

CUIDAR SIN SUJETAR: IMPORTANCIA DE USAR TERAPIAS NO FARMACOLÓGICAS

Autores: Martínez de Pedro, Sara; Moyano García, Pilar; Val de Santos, José Ignacio.

1 Punto de partida
(antes de 2015)

1. Elevado número de demencias (+ del 50%) y en progresivo aumento.
2. Uso de sujeciones (físicas y farmacológicas) para el control de las demencias y las caídas.
3. Escaso análisis de las caídas (causas y consecuencias) y de las conductas.

Cambio de mentalidad y actitud
Formación/Sensibilización
(Diciembre 2014) (Trabajadores y familiares)

2 Proceso de retirada de sujeciones
(inicio en febrero de 2015)

Aplicar alternativas más dignas centradas en la persona para controlar las conductas

1. Cambios estructurales.
2. Cambios ambientales.
3. Análisis exhaustivo de las caídas (análisis causa-raíz).
4. Análisis de las conductas.

Sujetar no es un cuidado

Retirada total de las sujeciones físicas
(Mayo de 2016)

Revisión de la prescripción de fármacos psicotrópicos y polifarmacia

Objetivo principal

Análisis de conductas
(Registro -antecedentes, conducta observada y consecuencias-)

3 Uso de terapias no farmacológicas

Se entiende por Terapias No Farmacológicas "Cualquier intervención no química, teóricamente sustentada, focalizada y replicable, realizada sobre el paciente o el cuidador y potencialmente capaz de obtener un beneficio relevante". (Olazarán et al., 2010).

Actividad física adaptada

Descripción: actividad física dirigida a personas con limitación física o cognitiva.
Tipos: Actividad "Siel Bleu", paseos pautados, psicomotricidad, gerontogimnasia.
Duración: Desde febrero de 2015.
Participantes: Personas con FAST 6-7
Objetivo general: Conservar las capacidades físicas el mayor tiempo posible.
Objetivos específicos:

- Agilidad y coordinación global.
- Equilibrio estático y dinámico.
- Lateralidad.
- Control de la motricidad fina.
- Movimiento miembros superiores e inferiores.
- Coordinación óculo manual.
- Expresión y creatividad.

Resultados obtenidos:

- Mejora del tono muscular.
- Disminución de la incontinencia.
- Disminución del uso de sillas de ruedas.
- Aumento de la atención.
- Aumento del lenguaje verbal y no verbal.
- Disminución de la agitación.
- Mantenimiento de las ABVD's

Estimulación sensorial

Descripción: Destinadas a estimular los sentidos del tacto, oído, vista y olfato.
Duración: Desde febrero de 2015
Participantes: Personas con FAST 6-7

Estimulación táctil

Tipos: Piel, mantas de apego, delantal, material manipulativo, paneles de estimulación, aromaterapia (masaje), muñecas.
Metodología: Entrega de los materiales de estimulación según sus características y respuesta a la actividad.
Objetivo general: Estimular el sentido del tacto.
Objetivos específicos:

- Fomentar el contacto físico con el mundo que les rodea.
- Conectar con el mundo de los recuerdos y de las emociones.
- Motricidad fina y óculo-manual.
- Aumentar la atención.

Estimulación auditiva

Metodología: La actividad consiste en colocar unos cascos con música relajante o significativa para el residente (según sus gustos, biografía musical, o época cronológica significativa) y registrar su conducta y reacciones. Se acompaña y motiva al residente durante la sesión.
Objetivo general: Estimulación sensorial auditiva
Objetivos específicos:

- Estimular la atención
- Estimular la memoria a largo plazo y la reminiscencia
- Favorecer la comunicación verbal y no verbal.
- Mejorar el estado de ánimo y disminuir la agitación.
- Favorecer la concentración.
- Estimular la memoria emocional.

Intervención conductual

Descripción: Registro de conductas e intervención sobre las mismas.
Duración: Desde febrero 2015
Metodología: Cumplimentar el registro de conductas y aplicar el protocolo y las pautas correspondientes para manejar de forma adecuada la conducta.
Participantes: Residentes que presentan trastornos conductuales.
Objetivo general: Reducir y manejar de forma adecuada los trastornos conductuales.
Objetivos específicos:

- Aplicar protocolos ante trastornos conductuales.
- Identificar causas de agitación y malestar.
- Anticiparnos a un trastorno de conducta.
- Entrenamiento en el registro de conductas.
- Disminuir conductas disruptivas.

