



Programación
Actividades
UED ADACCA CADIZ

2022

CONTENIDO

- **INTRODUCCIÓN.**
- **PERFIL DE USUARIO.**
- **INSTALACIONES.**
- **OBJETIVOS GENERALES.**
- **RECURSOS.**
 - .- Recursos humanos.
 - .- Recursos financieros

- **ACTIVIDADES PROGRAMADAS.**
 - .- Talleres de Creatividad y Expresión.
 - .- Terapia Ocupacional.
 - .- Fisioterapia.
 - .- Logopedia.
 - .- Estimulación Cognitiva.
 - .- Programas de intervención en la socialización y participación.
Integración social.
 - .- Programas de intervención con las familias.
 - .- Programas de seguimiento sanitario.

INTRODUCCION

La actividad de ADACCA comienza en el año 2000 y surge a partir del trabajo de profesionales junto con dos o tres familias afectadas por daño cerebral adquirido, que se interesan y se unen constituyendo la asociación, por lo que podemos decir que surge desde la propia realidad y necesidades de las personas afectadas.

A partir de ahí, ADACCA ha llevado a cabo diferentes proyectos; además del servicio de Rehabilitación Integral, base principal de nuestra acción, se han realizado distintas acciones de las que destacamos las siguientes: Prevención del daño cerebral adquirido producido por accidentes de tráfico; Programa de Ocio y Tiempo Libre para personas con daño cerebral adquirido; Respiro familiar para cuidadores.

La Unidad de Estancia Diurna surge como recurso institucional para la atención a personas con DCA y supone una unidad de convivencia que ofrece durante el día atención integral a las necesidades personales básicas, terapéuticas y socioculturales de dichas personas, promoviendo su autonomía y la permanencia en su entorno habitual.

El diseño de una programación anual de actividades en nuestro centro pretende lograr una mayor calidad de vida de las personas usuarias y la de ofrecer una atención integral hacia las personas con DCA.

PERFIL DEL USUARIO

PLAZAS CONCERTADAS: 54

El Daño Cerebral Adquirido (DCA) hace referencia a lesiones cerebrales que irrumpen de manera brusca e inesperada en la trayectoria vital de las personas afectadas provocando secuelas muy variadas y complejas que afectan, en una gran cantidad de casos, profundamente a la autonomía del/a afectado/a y que pueden durar el resto de su vida desarrollando anomalías en la percepción sensorial y alteraciones cognitivas y del plano emocional. Las causas del DCA, de manera resumida, son las siguientes:

- **ACV (Accidente Cerebrovascular)**, también conocido como Ictus (“Golpe”), Ataque cerebral o apoplejía: Algunas de las alteraciones físicas producidas por los Accidentes Cerebro Vasculares son las hemiplejías, las anomalías del lenguaje, falta de memoria o problemas en la percepción. Estas alteraciones producen, a su vez, importantes cambios en la conducta social de las personas afectadas.

Trastornos emocionales, ansiedad, sintomatología depresiva, incremento de la dependencia o aislamiento social, son algunos de los inconvenientes a los que se ven sometidos los/as afectados/as y, por extensión, sus familiares y entorno más cercano. Los Accidentes Cerebro Vasculares (ACV) pueden clasificarse en varios grupos:

- Isquémico (disminución del flujo sanguíneo que llega al cerebro). Suponen el 85% de los casos. Puede ser trombótico (trombosis cerebral: coágulo de sangre que obstruye una arteria cerebral) o embólico (embolia cerebral: coágulo de sangre que se ha formado lejos del lugar de la obstrucción).
- Ataque Isquémico Transitorio (AIT): amago de ictus que no suele dejar secuelas pero que puede repetir. Se considera un signo importante para establecer pautas de prevención en la persona que lo ha sufrido.
- Hemorrágico (rotura de una arteria o de una malformación arteriovenosa). Son menos frecuentes pero comprometen más la supervivencia debido a que aumentan la presión intracraneal.

- **TCE (Traumatismos Craneoencefálicos)**: Un Traumatismo Craneoencefálico es una lesión causada por una fuerza externa que suele producir una pérdida de consciencia. La gravedad, el tipo y la variedad de sus secuelas dependen de la intensidad del traumatismo, la duración de la pérdida de consciencia y otros factores como la edad, la rapidez en la atención y la rehabilitación.

Las alteraciones más frecuentes afectan a la regulación y control de la conducta, a las dificultades de abstracción y resolución de problemas, a los trastornos de aprendizaje y memoria y al ajuste emocional. Las alteraciones físicas comprenden alteraciones motoras (movilidad o lenguaje) y / o sensoriales (visión, audición, tacto o gusto)

- **Tumores cerebrales**
- **Enfermedades infecciosas del SNC** (encefalitis, meningitis, etc.)
- **Hidrocefalia:** aumento patológico del líquido cefalorraquídeo en la cavidad craneal. Produce el aumento de la presión intracraneal.
- **Epilepsia:** Una crisis epiléptica es una descarga excesiva y sincrónica de una agrupación neuronal.
- **Anoxia cerebral** (falta de oxígeno en el cerebro) por ahogamiento, apnea, intoxicaciones, infarto de miocardio, etc.
- **Enfermedades degenerativas del SNC:** Alzheimer, Parkinson, Esclerosis Múltiple, Corea de Huntington, demencia por SIDA, etc.

INSTALACIONES

El diseño arquitectónico del edificio está acondicionado por su uso y destino, es decir a las necesidades de sus usuarios, siendo cómodo, accesible, amplio y cálido. Para ello se han tenido en cuenta cuatro características principales:

Funcionalidad: Para que cumpla las funciones para las que se destina, el centro cuenta con los siguientes espacios: – De tratamiento individualizado: despachos o consultas. – De trabajo grupal: aulas, gimnasio, talleres, – De uso común: comedor, sala polivalente, sala de espera. – De uso asistencial: servicios, duchas, sala de cambios o curas. La distribución de los Servicios está dispuesta en lugares estratégicos y de fácil acceso desde todos los puntos del centro.

Comodidad: El Centro permite la entrada de los usuarios desde la calle con un fácil acceso, sin barreras arquitectónicas. Los espacios son amplios, las puertas de fácil manejo para personas con dificultades motrices, y las zonas bien diferenciadas mediante señales visuales para hacer más fácil su ubicación a los usuarios con problemas de orientación. El centro consta de un solo bloque arquitectónico para ahorrar superficie y desplazamientos.

Durabilidad: Todos los pasillos y puertas dispondrán de una zona baja protegida contra golpes causados por los reposapiés de las sillas de ruedas. Los materiales utilizados para suelo y paredes deben ser de fácil limpieza y reparación, usando materiales antideslizantes para evitar caídas.

