



ESTIMULEM ELS NOSTRES SENTITS

Hem millorat la qualitat de vida dels usuaris gràcies a
l'estimulació multisensorial

**14ns PREMIS ACRA PER A LA MILLORA DEL BENESTAR I
QUALITAT DE VIDA DE LES PERSONES**

INDEX

INTRODUCCIÓ	2
JUSTIFICACIÓ	3
OBJECTIUS	3
DESTINATARIS	4
RECURSOS NECESSARIS	4
METODOLOGIA	5
JUSTIFICACIÓ DEL MATERIAL	6
RESULTATS	10
CONCLUSIONS	13
DISCUSSIÓ	14
MESURES DE MILLORA	14
ANNEXES	16
BIBLIOGRAFIA	17

INTRODUCCIÓ

L'estimulació neurosensorial consisteix en una intervenció que proporciona estímuls sensorials agradables en un ambient positiu i relaxat als sentits primaris de la vista, audició, tacte, gust i olfacte. Persegueix aconseguir o mantenir un estat de benestar sense necessitat de recórrer a grans exigències atencionals i intel·lectuals, i a majors processos cognitius com la memòria (Chung, Lang). El concepte d'estimulació sensorial prové de la paraula "snoezelen", que és la unió de dos termes holandesos que signifiquen "impregnar-se" i "somiar".

Les **sensacions** són la font principal de coneixement sobre el món exterior i el nostre propi organisme (Lázaro, 2000). La **percepció** (Luria, 1984) constitueix un procés molt més complex. És el reflex d'objecte o situacions complertes. El procés perceptiu sorgeix com a resultat d'una complexa labor analítica-sintètica que és defineix pels següents aspectes:

- a) Està sempre inserits els components motors.
- b) Es troba estretament vinculat a l'activació de les pautes de l'experiència anterior del subjecte.
- c) No s'efectua mai a nivell elemental donat que en la seva estructura hi ha sempre el nivell superior de l'activitat psíquica i, en particular, el llenguatge.

El concepte de les **sales multisensorials** o sales *snoezelen* neix a Holanda a mitjans dels 70 com iniciativa per estimular persones amb discapacitats per tal que desenvolupessin habilitats vitals i bàsiques de comunicació. Es tracta d'un espai físic i interactiu amb uns elements determinats en el que es pot treballar d'una manera diferent els sentits, que són la porta principal que tenim per comunicar-nos amb l'entorn, rebre informació, analitzar-la i poder interactuar.

Amb aquest projecte, a més, volem demostrar la possibilitat de crear una sala multisensorial de forma eficient, amb una mínima inversió i la màxima eficàcia. Això serà possible gràcies a la formació, implicació i motivació del personal, així com a la creació de material propi (tipus rajoles tàctils) a partir d'uns recursos disponibles limitats.

JUSTIFICACIÓ

L'estimulació sensorial és una alternativa per poder facilitar una major qualitat de vida a persones que mostren dificultats per a relacionar-se amb l'entorn, mostrant agitació conductual i dificultats per expressar emocions.

La nostra línia de treball està centrada en millorar i potenciar les capacitats dels usuaris. En aquest cas, la necessitat d'oferir una atenció específica per millorar les següents capacitats:

- Interaccionar, rebre i transmetre informació, elaborar-la i projectar-la.
- Comunicar-se i interaccionar amb l'entorn.

Així com la necessitat d'atenció individualitzada en usuaris amb demència severa, ja que mantenen molt poques funcions cognitives preservades.

OBJECTIUS

Objectiu Principal

- Aplicació de la teràpia d'estimulació multisensorial per oferir un millor benestar i una major qualitat de vida a les persones afectades de demència avançada o amb dèficits sensorials.

Objectius Específics

- Promoure la interacció i la comunicació.
- Augmentar els comportaments positius.
- Promoure un estat d'ànim i afectes positius.
- Estimular/augmentar l'atenció amb estímuls agradables.

DESTINATARIS

Usuaris amb deteriorament cognitiu greu (GDS-R = 6-7), dèficits sensorials (auditiu o visual), dificultats de comunicació greu (inhibició conductual, afàsia, hipoacúcia) o falta de relació amb l'entorn.

Com a mínim, els usuaris han de complir un d'aquests criteris d'inclusió, però es pot donar el cas en que compleixin 2 o més criteris.

