

OCUPACIÓN Y SALUD

OCCUPATION AND HEALTH

Descriptor

DECS: Salud, Terapia ocupacional.

Palabras Clave de las Autoras: Ocupación, Salud, Terapia ocupacional.

MESH: Health, Occupational therapy.

KEY WORDS: Occupation, Health, Occupational therapy.



Dña. Silvia Bello Gómez

Dña. Paula Feal Rodríguez

Dña. Anastasia Fernández Lamas

Dña. Georgina Pilleiro Pillado

Dña. Tania Romeu Ces

*Terapeutas Ocupacionales. Facultade de Ciencias da Saúde.
Universidade de A Coruña.*

Como citar este artículo en sucesivas ocasiones:

Bello Gómez, S, Feal Rodríguez P, Fernandez Lamas A, Pilleiro Pillado G, Romeu Ces T. Ocupación y Salud. TOG (A Coruña) [Revista en Internet]. 2010 [fecha de la cita]; Vol 7, Supl. 6: p 170-176. Disponible en:

<http://www.revistatog.com/suple/num6/gallegas.pdf>

Texto recibido: 30/09/2009
Texto aceptado: 01/10/2010

Introducción

Cada vez es mayor la presencia de los profesionales que se dedican a la terapia ocupacional en las distintas instituciones existentes en nuestro entorno. A pesar de ello, continúa siendo una disciplina desconocida, la cual no ha llegado a ver encuadradas sus competencias laborales.

Es conveniente plantear lo que se entiende por ocupación, ya que de esta manera se puede llegar a comprender el significado de la terapia ocupacional, albergado en su propio nombre.

Al desarrollar tanto el conocimiento como la aplicación de la ocupación se concretan conceptos utilizados diariamente en el seno de nuestra profesión.

Finalmente comprenderemos que la terapia ocupacional contribuye a la adquisición de un buen estado de salud restaurando y adquiriendo habilidades funcionales (1-2).

RESUMEN

Si comprendemos la salud no solamente como la ausencia de enfermedad, podremos relacionarla por un lado con un correcto funcionamiento, tanto de las estructuras y funciones del cuerpo; y por otro, con las capacidades para desarrollar actividades y participar en la sociedad. Por ello, nuestro objetivo será revisar el concepto de ocupación y su relación con la salud y la terapia ocupacional.

Metodología, se ha realizado una búsqueda en revistas y portales temáticos de terapia ocupacional, en el buscador general Google y revisión y consulta en manuales de terapia ocupacional. Resultados, las personas llevan a cabo ocupaciones aprobadas por su grupo social y/o cultural, intentando satisfacer sus necesidades y deseos personales en la medida de lo posible. La ocupación es el principal medio de tratamiento utilizado por los terapeutas ocupacionales. Existe una diferencia entre los términos ocupación, actividad y tarea. La ocupación está compuesta por: actividades de la vida diaria básicas e instrumentales, educación, trabajo, juego, tiempo libre y participación social. Los componentes de la ocupación permiten a la persona hacer una contribución a su entorno personal, físico, social, cultural, virtual, espiritual y temporal. Conclusión, los terapeutas ocupacionales pueden desarrollar su trabajo con aquellos individuos que presenten afectación en sus áreas ocupacionales, como es el caso de personas con discapacidad sensorial, psíquica, física o social. La ocupación es imprescindible para la adquisición, mantenimiento, mejora o recuperación del desempeño de actividades y así mantener un adecuado nivel de salud y bienestar.

Metodología

Se ha realizado una búsqueda en revistas y portales temáticos de terapia ocupacional, en el buscador general Google y revisión y consulta en algunos manuales en español de terapia ocupacional con fecha de publicación posterior al año 2000 a los que tenemos acceso desde la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de A Coruña.

