

ACTIVIDADES DE TERAPIA OCUPACIONAL REALIZADAS EN LA RESIDENCIA DE ORGAZ

En nuestra residencia continuamos trabajando cada día por alcanzar nuestro objetivo principal: favorecer la mayor calidad de vida posible a nuestros residentes y procurar un envejecimiento activo frente a un envejecimiento sedentario; potenciar y mantener sus habilidades físicas, cognitivas y psico-sociales el mayor tiempo posible a partir de su constante estimulación y entrenamiento.

Para ello, desde Terapia Ocupacional continuamos con la misma dinámica y rutina mediante programas que permiten el abordaje integral de la persona. Estos son:

ESTIMULACIÓN DE HABILIDADES COGNITIVAS

- Escrita. Mediante fichas adecuadas al nivel de cada uno de los residentes. Cada día nuestros residentes trabajan diferentes habilidades cognitivas tales como son: cálculo, lenguaje, categorización, lecto-comprensión, memoria visual, memoria de fijación, atención, reminiscencia, percepción, resolución de problemas, etcétera.

- Oral de actualidad. Se realiza la lectura de varias noticias sucedidas durante la semana a nivel nacional, internacional o de nuestra comunidad, de salud, cultura, festividades, meteorología u otras categorías de interés a la cual los residentes deben prestar mucha atención para responder a las preguntas que se les realiza a continuación. Se pretende trabajar habilidades cognitivas así como que nuestros residentes estén actualizados y en contacto con el mundo exterior. Este programa ofrece la posibilidad de creación de debates compartiendo distintas opiniones e información entre nuestros residentes.

- Pasapalabra. Se adapta el famoso concurso de la tele a las habilidades cognitivas de nuestros residentes. Los residentes juegan en dos equipos grupales.

- Palabras encadenadas. El primer residente dice al azar una palabra, a partir de la cual sucesivamente cada residente tiene que ir diciendo otra que empiece por la última letra de la palabra anterior.

- Puzles. Se realizan puzles con imágenes de Orgaz para trabajar reminiscencia y habilidades como la atención de una forma más lúdica que puede tener incluso componente emocional para algunos de nuestros residentes. También realizamos puzles de otras temáticas como pueden ser flores o frutas, pero siempre tratándose de imágenes reales.

ESTIMULACIÓN DE HABILIDADES FÍSICAS.

- Psicomotricidad. Con la llegada del otoño y la bajada de temperaturas, el espacio de esta actividad se nos limita al interior de la residencia. La estructura de estas sesiones continúa siendo la misma. En primer lugar, se realiza una breve orientación temporal. A continuación, se trabajan en sentido céfalo-caudal las principales articulaciones del organismo, enfocados todos estos movimientos al desarrollo y participación en las Actividades de la Vida Diaria. Posteriormente, se realizan ejercicios donde se mete el componente cognitivo, con ayuda de una pelota y otros juegos, dinámicas y preguntas. Por ejemplo: recordamos el nombre

de la calle donde vivían, el número de hijos y sus nombres, hablamos de sus nietos, el nombre de sus padres, cómo eran sus casas, pensamos en objetos personales que tenemos en nuestras habitaciones de la residencia, recordamos importantes días de sus vidas, pensamos qué objetos podemos encontrar en un garaje, un baño, una cocina o un supermercado, objetos que siempre sean del color que se les indica, recordamos y describimos sus antiguos trabajos, el nombre de todos los residentes o resolvemos preguntas de cálculo. Finalmente, realizamos una breve relajación.

- Bolos. Se juega al tradicional juego de bolos. Algunos residentes lo hacen desde la posición de sedestación y otros desde bipedestación.
- Deambulación. Se realizan paseos con aquellos residentes que tienen dificultades para la deambulación, ofreciendo a cada uno el apoyo que necesite.
- Actividades de carácter manual. Elaboración de murales, pintura u otras actividades de carácter manual. Algunas de las pinturas realizadas durante este mes han tenido como temática la vendimia, el otoño y la Virgen del Pilar, utilizadas algunas de estas para decorar el comedor. Se utiliza este espacio para ello porque es una zona de la residencia que diariamente todos los residentes comparten, y se cuelgan para favorecer su orientación temporal, su autoestima y motivación por los resultados obtenidos para continuar esforzándose cada día. Otra de las actividades realizadas han sido un mural donde hablamos de la dieta saludable y los alimentos que es aconsejable tomar.

ESTIMULACIÓN DE HABILIDADES PSICO-SOCIALES

- Bingo, dominó, cartas, tres en raya, parchís, etcétera.
- Actividad de cocina y cumple-mes. Los residentes elaboran un plato una vez al mes, que posteriormente se toman durante la tarde el día que lo han realizado, celebrando el cumpleaños de todos aquellos residentes que cumplen los años cada mes. Este mes se ha optado por la realización de diferentes canapés de pan bimbo.
- Mímica. Se realizan actividades de mímica. Se ofrece a los residentes imágenes de Actividades de la Vida Diaria o puestos de trabajo que representan mediante gestos y el resto de sus compañeros deben adivinar.

OTRAS ACTIVIDADES Y CELEBRACIONES

- Día del Pilar. Con motivo de este día los residentes leyeron una oración a la Virgen del Pilar y se aprovechó para trabajar distintas habilidades cognitivas sobre ella. Además, cada uno le escribió una petición. Finalmente, cada uno pintó a su Virgen del Pilar.

Marta Portugués García

Terapeuta Ocupacional