Calidez: Los usuarios van a pasar muchas horas en el centro, y para muchos será uno de los pocos sitios a los que pueda acudir a parte de su domicilio, por ello es importante que se sientan a gusto en este lugar. El Centro cuenta con iluminación natural y ventilación directa.

Accesibilidad: El diseño ha seguido los criterios de accesibilidad universal y diseño para todos. En este sentido, la construcción del mismo está condicionada por la supresión de barreras, no sólo arquitectónicas, sino también barreras en la comunicación, señalización (para que sea accesible a usuarios con dificultades cognitivas, de tal modo que se facilite el reconocimiento de espacios y servicios) y el acceso a nuevas tecnologías.

En todo momento cumple las normas técnicas sobre condiciones de accesibilidad de los entornos urbanos, espacios públicos, edificaciones y sistemas de información y comunicación que establecen las leyes.

Superficie: El centro, ubicado en una primera planta, dispone de 2 ascensores, y tanto la superficie total como la de las distintas dependencias planteadas en el mismo cumplen todas las normativas vigentes en esta materia.

Equipamiento: El centro está equipado con el mobiliario y material técnico necesario para los fines del mismo tanto a nivel de estancia como para el servicio de rehabilitación Integral. Cabe destacar el esfuerzo por adaptación a las nuevas tecnologías (disponibilidad de acceso a internet en todas las estancias y equipos informáticos de uso común) y la apuesta por la mejora en los materiales de rehabilitación integral específicos.



Además, el centro cuenta con 3 vehículos adaptados.



OBJETIVOS GENERALES

Nuestros objetivos generales siguen siendo los de todos los años, los enumeramos a continuación:

- La integración social de las personas afectadas por daño cerebral adquirido de la provincia de Cádiz.
- La rehabilitación, cuidado, asistencia y protección de las personas afectadas.
- La promoción de los servicios sanitarios, asistenciales, educativos, laborales, residenciales y sociales necesarios y adecuados para cubrir las necesidades de esta población de afectados por daño cerebral.
- La tutela jurídica de dichas personas.
- La atención asistencial y educativa de niños afectados por daño cerebral adquirido.
- La orientación y formación de los familiares que conviven con la persona afectada.
- Dar a conocer a la sociedad los problemas sociales y humanos de las personas afectadas.
- La reivindicación en nombre de los afectados de los derechos de estos ante todas las Instituciones Públicas y Privadas.
- Cualquier otro que, de modo directo o indirecto contribuya a la realización de los objetivos de la Asociación o redunde en beneficio de las personas afectados y de la sociedad.



RECURSOS

RECURSOS HUMANOS

Nuestro centro cuenta con los siguientes profesionales para l

- 4 Fisioterapeutas
- 1 Terapeuta Ocupacional
- 2 Monitores
- 4 Neuropsicólogos
- 1 Logopeda
- 1 Integrador Social
- 1 Trabajadora Social
- 7 Cuidadores/Auxiliares
- 3 Conductores
- 1 Ayudante de transporte
- 1 Dirección/Administración

RECURSOS FINANCIEROS. PRESUPUESTO

Cuenta Gral	GASTOS	TOTAL
Gastos Personal		687.171,39
Compras de bienes destinados a la actividad		36.600,00
Arrendamientos y cánones		111.435,36
Reparaciones y conservación		12.608,72
Servicios profesionales independientes		24.607,14
Transportes		84,00
Primas de seguros		4.438,91
Servicios bancarios		12.704,52
Publicidad, Propaganda y relaciones públicas		129,45
Suministros		19.075,16
Otros gastos		3.146,63
Tributos		1.784,17
Gastos Financieros		0,00
Multas		0,00
Amortizaciones		720,00
TOTAL GASTOS PERSONAL		687.171,39
TOTAL GASTOS ESTRUCTURALES		227.334,07
TOTAL GASTOS GENERALES		914.505,45
INGRESO PROGRAMAS/SOCIOS		839.233,38
SUBV/CONVENIOS		81.436,68
OTROS INGRESOS		0,00
TOTAL INGRESOS MENSUAL		920.670,06

ACTIVIDADES PROGRAMADAS

Talleres de creatividad y Expresión

Recursos generales: Aulas adaptadas para las distintas actividades. Material fungible y no fungible propios de la actividad artística. Equipamiento audiovisual. Hardware y software de grabación.

Responsables: Monitores Talleres

Actividades:

1. Taller de Arte.

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED de ADACCA (el 90% de los usuarios tendrán sesiones de taller de arte, siguiendo criterios de motivación por la actividad y/o el beneficio que la actividad podría aportarles como apoyo a la rehabilitación)

Objetivos:

El participante desarrollará actividades que favorecerán su creatividad y encontrará un vehículo de expresión acorde a sus necesidades e intereses.

El participante aprenderá técnicas diversas que faciliten que encuentre su propio lenguaje artístico.

El participante realizará actividades psicomotrices que le ayudarán en su proceso de recuperación.

El participante desarrollará su tarea en un entorno grupal favorecedor de sus HHSS.

Calendarización:

De enero a diciembre de 2022. Las sesiones de taller tienen una duración de 45' horario de 9:00 a 14:00 h, de lunes a viernes.

2. Taller de estimulación musical.

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED de ADACCA.

Objetivos:

Lo que se pretende con este taller es estimular a los participantes a través del movimiento y la música para que conozcan mejor su cuerpo, mejorar la orientación corporal y espacial y la relajación.

La musicoterapia, y las actividades musicales, estimulan capacidades cognitivas como la orientación, lenguaje o memoria, al tiempo que refuerza la identidad, la seguridad y la atención de las personas con DCA.

- Produce un aumento en su autoestima y optimismo.
- Facilita el descanso reparador de otras actividades más exigentes.
- Promueve las relaciones sociales y, por tanto, los saca de su ensimismamiento.
- Les aporta contacto con la realidad.
- Estimula la memoria.

Calendarización: Una sesión semanal de 45´.

3. Taller de lectura " La voz a ti debida".

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED de ADACCA

Objetivos:

- Aumentar la autoconfianza para expresar opiniones y mejora el respeto hacia las de los demás.
- Mejorar el diálogo y las habilidades de comunicación.
- Favorecer la curiosidad.
- Trabajar la comprensión lectora.
- Despertar la imaginación.
- Estimular la memoria, el lenguaje, la atención y la concentración,
- Aumentar la socialización
- El participante desarrollará su tarea en un entorno grupal favorecedor de sus HHSS.

Calendarización: De enero a diciembre de 2022. Una sesión semanal de 90 minutos los lunes de 12:30 h a 14:00h.

