

# Unidad 2

## La persona en situación de dependencia



### En esta unidad aprenderemos a:

- Identificar los indicadores generales de la pérdida de autonomía.
- Argumentar sobre la importancia de la prevención para retrasar las situaciones de dependencia.
- Justificar la necesidad de respetar la capacidad de elección de la persona en situación de dependencia.
- Valorar la importancia de la familia y del entorno del sujeto en el mantenimiento de su autonomía personal y su bienestar físico y psicosocial.
- Entender que las necesidades de las personas han de ser abordadas desde una perspectiva integral.

### Y estudiaremos:

- La importancia de la prevención de la autonomía personal.
- Los derechos de la persona dependiente. La capacidad de elegir.
- El entorno familiar y social de la persona dependiente.
- La presentación de colectivos en situación de dependencia.
- Las necesidades desde una perspectiva integral.

## A Vocabulario

**Indicador.** Es una forma de medir o evaluar un criterio determinado. Los indicadores son como *señales* para detectar la aparición o la existencia de algo.

## Actividades

1. Ya estudiaste en la Unidad 1 los grados de dependencia y la relación de estos con el tipo de apoyo requerido. Ahora te proponemos que te familiarices con el Baremo de Valoración de la Dependencia (BVD). Busca el Real Decreto 504/2007, de 20 de abril, por el que se aprueba dicho baremo y responde a las siguientes cuestiones:

- ¿Qué rango de puntuación se le da a cada uno de los grados de dependencia?
- ¿En qué se basa la valoración? ¿Qué informes y otros aspectos de la persona valorada se tendrán en cuenta?
- ¿En qué entorno debe ser aplicado?
- La persona será valorada en el desarrollo de una serie de actividades. ¿Cuáles son estas y cuáles son los niveles de desempeño de las tareas?

## Toma nota

En el módulo de *Atención y apoyo psicosocial* estudiarás algunas de estas escalas de evaluación de la dependencia.

# 1. La importancia de la prevención de la autonomía personal

En la unidad anterior se hizo hincapié en la importancia de la promoción de la autonomía personal como estrategia de actuación frente a la dependencia. Si se pudiera resumir esta idea en una sola frase lo haríamos de la siguiente manera: «Ofrecer ayuda a la persona en situación de dependencia en la medida en que la necesite, pero dejándole hacer aquello que pueda realizar por sí misma».

En la primera parte de esta unidad se hablará de otra de las medidas fundamentales: la prevención. Antes de hablar de ella es importante conocer algunos **indicadores** de la pérdida de autonomía, pues reconocerlos a tiempo será fundamental para actuar de forma preventiva.

## 1.1. Los indicadores de la pérdida de autonomía

Los **indicadores de la pérdida de autonomía** ayudarán a determinar y valorar el estado de dependencia de una persona. Como sabes, hay diferentes grados de dependencia por lo que, en cada caso, la presencia de estos indicadores, así como la intensidad con la que se presenten, reflejarán un mayor o menor grado de pérdida; son, por tanto, herramientas útiles para evaluar la autonomía/dependencia de una persona.

Los indicadores que aparecen con más frecuencia en los instrumentos de evaluación son aquellos que tienen que ver con el **desempeño de la persona en las actividades básicas de la vida diaria**.

Uno de los aspectos recogidos por la Ley de Dependencia es el **baremo o instrumento de valoración de la dependencia (BVD)**, mediante el cual se determinará el grado y nivel de dependencia de la persona. El resultado de esta valoración influirá en la determinación de los servicios y prestaciones a las que tendrá derecho.

Existen por otro lado *escalas y métodos* de evaluación de la dependencia basados en la realización de diversas actividades cotidianas y en la necesidad de apoyo para desarrollarlas. Las áreas más frecuentemente incluidas son:

- La **necesidad de ayudas técnicas** para la movilidad.
- Las **actividades de autocuidado** (higiene, excreción, comer, beber, lavarse, vestirse, cuidado de las partes del cuerpo).
- Las **actividades de movilidad** (andar y cambiar de postura).

En la Tabla 2.1 se describen algunos indicadores de la pérdida de autonomía. Son señales de **pérdida de autonomía**, pues la presencia de uno o más de estos indicadores manifiesta dependencia o la posibilidad de llegar progresivamente a ese estado.

**Fallos en funciones cognitivas superiores:** atención, memoria, orientación, pensamiento y lenguaje.

**Alimentación desordenada.**

**Caídas** frecuentes y problemas de equilibrio.

**Achaques** reiterados en la salud y otros fallos a nivel orgánico.

**Falta de motivación y pérdida de interés** por aficiones, fechas importantes, personas cercanas, etc.

**Comportamientos poco adaptativos:** irracionales o fuera de contexto (enfados, aburrimiento excesivo, abatimiento repentino, ansiedad injustificada, etc.).

**Dificultades en la movilidad** (levantarse, acostarse, andar, sentarse...).

**Dificultades** para el desarrollo de las **actividades de la vida doméstica**.

**Dificultades** en el desarrollo de las **actividades básicas de la vida diaria**, con especial atención a las de autocuidado (higiene y aseo, vestido, continencia, comida...).

Tabla 2.1. Indicadores de la pérdida de autonomía en una persona.

## 1.2. La prevención como estrategia de actuación frente a la dependencia

Para resaltar la importancia de la prevención dentro del campo de la dependencia es conveniente empezar este apartado resaltando el siguiente enunciado:

La **prevención** de las situaciones de dependencia es uno de los principales objetivos que se deben trabajar.

Entre los principios de la Ley de Dependencia se encuentra el siguiente: «El establecimiento de las medidas adecuadas de **prevención**, rehabilitación, estímulo social y mental». Pero ¿qué significa prevenir y por qué es tan importante?

Prevención implica **anticiparse a la presencia de un problema**, intentando actuar sobre los factores que pueden ocasionarlo, teniéndolos en cuenta y tomando las medidas necesarias para evitarlos. En otras palabras, significa «actuar antes de».

Llevar a cabo actuaciones de naturaleza preventiva es positivo y responde a un enfoque abierto que va más allá de las clásicas intervenciones exclusivamente terapéuticas o rehabilitadoras, en las que siempre se actuaba sobre la situación problemática cuando esta aparecía.

Hablar de prevención en el campo de la dependencia significa (Tabla 2.2):

Pasar de un modelo centrado en actuar en momentos de crisis o situaciones agudas a un **modelo que entiende un concepto de salud mucho más amplio**, en el que el objetivo no es solo eliminar la enfermedad o discapacidad, sino **conseguir la mejor calidad de vida posible**.

Si se trata de «**actuar antes de**», es necesario **atender a los factores de riesgo**, es decir aquellos que aumentan la probabilidad de que aparezca la situación de dependencia (o se agrave, si ya existía).

**Educar para la promoción de hábitos y condiciones de vida saludables**, pues estos disminuyen el riesgo de padecer enfermedades y del deterioro de capacidades, contribuyendo a que el organismo se encuentre en mejores condiciones físicas y psíquicas.

Definir el objetivo de la intervención hacia la **mejora de la calidad de vida de la persona en términos globales**, considerando todas las áreas (física, psíquica y social). Para ello habrá que seguir un **modelo de atención integral**, del que se hablará en el último punto de esta unidad.

**Tener en cuenta a aquellos colectivos de la población que presenten una mayor vulnerabilidad**, es decir colectivos con mayores posibilidades de encontrarse en situación de dependencia. Con estas personas debe considerarse una actuación preferente.

La existencia de una **adecuada coordinación socio-sanitaria** para que las medidas que se lleven a cabo sean verdaderamente eficaces y contemplen todas las áreas en las que se hace necesario intervenir.

En los casos en los que la persona se encuentre en situación de dependencia, la prevención irá dirigida a que la situación no se agrave y puedan **evitarse estados de dependencia de mayor grado o situaciones de dependencia nuevas**.

### Importante

Una de las **estrategias de prevención** es **atender a los factores de riesgo** y tener en cuenta aquellos **colectivos con mayor vulnerabilidad**. No olvides que como profesional de atención a la dependencia, trabajarás con estas personas, y será importante que siempre consideres que la **prevención de la dependencia es prioritaria**. Debe ser uno de los objetivos de tu trabajo diario.

### Actividades

- ¿Qué significa un modelo de atención centrado en actuar en momentos de crisis o situaciones agudas? ¿Consideras que es importante que se contemplen actuaciones preventivas? Justifica tu respuesta.
- Explica el siguiente enunciado de la Tabla 2.2: «Que la situación no se agrave y puedan evitarse estados de dependencia de mayor grado o situaciones de dependencia nuevas». ¿Crees que puede llamarse a esto prevención, si ya se indica que existe algún grado de dependencia? ¿Por qué?
- Reflexiona y explica el siguiente refrán: «Más vale prevenir que curar». Piensa en personas que puedan ser especialmente vulnerables a encontrarse en una situación de dependencia y sobre las que habrá que estar especialmente atentos, a la hora de realizar esta actividad.

Tabla 2.2. Objetivos de la prevención en el ámbito de la dependencia.

¿Qué importante relación existe entre los indicadores de la pérdida de autonomía y la prevención de la dependencia? Para responder a esta cuestión enunciamos la siguiente idea:

**Cuanto antes se detecte la situación de dependencia, antes se podrá actuar también frente a ella.** Conocer los indicadores de la pérdida de autonomía ayudará a una eficaz actuación preventiva, pues facilitará su reconocimiento con grandes posibilidades de actuar a tiempo. De este modo, estos indicadores serán «señales de alarma».

### Caso Práctico 1. La importancia de la prevención como estrategia de actuación frente a la dependencia

#### Situación:

Fátima es una técnica de atención a la dependencia que trabaja en una residencia de ancianos desde hace tiempo y es una estupenda profesional. El centro en el que trabaja es una residencia de titularidad privada en la que los usuarios mayores están divididos en dos grupos: **válidos y asistidos**.

