

LA IMPORTANCIA DEL AMBIENTE EN LA OCUPACIÓN HUMANA.

THE IMPORTANCE OF THE ENVIRONMENT IN THE HUMAN OCCUPATION.

Palabras clave del autor: Terapia Ocupacional, Ambiente, Arousal, Ocupación Humana

Keys Words: Occupational Therapy, Environment, Arousal, Human Occupation

DECS: Terapia ocupacional, ambiente, arousal, ocupación.

MESH: Occupational therapy, environment, arousal, occupation



Autora:

Dña. Laura Vidaña Moya

Terapeuta ocupacional en el Centro Socio-sanitario Albada. Corporació Parc Taulí, Sabadell. Profesora colaboradora de la "Escola Universitària Creu Roja", Terrassa. lvidana@tauli.cat

Texto Recibido: 5/11/08

Texto Aceptado: 3/06/09

RESUMEN

Dada la importancia del ambiente para la terapia ocupacional, en este artículo se presentan los conceptos básicos tomados del modelo de la ocupación humana, que a su vez se nutre de la psicología de la emoción y la motivación y la ecología humana. En el presente artículo se expone el concepto de ambiente y las bases neuro-fisiológicas que nos explican como relacionar los aspectos del ambiente con el impacto que tienen sobre la persona, y por lo tanto en su ocupación. A

continuación se describe en detalle las características de sus dimensiones, en este caso los objetos y espacios, las tareas, los grupos sociales y la cultura. Por último, se ofrece una herramienta para poder aplicar todos estos contenidos a la práctica, ya sea para analizar el ambiente de la persona con la que trabajamos o de nuestra institución, para a posteriori realizar el manejo ambiental conveniente.

SUMMARY

In view of the importance of the environment for the occupational therapy, in this article is presented the basic concepts taken by the model of human occupation, that in turn it is provided of the emotion and motivation psychology and human ecology. In the present article is exposed the concept of environment and the neuro-physiological basis that explain us how to connect the aspects of the environment with the impact that have on the person, and therefore in his occupation. Then it is described in detail the characteristics of its dimensions, in this case are as follows: objects, spaces, tasks, social groups and culture. Finally, is offered a tool for the application of these concepts to the practice, either for to analyse the environment of the person with whom we will work or our institution, for a later stage realize the environmental suitable management.

Como citar este texto en sucesivas ocasiones:

Vidaña Moya L. Hipoterapia, una experiencia con personas con trastorno mental crónico. Centro de Rehabilitación Psiquiátrica Parayas. TOG (A Coruña) [Revista en Internet]. 2009 [fecha de la cita]; Vol 6, Supl. 5: p 232-243 Disponible en:

<http://www.revistatog.com/suple/num5/ambiente.pdf>

INTRODUCCIÓN

El ambiente es sin duda la herramienta básica del terapeuta ocupacional. Conocer todas sus dimensiones nos permite en nuestra

práctica clínica adaptarlo en función de la necesidad de estímulo o el conocimiento de sus características, más precisa será nuestra intervención. demanda de la persona con la que trabajamos. Cuanto más extenso sea

Un par de conceptos

Existen un par de conceptos básicos que son importantes para entender el significado de ambiente y su relación con la ocupación. El *Medio Ambiente* son las características físicas y sociales particulares del contexto específico en el cual se hace algo que tiene impacto sobre lo que uno hace y sobre el modo en que se hace. En consecuencia, el *Impacto Ambiental* es la influencia real (en la forma de oportunidad, demanda, soporte o restricción) que tienen los aspectos físicos y sociales del medio ambiente sobre un individuo en particular (1).

Si tomamos las bases teóricas de la psicología de la emoción y la motivación como punto de partida, es importante introducir el concepto de *activación o arousal* que Elisabeth Duffy presentó en los años 30. Este hace referencia al estado interno de un organismo que presenta manifestaciones subjetivas (nivel de alerta y sentimientos de excitación) y fisiológicas (pulso, liberación de catecolaminas...). Para Duffy, estos cambios fisiológicos periféricos reflejan diferentes niveles de "movilización de energía" que acompañan a los estados motivacionales y emocionales (2). El arousal liga los rasgos volitivos de una persona con las propiedades del ambiente. Nuestra causalidad personal marca el nivel de desafío que busca una persona en su desempeño ocupacional, y los valores e intereses nos sitúan en un tipo de ambiente. Así pues, el nivel de activación cambia en respuesta a las condiciones ambientales, a menos que uno esté hiperexcitado (ansioso o excitado) o hipoexcitado (en coma o dormido). La persona hipoexcitada tenderá al aburrimiento, estado que le puede llevar a fantasear, soñar despierto, tener alucinaciones... La persona hiperexcitada estará ansiosa, se sentirá fuera de

control, y en consecuencia inefectiva. Cuando un ambiente nos estimula o nos demanda por encima o por debajo de nuestras posibilidades, la respuesta adaptativa es adaptar el ambiente o dejarlo.