4. Taller de Radio.

Beneficiarios: Un grupo de 9-10 usuarios de la UED de ADACCA

Objetivos:

- El objetivo principal del Taller es que los integrantes logren, a través del aprendizaje, incorporar herramientas que los ayuden a ampliar los medios de expresión en su vida cotidiana. El taller, pensado desde la producción ("Hacer radio", antes que ser meros oyentes), proporciona infinitas posibilidades no sólo

a nivel educativo sino también a nivel humano y social. La radio como medio de comunicación implica no sólo expresar lo que un individuo piensa sino, y más importante aún, lo que todo el equipo de DCA RADIO quiere decir respecto a determinado tema o problema. La radio resulta ser un ambiente propicio no sólo para la libre expresión sino también para la conformación de un grupo de trabajo creativo. El fomento de la expresión en personas con Daño Cerebral Adquirido y sus familiares, busca promover la integración socio-cultural y facilitar la mejor calidad de vida y el progreso de estas personas.

- El participante desarrollará actividades que favorecerán su creatividad y encontrará un vehículo de expresión acorde a sus necesidades e intereses.
- El participante desarrollará su tarea en un entorno grupal favorecedor de sus HHSS.

Calendarización: De enero a diciembre de 2022. Un programa semanal de 90 minutos los viernes de 12:30 h a 14:00h.

5. Taller de Risoterapia, Juego dramático y Expresión musical.

Beneficiarios: Grupo de 8-10 participantes, usuarios de la UED de ADACCA

Objetivos:

- Lo que se pretende con este taller es estimular a los participantes a través del movimiento y la música para que conozcan mejor su cuerpo, mejorar la orientación corporal y espacial y la relajación.
- A través de distintos ejercicios, el participante podrá desarrollar la imaginación, estimular la expresión creativa, potenciar el lenguaje verbal y a través del cuerpo, desarrollar el sentido del ritmo, el placer por el juego, la improvisación, y la espontaneidad.

Calendarización: Una sesión semanal de 90´.

6. Taller de ocio.

Beneficiarios: Un grupo de usuarios/as con un nivel cognitivo que permita expresar sugerencias y opiniones para la planificación de actividades de ocio.

Descripción: En el taller de ocio se planifica las futuras actividades de ocio a realizar por el conjunto de usuarios/as del centro. El integrador social se encarga de moderar y guiar la dinámica de grupo para que sean los usuarios/as los encargados de dicha tarea, contribuyendo con propuestas y opiniones lugares que puedan ser visitados.

Cuando se llega a un acuerdo se planifica de forma semanal las salidas teniendo en cuenta antes de realizarla los recursos, y sobre todo, la adaptabilidad del lugar a visitar, si tiene barreras arquitectónicas u otros inconvenientes que con los que nos pueda entorpecer el traslado de personas con discapacidad. Se trabaja la interacción, el trabajo en grupo, la puesta en común y debate de alternativas, la escucha activa y ceder ante decisiones adquiridas en mayoría. Se pretende mantener dicho taller por el beneficio de sus resultados.

Calendarización: Martes de 9:45 a 10:30

7. Taller de informática.

Beneficiarios: Usuarios/as cuyo uso de las nuevas tecnología les ayude a conseguir una mayor autonomía.

Descripción: Taller enfocado al manejo de las nuevas tecnologías, el uso adecuado de las redes sociales y que les aporte comodidad y sencillez en su uso. Se pretende durante el próximo año utilizar un metodología más individualizada conociendo los intereses y demandas de cada uno de los integrantes. Para ello habría que planificar la actividad de forma más exhaustiva para que en las sesiones estén bien atendidos en todo momento. Se seguirá poniendo hincapié en la prevención en el uso, teniendo en cuenta posturas corporales, acercamiento visual a las pantallas, redes sociales que puedan ser nocivas y de otra, atender a sus demandas.

Calendarización: Lunes de 9:00 a 9:45

8. Taller Cinefórum

Beneficiarios: Grupo de 8 usuarios/as de la UED ADACCA Cádiz

Descripción: Promover el debate sobre un tema de interés elegido por el grupo a partir del visionado de una película, serie o documental, logrando así la reflexión y el debate en torno al tema elegido. Entre los objetivos de la actividad destacamos los siguientes:

- Promover el debate y la reflexión.
- Fomentar el análisis y el pensamiento crítico.
- Informar y formar sobre temáticas actuales o de interés social de manera lúdica.
- Trabajar la memoria.

Calendarización: miércoles en horario de 12:30 a 14:00.

9. Taller Educación del DCA.

Beneficiarios: Grupo de 9 usuarios/as de la UED ADACCA Cádiz.

Descripción: Facilitar la orientación, información y formación sobre el daño cerebral adquirido en grupo. Entre los objetivos del grupo de educación del DCA están:

- Adquirir información y formación sobre el DCA, posibles causas y secuelas.
- Adquirir estrategias para superar las diferentes secuelas.
- Adquirir autoconocimiento del daño.
- Conocimiento sobre la nueva vida tras un DCA.
- Apoyo de grupo de trabajo.

Calendarización: martes en horario de 09:45 a 10:30

10. Taller de juegos

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED ADACCA Cádiz con un perfil neuropsicológico heterogéneo.

Descripción: Sesiones grupales donde se organizan diferentes juegos orales como el juego del trivial, el juego de indicios o el juego siguen la pista, también juegos de mesa como el dominó. Entre los objetivos de esta actividad están:

- Salir de la rutina de las sesiones de rehabilitación.
- Trabajar la cooperación y el juego de equipo.
- Estimular diferentes funciones cognitivas a través del juego como la atención, la memoria o el lenguaje.
- Aprendizaje de nuevos conocimientos.

Calendarización: De lunes a viernes en horario de 14:15 a 16:00.

11. Taller de prensa.

Beneficiarios: Grupo de 9-10 personas usuarias de la UED ADACCA Cádiz con un mínimo de capacidades cognitivas y motivación para poder asumir el funcionamiento del grupo.

Descripción: Taller en el cual cada usuario elabora uno o más artículos sobre un tema decidido por ellos mismos (actualidad social-política, aficiones, experiencias personales etc.) recogidos luego en la revista editada también por los mismos usuarios “LA RESACCA”. Entre los objetivos del taller podemos destacar:

- Estimular diversas funciones cognitivas como la atención, la memoria, la escritura (tanto a lápiz como en ordenador), el lenguaje o las funciones ejecutivas.
- Aumentar la motivación.
- Aumentar la iniciativa.
- Medio de expresión de sus necesidades a través de los artículos creados.
- Aprendizaje y uso de las nuevas tecnologías (ordenador, internet o tablet)

Calendarización: viernes en horario de 09:45 a 11:15

Terapia Ocupacional.

