

PROGRAMA PROVINCIAL DE
PREVENCIÓN de la *Dependencia* y
PROMOCIÓN de la *Autonomía Personal*
EN PERSONAS MAYORES



Yo participo, y ¿Tú?...

RELACIONATE

Programa

Ejecución del **Programa de Prevención de la Dependencia y Promoción de la Autonomía Personal en Personas Mayores en municipios y anejos con población inferior a 20.000 habitantes**, los cuales constituyen líneas de intervención propias de los Servicios Sociales Comunitarios dependientes de la Excma. Diputación Provincial de Jaén.

OBJETO DEL PROGRAMA

Son un conjunto de intervenciones dirigidas, en función de las necesidades de cada persona, a prevenir o reducir una limitación o alteración de la función física, intelectual, sensorial o mental, así como a mantener o mejorar habilidades ya adquiridas, con la finalidad de conseguir el mayor grado posible de autonomía personal, adaptación a su entorno, mejora en la calidad de vida e integración en la vida comunitaria.

Las actuaciones estarán orientadas preferentemente al desenvolvimiento personal y a la integración en la vida comunitaria y en un entorno normalizado. Son planificadas

DEFINICIÓN



por un equipo multiprofesional competente para atender a las necesidades de la persona beneficiaria.

- ❖ **Psicomotora:** Intervenciones donde a través de los aspectos físicos fundamentalmente, se pretende optimizar la movilidad, la independencia funcional y la calidad de vida en su entorno social.
- ❖ **Comunicación y lenguaje:** La mejora o mantenimiento en la capacidad comprensiva y expresiva se trabaja como una parte muy importante de adaptación al entorno y la interrelación con los demás, que a su vez tienen una incidencia significativa en el mantenimiento de los mayores niveles de autonomía posible.
- ❖ **Cognitiva-Conductual:** Estas intervenciones podrán incidir directamente en las capacidades cognitivas superiores de las personas que les permiten comprender la información recibida, relacionarse y desenvolverse en su entorno y en el trabajo sobre conductas que resulten adaptativas a su entorno.
- ❖ **Social:** Estas intervenciones fomentan las habilidades sociales de las personas dependientes de manera específica o bien a través de su desarrollo mediante una metodología grupal y participativa.

TAREAS QUE
COMPRENDE



Catálogo de Talleres

- Atención psicosocial.
- Bailes
- Cocina/ Alimentación.
- Salud/Medicación
- Coreografías.
- Cuidado personal.
- Danza y expresión corporal.
- Gimnasia.
- Gimnasia en el agua
- Senderismo
- Higiene postural
- Informática y tecnologías básicas.
- Ludoteca.
- Manualidades: Corte y confección, cerámica, arcilla, punto y ganchillo, etc. Aquellos talleres que requieran de elementos tecnológicos podrán impartirse si ya se disponen de los mismos y no serán aportados por el Programa.
- Movilidad articular
- Música.
- Pilates.
- Pintura (óleo, ceras, acuarelas,..).
- Relajación
- Risoterapia.
- Taichí.
- Teatro.
- Yoga.

Son unos servicios que mediante tratamiento terapéutico que, por medio de las técnicas adecuadas, tiene por finalidad mantener, mejorar el funcionamiento de alguna o algunas de las capacidades cognitivas superiores (razonamiento, memoria, atención, concentración, lenguaje y similares), de las capacidades funcionales, la conducta y o la afectividad.

Las actuaciones se orientarán a retrasar, y a ser posible minorar, el deterioro cognitivo, para mantener las habilidades psicosociales necesarias en las Talleres de la vida diaria y toma de decisiones

Tareas que comprenden

- ❖ **Cognitiva:** Las actuaciones individuales o en grupo, se orientarán a estimular la capacidad cognitiva con la finalidad de retrasar y a ser posible minorar el deterioro cognitivo en los casos de daño sobrevenido o degenerativo. Se incidirá en aspectos como la estimulación de la memoria, la concentración y reducción de la fatiga, la atención, el razonamiento, la abstracción, la orientación, el lenguaje, etc.
- ❖ **Conductual:** Estas intervenciones podrán incidir en el mantenimiento de las conductas y habilidades psicosociales necesarias en las Talleres de la vida diaria.
- ❖ **Funcional:** A nivel funcional las intervenciones podrán incidir en el mante-

nimiento de funciones ejecutivas, en tareas basadas en el cálculo, la lecto-escritura y aquellos procesos cognitivos que intervienen en la realización de Talleres básicas de la vida diaria.

Catálogo de Talleres

- Atención y percepción.
- Autoconocimiento y desarrollo personal.
- Autoestima.
- Habilidades de comunicación.
- Inteligencia emocional.
- Ludoteca mental.
- Estimulación de la memoria.
- Resolución de conflictos.
- Risoterapia.
- Control emocional, relajación e higiene de sueño.
- Optimización de procesos cognitivos.

Son un conjunto de intervenciones orientadas a mantener o mejorar la capacidad para realizar las AVD, evitar la aparición de limitaciones en la Taller, deficiencias o déficit secundarios y potenciar el desarrollo personal y la integración social. Todo ello con el fin de alcanzar el mayor nivel de autonomía y calidad de vida.

Las actuaciones, con carácter general, se llevarán a cabo enfocadas al mantenimiento de las personas en su entorno físico y relacional.

SERVICIOS DE
PROMOCIÓN,
MANTENIMIENTO
Y RECUPERACIÓN
DE LA
AUTONOMÍA
FUNCIONAL



Tareas que comprenden

Con carácter general se llevarán a cabo actuaciones enfocadas al mantenimiento de las personas en su entorno físico y relacional.

Las diversas actuaciones abarcarán, al menos, alguno o varios de los siguientes aspectos:

- Programa de asesoramiento y entrenamiento en AVD.
- Programa de mantenimiento y acondicionamiento físico.
- Entrenamiento en transferencias y deambulación.
- Programa de fisioterapia neurológica y respiratoria.
- Aprendizaje y aplicación de técnicas de conservación de la energía.
- Programa de accesibilidad y de asesoramiento, y entrenamiento en el uso de productos de apoyo.
- Educación para el correcto uso de órtesis y prótesis (colocación y mantenimiento).
- Valoración de la necesidad de adaptaciones en el entorno habitual (ya sea doméstico, trabajo o lugar de ocio).
- Entrenamiento para la integración familiar, comunitaria y social.
- Asesoramiento, entrenamiento y apoyo a las personas cuidadoras para la aplicación de las actuaciones anteriormente citadas.

Catálogo de Talleres

- Ergonomía y calidad de vida
- Taller de Rehabilitación de Tareas Básicas e Instrumentales de la Vida Diaria (A.B.I.V.D.): Aseo, vestido, manejo de dinero, deambulación, transferencias, etc.
- Adaptaciones esclerosis múltiple y otras enfermedades musculares degenerativas.
- Apoyo a personas cuidadoras.
- Apoyos para personas con sordera.
- Entrenamiento órtesis y prótesis.
- Ergonomía y calidad de vida.
- Fisioterapia.
- Integración social.
- Movilidad articular.
- Voluntariado y desenvolvimiento personal.