Los **primeros gozan de bastante autonomía**, ya que:

- Se asean solos.
- Se mueven de forma autónoma por las diferentes instalaciones.
- Comen sin ayuda.
- Llevan a cabo actividades como la lectura, juegos de mesa, paseos, entre otras.

Los **usuarios del segundo grupo se encuentran en un estado de dependencia mayor**, y los profesionales del centro tienen que centrar más su atención en ellos y ofrecerles mayor apoyo.

Ana María es una usuaria del primer grupo. Lleva tres años en la residencia y la conoce todo el mundo. Ella se encuentra como en su casa y tiene la suerte de recibir la visita de sus familiares todos los fines de semana. Es bastante autónoma para todo; sin embargo, de un tiempo a esta parte Fátima ha notado algunos síntomas y circunstancias que le han hecho estar más pendiente de Ana María, como por ejemplo:

- Se le **ha olvidado tomar la medicación** en dos ocasiones, aunque se la dejaron en la mano (se dieron cuenta porque la dejó encima de la mesa) y a veces no recordaba qué había comido al mediodía.
- Fátima se la **ha encontrado en diversas ocasiones en la planta equivocada** buscando su habitación.
- Un **día de verano se puso un jersey de lana** que tenía en su cajón.
- Parece **estar más apática desde hace unos meses** (siempre ha sido bastante activa y con buen sentido del hu-

mor); sobre todo ha llamado la atención el desinterés mostrado hacia sus familiares en las últimas visitas y en ir a pasear con otra usuaria del centro.

¿Crees que son importantes estos acontecimientos? ¿Fátima debería hacer algo al respecto o es normal que estas pequeñas cosas sucedan debido a la edad? ¿En qué medida crees posible que, si la técnico avisa de estos cambios, pueda servir para desarrollar actuaciones de tipo preventivo?

#### Solución:

- Muchos de los síntomas o cambios que actúan como «señales de alarma» pueden parecer poco importantes si se consideran de forma aislada; sin embargo, **todos ellos en su conjunto pueden estar comunicando algo de mayor significado**, por lo que son bastante importantes. Fátima, como buena profesional, ha sido capaz de detectar esos cambios, lo que significa que es consciente de que el estado de esta usuaria no es estático, sobre todo teniendo en cuenta el tipo de usuarios con los que trabaja (personas mayores).
- El **conocimiento de los usuarios es imprescindible para detectar cambios o señales**, por muy pequeños que sean. Una de las funciones del profesional de atención a la dependencia es atender a los mismos, ya que pasa mucho tiempo con ellos.
- Fátima conoce los **primeros síntomas de la demencia senil** y sabe que es propia de este colectivo. Gracias a su formación es capaz de asociar los cambios advertidos en Ana María con el posible inicio de algún problema de este tipo.
- Fátima **debe comunicar al personal sanitario del centro estos acontecimientos**. Este personal realizará las valoraciones pertinentes. En este caso, la usuaria parece estar en el inicio de la enfermedad, por lo que dentro de su plan de atención individualizado se decide incluir ciertas actividades para la prevención del deterioro cognitivo y otras actuaciones, con el fin de intentar ralentizar la demencia (evitar que progrese a un ritmo acelerado).

Haciendo especial hincapié en el tercer punto de los descritos anteriormente sobre *Educación para la promoción de hábitos y condiciones de vida saludables*, hay que destacar que entre los **principios generales** de los servicios para la atención de personas **desde el ámbito sanitario** se encuentra el siguiente:

Debe darse prioridad al **enfoque preventivo de la dependencia**, basado en la atención durante todo el ciclo de vida de las personas mediante **programas de promoción de la salud**.

Estos programas (Fig. 2.1) están dirigidos al conjunto de la población y de forma específica a aquellos grupos en situación de especial riesgo, pues tienen más probabilidad de desarrollar situaciones de dependencia.

○ **¿Dónde se llevan a cabo?**

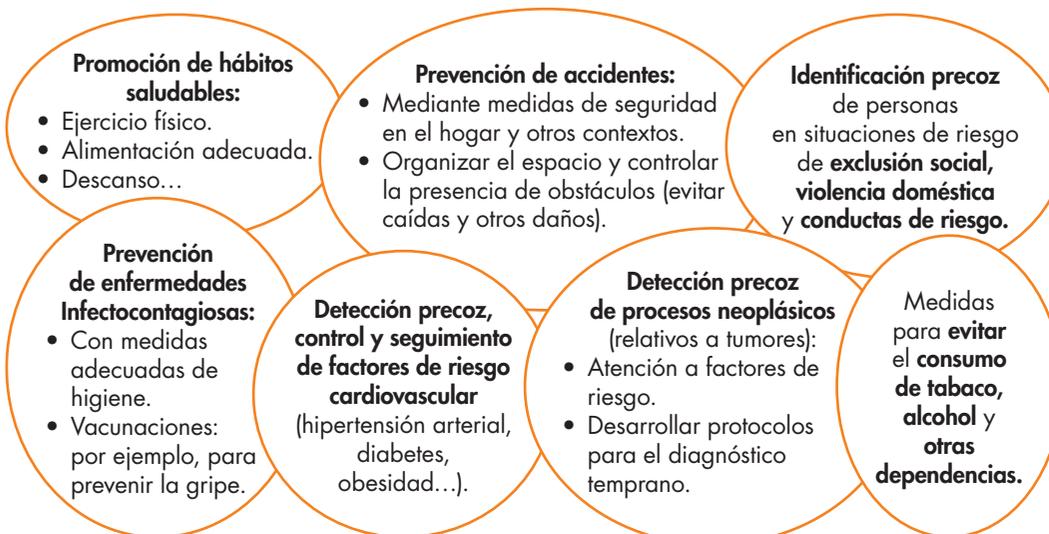
- En consultas médicas y de enfermería.
- En el domicilio del paciente.
- En periodos de hospitalización.
- En centros sanitarios, comunitarios, o medios de comunicación (en este último caso se llevan a cabo programas de educación para la salud dirigidos a grupos).

En el colectivo de las personas mayores, por ejemplo, pueden incluirse medidas como (Tabla 2.3):

|   |
|---|
| Prevención de caídas.   |
| Detección de la demencia (estando alerta a la aparición de los primeros síntomas).  |
| Prevención de la malnutrición en el anciano.  |
| Detección precoz de las alteraciones sensoriales: visuales, auditivas y olfativas.  |
| Prevención de la incontinencia urinaria y las alteraciones del ritmo intestinal.  |
| Prevención del uso inadecuado de la medicación.   |
| Prevención de la depresión debida a aspectos relacionados con la pérdida de autoestima, de sentimientos de soledad, de inutilidad y de ser un estorbo para la familia, etc. |

**Tabla 2.3.** Medidas que se pueden tomar para prevenir la pérdida de autonomía en las personas mayores.

El profesional de atención a la dependencia podrá desarrollar **estrategias de prevención** tanto en instituciones residenciales como en el domicilio de las personas en situación de dependencia (Fig. 2.2).



**Fig. 2.1.** Contenido de los programas de protección, promoción de la salud y prevención de la dependencia.

**Practica**

5. Por grupos de dos o tres personas, haced un tríptico sobre la importancia de la promoción de los hábitos saludables dirigido a los familiares cuidadores de personas mayores en su domicilio, y cómo esta estrategia es fundamental para la prevención de la dependencia.

**Actividades**

6. ¿Qué quiere decir «detección precoz» y por qué es importante dentro de los programas de prevención?
7. Reflexiona sobre qué medidas de prevención de caídas serían adecuadas en las siguientes situaciones:
  - Centro residencial para mayores.
  - Vivienda de una persona ciega.



**Fig. 2.2.** La detección precoz de los primeros síntomas de la demencia puede ser muy eficaz para prevenir su temprana aparición o una evolución demasiado rápida de la enfermedad. La capacidad de atención del mayor, la memoria y la orientación son funciones cognitivas que deben observarse con especial interés.

### Actividades

8. Indica a qué tipo de prevención corresponden las siguientes actuaciones:
- Promover hábitos de higiene y aseo personal adecuados en una usuaria a la que visitas dos veces por semana en su domicilio.
  - Apoyo en actividades relacionadas con la movilidad en una persona con una enfermedad degenerativa física bastante avanzada.
  - Comentar al médico de la residencia en la que trabajas que llevas observando que un usuario se desorienta un poco y presenta ciertas pérdidas de memoria (indicadores de los inicios de una demencia).
  - Llevar a cabo estrategias para evitar caídas y otros accidentes en un centro ocupacional (intervención sobre el entorno del usuario).
9. Busca el decreto que establece el título de Técnico en Atención a las Personas en Situación de Dependencia, y anota aquellas competencias profesionales, personales y sociales relacionadas con actuaciones de carácter preventivo.