Como terapeutas ocupacionales es interesante conocer cuales son los rasgos ambientales inductores de arousal, para hacer uso de ellos en el momento de adaptar una actividad a las características y necesidades ocupacionales de una persona. Estas son las características físicas del lugar o ambiente y su intensidad o calidad, y las propiedades comparativas entre pasado y presente. La *novedad* sucede cuando nos encontramos en ambientes nuevos o discrepantes con experiencias anteriores. La *sorpres*a deriva de lo inesperado, sucede algo para lo que uno no ha sido preparado con sus experiencias previas. Por último, la *complejidad* es el potencial para el continuo descubrimiento de maneras de experimentar el ambiente. Las propiedades comparativas generan incertidumbre, y por lo tanto invitan a explorar (3).

Así pues, los ambientes dónde nos desempeñamos nos *estimulan* ofreciéndonos oportunidades y recursos que nos permiten elegir y hacer cosas. De igual manera, nos *demandan*, poniendo límites a nuestra acción o dirigiéndola firmemente. Los medios ambientes que desafían las capacidades de una persona tienden a incitar a la participación, la atención y un desempeño máximo. Por otra parte, los ambientes que nos desafían por debajo de nuestras capacidades nos llevan al aburrimiento y al desinterés, pudiendo incluso ejercer influencias negativas en la conducta y el afecto observadas en situaciones de privación sensorial. De igual manera, un desafío por encima de nuestras capacidades, nos llevará a estados de ansiedad, estrés y desesperación.

OPORTUNIDADES Y RECURSOS	
ESTÍMULO	DEMANDA
Un juguete Un bosque Un grupo de amigos Recibir instrucciones o guía de alguien	Unas escaleras Las leyes Los requerimientos de nuestros trabajos Las normas sociales

Figura 1. Ejemplos de oportunidades y recursos que nos puede ofrecer el ambiente en que nos desempeñamos (4).

Dimensiones del ambiente que influyen en la ocupación

Las dimensiones del ambiente que influyen en el ambiente, y que por tanto los terapeutas ocupacionales debemos conocer y utilizar como herramienta de trabajo, son variadas y impactan en la persona tal y como podemos observar en la figura 2.

Son las siguientes:

- Los objetos que las personas usan cuando hacen cosas.
- Los espacios en donde las personas hacen cosas.
- Las formas ocupacionales o tareas que están a disposición, que se esperan o que están establecidas en el contexto.
- Los grupos sociales con los que nos relacionamos.
- La cultura, que influye tanto en los aspectos físicos como sociales del ambiente.
- El contexto político y económico que influencia las libertades y los recursos relevantes para la ocupación.

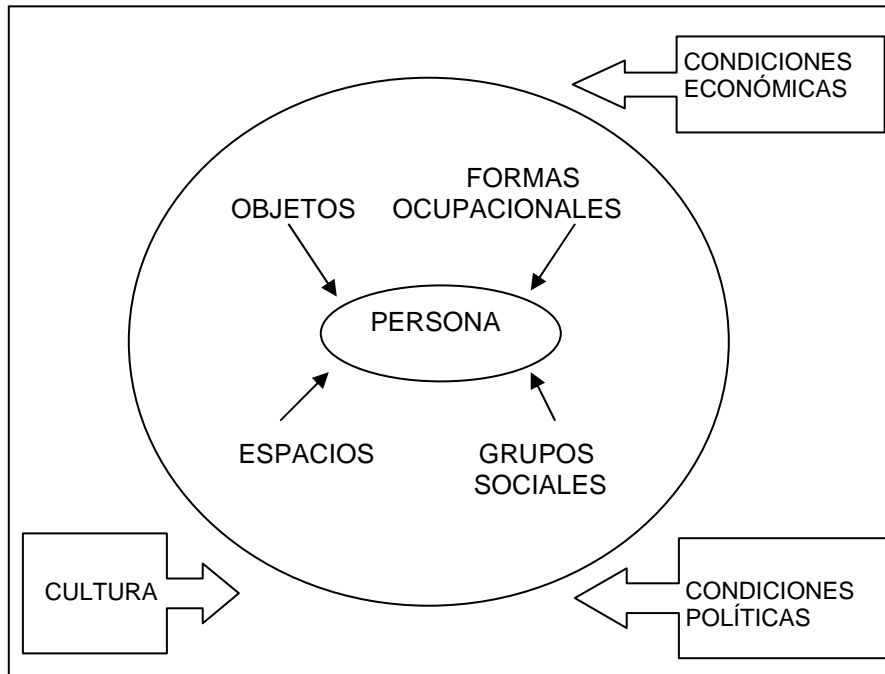


Figura 2. Influencia de las dimensiones del ambiente en la persona (4).