Resultados

Las ocupaciones son las actividades diarias con un valor significativo, reconocidas y organizadas por los individuos y la cultura. Es todo aquello que la gente hace para mantenerse ocupada, incluyendo el cuidado de sí mismo,

SUMMARY

If we understand health not only as the lack of illness, we could relate it, on one hand, to proper working of the structures and functions of the body; and on the other hand, to the ability to develop activities and participate in society. For this reason, our goal will be going through the concept of occupation and its relationship with health and occupational therapy.

Methodology, a search has been done in occupational therapy magazines and websites, in Google and also a revision and consultation in occupational therapy manuals. Results, people do occupations approved by their social or cultural group, trying to satisfy their needs and personal wishes if it is possible. Occupational is the main means of treatment used by occupational therapists. There is a difference among the terms occupation, activity and task. Occupation is formed by: basic daily life activities, instrumental daily life activities, education, work, play time, leisure time and social participation. The components of the occupation allow the person to do a contribution to his or her personal physical, social, cultural, virtual, spiritual and temporal background. Conclusion, occupational therapists can develop their job with those individuals who show affectation in their occupational areas, as the case of people with sensorial, psychic, physical or social disabilities. Occupation is essential for the acquisition, maintenance, improvement or recovery of the performance of activities in order to keep a suitable level of health and well-being.

disfrutar de la vida y contribuir al crecimiento social y económico de sus comunidades (1 y 3).

La ocupación proporciona una organización temporal y facilita un rol a la persona en su vida. Tiene características que son estables dentro de una cultura específica.

La actividad se realiza con un propósito específico en una determinada ocasión, dando lugar a una interacción del ser humano con su entorno.

La diferencia básica entre ocupación y actividad es que una persona presenta ocupaciones y roles mientras que ejecuta actividades y tareas.

Una tarea es una parte dentro de la actividad. Es básica en el aprendizaje, pero por si sola no permite llevar a cabo una ejecución funcional (4).

El principal objetivo de la terapia ocupacional es capacitar a la persona para alcanzar un equilibrio en sus ocupaciones, a través del desarrollo de habilidades que le permitirán funcionar a un nivel satisfactorio para él y para los demás.

No todos los autores coinciden en que la terapia ocupacional esté relacionada con todos los tipos de actividad sino que se concreta en lo que es ocupacional en la vida humana (5).

Existen siete Áreas de Ocupación, que son las Actividades de la Vida Diaria (AVD), las Actividades Instrumentales de la Vida diaria (AIVD), la Educación, el Trabajo, el Juego, el Tiempo Libre y la Participación Social.

Entendemos por AVDs aquellas que están orientadas hacia el cuidado del propio cuerpo, también llamadas actividades básicas de la vida diaria (ABVD) o actividades personales de la vida diaria (APVD), entre las cuales están baño/ducha, cuidado de la vejiga y de los intestinos, vestido, comer,

alimentación, movilidad funcional... Mientras que las AIVDs se enfocan hacia la interacción con el medio: criar a los niños, uso de los sistemas de comunicación, movilidad en la comunidad, manejo de temas financieros, cuidado de la salud y manutención... A menudo son complejas y generalmente opcionales a la hora de realizarlas (se pueden encomendar a otros).

La educación incluye actividades necesarias para ser un estudiante y participar en el medio educativo, como puede ser la participación en la educación formal e informal y la exploración de las necesidades o intereses personales.

El trabajo se refiere a las actividades necesarias para conseguir un empleo remunerado o actividades de voluntariado, teniendo como ejemplo el interés y la búsqueda de empleo, encontrarlo y conseguirlo, desempeñar el trabajo, la preparación para la jubilación...

El juego, el tiempo libre y la participación social, hacen referencia a actividades que el ser humano realiza para su disfrute y entretenimiento, siendo actividades no obligatorias elegidas voluntariamente y desempeñadas durante un tiempo que no entre en conflicto con la dedicación a ocupaciones obligatorias como trabajar, el cuidado personal o dormir. La participación social engloba las actividades asociadas con la organización de patrones de comportamiento que son característicos y esperados en una interacción individual o colectiva con otros dentro de un sistema social dado.(6)

No todas las actividades del ser humano puedan clasificarse estrictamente en una de estas áreas. Muchas veces las actividades se superponen entre las distintas áreas.