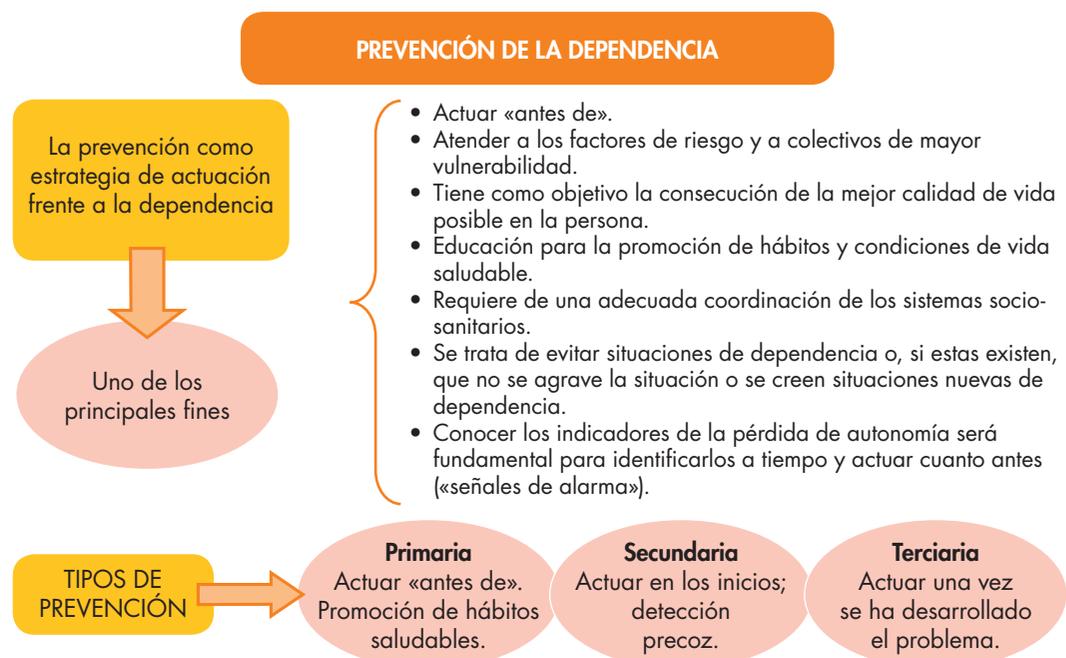
## Tipos de prevención

En la Figura 2.3 se describen tres tipos de prevención, aunque la **prevención primaria** es la que tiene un carácter preventivo realmente mayor, pues es la que se lleva a cabo antes de que la situación o problema haya aparecido.



**Fig. 2.3.** Esquema que resume las características de los tipos de prevención que se aplican actualmente.

En la Figura 2.4 tienes un esquema-resumen que puede ayudarte a repasar todo el contenido sobre prevención visto en este apartado:



**Fig. 2.4.** Cuadro-resumen sobre la prevención de la dependencia.

## ● 2. Los derechos de la persona dependiente. La capacidad de elegir

Las personas en situación de dependencia gozan, desde el punto de vista jurídico, de los **mismos derechos, libertades, y deberes civiles y constitucionales que los demás ciudadanos**. Sin embargo, estas personas, debido a su vulnerabilidad, se encuentran en la realidad con dificultades para hacer valer sus derechos. Por ello, es importante que se precisen y concreten.

### Ejemplo:

Las *personas con discapacidad* tienen derecho a la igualdad de oportunidades en nuestra sociedad y a la accesibilidad, pero en la vida cotidiana experimentan muchas dificultades para disfrutar realmente de estas condiciones a las que tienen derecho por ley.

En la Tabla 2.4 se recogen los derechos que contempla la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a la personas en situación de dependencia en su artículo 4. No obstante, la entrada en vigor de la propia ley ya define el derecho más importante de estas personas:

El derecho de todos los ciudadanos dependientes a recibir cuidados y apoyo, y la obligación del Estado de garantizarlos y financiarlos a través de las diferentes Administraciones.

En definitiva, a ser atendidos en condiciones de igualdad por los poderes públicos.

| Derechos de las personas en situación de dependencia  |
|---|
| 1. A <b>disfrutar</b> de los derechos humanos y libertades fundamentales, con pleno respeto a su dignidad e intimidad.  |
| 2. A <b>recibir</b> , en términos comprensibles y accesibles, información completa y continuada relacionada con su situación de dependencia.  |
| 3. A <b>ser advertido</b> de si los procedimientos que se le apliquen pueden ser utilizados en función de un proyecto docente o de investigación, siendo necesaria la previa autorización, expresa y por escrito, de la persona en situación de dependencia o quien la represente.  |
| 4. A que <b>sea respetada la confidencialidad</b> en la recogida y el tratamiento de sus datos, de acuerdo con la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal.  |
| 5. A <b>participar</b> en la formulación y aplicación de las políticas que afecten a su bienestar, ya sea a título individual o mediante asociación.  |
| 6. A <b>decidir</b> , cuando tenga capacidad de obrar suficiente, sobre la <b>tutela de su persona y bienes</b> , para el caso de pérdida de su capacidad de autogobierno.  |
| 7. A <b>decidir libremente</b> sobre el <b>ingreso en un centro residencial</b> .   |
| 8. Al <b>ejercicio pleno de los derechos</b> que la ley le reconoce en el caso de internamiento involuntario.   |
| 9. Al ejercicio pleno de sus derechos patrimoniales.  |
| 10. A <b>iniciar las acciones</b> administrativas y jurisdiccionales en defensa del derecho que reconoce la presente ley en el apartado 1 de este artículo. En el caso de los menores o personas incapacitadas judicialmente, estarán legitimados para actuar en su nombre quienes ejerzan la patria potestad o quienes ostenten la representación legal. |
| 11. A la <b>igualdad de oportunidades</b> , no discriminación y accesibilidad universal, en cualquiera de los ámbitos de desarrollo y aplicación de esta ley.   |
| 12. A <b>no sufrir discriminación</b> por razón de orientación o identidad sexual.  |

**Tabla 2.4.** Relación de los derechos legislados para las personas en situación de dependencia en nuestro país.

### Practica

10. Las personas en situación de dependencia tienen los mismos derechos que cualquier otra persona. Busca la *Declaración Universal de los Derechos Humanos* en la web: <http://www.un.org/es/documents/udhr>

Leerás que en su artículo 2 establece:

«Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición».

Lee y reflexiona también sobre los siguientes artículos referidos a las personas mayores, discapacitadas o con alguna enfermedad; arts.: 5, 23, 24, 25 y 26. Contesta ahora a estas preguntas:

- ¿En la vida real se respetan esos derechos?
- Si se respetan, ¿crees que estas personas encuentran mayores dificultades a la hora de disfrutarlos?

### Practica

11. Para la defensa de los derechos de las personas en situación de dependencia surgen las denominadas **plataformas en defensa** de estos derechos en diferentes comunidades autónomas. Suelen contar con un teléfono de atención gratuito y asistencia jurídica. Puedes conocer algunas de ellas si buscas en la siguiente página: **[www.plataformasleydedependencia.org](http://www.plataformasleydedependencia.org)**. Busca si hay alguna plataforma con estos objetivos en tu comunidad autónoma y elabora un dossier con información clave para las personas interesadas. Como ejemplo podemos citar la plataforma de la ciudad de Torrejón de Ardoz, perteneciente a la Comunidad de Madrid, en la que se expone que: «de las 200.000 personas dependientes en la Comunidad de Madrid, solo han sido valoradas 26.000, y muchas de ellas ni siquiera están recibiendo la prestación económica correspondiente». A partir de este dato, abrid un debate en clase sobre esta situación.

### Claves y consejos

No olvides que, siempre que tengan capacidad para ello, los usuarios con los que trabajarás tienen **necesidad de elegir**, decidir y expresar sus intereses, preferencias y decisiones. **Respetar siempre este derecho y motivarlos para que lo hagan** en la medida de lo posible, pues tiene efectos muy positivos para su autoestima y favorece su percepción de autonomía y control personal.

Por otro lado, en el Capítulo IV del *Libro Blanco sobre la atención a personas en situación de dependencia* se propone un marco jurídico que garantice (Tabla 2.5):

- La **regularización de todo el colectivo** en situación de dependencia, especialmente las personas que se encuentran internadas en una institución.
- La **protección especial de derechos de las personas** que no tienen capacidad de libre elección en sus decisiones.
- Que **ninguna persona en situación de dependencia quede sin guarda legal**.
- El **respeto por la autonomía y el estilo de vida propio** (hacia sus decisiones, opciones y preferencias).
- El **desarrollo de medidas para un trato digno**, cuidados humanizados y entornos seguros y confortables.
- El **reconocimiento como derecho subjetivo** a determinados servicios sociales (centros residenciales, apoyo domiciliario, etc.).

Tabla 2.5. Derechos de las personas en situación de dependencia que se regulan legalmente.

## 2.1. La capacidad de elegir

En la Unidad 1 estudiaste el concepto de autonomía. En la misma definición se hacía referencia a la «capacidad de decidir por uno mismo, de tomar decisiones propias». Hay que hacer una reflexión al respecto:

- **Para tomar decisiones propias** se entiende que tiene que haber una serie de facultades intelectuales.
- Hay veces que se tiene la **capacidad de decidir pero no de llevar a cabo lo decidido a efectos prácticos** (bien porque se padece una discapacidad o cualquier otra razón que lo impida o dificulte, bien porque no hay medios para ello o existen obstáculos o barreras que crean importantes interferencias).
- En términos generales, se puede decir que el **grado mayor de autonomía sería aquel en el que además de poder decidir se puede llevar a cabo lo decidido**.

Después de esta reflexión, nos centramos en la capacidad de decidir de las personas como uno de los aspectos más importantes para su propio bienestar, su concepto de sí mismas y su autoestima. Siempre que las facultades mentales lo permitan, la persona tiene derecho a decidir. Como profesionales siempre habrá que tener presente esta cuestión.

Por ello, tanto los profesionales como los cuidadores familiares deben saber que para potenciar la autoestima será necesario permitir que la persona en situación de dependencia **tome las decisiones que le afectan y deberán consultar sus preferencias**.

Así se favorece que el usuario tenga un sentimiento de control sobre su propia vida.

### Ejemplo:

Será importante que un usuario mayor dé su opinión respecto a:

- Cambios que haya que introducir en el hogar.
- La necesidad o no de utilizar servicios sociales y ayudas externas a la propia familia (como una persona que se encargue de su cuidado).
- La necesidad de que se traslade a casa de los hijos o a una residencia.

