

# Servicio de Terapia Ocupacional

TO Barcelona Ayelen  
Lic. TO De Gregorio Agustina  
Lic. TO Ruibal María Sol  
TO Vázquez Deborah

Octubre de 2020



# Impacto del confinamiento en los adultos mayores institucionalizados

Una mirada desde Terapia Ocupacional



# ¿Qué consecuencias trajo?



**Físicas**

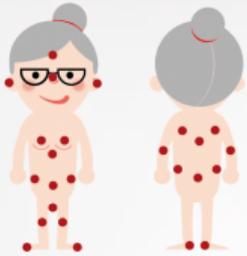


**Mentales**



## Síndrome de desacondicionamiento

El prolongado sedentarismo y la continua permanencia en una determinada posición pueden traer:



- Lesiones en piel: úlceras por presión (UPP).
- Contracturas musculares.
- Retracciones tendinosas.
- Posturas viciosas.
- Disminución de fuerza muscular.



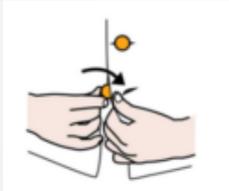
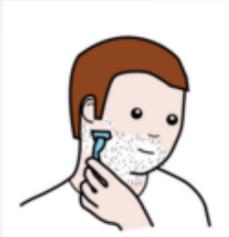
Es de vital importancia el **cambio de posturas** en caso de ser posible o el correcto posicionamiento en cama con las **adaptaciones blandas** correspondientes.

El síndrome de desacondicionamiento puede llevar a un

# Síndrome de *inmovilidad*



# Pero... ¿Qué es el Síndrome de Inmovilidad?



La inmovilidad se puede definir como el **descenso de la capacidad** que tiene el individuo **para realizar movimientos**, que conlleva un **deterioro de su relación con el entorno** y origina **dependencia** para desempeñar las actividades de la vida diaria básicas (**AVDB**) y actividades de la vida diaria instrumentales (**AVDI**).



## El impacto en las funciones mentales es de gran importancia y debemos tenerlo en cuenta de igual manera que el físico



La falta de **contacto con otro y estímulos** puede traer aparejado **problemas de memoria, atención, comunicación** y dificultad en las **praxias** entre otras cosas impactando directamente en el desempeño en las ocupaciones.



# ¿Cómo podemos evitarlo?

Mantener **hábitos y rutinas** en el contexto de confinamiento es de vital importancia.

- Organización de horarios.
- Respetar horarios de sueño.
- Hábitos alimenticios.
- Motivación según actividades de interés.
- Tiempo para actividades de ocio y tiempo libre.
- Realizar ejercicios o actividades que impliquen movilizar el cuerpo.



# ¿Como lo traspolamos a los pacientes institucionalizados?

- Movilidad funcional en cama.
- Transferencias.
- Adaptación del entorno físico (habitación).
- Fomentar rutinas diaria dentro de la habitación.
- Trabajo de AVDB in situ.
- Actividades de ocio y tiempo libre relacionadas con los intereses individuales.



**No debemos perder de vista la importancia de promover un Envejecimiento Activo**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el “envejecimiento activo” como “el proceso por el que se **optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental** durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de **vida saludable, la productividad y la calidad de vida** en la vejez”. Se contempla el envejecimiento desde la atención sanitaria e incorpora todos los factores de las **áreas social, económica y cultural** que afectan al envejecimiento de las personas.

GLOBAL ACTION PLAN ON PHYSICAL ACTIVITY 2018-2030  
MORE ACTIVE PEOPLE FOR A HEALTHIER WORLD –WHO-



Es importante **permanecer activo** en las tres áreas física, social y mental, a través de la participación en:

- Actividades recreativas y de ocio.
- El voluntariado o actividades -remuneradas.
- Actividades culturales, políticas y - sociales.
- Actividades educativas y de formación a lo largo de toda la vida.
- Compromiso con la comunidad y en la propia familia.



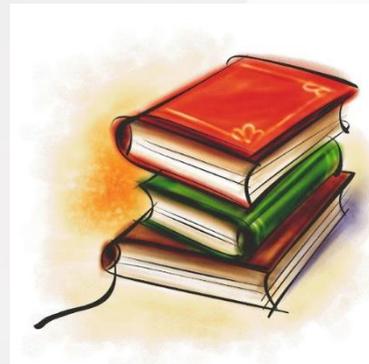
# Conclusiones

- Los **mayores son más vulnerables** que el resto de la población, debido a la edad, a las enfermedades crónicas y a las discapacidades que sufren.
- No olvidar la importancia **de mantener rutinas ocupacionales y movilidad** del paciente.
- Mantener la **motivación** mediante **actividades de interés**.
- La **falta de interacción social** influyo sobre las **funciones cognitivas** de los pacientes.
- Hay que considerar a los **mayores** como **participantes y contribuyentes activos** de la sociedad teniendo en cuenta todo lo que estos pueden aportar por su trayectoria y experiencia.
- Es importante **detectar** lo antes posible la **pérdida de autonomía** y **establecer** las **medidas** necesarias para que las personas mayores mantengan **la mayor independencia posible** respetando sus **intereses** y teniendo en cuenta su **volición**.



# Bibliografía

- Asociación Americana de Terapia Ocupacional (2002). Marco de Trabajo para la Práctica de la Terapia Ocupacional: dominio y proceso. *Revista Americana de Terapia Ocupacional (AJOT)*, 56, 609-639.
- <https://www.asistencial.com.uy/consejos-para-dultos-mayores-en-cuarentena/>
- [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-02552016000300014](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552016000300014)
- Síndrome de inmovilidad, Capítulo 16. P. Pedro Tarrés.



**¡MUCHAS  
GRACIAS!**