Cada una de estas dimensiones tiene unas características concretas que nos servirán para realizar un manejo ambiental preciso y cuidadoso. Pasamos pues a definir estas dimensiones y a proponer un conjunto de cuestiones que nos pueden ayudar a realizar un análisis del ambiente en el que vamos a trabajar.

Objetos y espacios

Esta dimensión hace referencia a los materiales de la vida diaria con los que interactuamos, que pueden ser naturales o contruidos, y cuyas propiedades son la disponibilidad, la flexibilidad, la complejidad y el significado simbólico.

Los *espacios* es donde tiene lugar la ocupación, y pueden ser naturales como un bosque o un lago o contruidos como una escuela o una tienda. Sus características determinan que se hace en ellos.

La *disponibilidad* es la presencia o ausencia de los objetos en el espacio y la manera como estos se organizan.

La *flexibilidad* es el potencial para usar los objetos de distintas maneras.

La *complejidad* es el nivel de habilidad requerida para su uso. Esto se relaciona directamente con las capacidades motoras y cognitivas de la persona.

El *significado simbólico* es el concepto del uso y el valor asignado que la persona asigna y/o percibe en los diferentes objetos.

Tareas

El concepto de tarea se refiere a la secuencia de acciones que uno ejecuta para satisfacer requisitos de la sociedad o motivos internos de explorar y ser competente. Sus propiedades son la complejidad, los límites temporales, las reglas o estructura, la seriedad o diversión del ambiente y la complejidad estructural.

La *complejidad* se refiere al nivel de habilidades y al número de etapas requeridas para completar la actividad.

Los *límites temporales* se refieren al tiempo de la actividad. Las tareas pueden ser limitadas en el tiempo y ejecutadas en un período discreto, o ser continuas, ocurriendo en largos intervalos con un término no concreto. Las actividades pueden limitarse a ciertos momentos del día o a ciertas estaciones del año, o pueden ejecutarse de acuerdo a las necesidades de la persona.

El concepto de las *reglas o estructura* hace referencia a la organización interna de una actividad. Esta organización provee de estándares de comportamiento. La rigidez o flexibilidad de las reglas o estructura da a la gente oportunidades de tomar diferentes grados de decisiones, plantear objetivos y ser creativo.

El *nivel de seriedad o diversión* refleja el contexto en el cual la actividad se ejecuta y las consecuencias que se relacionan con el éxito de participación.

La *dimensión social* incorpora dos aspectos importantes de las tareas, su naturaleza pública o privada y el grado en el cual es una actividad cooperativa o competitiva.

Las actividades son públicas o privadas dependiendo de si la intención del resultado es reservado para la persona o para un grupo o audiencia.

Competición y cooperación explican hasta que punto las tareas implican la comparación del rendimiento de una persona con otra o el grado en el cual él o más personas desean trabajar juntas para conseguir ciertos objetivos.

La dimensión social de la tarea tiene la importante función de desarrollar roles de los miembros del grupo.

Grupos sociales

Este concepto se refiere a las unidades colectivas de individuos. Estas unidades incluyen desde las agrupaciones sociales informales y las agrupaciones naturales (la familia), hasta las organizaciones formales.

Diferentes tipos de grupos proveen de diferentes oportunidades de ejecución de roles. Las propiedades que marcan el impacto de esta dimensión en la persona son el tamaño, función y objetivos, permeabilidad de los límites y la complejidad estructural.

El *tamaño* hace referencia al número de personas que forman parte del grupo. La *función u objetivo* del grupo se refiere al propósito principal del grupo. La función del grupo exige la inversión de cierta cantidad de tiempo y forma niveles diferentes de compromiso en función de los roles a desempeñar.

La *permeabilidad de los límites* se refiere a cuán fácil o difícil es ingresar en un grupo y cuán susceptible es el grupo a la influencia de otros que no pertenecen a él.

La *complejidad estructural* es el tipo de redes e interrelaciones existentes entre los miembros del grupo.

Cultura

Consiste en las creencias y percepciones, valores y normas, costumbres y comportamientos que son compartidos por el grupo o sociedad, y pasados de una generación a la próxima a través de la educación formal e informal. Sus propiedades son muchas y amplias, pero si nos centramos en el campo de la terapia ocupacional, nos interesaremos por la naturaleza del trabajo y del ocio, la dimensión del espacio y del tiempo en referencia al trabajo y el ocio y la transmisión formal e informal de conocimientos y valores.