○ **¿Por qué es importante hablar de la capacidad de elegir?**

- Es preciso que los profesionales de atención directa se sensibilicen sobre la capacidad de elección de las personas dependientes (entre ellos el TAPSD).
- Muchos de los usuarios con los que trabajan estos profesionales presentan importantes limitaciones en estas capacidades.

○ **¿Qué capacidades intervienen en la toma de decisiones/elecciones?**

En la Tabla 2.6 se muestran algunas de estas capacidades. Muchos de los usuarios con los que trabajarás tendrán estos factores comprometidos (con limitaciones), y como consecuencia también lo estará su autonomía real a la hora de tomar decisiones (Fig. 2.5).

**Ejemplos:**

- Personas *mayores con deterioro cognitivo* (dependerá del nivel de deterioro).
- Personas con *discapacidad intelectual*.
- Personas con ciertas *enfermedades mentales* (o en fase aguda con alto nivel de incapacitación).
- Personas con *problemas del lenguaje* (en su vertiente tanto expresiva como comprensiva).

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>Cognitivas</b>      | Las <b>funciones cognitivas superiores</b> juegan un papel esencial en la capacidad de decidir: atención, memoria, orientación, lenguaje, pensamiento... En este sentido, el deterioro cognitivo puede ser bastante limitante. |
| <b>De comprensión</b>  | La <b>persona tiene que ser capaz de comprender</b> las diferentes situaciones que se plantean, las opciones o alternativas que existen.   |
| <b>De expresión</b>    | De la misma manera que el punto anterior, <b>interviene la capacidad de expresar</b> ideas, preferencias, gustos, opiniones, decisiones.   |
| <b>De razonamiento</b> | <b>Decidir entre diferentes opciones o alternativas exige razonar.</b> Dependiendo del tipo de decisión o elección, el nivel de razonamiento requerido puede ser más o menos complejo.   |

**Tabla 2.6.** Tipos de capacidades de la persona que intervienen en la toma de decisiones.

Muchas personas son autónomas para tomar decisiones y elegir; en definitiva, son autónomas **para tener control sobre su vida psicosocial**. No obstante, esta capacidad disminuye en muchas de ellas conforme aumenta la complejidad de las decisiones que se deban tomar (no es lo mismo elegir si se quiere dar un paseo o no, que decidir si lo hace sin compañía). Otras personas, sin embargo, no tienen ningún grado de autonomía en este sentido.

En definitiva, podríamos imaginar la capacidad de elección representada en una línea que finaliza en dos extremos opuestos (totalmente autónomo y sin autonomía); los usuarios se moverán dentro de este rango (Fig. 2.6).



**Fig. 2.6.** Representación de cómo varía la capacidad de tomar decisiones de una persona dependiente según su mayor o menor grado de autonomía.



**Fig. 2.5.** Uno de los derechos de la persona dependiente es el de «recibir, en términos comprensibles y accesibles, información completa y continuada relacionada con su situación de dependencia».

**Actividades**

**12.** ¿En qué sentido crees que la capacidad de razonamiento influye en la autonomía para tomar decisiones? Para responder a esta pregunta, puedes pensar en el caso de una persona con discapacidad intelectual con limitaciones a la hora de razonar. ¿Se te ocurre alguna situación concreta en la que se demuestre esta limitación o dificultad?

**Toma nota**

La importancia de respetar las decisiones de los usuarios y el respeto a la autodeterminación de las personas mayores se estudiarán en la Unidad 4, y las decisiones y los intereses de las personas con discapacidad se estudiarán en la Unidad 6.

**Toma nota**

En la Unidad 1 estudiaste que los factores del entorno pueden tener un efecto *favorecedor* o *inhibidor* sobre la autonomía de las personas en situación de dependencia. Te recomendamos que repases ese punto, fundamentalmente el contenido que hacía referencia a los **factores del entorno de tipo social**.

El **entorno físico** es también importantísimo; no obstante, se estudiará con profundidad en la Unidad 6. Cómo intervenir en el entorno serán contenidos que estudies también en otros módulos, como el de *Organización de la atención a las personas en situación de dependencia*.

**Claves y consejos**

De la misma manera que el **TAPSD debe tener una serie de habilidades sociales en su relación con el usuario, la relación con los familiares debe caracterizarse por ser respetuosa, amable y cordial**.

Cuando la relación es positiva, siempre se consiguen mejores resultados y contribuye a la consecución de los objetivos planteados. Para ello no hay que olvidar la gran relevancia que juega la familia y el entorno social en la vida diaria del usuario.

## 3. El entorno familiar y social de la persona dependiente

La persona en situación de dependencia no puede entenderse de forma aislada (su persona y las características y necesidades que presenta), pues a su alrededor existe un entorno de naturaleza social con importantes efectos sobre su vida. El entorno más cercano es la familia, aunque no es el único. También existen:

- **Vecinos, amigos y otros entornos** relativamente cercanos para la persona (por ejemplo, asociaciones, voluntarios...).
- **Profesionales de atención directa** (si los hay): se relacionan con la persona dependiente y su familia con el objetivo de satisfacer necesidades específicas y promover la mayor autonomía posible.
- **Medios de comunicación:** son importantísimos debido a su gran repercusión social sobre los temas que divulgan.
- La **sociedad**, en su concepto más amplio (representada en la cultura, las normas y leyes de convivencia en los diferentes entornos, los responsables políticos que determinan la regulación de sus derechos y las prestaciones a las que tienen acceso...).

La primera idea importante en la que hay que hacer hincapié es que el **entorno social tiene una gran influencia sobre la persona en situación de dependencia**, por lo que se debe tener en cuenta en todo momento. Será por tanto fundamental para valorar las necesidades que la persona presente y las respuestas (intervenciones) que requiera.

### 3.1. Conceptos importantes

A continuación te presentamos una serie de **conceptos relacionados con el entorno social**, puesto que es conveniente que te familiarices con ellos. Describiremos sus principales características en la Tabla 2.7.

| La socialización   |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proceso por el que las personas <b>aprenden</b> los conceptos, normas y valores <b>gracias a la interacción con otras personas del entorno</b>.</li> <li>• La persona se va adaptando al entorno e <b>interiorizando</b> lo que va aprendiendo.</li> <li>• Dura toda la vida, pero en los primeros años es especialmente importante.</li> </ul> | <p>Este proceso, en un niño que nace con discapacidad, es crucial para su desarrollo. En este caso, por ejemplo, el niño conoce el mundo que le rodea relacionándose con sus padres, sus hermanos, otros familiares; más tarde, con el entorno educativo, etc.</p>  |
| La estimulación  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• El <b>entorno</b> juega un <b>papel activo</b>, ofreciendo a la persona estímulos (comunicación, contacto y afecto, cuidados...).</li> <li>• Así, hay entornos estimulantes y enriquecedores; y entornos pobres en estimulación y con carencias.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• La estimulación que reciba un niño con alguna necesidad específica desde su nacimiento puede ser muy importante en su desarrollo posterior.</li> <li>• Los entornos estimulantes en el campo de la dependencia son <b>favorecedores y potenciadores de la autonomía personal</b>.</li> </ul> |

**Tabla 2.7.** Descripción de los principales factores que forman parte del entorno social de la persona dependiente. (Continúa)

(Continuación)

| La atención temprana  |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conjunto de <b>estrategias potenciadoras del desarrollo</b> que ofrece el entorno en los primeros años de vida.</li> <li>• De 0-6 años el cerebro tiene una gran capacidad de aprendizaje.</li> </ul>  | <p>Por ejemplo, la atención temprana en un niño con parálisis cerebral consistiría en ofrecer fisioterapia para el desarrollo de la motricidad, logopedia para el desarrollo del lenguaje, etc.</p>   |
| La sobreprotección  |   |
| <p>Se trata de un <b>exceso de protección</b> que el entorno de la persona en situación de dependencia lleva a cabo, pues la ve más vulnerable y débil (<b>se le da más ayuda de la que necesita</b>, potenciándose aún más el estado de dependencia).</p>  | <p>Por ejemplo, los padres de un joven con discapacidad visual que desde pequeño le protegen y le hacen todo lo que pueden para tratar de facilitarle la vida (su intención es buena, pero no dejan que lo haga por él mismo). Recuerda: <b>factor social inhibidor de la autonomía</b> (Unidad 1).</p>   |
| Las redes sociales  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• El término «red social» se emplea para referirse al <b>conjunto de personas con las que se interactúa</b>, con las que se guarda una relación de amistad, de parentesco, de afinidad, de cercanía, o cualquier otro tipo de relación.</li> <li>• Los diferentes entornos de la persona pueden relacionarse entre sí formando una estructura compleja y significativa para el individuo (una red).</li> </ul> | <p>La red social de una persona en situación de dependencia la forman los familiares, los amigos y el vecindario, el entorno educativo o laboral, si lo hay, la misma comunidad en la que vive, etc.</p> <p>Contar con una adecuada red social es importante para el usuario, pues, entre otras funciones, están la de apoyo y cuidados.</p>                    |
| El apoyo psicosocial  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es la <b>ayuda</b> del entorno dirigida a satisfacer gran parte de las <b>necesidades psicológicas y sociales</b> del individuo (ánimo, comprensión, compañía, comunicación, consuelo, etc.).</li> <li>• El TAPSD tiene formación específica para ofrecer apoyo psicosocial a los usuarios con los que trabaja.</li> </ul>   | <p>Para la persona en situación de dependencia el apoyo psicosocial de su familia y del entorno cercano es determinante, pues las diferentes situaciones que viven generan muchas necesidades de este tipo. Por ejemplo, un anciano que pasa mucho tiempo solo y va perdiendo motivación para vivir (cree que es un estorbo y que ya va llegando su final).</p> |
| Las asociaciones  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Son un <b>recurso</b> disponible para muchas personas en situación de dependencia. En ellas, la persona encuentra a <b>otras con necesidades y experiencias parecidas</b>, por lo que el apoyo y la comprensión son enormes.</li> <li>• Las personas de la asociación se convierten en un entorno social significativo en sus vidas.</li> </ul>  | <p>Por ejemplo, las asociaciones de personas que padecen una enfermedad determinada o de sus familiares (asociación de enfermos con esclerosis múltiple, de familiares de enfermos de alzhéimer, etc.).</p>   |

