



CENTRO OCUPACIONAL

TELEFONO: 950390745 FAX: 950393880
Pago del Moralico s/n Apt. Correos 141
04620 VERA (Almería)
asprodalba@yahoo.com.mx
www.asprodalba.org

RESIDENCIA DE ADULTOS

TELEFONO : 618964003 FAX: 950393880
Pago del Moralico s/n Apt. Correos 141
04620 VERA (Almería)
asprodalba@yahoo.com.mx
www.asprodalba.org

UNIDAD DE DIA

TELEFONO: 950390745 FAX: 950393880
Pago del Moralico s/n Apt. Correos 141
04620 VERA (Almería)
asprodalba@yahoo.com.mx
www.asprodalba.org

PROGRAMA ENVEJECIMIENTO DE CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL ASPRODALBA

1. DEFINICIÓN DEL PROYECTO

1.1 Título del proyecto

ENVEJECIMIENTO DE CALIDAD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL DE ASPRODALBA

1.2 Descripción general del proyecto

El Centro Ocupacional es uno de los centros y servicios de ASPRODALBA. Nace en el año 1990. Nuestra entidad ofrece servicios de vivienda, desarrollo personal e inserción laboral a PCDI.

Es en nuestro Centro Ocupacional, servicio destinado a la formación integral a PCDI en edad adulta, donde tras un análisis de la realidad nos hizo ver que una parte de las personas atendidas está envejeciendo y la previsión es aún mayor. Ello nos hizo plantearnos en que medida estamos preparados para atender a una población de PCDI en edades avanzadas tal y como se merecen, con calidad de vida, con dignidad y por derecho. La mayoría de las PCDI envejecen antes y más deprisa que el resto de la población. Muchas PCDI a partir de los 45 años han entrado en procesos de envejecimiento que la población normal suele tener hacia los 65 o 70 años. Las PCDI comienzan a declinar en sus capacidades conductuales en torno a los 50 años. Hay una incidencia incrementada y un inicio más temprano de la enfermedad de Alzheimer entre personas con Síndrome de Down, y las PCDI tiene una duración promedio de vida más corta que la población en general. El proceso de envejecimiento de la PCDI es similar al del resto de personas y presenta síntomas parecidos: pérdida de memoria, lentitud y torpeza al realizar actividades diarias, pérdida de visión y audición, problemas de salud, etc. Suelen caerse con más facilidad, se vuelven más lentas y a menudo cambian sus gustos y preferencias en lo que a las actividades se refiere. Presentan también mayor dificultad para asimilar los cambios. Esta circunstancia nos plantea nuevos retos como profesionales. Sabemos que nuestros recursos no están adaptados a esta nueva situación. El envejecimiento de PCDI genera nuevas necesidades añadidas a las que debemos hacer frente. El abandono de la actividad laboral implica una serie de pérdidas (relaciones sociales, salud, disminución de rendimiento a nivel cognitivo...). Este proceso provoca en las personas sentimientos de vacío al dejar de producir, y la sensación de no ser útil, lo que suele dar lugar a síntomas depresivos y a una disminución de la autoestima. Es importante ayudar a elaborar estos sentimientos, mejorando así la calidad de vida de las personas implicadas. De todo lo anterior se creará el Programa de Envejecimiento de calidad de las PCDI en ASPRODALBA constituido por un grupo de 17 personas mayores de 45 años. Para su desarrollo tomamos como base el modelo de Calidad de Vida, y en concreto las dimensiones de autodeterminación y bienestar emocional, dando la posibilidades a las personas de que decidan sobre su propia vida y aporten propuestas que tengan una repercusión positiva en su vida diaria. El proceso de envejecimiento



puede ser considerado como uno de los más estresantes para la familia después del diagnóstico, por lo que desde nuestro programa trabajaremos con ellas.