Recursos generales: Tablet, cocina, baño adaptado, mesas, sillas, material sensorial, colchonetas, material manipulativo, material de posicionamiento, material Perfetti, material Bobath, etc.

Responsables: Departamento motor. Terapeuta ocupacional.

Actividades:

1. Actividades instrumentales.

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED ADACCA Cádiz que presenten autonomía en la deambulación y que lo pongan en práctica en su día a día.

Descripción: En este taller de actividades instrumentales se lleva a cabo con un grupo de usuarios con el objetivo de reforzar dicha actividad, manejo de dinero, ir de compras (realización de la lista de compra), ir a la lavandería (recoger la ropa sucia del centro, poner la lavadora/secadora, doblar la ropa y colocarla en las baldas del centro), utilización en el transporte urbano, cuidado de la casa así como fregar, limpiar... por lo que los objetivos son:

- Favorecer la autonomía personal.
- Mejorar los diferentes déficits a través de la simulación de tareas.
- Facilitar la interacción entre personas que han sufrido un DCA.
- Normalizar la situación tras el DCA y favorecer la reinserción social de los usuarios mediante actividades como ir al supermercado, lavandería, etc.
- Incrementar la motivación de los usuarios hacia una actividad productiva.

Calendarización: viernes 12:30h-14:00h

2. Taller de cocina.

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED ADACCA Cádiz que presenten alguna autonomía motóricamente y que sean capaces de llevarlo a cabo en su domicilio.

Descripción: La actividad de cocina se realizara en dos sesiones a la semana con grupo diferente. La semana de antes se piensa en la receta, que consta del primer plato, segundo y postre, a la vez se realiza la lista de compra con los ingredientes necesario para dicho menú, entre todos opinan y colaboran.

En la elaboración de la comida participa todos, desde hacer la compra, colocar y guardar la compra, realizar la comida (cortar, pelar...) con ayuda de los productos de apoyo. Con todo esto conseguiremos los siguientes objetivos:

- Favorecer la autonomía personal
- Mejorar la motricidad fina y gruesa
- Desarrollar la creatividad y el trabajo en equipo
- Ejecutar con los conocimientos adquiridos en sus domicilios
- Conocer y manejar diferentes ayudas técnicas y productos de apoyo
- Establecer lazos de unión relacional entre los usuarios/as
- Incrementar la motivación de los usuarios hacia una actividad productiva

Calendarización: dos sesiones semanales en horario de Martes y Jueves 10:30h-14:00h

3. Huerto Urbano.

Beneficiarios: Usuarios/as de la UED ADACCA Cádiz que presenten alguna autonomía motóricamente, algunos con silla de rueda y que les gusten el tema del huerto.

Descripción: Esta actividad se va a llevar a cabo con el aprendizaje que hemos tenido posteriormente por parte de los coordinadores de la "mar verde", en nuestro centro hay colocado un bancal con hortalizas previamente sembradas y semilleros, por lo que lo vamos a mantener y aportar más ideas para sembrar y trasplantar.

Objetivos:

- Potenciar la motricidad fina /gruesa y agarres.
- Mejorar el equilibrio en bipedestación.
- Trabajar la coordinación óculo-manual.
- Establecer lazos interactivos con la comunidad y entorno medioambiental.
- Obtener frutas o verduras de temporada para el uso en el taller de cocina.
- Realizar un seguimiento del huerto (regar, cuidar, sacar las malas hierbas).
- Favorecer la autonomía personal.

Calendarización: Miércoles 12:30h-14:00h

4. Rehabilitación TO individual.

Beneficiarios: Personas usuarias hemipléjicos, atáxicos o con falta de control muscular

Descripción: Calentamiento, ejercicios de coordinación, secuenciación, ritmo y estiramiento.

- Mejorar la capacidad física del usuario.
- Mejorar la velocidad de ejecución de la actividad.
- Mejorar el equilibrio estático y dinámico (giros y cambios de sentido)
- Aumentar la elasticidad de músculos y tendones.

Tratamientos neuromotores individuales y personalizado para cada paciente (p.ej. Perfetti: resolución de problemas perceptivos-cognitivos a través del movimiento, Bobath: inhibición de patrones anormales y facilitación de movimientos normales). Entrenamiento en las Avd's.

Objetivos:

- Mejorar en la sensibilidad y percepción corporal.
- Disminuir la espasticidad.
- Mejorar la adaptación motora y la realización de los AVD's.

Calendarización: de lunes a viernes de 9:00h a 14:00h

Fisioterapia.

Recursos generales: Recursos Materiales: 2 camillas ancho normal, 1 camilla ancho especial, 1 camilla de 2 cuerpos, material de foam para posicionamiento (cuñas, rulos, etc), barras paralelas, espalderas, 2 bipedestadores, 3 bicicletas estáticas, 1 cama elástica, 1 cinta andadora, 2 steps, 1 step dinámico, colchonetas, 3 balones “Bobath”, material específico de estimulación senso-motriz, equipo de realidad virtual, material físico-deportivo, material fungible (papel, crema hidratante, aceite, vendas, ...)

Responsables: Departamento de motor. 4 Fisioterapeutas

Actividades:

1. Grupo de actividad física para hemipléjicos.

Beneficiarios: Usuarios hemipléjicos de la UED.

Descripción: Actividad grupal guiada por un fisioterapeuta, en la que se realizan ejercicios encaminados a la mejora del estado físico general de usuarios con hemiparesia a través de:

- Ejercicios de estiramiento
- Ejercicios de tonificación y fortalecimiento de diversos grupos musculares.
- Ejercicios respiratorios.

Los principales objetivos a conseguir con dicha actividad son:

- Mantenimiento de la flexibilidad.
- Aumento de la resistencia aeróbica.
- Mantenimiento de la fuerza muscular.
- Mejora del control postural general.

Calendarización: 2 sesiones semanales de 90 minutos. Lunes 9:45-11:15 y jueves 12:30-14:00.

2. Terapia Acuática.

Beneficiarios: Personas usuarias hemipléjicos, atáxicos y con alteraciones leves de la movilidad.

Descripción: Actividad grupal guiada por un fisioterapeuta y 1 auxiliar o 2 fisioterapeutas (en función del nivel de dependencia del grupo) en la que se realizan ejercicios de terapia acuática en una piscina externa a la UED. La actividad consta de: desplazamientos caminando en exteriores, manejo dentro

del vestuario (vestido-desvestido, ducha, aseo personal...etc.), y actividad de terapia acuática dentro del agua. En ésta última se realizan ejercicios encaminados a mejorar el estado físico general de los usuarios, así como conseguir que disfruten realizándolo, a través de:

- Ejercicios de ajuste mental y respiratorio.
- Ejercicios aeróbicos.
- Ejercicios de coordinación y equilibrio.
- Ejercicios de control postural.
- Ejercicios de fortalecimiento específicos.
- Ejercicios de entrenamiento de habilidades acuáticas.