### Actividades

13. Piensa en entornos sociales importantes para ti, que lo han sido en tu desarrollo y que lo siguen siendo actualmente. ¿Qué necesidades sociales cubren?
14. Indica si son verdaderas o falsas las siguientes afirmaciones:
  - a) El entorno social siempre actúa como facilitador de la autonomía personal.
  - b) La socialización es un concepto relacionado con la interacción de la persona con su entorno social y el aprendizaje.
  - c) Las asociaciones pueden considerarse un recurso positivo para la persona en situación de dependencia y sus familiares, pues encuentran un contexto de empatía y comprensión.
15. Se ha dicho que la estimulación en edades tempranas es muy beneficiosa; sin embargo, lo es a lo largo de toda la vida. Son frecuentes los programas que incluyen «estimulación cognitiva» para personas mayores o con discapacidad de diferentes edades. ¿Qué crees que significa eso?
16. Tu relación como TAPSD con los familiares de los usuarios con los que trabajarás debe ser buena. ¿Qué características piensas que debe cumplir? Anótalo en tu cuaderno y haced una puesta en común en clase.

**Tabla 2.7.** Descripción de los principales factores que forman parte del entorno social de la persona dependiente.

## Caso Práctico 2. La función del TAPSD para ayudar a la toma de decisiones del usuario

### Situación:

Iván es un joven de veintisiete años que tiene **discapacidad psíquica**. Vive con tres compañeros más en una **vivienda tutelada**, y este recurso contribuye a que pueda **vivir y desarrollarse de forma autónoma**. Un grupo de profesionales visita la vivienda regularmente para prestarles la ayuda que necesiten.

Entre ellos se encuentra Nicolás, un técnico de atención a la dependencia que les **ayuda a organizar la compra semanal y a tomar decisiones sobre otros gastos de la casa**.

¿Cómo debería ser la relación con el usuario respecto a todas las decisiones que se pueden presentar viviendo autónomamente? ¿Debe el TAPSD respetar la capacidad de decidir de Iván a pesar de presentar una discapacidad psíquica?

### Solución:

El profesional debe tener siempre presente que para el usuario la posibilidad de decidir sobre cómo hacer su vida, organizar su hogar y otras muchas decisiones de la vida cotidiana es muy importante, ya que:

- Es un **factor más que contribuye a fomentar su autonomía**. Además, es positivo para su autoestima y la percepción de tener un papel activo en su «vida independiente».
- **La clave será no decidir por él, sino orientarle y apoyarle en esas decisiones**.
- Iván, por ejemplo, expresará sus preferencias para organizar y decorar su habitación, forma de vestir, gustos culinarios, preferencias a la hora de gestionar las actividades de ocio y tiempo libre, etc.

### Toma nota

En la Unidad 9 verás con bastante detalle los contenidos relacionados con el apoyo informal y formal.

### Importante

De las competencias del TAPSD que tienen una estrecha relación con el entorno familiar de las personas en situación de dependencia, se señalan las siguientes:

- **Organizar** las actividades de atención a las personas en situación de dependencia favoreciendo su colaboración y la de la familia, teniendo en cuenta las directrices establecidas en el plan de atención individualizada.
- **Asesorar** a la persona en situación de dependencia, a los familiares y cuidadores no formales, proporcionándoles pautas de actuación a seguir en el cuidado y atención asistencial y psicosocial, adecuando la comunicación y las actitudes a las características del interlocutor.

## 3.2. El entorno familiar y social: objeto de intervención

El entorno de la persona en situación de dependencia debe considerarse a la hora de intervenir, pues también es su objeto (no solo el usuario).

### La familia

Este entorno ejerce un papel significativo en la vida de la persona en situación de dependencia, ya que puede satisfacer muchas necesidades al mismo tiempo: emocionales, de cuidados, económicas, de compañía, domésticas, de seguridad, etc. (Tabla 2.8):

- La **estimulación que ofrece a sus familiares con dependencia** es esencial para el desarrollo.
- La familia es la que **ofrece el apoyo, la protección y los cuidados más cercanos**, y a veces exclusivos.
- Para la **persona mayor, la familia es el entorno de siempre**. Los cuidadores más habituales son los hijos a quienes un día cuidaron, o la pareja.
- Para la **persona con discapacidad, la familia es parte del motor de su desarrollo y evolución**, sobre todo si aquella se da desde el nacimiento.
- Para la **persona enferma, es el apoyo emocional, la seguridad y el consuelo, así como los cuidados**.

Tabla 2.8. Características del entorno familiar para las personas en situación de dependencia.

Está demostrado que la intervención conjunta familiar-paciente (usuario) mejora la calidad de vida de ambos.

### El entorno social

Además de la familia, también se ha hecho mención a otros entornos de naturaleza social de la persona en situación de dependencia. En este sentido será importante que trabajes para conseguir los siguientes objetivos:

- **Disminuir los prejuicios** y las actitudes negativas hacia determinados colectivos, pues son barreras sociales para estas personas.

- Que los entornos sociales sean **favorecedores de la integración social**.
- **Sensibilizar al entorno social** sobre las necesidades específicas que presentan.
- **Favorecer la coordinación** de los diferentes entornos para la consecución de un objetivo común: ayudar a la personas en situación de dependencia.
- **Motivar al usuario** a participar en los diferentes entornos sociales.

### Caso Práctico 3. La importancia del entorno social para una persona dependiente

#### Situación:

Trinidad es una persona mayor y Gema es la técnico de atención a la dependencia que la visita en su casa. Además de apoyar **en algunas tareas propias del domicilio**, como la **limpieza** y la **preparación de la comida**, sus funciones se dirigen también a **favorecer la relación de Trinidad con su entorno social**.

¿Qué tipo de relaciones de la usuaria tendrá que considerar la técnico? ¿Es importante este tipo de apoyo para la persona en situación de dependencia?

#### Solución:

Para la usuaria es muy importante la ayuda de Gema por varias razones:

- **Al sentirse acompañada, se encuentra más motivada y segura para salir de casa y participar socialmente en su entorno** (hasta ese momento estaba cada vez más apática).
- **Le ayuda en la gestión de las necesidades de tipo sanitario:** visitas al médico, al rehabilitador, a comprar en la farmacia los medicamentos necesarios, etc.

- **Van a la compra.** La usuaria está muy contenta porque gracias a Gema va hasta la tienda del barrio donde ella siempre ha comprado la fruta, la carne y el pescado fresco.
- A la vuelta, **visitan el parque donde acuden dos vecinas de Trinidad; charlan y pasan un rato al aire libre.** Antes de tener la ayuda de Gema, Trinidad no podía mantener con tanta frecuencia el contacto con ellas.
- Para estas actividades **van dando un paseo**, por lo que también tiene **beneficios físicos** a nivel motor para la usuaria. Esto favorece el descanso posterior y el mantenimiento de un peso adecuado para Trinidad.
- Todo ello contribuye a la **autoestima de la usuaria**, que se percibe como una persona activa dentro de su entorno habitual (su barrio de siempre) y participativa respecto al entorno social que la rodea (vecinas, dependientes, médicos y otros profesionales, etc.).

**La familia de Trinidad se siente muy satisfecha con la ayuda que está recibiendo de la TAPSD.** Ha despertado un cambio de actitud en su familia en cuanto a la consideración de la importancia del entorno social, y se ha hecho más consciente de la necesidad de tenerlo en cuenta para mejorar la calidad de vida de la usuaria.

### Caso Práctico 4. La ayuda del TAPSD para los cuidadores informales

#### Situación:

Miguel Ángel es un técnico de atención a la dependencia que visita en su domicilio a Tomás, un usuario con una enfermedad degenerativa llamada **distrofia muscular de Duchenne**. Esta patología hace que poco a poco sus músculos vayan atrofiándose, pues es una **enfermedad que avanza de forma progresiva, lo que genera un estado de dependencia bastante importante**. De hecho, **Tomás ha visto cómo en pocos años se ha quedado en una silla de ruedas y no puede moverse sin ayuda, ni lavarse, ni ir al baño**. La **madre**, que es el único familiar con el que convive Tomás, va adaptándose a las nuevas situaciones y necesidades de su hijo, aunque **a veces se encuentra perdida, desorientada y teme hacerle daño en las diferentes situaciones en las que tiene que ayudarlo** (por ejemplo, movilizaciones en la cama durante la noche cada dos horas aproximadamente).

¿Crees que es importante la ayuda de Miguel Ángel para la madre? ¿Puede considerarse a la madre como objeto de intervención?

#### Solución:

La ayuda del TAPSD es imprescindible para el usuario, pero también lo es para su madre:

- **Miguel Ángel enseña a la mujer cómo llevar a cabo las técnicas de cuidado de su hijo de forma correcta** (con beneficios para ambos, pues las movilizaciones le estaban produciendo a ella lesiones de espalda por cargar con el peso de su hijo).
- **Supone un desahogo para la madre, pues cuando está el TAPSD en casa, ella se libera para poder cubrir sus propias necesidades**, como ir a la compra o desconectar un poco. Además, la madre se anima mucho con el profesional, pues es una persona muy cercana que se muestra comprensivo y empático con la situación diaria que vive la familia.