No debemos separar bruscamente a la persona del Centro Ocupacional. Hay que evitar crear servicios específicos para PCDI envejecidas ya que pueden generar una pérdida de autoestima importante y pueden ser además, generadores de estereotipos negativos añadidos al propio proceso de discapacidad intelectual. Para ello con el programa incrementaremos el aprendizaje de habilidades sociales e iremos disminuyendo la actividad prelaboral.

2. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

2.1 Necesidades a las cuales responde el proyecto.

Es un hecho que la esperanza de vida de la población en general ha aumentado de forma considerable en los últimos tiempos. Esta circunstancia nos plantea nuevos retos como profesionales. Sabemos que los recursos no están adaptados a esta nueva situación. El envejecimiento de PCDI genera nuevas necesidades añadidas a las que debemos hacer frente. Dichas necesidades están basadas en cambios a distintos niveles: físicos, cognitivo, emocionales y en el comportamiento. Se constata la perspectiva de crecimiento en el futuro.

Con el presente proyecto pretendemos satisfacer las necesidades que conllevan el proceso de envejecimiento:

- Precisar de un mayor control de la salud física, psicológica y cognitiva de estas personas.
- Trabajar con algunas familias que aun no son conscientes de las necesidades.
- Desarrollar actuaciones en el plano comunitario para disminuir, en la medida de lo posible, el grado de dependencia que sufre esta población.
- Facilitar apoyos para realizar actividades de la vida cotidiana.
- Formación más específica y reciclaje de los profesionales que incurrirá en una mejor atención a este colectivo.
- Adaptar el entorno y buscar recursos económicos, sociales y materiales que mejoren la calidad de vida de las PCDI en proceso de envejecimiento.

No debemos separar bruscamente a la persona del Centro Ocupacional. Hay que evitar crear servicios específicos para PCDI envejecidas ya que pueden generar una pérdida de autoestima importante y pueden ser además, generadores de estereotipos negativos añadidos al propio proceso de discapacidad intelectual. Para ello con el programa incrementaremos el aprendizaje de habilidades sociales e iremos disminuyendo la actividad prelaboral.

3.MARCO DE REFERENCIA EN EL QUE SE INSCRIBE EL PROYECTO

3.1 Territorio y agentes implicados

Para el desarrollo del proyecto contaremos con la participación y colaboración de:

- Ilustrísimo Ayuntamiento de Vera, Concejalía de Bienestar Social, Educación, Medio Ambiente y Cultura: a través de la presente concejalía realizaremos actividades en la comunidad adecuadas a sus necesidades (participación en instalaciones deportivas municipales, asistencia a cursos destinados a la tercera edad, etc).
- Residencias de Mayores de las comarcas del Levante y del Almanzora. Se realizarán charlas a sus técnicos para su formación en Discapacidad Intelectual. Ofreceremos a las familias información sobre sus servicios.
- Centros de Día de Mayores de las comarcas del Levante y del Almanzora. Realización de actividades conjuntas de ocio. Ofreceremos a las familias información sobre dicho servicio en la provincia de Almería, funciones, actividades, técnicos responsables, etc.
- Servicio de Ayuda a Domicilio.
- Centros de Salud de las comarcas del Levante y del Almanzora (municipios donde residen los usuarios de nuestros servicios) y Hospital de la Inmaculada de Huerca Overa. Por un lado realizaremos charlas formativas en materia de atención a las Personas con Discapacidad Intelectual impartidas por nuestros técnicos, facilitaremos material sobre el proceso de envejecimiento de las PCDI editado por nuestra federación FEAPS. Por otro lado pediremos su colaboración para realizar charlas en materia de salud destinadas a las familias con el objetivo de concienciarlas sobre la necesidad de realizar las revisiones médicas periódicas pertinentes. Es preciso conocer el estado de salud previo así como los síntomas y signos que caracterizan los síndromes, para poder establecer una línea base, de manera que puedan discriminar los procesos propios de la vejez de otras patologías.