La *naturaleza del trabajo y el ocio* se refiere a la importancia y valor del trabajo y el ocio, las actividades que son consideradas aceptables como tales, y el grado en que la cultura dicotomiza estos comportamientos.

La dimensión del espacio y el tiempo del trabajo y el ocio se refiere a que actividades deben tomar lugar, en qué lugares y cuándo estas actividades deben ocurrir.

La transmisión del conocimiento y los valores se refiere a cómo se desarrolla el proceso de educación formal e informal acerca de juegos y trabajo. (3)

Preguntas para la reflexión en la práctica

OBJETOS	
Disponibilidad	¿De qué objetos disponemos? ¿Dónde están? ¿Se pueden coger fácilmente?
Flexibilidad	¿Cuántas tareas diferentes se pueden hacer con un mismo objeto? ¿Son para usar de forma individual o grupal?
Complejidad	¿Qué habilidades se requieren para usar los objetos que tenemos? ¿Qué grado de dificultad? ¿Es necesario aprender a usar los objetos que tenemos?
Significado Simbólica	¿Qué simbolizan los objetos de los que disponemos? ¿Tenemos una mayoría de objetos para pacientes o para personas? ¿Necesitamos material rehabilitador específico para rehabilitar? ¿Coinciden los valores de la persona con los objetos que utiliza?
TAREAS	
Complejidad	¿Cuántos pasos tienen las tareas propuestas? ¿Se ofrecen distintos niveles de destreza en las actividades que se ofrecen?

Límites temporales	<p>¿Las tareas son limitadas en el tiempo o se realizan de forma continua y en un gran intervalo de tiempo?</p> <p>¿Las tareas están sometidas a ciertos períodos del día o a ciertas estaciones?</p> <p>¿Qué ventajas tiene trabajar en un proyecto estable?</p>
Regla o estructura	<p>¿Cómo son de flexibles las reglas de las tareas propuestas?</p> <p>¿Cómo afectan a la complejidad de la tarea las reglas que las rigen?</p>
Seriedad/ Diversión	<p>¿A qué tipo de rol están asociadas las tareas propuestas?</p> <p>¿Qué importancia le da el grupo social pertinente a la tarea?</p> <p>¿Cuanta habilidad individual necesita la realización de la tarea?</p>
Dimensión social	<p>¿La tarea es de naturaleza pública o privada?</p> <p>¿La tarea es competitiva o cooperativa?</p>
GRUPOS SOCIALES	
Tamaño	<p>¿Cuántas personas están involucradas en el grupo?</p> <p>¿Los roles tienden a estar repartidos o se comparten?</p>
Función u objetivos	<p>¿Qué propósito tienen estos grupos?</p> <p>¿Cuanto tiempo demanda a los usuarios esta función?</p>
Permeabilidad de los límites	<p>¿Es fácil unirse al grupo?</p> <p>¿Qué requisitos hacen falta para unirse al grupo? ¿Alguna característica homogénea? ¿Alguna preparación específica?</p> <p>¿El grupo es susceptible a las presiones externas?</p>
Complejidad estructural	<p>¿Qué tipos de redes e interrelaciones existen entre los miembros del grupo?</p> <p>¿Hay jerarquías importantes dentro del grupo?</p>
CULTURA	
La naturaleza del	<p>¿Qué valor tiene el trabajo en nuestra sociedad?</p>

trabajo y del ocio	¿Qué valor tiene el ocio en nuestra sociedad?
La dimensión del espacio/ tiempo en referencia al trabajo y al ocio	¿Qué tiempo le destinamos al trabajo? ¿Qué tiempo se le dedica al ocio? ¿Qué espacio se utiliza para el trabajo? ¿Qué espacios se utilizan para el ocio?
Transmisión de conocimientos y valores	¿Qué vías de aprendizaje formal existen en nuestra cultura? ¿Qué vías de aprendizaje informal existen en nuestra cultura?

Figura 3. Preguntas para reflexionar en la práctica

BIBLIOGRAFÍA

(1) Kielhofner, G. Terapia Ocupacional, Modelo de Ocupación Humana: Teoría y Aplicación. 3ª ed. Madrid: Panamericana; 2004.

(2) Fernandez E, Jiménez P, Martín D. Emoción y motivación. La adaptación humana. Madrid: Centro de estudios Ramón Areces; 2003.

(3) De las Heras C. G. Teoría y aplicación del Modelo de Ocupación Humana 2004., primera parte. Reencuentros.

(4) Kielhofner G. Model Of Human Occupation. Theory and application. 4th ed. Lippincott Williams y Wilkins; 2008.