RECURSOS NECESSARIS

És habitual que la creació d'aquestes aules multisensorials suposi una gran inversió econòmica i fa que molts centres rebutgin aquestes teràpies.

Al nostre centre hem volgut demostrar, a més a més de la millora en la qualitat de vida de l'usuari que participa en aquest tipus de teràpies, que és possible la implementació d'una aula multisensorial sense necessitat d'una gran inversió. El material mínim inicial ha estat:

- ✓ **Estimulació visual:** columna de bombolles, fibres òptiques, bombeta de llum negra, conjunt de motricitat global per la llum negra, bombolles de sabó, teatre d'ombres, cel estelat.
- ✓ **Estimulació olfactiva:** difusor d'aromes, conjunt d'aromes.
- ✓ **Estimulació tàctil:** rajoles tàctils (tèxtils, cadenes, boles, arestes...), serp vibratòria, pin art.
- ✓ **Estimulació auditiva:** CDs amb música, maraques, bastó espiral, campaneta.
- ✓ **Pulsioxímetre.**
- ✓ **Personal adequat** (educadora social i/o psicòloga).

METODOLOGIA

Les sessions seran dirigides per l'educadora social i la psicòloga del centre. Seran individuals i setmanals, amb una duració aproximada de 30 minuts. El nombre de sessions per usuari queda determinat per l'evolució de l'usuari i la seva resposta davant de cada sessió i al llarg del temps, avaluant els canvis de comportament, ansietat i anímics.

Per portar a terme les sessions es seguirà aquest procediment:

1. Explicació a l'usuari de a on va i per a què. Registre de paràmetres fisiològics (saturació d'oxigen i pols).
2. Aplicació d'una o dues modalitats sensorials diferents, que persegueixen efectes conductuals diferents. Registre de les respostes a cada una d'elles. Durant la sessió s'utilitzarà música ambiental, segons l'objectiu que es busqui d'activació o relaxació (música relaxant o estimulants). Així mateix, s'utilitzarà un aroma de fons que podrà tenir notes excitants o relaxants, també segons l'objectiu de la sessió. Sempre tenint en compte les preferències i gustos de l'usuari.
3. Després de la sessió: registre de paràmetres fisiològics (saturació d'oxigen i pols) i conductuals (conducta disruptiva, nivell atencional, benestar emocional, nivell de comunicació, nivell de relaxació...). valoració global de la sessió i observacions.

Tot aquest procediment es registrarà a un document creat específicament per aquest motiu i codificat com a R-ID-8 "Control d'activitats aula multisensorial" (annex 1).

Tipus d'estudi

El treball es planteja com un treball TRANSVERSAL DESCRIPTIU RETROSPECTIU, amb l'objectiu d'estudiar l'impacte del treball d'estimulació multisensorial en els usuaris ingressats en el Centre a estudi, durant l'any 2016.

Criteris d'inclusió i exclusió

Els criteris d'inclusió seran el ser usuari del Centre a estudi, haver estat ingressat durant el període des d'1 de gener de 2016 a 31 d'agost de 2016 en el centre, tenir un GDS-R = 6-7 juntament amb algun tipus de dèficit sensorial, dificultat de comunicació greu o falta de relació amb l'entorn. Els criteris d'exclusió de la mostra seran usuaris que tot ingressats durant el període des d'1 de gener de 2016 a 31 d'agost de 2016, no presentin un deteriorament greu (GDS-R = 6-7).

Font de dades

Les dades seran extretes del registre R-ID-8 "Control d'activitats aula multisensorial", utilitzat en el Centre a estudi com a eina de referència en la gestió dels usuaris.

Ètica

Per a l'estudi no s'ha considerat necessari la sol·licitud de cap permís o autorització explícita dels usuaris. S'ha sol·licitat autorització per part de la Direcció del Centre per a l'ús de les dades recollides.

JUSTIFICACIÓ DEL MATERIAL

❖ ESTIMULACIÓ TÀCTIL

- ✓ **Serp vibratòria, Pin Art, Rajoles tàctils:** representen diferents textures, colors formes i materials. Ofereixen múltiples experiències tàctils que permeten la comparació entre materials (dur/tou, rodó/angular, rugós/lis, fred/calent...).
- Objectius:
 - Estimulació de la discriminació tàctil.
 - Estimulació de sensacions agradables-desagradables-neutres.
 - Estimulació de la comunicació sobre les sensacions.
 - Estimular la motricitat fina i global.