## 4. Los colectivos en situación de dependencia. Necesidades desde una perspectiva integral

### Actividades

17. Busca entre los principios de la Ley de Dependencia aquel que haga referencia a que las personas deben ser atendidas de forma integral, y cópialo en tu cuaderno. ¿Crees que esta idea es importante si se encuentra entre los principios de esta ley? Busca en el diccionario el significado de «principio». ¿Qué significa que la ley se base en unos principios?

Cuando se habla de dependencia, es frecuente hacer una asociación rápida con la imagen de una persona con discapacidad (normalmente física; por ejemplo, una persona en silla de ruedas); sin embargo, en este módulo verás que este estado no es exclusivo de la discapacidad, sino que la *edad* y la *enfermedad* pueden ser circunstancias que también originen una pérdida de autonomía.

Por este motivo, los colectivos que se van a estudiar en las siguientes unidades son (Fig. 2.7).

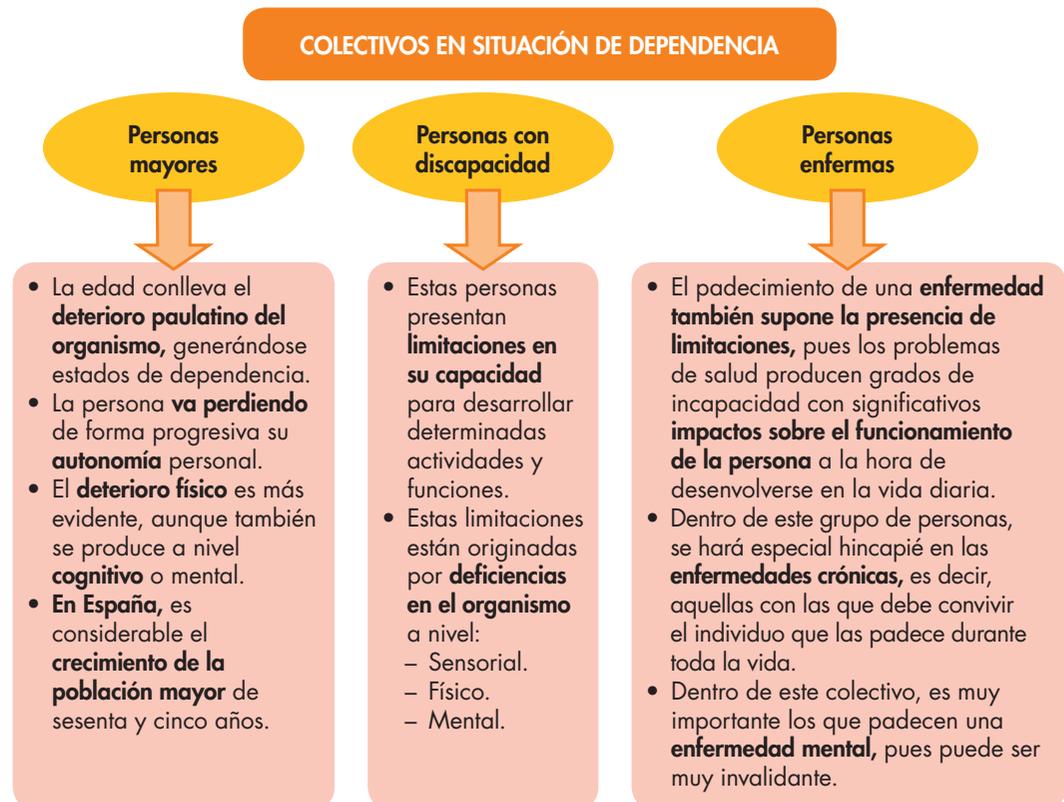


Fig. 2.7. Características que definen los tres grandes colectivos de las personas en situación de dependencia.

### 4.1. Necesidades desde una perspectiva integral

Como futuro profesional, es importante conocer estas necesidades si se pretende darles una respuesta adecuada. Cada usuario tiene unas necesidades determinadas, de ahí que para prestar una atención adecuada a estas personas se deba confeccionar un **plan de atención individualizado**, que como su propio nombre indica, se trata de un documento en el que se *planifican las actuaciones y procedimientos que necesita un usuario determinado* (atendiendo a sus necesidades concretas, pues cada uno es diferente y único).

Queda claro que el profesional de atención a la dependencia actuará, junto con otros profesionales, para ofrecer respuestas a estas necesidades, y lo hará desde una perspectiva integral.

#### ¿Qué significa atender a una persona de forma integral?

Para entender esta cuestión, es importante que reflexiones primero sobre las **necesidades** de las personas (Tabla 2.9), y que después analices el contenido de la Figura 2.8.

### Toma nota

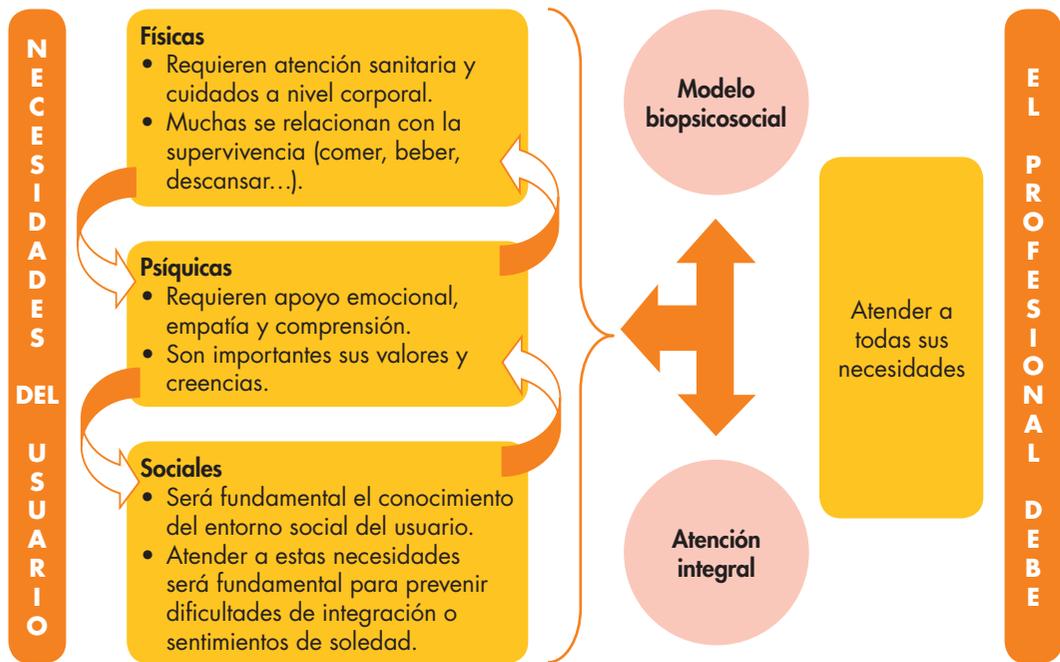
- En la Unidad 1 empezaste a familiarizarte con el **concepto de necesidad**. En esta unidad seguirás profundizando en este concepto y su importancia para una adecuada comprensión de los usuarios con los que trabajarás.
- El **plan de atención individualizado** lo estudiarás en el módulo de *Organización de la atención a las personas en situación de dependencia*.



- Las necesidades son de diferente naturaleza:
  - **Físicas:** tienen que ver con el cuerpo a nivel anatómico y fisiológico, es decir, el funcionamiento del organismo y su supervivencia. El mantenimiento de la salud física pasa por la satisfacción de este tipo de necesidades. Por ejemplo, la necesidad de comer o descansar. Aparentemente son las que requieren ser atendidas con carácter prioritario.
  - **Psíquicas:** se refiere a la parte emocional y psicológica de la persona. En términos de salud, hablaríamos aquí de salud mental, de la necesidad de que la persona encuentre el mayor equilibrio psíquico posible, por lo que la satisfacción de este tipo de necesidades también es muy importante.
  - **Sociales:** este grupo de necesidades se refiere a las relaciones de la persona con el entorno social que la rodea. El ser humano es un ser social por naturaleza, por lo que las redes sociales son muy relevantes en la vida de la persona. Es necesario sentirse dentro de un grupo y relacionarse con los demás para poder sentirse pleno.
- Las personas somos complejas; no tenemos una única necesidad, sino que son variadas y de distinta naturaleza. Una persona tiene **múltiples necesidades**.
- Para que la persona se sienta plenamente satisfecha **deben ser atendidas todas sus necesidades**. No tiene sentido atender solo una parte de ellas.
- A las necesidades psíquicas y sociales se hará referencia, con frecuencia, como necesidades psicosociales de la persona. Por lo que se hablará también de **necesidades físicas y psicosociales** para hacer referencia a los tres grupos de necesidades.
- Las necesidades físicas, psíquicas y sociales están estrechamente relacionadas. No deben entenderse por separado, pues **influyen unas sobre otras**. Son interdependientes.

**Tabla 2.9.** Descripción de los tipos de necesidades de las personas atendiendo a su naturaleza.

Una **atención integral** supone ofrecer respuesta teniendo en cuenta todas las necesidades que presenta la persona (físicas, psíquicas y sociales); es decir, considerando sus necesidades de una forma global, entendiendo que todas ellas son importantes y que su satisfacción ayudará a que el usuario consiga el mayor equilibrio personal posible (Fig. 2.8).