3.2 Programa donde se enmarca el proyecto dentro de la entidad.

El presente proyecto se enmarca dentro de diversos programas que desarrollamos desde nuestra entidad:

- Programa de Atención Psicosocial: prestando atención psicosocial al grupo de personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento y a sus familiares.
- Programa de Atención y Apoyo a las Familias: se presta apoyo social, económico y material (gestionando subvenciones) a las familias que lo demanden. Búsqueda de recursos que faciliten la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento.



- Programa de Vida Independiente: con el fin de mejorar y, en su caso, mantener el mayor nivel de autonomía posible.

4. DESTINATARIOS DEL PROYECTO

4.1 Número de beneficiarios

- Número de beneficiarios directos previstos: 17

Hombres: 10

Mujeres: 7

-Número de beneficiarios indirectos: 73

4.2 Perfil de los destinatarios

Personas con discapacidad intelectual usuarios de nuestros servicios, mayores de 45 años que se encuentran en proceso de envejecimiento. Para detectar a los posibles usuarios pondremos en práctica, previamente desde nuestros servicios, una Guía de Identificación de Indicios de Envejecimiento.

5. OBJETIVOS

5.1 Objetivo general del programa.

Prevenir y ralentizar en lo posible el deterioro y, potenciar al máximo las capacidades funcionales presentes en cada individuo.

5.2 Fines concretos/específicos de aplicación al programa.

Los fines concretos del programa son:

-Promover la igualdad de oportunidades con el resto de población en proceso de envejecimiento.

-Promoción de la autonomía personal.

- Mejorar la calidad de vida de las PCDI y sus familiares.

- Adaptar el entorno a las necesidades emergentes que conlleva el proceso de envejecimiento (físicas, profesionales, entorno).



6. DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES.

6.1 Tipo de actividad.

- Actividades de intervención ante los cambios cognitivos.
- Actividades de Intervención ante los cambios emocionales y en el comportamiento.
- Actividades de Intervención ante los cambios sociales.
- Rehabilitación.
- Censo y guía de PCDI en proceso de envejecimiento.
- Formación a los profesionales y desarrollo de campañas de sensibilización entre la población.
- Ocio Inclusivo.
- Cuidado de la salud en personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento.
- Charlas informativas, folletos, etc. a las familias para mantenerlos informados sobre los recursos en materia de tutela, recursos como pisos tutelados, residencias etc.
- Animar a las familias a visitar residencias y pisos tutelados para conocer de cerca el funcionamiento de ambos.
- Facilitar información sobre estos recursos.

- Ofrecer apoyos y ayuda en la gestión, en el caso de que las familias adopten medidas para asegurar el futuro del hijo. Ayudarles a gestionar las plazas en residencia, aconsejarles sobre el tipo de servicio más adecuado para su hijo.

- Ayuda a la familia, cuando ésta no pueda hacerse cargo de la persona con discapacidad intelectual (por la edad, enfermedades...), animándolos a delegar en otros hijos, o recursos que le ofrezcan una atención integral y adecuada.

6.2 Descripción de las actividades

1. Actividades de Intervención ante los cambios cognitivos

Realización de ejercicios de estimulación de la memoria, para favorecer el mantenimiento de la misma y ralentizar la pérdida; promoción de la autodeterminación en todo momento; revisiones periódicas de vista y oído; favorecer el recuerdo y el reconocimiento mediante la utilización de elementos facilitadores del mismo; favorecer

la comprensión del lenguaje mediante la simplificación de los mensajes y su apoyo con sistemas de comunicación alternativa.

Objetivo: Preparar a la persona con discapacidad intelectual para paliar las dificultades de adaptación a los cambios, su falta de recursos de afrontación al proceso de envejecimiento.

2. Actividades de Intervención ante los cambios emocionales y en el comportamiento.

Fomentar la participación en actividades que la mantengan activa y de responsabilidad; preparar a las personas para la pérdida de los seres queridos; fomentar que la persona hable de sus miedos, exteriorice sus sentimientos; favorecer un clima de confianza y afecto en el que la persona se sienta querida y reconocida como persona; actividades que impliquen relaciones sociales y favorezcan la interacción con otras personas.