- Percepció de l'esquema corporal.

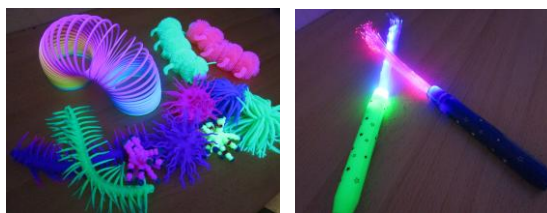


❖ ESTIMULACIÓ TÀCTIL + VISUAL

- ✓ **Fibres òptiques, Boles i Cucs:** les fibres són suaus i segures i emeten un efecte visual intens amb il·luminació que va canviant lentament de color de forma cíclica. Les boles i cucs són objectes que s'il·luminen de manera especial amb la llum negra.

- Objectius:

- Afavorir la relaxació.
- Afavorir la fixació i seguiment visual.
- Estimular les sensacions tàctils a través de la pell, el moviment i la seva manipulació.
- Estimulació visual per contrast: fixació, seguiment, discriminació d'objectes.
- Estimular sensacions visuals i tàctils.

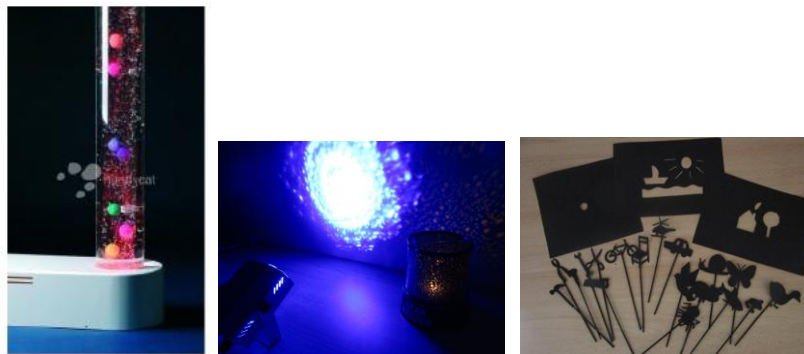


❖ ESTIMULACIÓ VISUAL

- ✓ **Anelles i barres, Bombolles de sabó, Columna de bombolles, Moll, Teatre d'ombres, Cel estelat:** en general, són també objectes que s'il·luminen amb llum

negra. La columna és una de les més avançades en qualitats visuals, tant amb capacitat terapèutica com lúdica.

- Objectius:
 - Afavorir la reacció visual davant l'estímul.
 - Afavorir la fixació de l'atenció a l'estímul.
 - Estimular el seguiment visual de l'estímul.
 - Afavorir la relaxació visual.
 - Afavorir la coordinació visomotriu.
 - Interacció i comunicació entre el terapeuta i l'usuari.
 - Estimular l'autonomia i la creativitat.

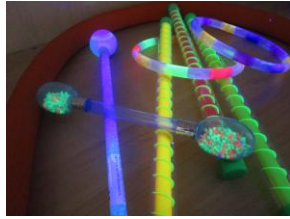


❖ ESTIMULACIÓ VISUAL + AUDITIU

✓ **Maraques i bastó espiral, Projecció d'imatges i música:** combinació d'objectes que es poden il·luminar amb llum negra i, a més, fan sorolls. Quan es posa la música de fons, amb o sense projecció d'imatges, aquesta es tria segons la història de vida de l'usuari en base a les seves preferències i gustos.

- Objectius:
 - Afavorir estats de relaxació, concentració.

- Afavorir la sensació de benestar i seguretat mitjançant l'associació d'estímul auditiu i olfatiu.



❖ ESTIMULACIÓ AUDITIVA

- ✓ **Campaneta:** estímul auditiu molt concret i puntual.

- Objectius:

- Afavorir la coordinació espacial.
- Estimular l'atenció.
- Afavorir la reacció auditiva.



