar el deterioro físico, cognitivo y anímico de la persona mayor. Aquí se plantea un programa de ejercicio físico y salud, de intervención psicomotriz, de entrenamiento de memoria y de psicoestimulación.
- **Intervención comunitaria**, constituida por programas dirigidos a las personas mayores y sus familias y a aquellos que llevan a cabo actividades de cuidado de forma profesional, informal o voluntaria. Estos programas se desarrollan en sesiones en formato de charlas-coloquio, con una primera parte de contenidos teóricos y una segunda de coloquio y de intercambio de experiencias con el objetivo de aportar soluciones a problemas de la vida diaria. Las sesiones van dirigidas a cada grupo por separado (mayores, familiares y cuidadores), en función de sus intereses y de su perfil. Los contenidos incluyen los cambios que se producen a lo largo del ciclo vital, las situaciones de autonomía y dependencia, las ayudas técnicas, la seguridad en el hogar, los hábitos saludables, el funcionamiento de la memoria, el cambio de roles, las relaciones familiares y los cuidados hacia los cuidadores.

En definitiva con este documento se pretende favorecer la puesta en práctica de más y nuevos proyectos para la atención integral de las personas en situación de dependencia o en riesgo de padecerla, donde la figura del Terapeuta Ocupacional es el protagonista.

## BIBLIOGRAFÍA

1. ACAMTO. Guía sobre promoción de la Autonomía y Prevención de la dependencia de las Personas Mayores en el Medio Rural. 1ª ed. Toledo. ACAMTO y Junta de Comunidades de Castilla la Mancha. Consejería de Salud y Bienestar Social.; 2008. Disponible en <http://pagina.jccm.es/social/forma/doc/GuiaAtencionMayoresMedioRural.pdf>
2. ACAMTO. Asociación Profesional Castellano Manchega de Terapeutas Ocupacionales [sede Web]\*. Toledo: ACAMTO; 2007 [20 de Julio 2009; acceso 10 de Julio 2009]. <http://www.acamto.com/>