Objetivo: Preparar a la persona con discapacidad intelectual para paliar las dificultades de adaptación a los cambios, su falta de recursos de afrontación al proceso de envejecimiento.

3. Actividades de Intervención ante los cambios sociales.

Planificación del futuro legal de la persona, concretar cual será el hogar o residencia, favorecer que la persona cuente con las ayudas técnicas y de movilidad que pueda necesitar para el mantenimiento de su autonomía.

Objetivo: Prestar a las familias, que también avanzan en edad, los apoyos necesarios que garanticen el mantenimiento del tipo de vida llevado hasta el momento.

4. Rehabilitación.

Actividades rehabilitadoras individuales y específicas a cada caso en concreto valorando su estado físico.

Objetivo: Prevenir la inestabilidad en la deambulación y en el equilibrio, lo que puede provocar caídas con el consecuente riesgo de traumatismos, etc

5. Censo y guía de PCDI en proceso de envejecimiento.

Elaboración de un censo de PCDI atendiendo a un determinado número de variables y que permita monitorizar la evolución del proceso de envejecimiento entre esta población. Elaboración de un instrumento que recoja una serie de indicadores a fin de

detectar posibles indicios de un inicio en el proceso de envejecimiento en PCDI(salud, ocio, cohabitación, relaciones interpersonales, etc).

Objetivo: Diagnostico y seguimiento de la evolución de las PCDI en proceso de envejecimiento, permitiéndonos crear planes de actuación.

6. Formación a los profesionales y desarrollo de campañas de sensibilización entre la población.

Desarrollar cursos de formación dirigidos a profesionales que pueden entrar en contacto directo con PCDI(policia, personal sanitario, etc) en determinados momentos, a fin de dar a conocer algunas características de PCDI. Desarrollar campañas de sensibilización a fin de dar a conocer las características que acompañan a PCDI y como utilizar un lenguaje no discriminatorio y cuales son los términos más idoneos para referirnos a las personas con discapacidad intelectual.

Objetivo: Formar a los profesionales que atienden a las PCDI para que dicha atención sea la mas adecuada a sus necesidades.

7. Ocio Inclusivo

Realización de actividades de ocio alejados del modelo tradicional. Actividades como: viajes, psicoballet, talleres de actividades domesticas(cocina, plancha,..), talleres de estimulación cognitiva, deportes adaptados, informatica, golf, bolos, playa y piscina, bailes de salón, musicoterapia, talleres de relajación, petanca, senderismo, salidas culturales, termalismo, taller de masajes, etc.

Objetivo: Facilitar que las personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento participen en actividades que impliquen relaciones sociales.

8. Cuidado de la salud en personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento.

Se realizaran seguimientos medicos periodicamente, en los que se controle: la tensión arterial, los niveles de LDL-Colesteros, triglicéridos y glucosa en sangre, el peso y la talla, la vista y oído, aparición de manchas en la piel, hidratación de la piel y las mucosas, control ginecologico en las mujeres, con exploración de mamas y del cuello uterino, control urológico en los hombres, con exploración de prostata, etc

Objetivo: Seguimiento de habitos de vida saludables que contribuyan a mejorar el estado físico de la persona y la prevención de determinadas patologías.

7. EVALUACIÓN DEL PROYECTO

7.1 Resultados esperados. Indicadores cualitativos y cuantitativos

Con el presente proyecto pretendemos ofrecer una atención personalizada y adaptada a las necesidades de las personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento de nuestra entidad, con el fin de mejorar su calidad de vida y la de sus familias. Como indicadores de evaluación del proyecto se utilizarán los siguientes:

- El número de participantes en el proyecto.
- Participación activa de los usuarios.
- Participación de las familias.
- Satisfacción de los usuarios que participan.
- Mejora de su calidad de vida.
- Asistencia a cursos formativos.
- Escalas de estudio de la calidad de vida.