**Fig. 2.8.** Si observas la figura, las flechas circulares indican una relación entre las distintas necesidades de la persona. Cuando hay necesidades a nivel físico que no están satisfechas, esto repercute inevitablemente en el estado emocional, afectando también a la dimensión social. Del mismo modo, si las no satisfechas son las de naturaleza psicosocial, la dimensión física se puede alterar. Por ejemplo: un estado de ánimo positivo puede contribuir a afrontar de mejor manera un estado de salud alterado; o por el contrario, un deterioro físico puede interferir en el estado de ánimo de la persona. En definitiva, todas las necesidades se relacionan, y se debe comprender a la persona abarcando todas ellas en su conjunto.

**Toma nota**

Una atención integral responde al denominado **modelo biopsicosocial** (lo estudiarás en la Unidad 8). Su propio nombre indica que se caracteriza por atender a los diferentes tipos de necesidades del usuario:

- Biológicas (físicas): BIO.
- Psíquicas: PSICO.
- Sociales: SOCIAL.

### Actividades

18. Busca el decreto que regula el título de «Atención a la Dependencia y sus enseñanzas». En él encontrarás las funciones (competencias) propias de esta profesión. Agrúpalas según respondan a las necesidades físicas o psicosociales. Algunas pueden ir dirigidas a ambos tipos de necesidades, por lo que puedes hacer una tercera columna para contemplarlo. Comenta cada una de estas funciones en clase con el profesor, así como el motivo de haberlas agrupado así.

El técnico de atención a la dependencia también lo es de atención sociosanitaria. Como futuro profesional de este ámbito debes reflexionar sobre tu propia formación, pues esta te prepara para dar respuesta de forma integral a los usuarios a través de una formación doble (Fig. 2.9).



**Fig. 2.9.** No olvides que tu formación no es solo de tipo sanitario; cuando realices tus funciones de forma directa con un usuario recuerda siempre atender a la dimensión corporal (la que parece más evidente y fácil de observar) sin olvidar la parte psicológica y social. La respuesta a las **necesidades psicosociales** contribuye a que las intervenciones sean **más humanas y de mejor calidad**.

### Caso Práctico 5. La importancia del modelo de atención biopsicosocial

#### Situación:

Germán es un usuario que lleva **encamado sin poder moverse durante largo tiempo** debido a un accidente con repercusiones en la movilidad de sus miembros inferiores, entre otras lesiones. Los médicos le permitirán dar algunos paseos a partir del mes que viene, pero **necesita que lo lleven en silla de ruedas**.

Es fácil pensar en algunas de las *necesidades físicas* que puede presentar Germán: la alimentación, el baño y el aseo, las curas que requiera su estado, la toma de la medicación que le haya sido prescrita, los cambios posturales, etc.

¿Sería suficiente una atención que se dirigiese de forma exclusiva a la dimensión física de este usuario?

¿Podría decirse que se trata de una verdadera atención integral?

¿Qué necesidades no se estarían teniendo en cuenta y también son importantes?

#### Solución:

- Cuando hay una disfunción física, muchas de las necesidades físicas son evidentes y, en muchos casos, **su satisfacción se convierte en un objetivo prioritario**, pues como se dice «la salud es lo primero».
- Sin embargo, **este grupo de necesidades no es el único**. Por tanto, la respuesta a las dos primeras cuestiones es clara: no es suficiente, pues si las necesidades psicosociales no son atendidas, la persona no está siendo comprendida y atendida de forma global. **Atender solo a las necesidades físicas no es dar una atención inte-**

**gral. El modelo de atención biopsicosocial considera a la persona en su conjunto.**

- La respuesta a la tercera cuestión puede encontrarse en la siguiente reflexión: Germán puede sentirse desanimado por su situación, por haber roto con sus rutinas y estilo de vida, desesperado e impaciente por no poder levantarse de la cama. Esta situación es probable que le lleve a pasar más tiempo solo, sin poder participar de su tiempo libre con amigos o personas del entorno. Germán no puede moverse, pero con frecuencia ocurre que cuando faltan las fuerzas físicas y la salud no es plena, no existe motivación suficiente para ponerse en marcha. Atender a estas necesidades supondría, entre otros aspectos:
  - Que la **atención a las necesidades físicas estuviera acompañada de un trato humano, empático y sensible hacia su situación**.
  - **Compañía y escucha a sus necesidades de conversación**. Aquí se incluiría el modo de responder a las necesidades de distracción y ocio que pudieran llevarse a cabo teniendo en cuenta sus limitaciones. Cuando pueda dar paseos, estos serán muy importantes para que cambie de entorno.
  - **Apoyo emocional** para afrontar la recuperación y los nuevos cambios en su vida que sobrevengan como consecuencia del accidente.

La salud no significa exclusivamente «ausencia de enfermedad o discapacidad», sino que las variables a nivel psicológico y social son fundamentales para garantizar la calidad de vida. De ahí la importancia que se le da al **equilibrio personal** desde el modelo biopsicosocial, atendiendo a las múltiples dimensiones de la persona.

Síntesis

**Prevención**  
Es una estrategia fundamental en la actuación frente a la dependencia. Significa «actuar antes de».

- Tipos:**
- **Primaria:** actuar antes de que la situación problemática se haya originado.
  - **Secundaria:** es la detección precoz. Actuando al inicio, el problema puede desarrollarse más lentamente o frenarse.
  - **Terciaria:** intervenir una vez que se ha desarrollado la situación de dependencia.

**Indicadores de la pérdida de autonomía personal**  
Su presencia nos ayudará a detectar y valorar el estado de dependencia de la persona. Se consideran «señales de alarma».

- Atender a los factores de riesgo.
- Promover hábitos y condiciones de vida saludable.
- Objetivo de la intervención: la mejora de la calidad de vida.
- Atender a colectivos más vulnerables (mayor riesgo).
- Evitar que la situación de dependencia se agrave o vaya a más.

**Derechos de la persona en situación de dependencia**

- Es importante que exista una sensibilización hacia esos derechos.
- Se debe trabajar para que se respeten en la práctica real.

**La capacidad de elegir:**

- Siempre que las capacidades lo permitan, la persona tiene derecho a decidir.
- Favorece el bienestar, el concepto de uno mismo y la autoestima.
- El profesional debe promover la iniciativa y la toma de decisiones del usuario y respetarlas.

- Capacidades que intervienen en la toma de decisiones:**
- Cognitivas.
  - De comprensión.
  - De expresión.
  - De razonamiento.

Muchos usuarios presentan **limitaciones** para poder decidir por ellos mismos:

- A mayor autonomía, mayor capacidad para tomar decisiones.
- Si la autonomía es menor, esta capacidad también se ve limitada.

**Entorno familiar y social**

- Familia.
- Amigos, vecinos y otros entornos cercanos.
- Profesionales de atención directa.
- Medios de comunicación.
- La sociedad entendida en su conjunto.

- Conceptos importantes sobre el entorno social:**
- Socialización.
  - Atención temprana.
  - Red social.
  - Estimulación.
  - Apoyo psicosocial.
  - Asociaciones.

**Tiene una gran influencia sobre la persona en situación de dependencia.** Se tendrá en cuenta en:

- La valoración del usuario.
- La intervención con respecto al usuario.
- El entorno como objeto mismo de la intervención.


**Test de repaso**

1. Sobre la prevención de la dependencia es correcto afirmar que:
  - a) Se caracteriza por actuar en momentos de crisis o situaciones agudas.
  - b) Es importante actuar sobre los factores de riesgo.
  - c) Cuanto más tarde se detecte la situación de dependencia, mejor.
  - d) Ninguna de las anteriores es correcta.
2. Prevención incluye:
  - a) Programas de promoción de hábitos de vida saludables.
  - b) Actuar sobre los factores de riesgo.
  - c) La existencia de una adecuada coordinación socio-sanitaria.
  - d) Todas las anteriores son correctas.
3. Trabajar para promover una adecuada alimentación y ejercicio se incluye dentro de:
  - a) Los programas de prevención de accidentes.
  - b) Los programas para la detección precoz de enfermedades cardiovasculares.
  - c) Los programas de promoción de hábitos de vida saludables.
  - d) Los programas para la detección precoz de procesos neoplásicos.
4. Indica cuál de estas afirmaciones es falsa:
  - a) El respeto a las decisiones del usuario supone importantes beneficios para su autoestima.
  - b) Los profesionales deben consultar las preferencias de los usuarios en la medida de lo posible.
  - c) Muchos de los usuarios tienen ciertas limitaciones en cuanto a la capacidad para tomar decisiones; para este grupo la capacidad de decidir deja de ser un derecho.
  - d) Siempre que las facultades lo permitan, las personas tienen derecho a decidir.
5. Son ejemplos de entorno social:
  - a) Los espacios de la calle por donde pasea el usuario y el hogar.
  - b) Los espacios de la calle, del hogar y las personas cercanas al usuario.
  - c) La familia, los vecinos, los profesionales de atención directa y los medios de comunicación.
  - d) Los del apartado c) excepto los medios de comunicación, pues no están formados por personas cercanas al usuario.
6. El proceso por el que las personas aprenden los conceptos, normas y valores gracias a la interacción con otras personas del entorno, interiorizándolos, se denomina:
  - a) Socialización.
  - b) Estimulación.
  - c) Atención temprana.
  - d) Sobreprotección.
7. Sobre la atención temprana es correcto afirmar que:
  - a) Se trata de estimular al usuario en horas tempranas del día, ya que es cuando tiene mayor activación y capacidad para recibir estímulos.
  - b) Consiste en estimular adecuadamente a la persona que padece una enfermedad o discapacidad en cuanto se detecta el problema (de ahí lo de «temprana», porque actúa en los inicios de su desarrollo).
  - c) Hace referencia a la importancia de la estimulación en los primeros años de vida, pues el cerebro en este periodo de la vida tiene una gran capacidad de aprendizaje.
  - d) Ninguna de las anteriores es correcta.
8. Hablar de un modelo de atención biopsicosocial significa:
  - a) Contemplar las múltiples necesidades del usuario (físicas, psíquicas y sociales).
  - b) Considerar que todas ellas son importantes y que son interdependientes. La persona es la suma de todas ellas.
  - c) Atender a la persona desde una perspectiva integral.
  - d) Todas son correctas.
9. Sobre las necesidades de las personas es falso afirmar que:
  - a) Las personas tenemos múltiples necesidades.
  - b) Las necesidades físicas son prioritarias, por lo que las de tipo psicosocial tienen menos importancia.
  - c) Las necesidades de la persona no deben entenderse por separado, pues influyen unas sobre otras.
  - d) Para que la persona se sienta realmente plena, deben ser atendidas todas sus necesidades.