Los principales objetivos son:

- Aumento de la resistencia aeróbica.
- Entrenamiento del control postural y equilibrio.
- Mejora de las habilidades acuáticas del usuario.
- Entrenamiento de las AVD's necesarias en el vestuario y desplazamiento exterior.
- Disfrute/goce durante la realización de la actividad.

Se llevará a cabo una rotación de los grupos a mediados de curso, para poder incluir a usuarios que demandan la realización de dicha actividad.

Calendarización: 2 sesiones semanales de 60 minutos. enero-junio y octubre-diciembre. Martes y jueves 11:15-14:00.

3. Equinoterapia.

Beneficiarios: Dirigida a pacientes con déficits motores y/o sensoriales.

Objetivos:

- Promover terapias en un ambiente natural.
- Mejorar la calidad de vida de los usuarios.
- Mejorar el tono muscular, la fuerza, coordinación y equilibrio.
- Aumento de la confianza, autoestima y responsabilidad.
- Mejorar el control postural.
- Generar motivación.
- Estimular la afectividad.

Para llevar a cabo la actividad, al menos un fisioterapeuta y un auxiliar deberán acompañar a los usuarios, además de los monitores que trabajan en la asociación ecuestre.

Calendarización: Las personas usuarias podrán asistir un día al mes, en grupos de 5 ó 6, pasando gran parte de la mañana en dicha actividad.

4. Rehabilitación fisioterapéutica.

Beneficiarios: Dirigida a personas usuarias con déficits motores y/o sensoriales.

Objetivos:

- Normalización del tono muscular y la postura.
- Reeduación de la marcha.
- Reaprendizaje motor.
- Disminución del dolor.
- Normalización del balance articular y muscular.

Calendarización: De lunes a viernes de 9:00 a 15:00h. En sesiones individuales de 45 minutos.

5. Fisioterapia Respiratoria

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED con déficits respiratorios por distintas causas:

- Alergias
- Asma
- Descoordinación de los músculos inspiratorios y espiratorios
- Disfagia
- Afasia
- Déficit cardiorrespiratorios.

Descripción: El objetivo principal de la fisioterapia respiratoria consiste en enseñar a los pacientes un tipo de respiración más económica y eficiente, que aumente la cantidad de oxígeno en sangre y la resistencia frente a la realización de actividades diarias.

En esta actividad los pacientes realizan movimientos que gastan energía combinados con un buen ciclo respiratorio, empleando únicamente los músculos que se encargan de la inspiración y espiración, sin necesidad de emplear músculos accesorios o maquinaria externa, gastar energía y no realizar una respiración eficaz clave para una buena calidad de vida.

Calendarización: las sesiones son de 45 minutos para evitar hiperventilación y mareos posteriores en los pacientes. Lunes (9.00-9.45), martes (11.45-12.30) y jueves (9.45-10.30).

6. Grupo movilidad física general

Beneficiarios: Usuarios UED con movilidad independiente con o sin ayudas técnicas.

Descripción: Actividad grupal guiada por un fisioterapeuta que dicta la realización de ciertos ejercicios, tanto en sedestación, bipedestación o decúbito supino, que van encaminados a la mejora y el mantenimiento del estado físico de los usuarios. Algunos de los ejercicios que se realizan son:

- Estiramientos
- Ejercicios de tonificación y aumento del rango articular.
- Ejercicios de coordinación
- Trabajo en equipo
- Ejercicios respiratorios y de relajación
- Ejercicios de control postural
- Ejercicios de equilibrio

Calendarización: 1.5 horas semanales (viernes 9.45-11.15)

7. Rehabilitación motora con soporte virtual.

Beneficiarios: personas usuarias bipedestantes con o sin ayudas técnicas y con cierta movilidad del MS afecto.

Descripción: Actividad física ejecutada por parejas y guiada por un fisioterapeuta. Consiste en la realización de diferentes actividades con la ayuda de un soporte audiovisual: videojuegos con sensor de movimiento en los que un avatar realiza los movimientos que ellos van activando con su propio cuerpo. Algunos ejemplos de actividades que realizan son: bolos, escalada, tiro al blanco, baile, etc.

Objetivos:

- Mejorar la motricidad gruesa y la integración del MS afecto en el cuerpo.
- Mejorar la coordinación del cuerpo en general y de ambos MMSS en particular.
- Mejorar el equilibrio estático y dinámico en bipedestación.
- Mantener el estado físico general de los usuarios.
- Normalización del balance articular y muscular.

Calendarización: Se pretende realizar unas 5 veces por semana en sesiones de 45 minutos (lunes 11.15 y 13.15, martes 9.45, jueves 12.30 y viernes 9.00).

LOGOPEDIA

Recursos generales: 1 ordenador, diverso material fungible (globos, cañitas, matasuegras, tapones de corcho, pomperos, gasas, depresores, guantes, jeringas...) y material de intervención como aparato Air-set

Responsables: Departamento de Logopedia. 2 Logopeda

Dirigida a aquellos usuarios que tras valoración logopédica evidencian necesidad de rehabilitación en alguna de las áreas siguientes: habla, lenguaje, comunicación, lectoescritura, voz, deglución, etc.

Actividades:

1. Taller de disartria.

Conseguir un habla más inteligible, mejorar la capacidad pulmonar y la capacidad fonorespiratoria. Mejorar la articulación

2. Taller de disfagia.

Mejorar la seguridad y eficacia en la deglución de nuestros pacientes

3. Taller de Lenguaje.

Favorecer la comunicación de los usuarios y mejorar sus habilidades de expresión y comprensión

4. Taller de Lectura comprensiva.

Mejorar la comprensión, en dificultad creciente, de textos de distinta naturaleza (narrativos, descriptivos, publicitarios...).

5. Taller de Parkinson.

Mantener, paliar, rehabilitar o lentificar la evolución de los posibles problemas de habla, voz, lenguaje y/o deglución que en el curso evolutivo de la enfermedad pueden ir apareciendo

6. Taller de Locución.

Favorecer la dicción, prosodia e inteligibilidad del habla de aquellos usuarios que participan en el taller de radio.

7. Asistencia en el comedor.

Observar cómo es la ingesta de los usuarios en general a fin de detectar posibles necesidades durante la deglución de los diferentes grupos de alimentos.