7.2 Seguimiento y evaluación del proyecto

-Evaluación Inicial: Nº de participantes en el proyecto, nº de familiares asistentes a las reuniones y nº de agentes participantes.

- Evaluación intermedia: Nº de visitas de seguimiento médico, nº de actividades realizadas, evaluar las dimensiones de control.

- Evaluación Final: Evaluación de las dimensiones de calidad de vida. Diario de campo.

7.3 Evaluación de los resultados

El objetivo de nuestro programa es mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual de nuestra entidad que se encuentren en proceso de envejecimiento. Para ello evaluaremos durante todo el proyecto las dimensiones de calidad de vida de los participantes.

Para evaluar los resultados tendremos en cuenta el papel fundamental que juega al diario de campo que se elaborará a lo largo de todo el desarrollo del programa de intervención, con entrevistas directas y cuestionarios que utilizaremos a lo largo de todo el proceso de evaluación (inicial, intermedia y final).

7.4 Calidad y mejora continua

Para establecer un plan de calidad y mejora continua disponemos de una visión de futuro de hacia donde queremos que vaya nuestra entidad, facilitado por nuestro Plan Estratégico.

Contemplamos que la esperanza de vida de la población en general ha aumentado de forma considerable en los últimos tiempos. Esta circunstancia nos ha hecho trazar nuevos retos profesionales, adaptando nuestros servicios y profesionales a estas nuevas demandas que plantea nuestro colectivo objeto de actuación. Para ello evaluaremos este programa pionero en la entidad, abierto a cambios de mejora para satisfacer y cubrir el objetivo principal que ahora nos ocupa: "Dar una atención de calidad a las PCDI en proceso de envejecimiento adaptando nuestros servicios y trabajando por la mejora continua".

8. ORGANIZACIÓN Y METODOLOGÍA

8.1 Perfil profesional de los técnicos participantes en el proyecto

- Psicólogo Clínico
- Trabajadora Social.
- Cuidadora
- Logopedia
- Rehabilitador

Todos los profesionales descritos deberán desempeñar las funciones propias de su categoría profesional, promoviendo la mejora de la calidad de vida de las Personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento.

8.2 Coordinación del proyecto

La coordinación es un punto básico para establecer la viabilidad del proyecto. Los técnicos nombrados para ello serán los profesionales de los servicios de atención psicosocial ya atención a familias, puesto que son enlace con los agentes implicados y los que mantienen un mayor contacto directo con las familias.

Consideramos de vital importancia las aplicaciones de conceptos como coordinación, integración, colaboración y quizás el más preciso, complementariedad, que aparecen en múltiples niveles de intervención: entre profesionales, instituciones sociales y sanitarias, iniciativa social, pública y privada, diferentes categorías de recursos, etc.

8.3 Coordinación con otros proyectos de la entidad.

El equipo interdisciplinar de ASPRODALBA realizará todos los viernes reuniones de equipo para analizar, y valorar la evolución individual de los participantes del proyecto en las distintas áreas de actuación: talleres, programas, actividades, servicios de rehabilitación y logopedia.

Esta coordinación nos permitirá evaluar de manera mas especifica la evolución del proceso de envejecimiento de cada uno de los participantes.

Por otro lado los tecnicos coordinadores mantendrán entrevistas quincenales con las Personas con Discapacidad Intelectual en proceso de envejecimiento participantes en el proyecto y sus familias.

8.4 Coordinación con otros agentes del mismo territorio

El proyecto esta coordinado por el Director Tecnico del Centro y Psicologo Clínico y por la Trabajadora Social de la entidad.

Para un exitoso desarrollo del proyecto se mantendrán reuniones mensuales con los diversos agentes implicados.

No obstante los agentes implicados se comprometen a mantener reuniones y entrevistas con los tecnicos de la entidad, así como con familiares siempre y cuando se considere oportuno.

Los tecnicos de la entidad encargados de la coordinación del proyecto serán las personas de referencia para todos los agentes implicados.