**Soluciones:** 1b, 2d, 3c, 4c, 5c, 6a, 7c, 8d, 9b.

## Comprueba tu aprendizaje

### Identificar los indicadores generales de la pérdida de autonomía.

1. Completa en tu cuaderno los términos que faltan con la palabra correcta:  
«Los indicadores de la pérdida de autonomía ayudarán a determinar y valorar el estado de ..... de una persona. Son herramientas útiles de cara a la ..... de la autonomía/dependencia de una persona. Conocer los indicadores de la pérdida de autonomía ayudará a una eficaz actuación ....., pues facilitará su reconocimiento con grandes posibilidades de actuar a tiempo. De este modo, estos indicadores serán como ..... de alarma».
2. Busca una escala de valoración de la dependencia/ autonomía y copia en tu cuaderno los ítems que esta evalúa para determinar el grado de dependencia (indicadores). Por ejemplo, la escala de incapacidad de la Cruz Roja o el Índice de Barthel.

### Argumentar la importancia de la prevención para retrasar las situaciones de dependencia.

3. En la Tabla 2.3 de la unidad, sobre medidas para prevenir la pérdida de autonomía en las personas mayores, se encuentra el concepto «prevención del uso inadecuado de los medicamentos». Anota en tu cuaderno recomendaciones dirigidas a las personas mayores y sus familiares sobre el uso adecuado de los medicamentos (por ejemplo: «La decisión de tomar un medicamento debe ser siempre del profesional médico correspondiente»). Incluye: cómo almacenar los medicamentos; cómo organizarlos; cómo debe organizarse una persona mayor que toma muchas pastillas al día, si es necesaria la supervisión de otra persona, etc.
4. Has visto en la unidad que uno de los contenidos de los programas para la promoción de la salud y prevención de la dependencia hace referencia a la prevención de las enfermedades infectocontagiosas. En esta actividad vas a realizar un estudio de la gripe A (la población de la tercera edad es uno de los colectivos con mayor riesgo de padecerla). Por grupos, haced un mural en el que expliquéis qué es, cuáles son sus síntomas, las formas de transmisión y las recomendaciones para evitar su contagio. Las siguientes páginas pueden ayudarte a encontrar información para realizar la actividad:
  - <http://www.prevencionydependencia.es> (pincha en el enlace «Gripe A»).
  - <http://www.informaciongripea.es>

### Justificar la necesidad de respetar la capacidad de elección de la persona en situación de dependencia.

5. Haz un esquema sobre el apartado: «La capacidad de elegir». Incluye también las respuestas a las siguientes cuestiones:
  - a) ¿Por qué es importante poder elegir para una persona?
  - b) El TAPSD respecto a la capacidad de elegir de los usuarios.
  - c) Capacidades que intervienen en la toma de decisiones.

### Valorar la importancia de la familia y del entorno del sujeto en el mantenimiento de su autonomía personal y su bienestar físico y psicosocial.

6. La sociedad, entendida en su conjunto, se considera como el «entorno social» de las personas en situación de dependencia (y de todos). Se hace referencia a leyes, responsables políticos, etc. Busca normativa referida al colectivo de la discapacidad y otros colectivos en situación de dependencia (a nivel estatal y de la comunidad autónoma correspondiente).
7. Realiza una entrevista a una persona mayor de setenta años, con discapacidad o con alguna enfermedad degenerativa de tu entorno. Reflexiona sobre las respuestas que te dé acerca de su entorno familiar y social cercano. Algunas preguntas que puedes hacerle son:
  - ¿Qué relación tienes con tus familiares?
  - ¿Quiénes son y qué significan para ti en tu vida diaria?
  - ¿Tienes ayudas de tu entorno familiar?
  - ¿Sales mucho de casa?
  - ¿Te relacionas con amigos o vecinos? Si no lo haces, ¿por qué motivo?
 Añade otras preguntas que consideres interesantes. También podéis elaborar entre todos las preguntas en clase y después hacer individualmente la entrevista.

### Entender que las necesidades de las personas han de ser abordadas desde una perspectiva integral.

8. Por parejas, representad en una cartulina la Figura 2.8 que aparece en el apartado 4.1. Tu aportación a la figura será:
  - Plasmar de una forma creativa su contenido (colores y diseño de las formas).
  - Añadir imágenes o dibujos que representen las diferentes necesidades (por ejemplo, una persona comiendo como un ejemplo de necesidad física).
  - Apoyar con una breve explicación qué es una atención integral y el modelo biopsicosocial.

## Práctica final

1. Hemos visto que trabajar para fomentar hábitos de vida saludables contribuye a la prevención de la dependencia (prevención primaria). La obra social de la Caixa desarrolla un programa denominado «Salud y bienestar» dirigido a personas mayores; infórmate en su página web <http://obrasocial.lacaixa.es> (personas mayores-salud y bienestar) y responde:

- ¿Cuáles son los objetivos? ¿Qué programas lo constituyen?
- Cómo se implementa el programa «hábitos del sueño» y qué objetivos tiene.
- Los tres primeros objetivos, temas y líneas de actuación se desarrollan en el programa «Alimentación, vida y cultura». ¿Están relacionados con esos tres objetivos?

2. La Obra Social de la Caixa también lleva a cabo otro programa llamado «El reto de la autonomía» (puedes buscarlo en la misma web de la actividad anterior, pero esta vez pincha en «Personas mayores-El reto de la autonomía»). Responde a las siguientes cuestiones:

- Entre los objetivos del programa se encuentra: «La prevención del deterioro de las personas mayores frágiles y de las afectadas por un proceso de dependencia leve». ¿A qué dos tipos de prevención responde?
- Entre las actividades específicas de este programa está el «Taller de prevención de la dependencia». ¿Dónde se lleva a cabo y qué tipo de ejercicios se desarrollan con los mayores?

3. Entre los contextos sociales de la persona en situación de dependencia se encuentran las asociaciones. Te proponemos que visites, por ejemplo, AFAL contigo ([www.afal.es](http://www.afal.es)), Asociación Nacional de Alzheimer (puedes visitar cualquier otra). Navega por la página de la asociación y comenta después qué funciones cumple con las personas afectadas y sus familiares.

Aquí tienes algunas ideas para realizar la actividad: ¿qué objetivo tiene la asociación?, ¿qué ofrece a la persona afectada?, ¿tiene recursos para sus familiares?, ¿se hace terapia de grupo con los enfermos?, ¿crees que estas asociaciones son positivas desde el punto de vista psicosocial?

4. Entra en la página [www.historiasconalma.com](http://www.historiasconalma.com). Se trata de historias contadas en primera persona por profesionales, familiares y personas enfermas, mayores, discapacitados, etc. Busca la historia de «Julio, de 40 años». Para ello, la página te facilita la búsqueda, eligiendo un perfil, un ámbito de actuación y un grupo. En este caso pincha en «Profesional —atención integral

enfermos avanzados— enfermos». Si pasas el cursor sobre los diferentes vídeos, localizarás el de Julio. Responde:

- En el vídeo cuenta que «además de la unidad de cuidados paliativos, dirijo el equipo de atención psicosocial». ¿Consideras que ese equipo de trabajo está organizado para ofrecer una atención integral? Justifica tu respuesta.
- Reflexiona sobre otro comentario que hace este médico: «El médico no puede eludir su responsabilidad de atender también el mundo emocional del enfermo». ¿Qué opinas sobre lo que dice? ¿Crees que es también una responsabilidad del TAPSD? ¿El TAPSD está formado para atender a las necesidades psicosociales?

5. Piensa en las necesidades que pueden presentar los siguientes casos y agrúpalas en físicas, por un lado, y psicosociales, por otro:

- Joven de quince años (edad escolar) con discapacidad visual total (ceguera).
- Anciana que vive sola y empieza a tener ciertas limitaciones en su autonomía para realizar actividades como bañarse, hacer la comida, ir a la compra sola y pasear (ya no se siente segura).

¿Consideras que todas las necesidades son importantes y deben ser satisfechas en su globalidad? Elige una necesidad que hayas propuesto para uno de los casos; si no se satisface, ¿influye en el resto de necesidades?

6. Uno de los objetivos que se plantean conseguir en la sociedad, y en los contextos sociales particulares en los que puede moverse una persona en situación de dependencia, es sensibilizar al entorno social sobre las necesidades específicas que presentan.

- Por grupos, plantead murales en los que se reflejen estas necesidades (psicosociales). Intentad que transmitan ternura, consideración y comprensión hacia las necesidades de los colectivos específicos. El empleo de imágenes puede ser útil para conseguir este objetivo, así como acompañarlas de frases en las que se expresen dichas necesidades. Por ejemplo, foto de un abuelo abrazándose a su nieto: «La persona mayor sigue necesitando el cariño de su familia»; un discapacitado que no puede subir una escalera: «Hay que luchar por facilitar la accesibilidad; disfrutar del entorno es un derecho de todos».

- Haced una simulación para representar algunas de esas necesidades, planteando dos situaciones contrarias de la misma necesidad (una en la que esté satisfecha la necesidad y otra en la que no).