Valorar si aquellos usuarios que participan del taller de disfagia generalizan las técnicas y estrategias propuestas. Así como establecer, en caso necesario, modificaciones en cuanto a cantidad y consistencia de los alimentos.

Calendarización:

De enero a diciembre de 2022. De lunes a viernes en sesiones de 45 minutos una o dos veces por semana.

PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA.

Recursos generales: Sala común, ordenador, material didáctico

Responsables: Departamento de Cognitiva. 4 Neuropsicólogos.

Actividades:

1. Deterioro cognitivo generalizado/degenerativo).

Beneficiarios: Paciente con deterioro cognitivo generalizado-degenerativo, con necesidad de mantenimiento de las funciones cognitivas.

Descripción: En formato grupal, estimulamos las funciones cognitivas de manera general, ya sean con tareas de lápiz y papel, tarjetas de imágenes, ordenador o de manera oral. Se plantean tareas de Atención, Memoria, Lenguaje, Funciones Ejecutivas, Gnosias, Praxias, adaptadas al nivel de deterioro de cada usuario. Se refuerza la interacción entre los usuarios, la participación y el nivel de respuesta.

Calendarización: martes de 9.45-10.30h

2. Funciones ejecutivas I, II y III.

Beneficiarios: Usuarios con perfil cognitivo leve, leve-moderado y moderado-grave con alteración en estas áreas cognitivas (memoria de trabajo, velocidad de procesamiento, iniciativa, planificación, secuenciación, organización de la conducta, flexibilidad cognitiva, control inhibitorio)

Descripción: Se distribuyen los usuarios susceptibles e beneficiarse de esta actividad en tres grupos, dependiendo de la gravedad del déficit. Se realizan tareas de tipo lápiz y papel, ejercicios por ordenador, tareas en formato oral, ejercicios de tipo manipulativo (juegos de mesa, material de rehabilitación) con el fin de que el usuario pueda entrenar estas capacidades y así complementar la intervención de otras áreas cognitivas y que esto repercuta en mejora funcional de las AVD.

Calendarización: lunes de 9.45-10.30 y de 13.15-14.00h, martes de 13.15-14.00h, miércoles de 11.45-12.30h, viernes de 11.45-12.30h

3. Terapia neuropsicológica del lenguaje I II y III

Beneficiarios: Personas usuarias con afasia y/o déficit en algún ámbito del Lenguaje. Se reparten en dos grupos diferenciados por el tipo de Afasia y gravedad, y un tercer grupo de pacientes con dificultades en el Lenguaje que no sufren afasia.

Descripción: En formato grupal, se intervienen las capacidades cognitivas que, o bien se encuentran alteradas - influyendo en el peor funcionamiento de las áreas del lenguaje-, o bien se pueden reforzar para contribuir a que las capacidades lingüísticas (comprensión, expresión) y de articulación, tengan un rendimiento más óptimo.

Calendarización: Lunes de 11.45-13.15H, Miércoles de 9.45-10.30H, Viernes de 9.45- 10.30h y de 12300-13.45h

4. Taller de Habilidades Sociales.

Beneficiarios: Usuarios con déficits y/o ausencia de habilidades sociales.

Descripción: Las habilidades sociales son un elemento clave para lograr un buen funcionamiento social. El taller comienza con una parte teórica y finaliza con una parte práctica. Esto es, en la parte teórica se desarrolla la habilidad que se vaya a trabajar ese día (escucha activa, asertividad, validación emocional, empatía, capacidad de negociación, respeto, credibilidad, compasión, pensamiento positivo, regulación emocional, apertura de mente, paciencia, cortesía, saber expresarse), y continúa con una dinámica hasta finalizar el taller: ejercicio práctico, vídeo, documental, lectura...

Objetivos específicos:

- Adquirir y utilizar habilidades sociales básicas y complejas
- Adquirir un buen autoconocimiento
- Adquirir habilidades de comunicación
- Adquirir y utilizar habilidades asertivas

Objetivos generales:

- Entrenamiento en aquellas habilidades que les permitan relacionarse de una manera más adaptativa en su entorno social.
- Conseguir que se establezcan y se mantengan relaciones interpersonales gratificantes y potenciar los recursos personales que faciliten el cambio.

Calendarización: dos sesiones de 45 minutos, todos los martes en horario de 11:45 a 13:15H.

5. Rehabilitación Neuropsicológica individual y grupal.

Beneficiarios: Usuarios de la Unidad de Estancia Diurna, que puedan beneficiarse de una rehabilitación neuropsicológica tanto a nivel individual como grupal.

Descripción: Los usuarios realizan una serie de ejercicios escritos, orales, en forma de juegos manipulativos, uso de ordenadores... teniendo en cuenta el grado de deterioro de las funciones cognitivas que presente. Además, se llevan a cabo técnicas de modificaciones de conductas, trabajo de psicoeducación y metacognición si es preciso. Feedback con grabaciones, espejos...

Objetivos:

- Mantenimiento de las capacidades preservadas y/o mejoras de las capacidades cognitivas alteradas (Atención, Memoria, Lenguaje, Velocidad de Procesamiento, Funciones Ejecutivas, Gnosias, Praxias, Anosognosia), mediante la restauración, compensación y sustitución.
- Modificación de las conductas desadaptativas.
- Apoyo psicosocial y gestión emocional
- Readaptación social y laboral

Calendarización: sesiones de 45 minutos, de lunes a viernes en horario de 9:00 a 14:00H.

6. Estimulación cognitiva

Beneficiarios: Personas usuarias de la UED ADACCA Cádiz.

Descripción: En formato grupal, estimulación de funciones cognitivas, ya sea con tareas de lápiz y papel, a través de juegos manipulativos, con ordenadores o con actividades verbales. Se trabaja la atención, la memoria, el lenguaje o las funciones ejecutivas adaptadas cada actividad al nivel de cada grupo o de cada usuario. Entre los objetivos encontramos:

- Mantenimiento de las capacidades cognitivas preservadas.
- Mejora de las capacidades cognitivas alteradas.
- Compensación de déficits para mejorar la calidad de vida de cada usuario.

Calendarización: Sesiones de 45 minutos de lunes a viernes en horario de 09:00 a 14:00

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN EN LA SOCIALIZACIÓN Y PARTICIPACIÓN. INTEGRACIÓN SOCIAL.

Recursos generales: Salas de rehabilitación, ordenadores, mesas, sillas, folios, lápices, gomas, bolígrafos, tablets, impresora, vehículo del centro , bono bus transporte público, proyector, juegos de mesa, enaras de ADACCA, trípticos de ADACCA.

Responsables: Departamento de integración social. Integrador social + voluntarios.