❖ ESTIMULACIÓ OLFACTIVA

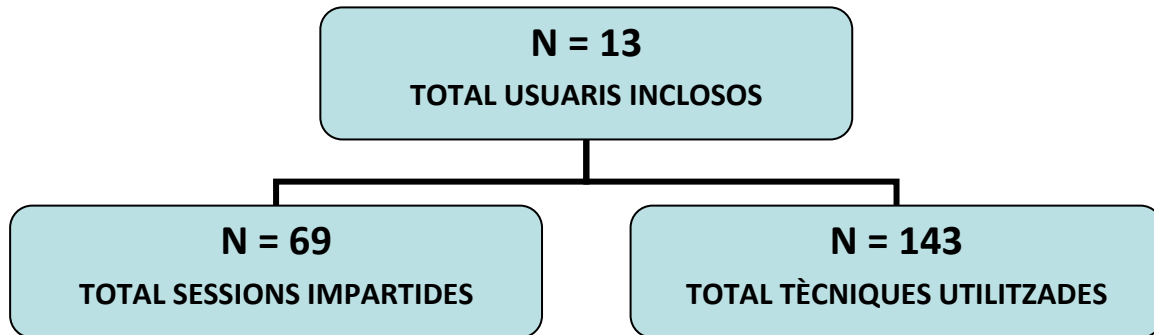
- ✓ **Difusor d'aromes:** contribueix a crear un ambient de benestar i a estimular tots els sentits. Els aromes més utilitzats en les nostres teràpies són *Lavanda* com a relaxant i el *Gerani* com a estimulants i activadors. Aquesta teràpia es fa servir sempre de fons, juntament amb una o dues tècniques més en funció del que es vol treballar amb l'usuari.

- Objectius:

- Afavorir un estat d'activació o relaxació.
- Afavorir la identificació olfactiva.

RESULTATS

Durant l'elaboració del treball s'ha tingut en compte la mostra a partir dels criteris d'inclusió i exclusió abans detallats.



El perfil d'usuari inclòs en el programa d'estimulació multisensorial ha estat vinculat als criteris d'inclusió/exclusió ja detallats, on s'ha prioritzat els usuaris amb deteriorament cognitiu greu (GDS-R = 6-7), a més de que es pogués donar algun altre criteri paral·lelament; tal i com es pot veure a la taula resum nº1.

No s'ha tingut en compte el sexe ni l'edat.

Dins d'aquest perfil d'usuari es buscava al que estigués més apàtic, per tal d'estimular-lo i fer-lo connectar i interactuar amb el seu entorn.

A partir d'aquesta mostra, s'han elaborat els resultats que es resumeixen en tres apartats, per tal de valorar l'eficàcia de la sessió en general:

- 1.- Respostes psicofisiològiques
- 2.- Valoració de les sessions
- 3.- Respostes conductuals

Aquests resultats queden resumits a la taula 1.

Estimulem els nostres sentits

TAULA 1: RESUM DELS RESULTATS											
TAULA GENERAL D'USUARIS N = 13				TAULA GENERAL DE SESSIONS N = 69							
SEXE	N	%		SEXE	N	%					
Homes	9	69,23		Homes	39	56,52					
Dones	4	30,77		Dones	30	43,48					
CRITERIS D'INCLUSIÓ				TIPUS D'APARELL							
<i>DETERIORAMENT COGNITIU</i>				<i>TÀCTIL</i>							
GDS-R = 6	8	61,54		Serp vibratòria	10	6,99					
GDS-R = 7	4	30,76		Pin art	10	6,99					
No valorable	1	7,7		Rajoles tàctils	14	9,79					
<i>DÈFICIT SENSORIAL</i>				<i>TÀCTIL + VISUAL</i>							
Visual	0	0		Fibra òptica	11	7,70					
Auditiu	1	7,7		Boles i cucs	16	11,20					
<i>DIFICULTATS DE COMUNICACIÓ</i>				<i>VISUAL</i>							
Inhibició conductual	1	7,7		Anelles i barres	4	2,80					
Afàsia	3	23,08		Bombolles de sabó	4	2,80					
Hipoacúsia	1	7,7		Columna de bombolles	15	10,50					
<i>FALTA DE RELACIÓ AMB L'ENTORN</i>				<i>VISUAL + AUDITIU</i>							
	1	7,7		Maraques i bastó espiral	8	5,59					
				Projecció imatges i música	32	22,37					
				<i>AUDITIU</i>							
				Campaneta	7	4,89					
RESPOSTES PSICOFISIOLÒGIQUES				143 / 100%							
				+ al fi sessió	- al fi sessió	= al fi sessió					
Saturació oxigen				66 / 46%	44 / 31%	34 / 23%					
Pols				78 / 55%	46 / 32%	19 / 13%					
VALORACIÓ DE LA SESSIÓ				143							
Positiva				92	64,33						
Negativa				16	11,19						
Sense Efecte				35	24,48						
RESPOSTES CONDUCTUALS				Al inici sessió				Al fi de la sessió			
				0	1	2	3	0	1	2	3
Nivell de motivació				5	34	26	4	4	19	38	8
Nivell d'atenció				3	34	26	6	3	11	38	17
Benestar emocional				1	31	35	2	1	9	52	7
Grau de relaxació				3	28	34	4	1	15	46	7
Nivell de comunicació				4	36	24	5	2	11	39	17
Total				16	163	145	21	11	65	213	56
				345				345			
EDAT MITJA: 84,3 anys											