Es fundamental tener en cuenta el ambiente para que el individuo desarrolle al máximo sus capacidades. El entorno (incluyendo el cultural, físico, social,

personal, espiritual, temporal y virtual) hace referencia a las diversas condiciones que se interrelacionan e influyen en el desempeño de la persona.

Para que la terapia ocupacional sea efectiva y útil debe adaptarse a la cultura en la que se practica. La cultura puede significar cosas diferentes para personas diferentes. Esta incluye ideas, conceptos, conocimientos, creencias, valores y normas que forman los comportamientos que realizan los individuos en su vida cotidiana. (3)

El terapeuta ocupacional debe estar preparado para responder a las necesidades de las personas, basando sus intervenciones en el concepto de bienestar. También pueden hacer contribuciones en diferentes aspectos de la promoción de la salud.

La promoción de la salud es un proceso continuo de desarrollo y cambio en el que terapia ocupacional puede contribuir, entendiendo por salud el máximo nivel de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de síntomas. Esto quiere decir que el término salud se relaciona con la capacidad de funcionamiento de las estructuras y funciones del cuerpo y con la capacidad para participar socialmente.

La idea de ocupación como agente que promueve el bienestar y la salud da lugar a estilos de vida saludables y previene la aparición de enfermedades y sus déficits, promoviendo también la adquisición, mantenimiento y mejora del bienestar físico, psicológico y social.

Hay que evaluar e identificar los factores que permiten a los individuos desempeñar una vida diaria saludable, para así poder implantar programas que puedan ayudarlos a evitar discapacidades en la medida de lo posible.

Conclusiones

La ocupación es primordial para cualquier ser humano ya que a través de ella un individuo crece, se desarrolla, se conoce y adquiere su propia identidad tanto personal como social. La ocupación facilita el bienestar y la salud, por tanto la terapia ocupacional, ciencia encargada de la misma, tendrá un papel clave en la consecución del máximo nivel de independencia y autonomía personal.

Implantar nuestra propia cultura puede dar lugar a la introducción de modelos de comportamiento y significados que desorganizarían el modo de vida de una comunidad o pueblo.

Cuando las personas sufren condiciones de discapacidad, el terapeuta ocupacional puede colaborar en el logro de sus metas, ofreciendo ocupaciones significativas para la recuperación y mejorando el desempeño funcional de las mismas para su desarrollo personal y social. Realizando por tanto adaptaciones o intervenciones en su entorno.

BIBLIOGRAFÍA

1. Durante P y, Noya B. Competencia ocupacional y disfunción ocupacional. En: Polonio B, directora. Conceptos Fundamentales de Terapia Ocupacional. 1ª ed. Madrid: Panamericana; 2001.p. 25-32.
2. Rivera C y Simó S. Organización del conocimiento en Terapia Ocupacional; una aproximación al paradigma. En: Polonio B, directora. Conceptos Fundamentales de Terapia Ocupacional. 1ª ed. Madrid: Panamericana; 2001.p. 49-63.
3. Iwama MK y Simó Algado S. Aspectos de significado, cultura e inclusión en Terapia Ocupacional. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2008 [acceso 19 de noviembre de 2008]; 5(8): [23p.]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num8/pdfs/modelo1.pdf>
4. Durante P. La actividad como herramienta en Terapia Ocupacional. En: Polonio B, directora. Conceptos Fundamentales de Terapia Ocupacional. 1ª ed. Madrid: Panamericana; 2001.p. 153-158.
5. Romero D y Moruno P. Actividades de la vida diaria.1ª Ed Barcelona: Masson; 2006.
6. Marco de trabajo para la práctica de la terapia ocupacional: ámbito de competencia y proceso. [consultado el 29 de marzo 2009]. Disponible en http://www.terapia-ocupacional.com/GruposTrabajo/Marco_trabajo_terapia_ocupacional_rev.0ct08.pdf