Actividades:

1. Abriendo Puertas.

Beneficiarios: Un grupo de 6-8 personas usuarias con cierta movilidad autónoma y con nivel cognitivo adecuado para las relaciones e interacción con el entorno comunitario.

Descripción: Abriendo puertas en un taller que trabaja el ámbito comunitario para conseguir una mayor participación social, contribución al tejido social comunitario, conocimiento de los recursos, deficiencias o potencialidades de la comunidad, dar a conocer el DCA así como el desarrollo del día a día de nuestra asociación y compartir encuentros comunitarios.

El taller trabajó por completo el estudio a través de sus entes, el barrio de Puntales de Cádiz que se encuentra en el entorno comunitario de Adacca. Trabajo que finalizó con la publicación de una revista donde se recogió todas la visitas realizadas y respectivas crónicas realizadas por los usuarios/as integrantes del taller.

De la misma manera lo hemos comenzado con otros de los barrio aledaños, el barrio de Loreto. Además del centro de salud y la asociación de vecinos, ya visitados, se pretende hacerlo con la parroquia, los comercios o el colegio de la zona. Con todo ello, es nuestra intención realizar una nueva revista para culminar nuestro estudio del barrio. Una vez, que durante el año 2022, culmine el trabajo del barrio, se podrá realizar dinámicas donde podamos seguir conociendo entidades y asociaciones del ámbito social que trabajen con otros colectivos vulnerables distintos al nuestro y darnos información recíproca de servicios y recursos.

Calendarización: Lunes de 12:30 a 14:00. En caso de realizar salidas, el horario será de 10:30 a 14:00 horas.

2. Desayuno Social.

Beneficiarios: Todos las personas usuarias que puedan disponer de cierta autonomía a nivel de motor para el desplazamiento acompañado, y aquellos/as que no tengan problemas de deglución para la toma de alimentos. Además que la propia activada le contribuya en la interacción y relaciones sociales.

Descripción: Se trata de una actividad que se desarrolla en el exterior, en el entorno más cercano a Adacca (cafetería aledaña) para tomar el desayuno y contribuir a la relaciones sociales entre usuarios/as del centro. Se trata de buscarles un espacio de ocio para compartir experiencias y puedan debatir de temas e inquietudes grupales e individuales. Se pretende que en la medida de los recursos disponibles se pueda ampliar a la participación de otros usuarios/as que actualmente no pueden disfrutar de dicho taller. Es cuestión de poder rotar ajustando una temporalidad y así contribuir a la participación equitativa.

Calendarización: Martes y jueves, de 10:30 a 11:45 horas.

3. Discapacidad y Género.

Beneficiarios: Usuaris de la UED con inquietudes sobre el género y la discapacidad desde un punto de inflexión de crítica y conocimiento. Abierto a todos/as lo usuarios del centro según

Descripción: Discapacidad y género pretende visualizar la doble discriminación sistemática que puede sufrir las mujeres, por el hecho de serlo, y por contar con una diversidad funcional. Desde este taller a través de un metodología basada en la perspectiva de género y con el apoyo de PowerPoint, recortes de periódicos, publicaciones, análisis de la publicidad, canciones....se pretende identificar los factores que lleva a la desigualdad de oportunidades, de trato entre sexos y de otros aspectos que llevan a un trato desigual entre hombres y mujeres, impulsando la igualdad y desde el respeto y la incidencia en los derechos humanos.

Aunque actualmente está formado por dos grupos de mujeres usuarias, se prevé formalizar una propuesta para que usuarios hombres puedan ser partícipe de él y ver connotaciones de la masculinidad aprendida y que visualice esta perspectiva.

En otro sentido, está abierto a que otras usuarias puedan formar parte del taller, potenciar la iniciativa para propuestas nuevas, incorporar nuevos métodos de aprendizaje, utilizar otras herramientas que nos ayude a encontrar nuevos factores y esferas del este tema.

Calendarización: Martes de 13:15 a 14:00 y jueves de 11:45 a 12:30

4. Salida grandes dependientes.

Beneficiarios: Aquellas personas usuarias que por su situación física o cognitiva tenga un nivel de dependencia elevado.

Descripción: Esta actividad pretende cubrir en parte, la posible carencia que pueda tener las personas usuarias de nuestro centro en cuanto a salidas al exterior o paseos. Se configura desde el beneficio que les produce tomar el aire e interactuar con ellos/as durante la actividad. Viene a ser un ejercicio de bienestar anímico que se realiza por el entorno más cercano de Adacca. Se pretende ampliarlo para todo el que lo necesite en coordinación con el equipo multidisciplinar del centro.

Calendarización: Martes, de 11:45 a 13:15

5. Salidas de ocio

Beneficiarios: Todas las personas usuarias de ADACCA.

Descripción: Las salidas de ocio contribuyen al conocimiento de la cultura, el ocio y el tiempo libre. De igual manera cubre el déficit de ocio que puedan sufrir algunas personas usuarias y familias. En ella pueden participar prácticamente la totalidad de usuarios/as, siempre y cuando se tengan en cuenta los recursos humanos y materiales existentes. Supone para la gran mayoría un espacio de disfrute y de potenciar las relaciones sociales, de aprender y conocer espacios culturales.

Este taller tiene una previa planificación en el taller de ocio, donde son los usuarios/as quienes principalmente los artífices de dichas planificación.

Calendarización: viernes de 10:30 a 14:00 horas. Se podrá realizar salidas esporádicas u ocasionalmente otros días de la semana por el un ajuste apropiado de recursos.

6. Programa voluntariado

Beneficiarios: Todas las personas usuarias de ADACCA.

Objetivo: Fomentar la participación del voluntariado en todos los programas que se lleven a cabo en el centro.

Metodología: Captación de voluntariado (web de la entidad, noticias en los medios, actividades del día del DCA, estudiantes que realizan su Practicum en la entidad...)

Acogida, la responsable del programa mantiene una entrevista con la persona interesada, informa de la actividad del centro; valora perfil, motivación y disponibilidad de la persona. Como paso previo a su incorporación la persona voluntaria firmará la documentación que se le facilite (compromiso, normas básicas, protección de datos, solicitud de voluntariado...)

Formación: una vez al mes se forma a las personas voluntarias sobre conocimientos específicos sobre el DCA.

Orientación y acompañamiento durante todo su periodo de voluntariado.

Evaluación: Nivel de satisfacción de las actividades realizadas por los voluntarios así como el número de voluntarios inscritos.

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN CON LAS FAMILIAS

Recursos generales: Una sala grande y un terapeuta de familia

Responsables: Departamento de Cognitiva/ Coordinador. 2 Neuropsicólogos.