8.5 Acceso a los beneficiarios

Para acceder al proyecto los beneficiarios deberán cumplir unos requisitos básicos: ser mayores de 45 años y mostrar varios indicadores (físicos, salud emocional,..) de estar en proceso de envejecimiento. Los candidatos propuestos serán evaluados por los tecnicos de la entidad basandonos en indicadores previamente observados.

8.6 Intensidad de la atención

El número estimado de horas de atención es de 38,5 horas a la semana.

8.7 Elementos clave para replicar el proyecto

Con el presente proyecto pretendemos dar continuidad a una línea de atención, no contemplada anteriormente en nuestra intervención. Hasta hace no muchos años,



hablar de envejecimiento de las personas con discapacidad intelectual era algo prácticamente anecdótico, puesto que su esperanza de vida se situaba en edades muy tempranas. Sin embargo, tal como ha ocurrido en la población en general, la esperanza de vida de este colectivo ha aumentado significativamente en los últimos años.

Esta realidad pone de manifiesto las carencias existentes respecto a esta nueva realidad y, plantea nuevos retos encaminados a dar respuestas eficaces e inmediatas a las necesidades de las personas mayores con discapacidad intelectual, dar a conocer nuestro proyecto permitirá a nuestro entorno ofrecer los recursos y apoyos adecuados, creando recursos específicos o bien la adecuación y adaptación de los ya existentes.

9. RECURSOS

9.1 Recursos humanos.

PERFIL PROFESIONAL	HORAS POR SEMANA	TAREAS
Monitora de ajuste personal y social	38,5 horas	Atención directa del grupo. Realizará actividades para estimular, fomentar, motivar, desarrollar y complementar las habilidades de los usuarios.
Rehabilitador	8 horas	Aplicación de tratamientos con medios físicos que se prestarán a enfermos para prevenir, curar, y recuperar mediante su actuación profesional, valorando, estableciendo y aplicando los métodos, actuación y técnicas fisioterapéuticas.
Psicólogo Clínico	38,5 horas	-Coordinación del proyecto. -Atención Psicosocial a las personas con discapacidad intelectual y sus familias. - Técnico formativo. Impartirá jornadas Formativas a los diversos agentes implicados en el proyecto.
Trabajadora Social	38,58 horas	-Coordinadora del proyecto. -Atención Psicosocial a las personas con discapacidad intelectual y sus familias. - Técnico formativo. Impartirá jornadas Formativas a los diversos agentes implicados en el proyecto.
Logopedia	8 horas	Rehabilitación de las funciones comunicativas, del lenguaje oral y escrito, de la voz, del habla y de las funciones orales asociadas.

9.2 Infraestructuras.

Infraestructuras propias para el desarrollo del proyecto: Utilizaremos las diversas instalaciones de nuestros servicios, así como equipos técnicos necesarios.

Infraestructuras ajenas previstas: Utilizaremos infraestructuras municipales del Ilustrísimo Ayuntamiento de Vera, tales como : instalaciones deportivas, centro de día de mayores, así como cualquier otra que se detecte conveniente para el pleno desarrollo de la actividad/actividades.

10. PRESUPUESTO DEL PROYECTO

CONCEPTO	IMPORTE	DETALLE DE LOS CONCEPTOS SOLICITADOS
Honorarios profesionales	18.911,36€	Nominas y Costes seguridad Social
Material para las actividades	900€	Material de papelería necesario para el desempeño de las actividades propias del taller.
TOTAL	19.811,36€	

11. PROMOCIÓN Y PUBLICIDAD

11.1 Definición de las estrategias

En materia de publicidad y difusión: continuaremos dándole publicidad a través de la pagina web de nuestra entidad (una vez finalizada ésta) y en la autonómica de nuestra Federación. Así como en el periódico " La Voz de ASPRODALBA".

Seguiremos manteniendo reuniones con familiares cuyos hijos/as se convierten en futuros candidatos del programa.