Resultados obtenidos:

- Aumento del manejo efectivo de los trastornos de conducta
- Mayor identificación de antecedentes de la conducta
- Aumento de la sensibilización ante la importancia del registro de trastornos de conducta
- Mayor conocimiento de los protocolos y pautas de actuación ante trastornos conductuales.
- Disminución del tiempo de duración de una conducta disruptiva.
- Disminución de la aparición de conductas disruptivas.

Estimulación cognitiva

Descripción: Estimulación de las funciones y procesos cognitivos que están preservados.
Duración: Desde febrero 2015.
Participantes: Personas de Fast 4, 5 y 6.
Objetivo general: Estimular capacidades cognitivas que se conservan, especialmente el lenguaje.
Objetivos específicos:

- Mantener el funcionamiento cognitivo potenciando las habilidades cognitivas todavía preservadas.
- Enlentecer el proceso de deterioro
- Mejorar la autoestima
- Fortalecer las relaciones sociales
- Mejorar la calidad de vida

Resultados obtenidos:

- Mantenimiento del lenguaje durante más tiempo
- Mayor evocación de lenguaje
- Mayor interacción social
- Mejor percepción de sí mismos
- Mantenimiento de un hábito de participación
- Disminución de la apatía

Estimulación visual

Tipos: Leds, Piel, mantas de apego, delantal, material manipulativo, paneles de estimulación, muñecas.
Metodología: Se facilitan a los participantes según sus características o respuesta a dicha actividad.
Objetivo general: Estimular el sentido del visual.
Objetivos específicos:

- Fomentar el contacto físico con el mundo que les rodea
- Conectar con el mundo de los recuerdos y de las emociones
- Motricidad óculo-manual.
- Atención y fijación.
- Concentración.
- Discriminación visual.

Estimulación olfativa: Aromaterapia

Metodología: La actividad consiste en trasladar al residente a un lugar tranquilo, darle un masaje en las manos durante 10 minutos con crema de olor relajante acompañado de una vela con el mismo olor y con música relajante y registrar su conducta y reacciones.
Objetivo general: Estimular el sentido del olfato.
Objetivos específicos:

- Relajar y/o estimular.
- Hacer partícipes a los familiares de la actividad.
- Fomentar el contacto físico con el mundo que les rodea.
- Fomentar la reminiscencia.

Resultados obtenidos:

- Aumento del lenguaje verbal y no verbal (sonrisas, gestos de afecto).
- Disminución de la agitación.
- Distensión/relajación de los músculos de las manos (táctil, olfativa).
- Verbalizaciones positivas.
- Aumento de la atención y concentración.
- Asociación del profesional con la actividad (olfativa, auditiva).
- Relajación de miembros superiores (táctil y olfativa).

- Identificación de canciones (auditiva)
- Focalización de la atención.
- Aumento del estado de alerta.
- Aumento de la atención sostenida.
- Experimentación de sensaciones placenteras.
- Incremento de respuestas.

4 Conclusiones

- La retirada de sujeciones hace necesario el trabajo con terapias no farmacológicas
- La retirada de sujeciones requiere una estimulación centrada en la persona.
- La retirada de sujeciones hace necesario un análisis exhaustivo de las caídas y de los trastornos conductuales.

- El trabajo con terapias no farmacológicas es un trabajo continuo que requiere formación e investigación continua.
- La retirada de sujeciones, el análisis e intervención conductual y el trabajo con terapias no farmacológicas contribuye a vivir más, con más dignidad y aumenta la calidad de vida de individuos, cuidadores y familiares.

Resultados (sobre 81 residentes)	Residentes que toman antipsicóticos o tranquilizantes mayores	Residentes que toman antidepressivos, ansiolíticos, sedantes o hipnóticos.	Residentes con Polifarmacia (más de 9 medicamentos)
2014 (Antes de la retirada de las sujeciones)	22	43	32
2017 (Un año después de retirar todas las sujeciones)	19	35	24