Actividades:

1. Intervención psicológica familiar.

Beneficiarios: familiar que manifieste y demande intervención psicológica o dificultades en el abordaje del usuario o la dinámica familiar.

Descripción: intervención psicoterápica a la unidad familiar o de forma individual a algunos de sus miembros con el fin de abordar las problemáticas presentadas del usuario (educación en daño cerebral) y el manejo conductual de las secuelas derivadas del DCA, estructura, roles y dinámicas relacionales, estilos de comunicación o alteraciones emocionales que deriven de tal situación (duelo, depresión, ansiedad, apoyo psicológico, etc.)

Calendarización: prefijada mediante cita. 2 veces/ mes

2. Información a las familias.

Beneficiarios: Cualquier persona que haya sufrido algún tipo de DCA y sus familiares

Descripción: Atender y ofrecer respuesta a las demandas de información de familiares y usuarios con cualquier tipo de daño cerebral relacionadas con los servicios/recursos que ofrece ADACCA al colectivo con DCA.

Calendarización: a demanda

3. Seguimientos familiares.

Beneficiarios: Las personas usuarias del centro.

Descripción: Informar y/o abordar la evolución clínica, emocional y socio-comunitaria del usuario con sus familiares y/o tutores legales respecto a su

estancia en la UED-ADACCA, así como ayudar y/o asesorar al usuario y familiares sobre cualquier duda y/o cuestiones que ellos puedan presentar sobre el abordaje del daño cerebral adquirido.

Objetivos:

- Establecer un canal de comunicación presencial con el usuario y sus familiares donde se le informe sobre la evolución del mismo en la UED-ADACCA.
- Recibir y dar respuesta a solicitudes específicas de cambios en la situación del usuario y/o de sus familiares (actualización de medicación, baja, derivación a otro recurso, transporte, pautas de tratamiento, problemas conductuales...etc.)
- Entregar información adicional (cartas, informes de reevaluación...etc.) para su uso en otras instituciones externas.

Calendarización: dependiendo de las características de la persona usuaria. Al menos 1 cada 6 meses.

PROGRAMAS DE SEGUIMIENTO SANITARIO

Recursos generales: esfigmomanómetro, termómetro, registro de tensiones, glucómetro, guantes, bolígrafos de insulina, lancetas, tiras reactivas, contenedor de material punzante, gasas estériles, pañales, toallitas húmedas, esponjabaño, toallas, empapadoras, duchas, pasta y cepillo de dientes, mudas de ropa, baberos, casilleros para la medicación, hoja de medicaciones, hojas de medicación historial

Responsables: Coordinador de auxiliares.

Actividades:

1. Control y seguimiento médico

Objetivos:

- Toma de constantes vitales y controles de salud (tensión arterial, glucemia, frecuencia, temperatura...)
- Seguimiento del tratamiento indicado por el facultativo

Metodología:

- Tomar la tensión arterial cada día al grupo de pacientes que lo requieran y se anotar en su registro.
- Tomar la temperatura siempre que se necesite.
- Medir el nivel de glucemia y poner pautas de insulina indicadas según facultativo de cada paciente con glucemia.
- Administrar la medicación a los usuarios en las horas correspondientes.

Evaluación: número de incidencias

2. Higiene personal.

Objetivo: Mantener una correcta higiene y evitar infecciones, úlceras, rozaduras....etc.

Metodología: cambiar pañales a los usuarios siempre que lo necesiten, al igual que su aseo personal

Evaluación: número de incidencias

3. Cambios posturales.

Objetivos:

- Ayudar a hacer las transferencias a los usuarios de sus sillas a las camillas para empezar los tratamientos.
- Realizar cambios posturales según el protocolo fisioterapéutico.
- Vigilar el correcto posicionamiento de las articulaciones en pacientes específicos (grandes dependientes).

Metodología:

- Ayuda en las transferencias de los pacientes.
- Asistencia durante la bipedestación, marcha y demás ejercicios que llevan a cabo los terapeutas.
- Realización de cambios posturales en pacientes con poca movilización.
- Cuidados básicos de higiene postural.
- Higiene del usuario (si fuese necesario).

Evaluación: número de incidencias y aparición de úlceras.

4. Prevención de caídas.

Objetivo: Lograr que el paciente no sufra riesgos innecesarios de caídas, durante su estancia en la UED, en el transporte y en las salidas del centro (ocio, excursiones etc...).

Metodología:

- Identificar a los usuarios con mayor riesgo de caídas.
- Rehabilitación, equilibrio y marcha: mediante ejercicios de coordinación y propiocepción.
- Tratamiento de deterioros neuromusculares, músculo-esqueléticos o sensoriales, como por ejemplo el cuidado de la visión y la prescripción de gafas actualizadas.
- Cuidado con el sobrepeso (dietas hipocalóricas).
- Información sobre prácticas seguras y percepción del riesgo: Ayudar al usuario a reconocer los peligros y a adoptar prácticas seguras, como no subir a una silla, no levantarse a orinar sin supervisión.
- Utilización conservadora de medicamentos que aumentan el riesgo de caídas.

- Uso de dispositivos de seguridad: Inmovilizadores, barandillas...
- Uso de medidas de apoyo: Andadores, bastones o muletas para tener mayor base de sustentación.
- Uso de ropa y calzado adecuado, zapatos de tamaño adecuado, con tacón bajo, suela de goma antideslizante y talón cubierto. Ropa cómoda holgada y largo adecuado.
- Colocar asideros de manos en baños y barandillas en escaleras y pasillos.
- Evitar suelos resbaladizos, irregulares o mojados.
- Buena iluminación en todas las estancias por las que circulan los usuarios.
- Entorno ordenado. Se deben guardar los objetos innecesarios.
- Colocar muebles de forma que no entorpezcan el paso.
- Dejar al alcance de la mano todo lo que el usuario pueda necesitar, especialmente el encamado: pañuelos, agua,...
- Enseñar y reforzar la información sobre el uso del timbre de llamada.
- Si se utilizan sillas de rueda, hay que dejarlas frenadas al detenerse. Enseñar al usuario a frenarlas.
- Durante la realización de procedimientos como la higiene, transferencia, traslados o movilizaciones, no dejar nunca solo al usuario.

Evaluación: nº de incidencias.

- Junta Directiva -

NOMBRE	CARGO
ANA MARIA PEREZ VARGAS	PRESIDENTA
CARMEN LOPEZ FUENTES	VICEPRESIDENTA
RAFAEL GONZÁLEZ PALMA	TESORERO
GERMAN BERNAL SOTO	SECRETARIO
EVA M ^a PLAZAS VILLEGAS	VOCAL
JUAN A. REYES ARAGÓN	VOCAL
MARISA MANZORRO BONILLA	VOCAL