Els resultats des del punt de vista quantitatiu queden resumits a continuació, per ordre d'importància en quan a la millora del benestar i la qualitat de vida de l'usuari:

1.- Respostes Conductuals

En quant a les respostes conductuals, s'ha tingut en compte 5 aspectes que es valoren del 0 al 3 (sent 3 la màxima puntuació) tant a l'inici de la sessió com a la finalització.

- A nivell de motivació es veu una millora al finalitzar la sessió, predominant una puntuació de 2, respecte al predomini de 1 al inici de la sessió.
- Pel que fa al nivell d'atenció, al igual que en l'apartat anterior, hi ha predomini de puntuació 2 al finalitzar respecte a una puntuació d'1 al inici.
- En relació al benestar emocional, la puntuació més predominant és de 2, però tant a l'inici com al final de la sessió. En aquest cas, la diferenciació la trobem en la gran reducció de valor 1 per passar a valor 2 al final de la sessió, quant a l'inici estaven més equiparat els valors.
- Referent al grau de relaxació, s'observa un lleuger augment de casos en que augmenta el grau de relaxació al finalitzar la sessió.
- En quant a nivell de comunicació, els valors a l'inici de la sessió són predominantment de valor 1, en canvi, s'inverteix al finalitzar la sessió, amb un predomini de valor 2.

Tot i que en general tots els aspectes es mouen entre valors d'1 i 2, cal destacar els augments considerables a valor 3 en el cas del nivell d'atenció i el nivell de comunicació a la finalització de les sessions.

2.- Valoració de les Sessions

De les 143 tècniques realitzades durant el temps d'estudi, un 64,33% va obtenir una valoració molt positiva, en contra d'un 11,19% on la valoració va ser negativa.

El principal motiu pel qual la valoració va ser negativa és que l'usuari estigués neguitós, desorientat, intranquil, enfadat, sense interès o amb signes de tristesa, que ens feia finalitzar la

sessió abans de temps. En moltes ocasions es va detectar que aquest estat de l'usuari venia relacionat amb alguna mena de canvi en les últimes hores/dies (canvi de planta o d'habitació, canvi del company d'habitació, canvi de tractament mèdic...).

Per altra part, ens trobem un 24,48% de sessions en les que no s'ha observat cap canvi en l'usuari, sense evidències d'un efecte positiu o negatiu.

3.- Respostes Psicofisiològiques

Quant a la saturació d'oxigen, amb un 46%, és majoritari l'augment de la saturació al finalitzar la sessió. El percentatge és inferior i amb un marge més estret entre la disminució de la saturació (31%) i la no variació del valor al final de la sessió respecte a l'inici (23%).

Si fem referència als pols, també hi ha un clar predomini d'usuaris que augmenten el valor a la finalització de la sessió (55%), respecte als que presenten una disminució del valor (32%), sent sempre valors que estan dintre dels marges de referència. En aquest cas, és mínim el nombre de sessions que no generen variació del valor (13%).

CONCLUSIONS

Les respostes conductuals (nivell de motivació, d'atenció i de comunicació, benestar emocional i grau de relaxació) milloren al finalitzar la sessió, destacant el nivell d'atenció i el grau de relaxació que milloren fins a la puntuació màxima amb diferència. Al inici de les sessions predomina un valor 1 (163 casos), versus al valor 2 predominant de manera molt destacable al finalitzar les sessions (213 casos).

La valoració general de la sessió és clarament positiva.

Tant la saturació d'oxigen com el pols augmenten al finalitzar la sessió de treball, fent que l'usuari estigui més actiu, animat i interaccionant amb l'entorn, però sense arribar a un estat ansiós ni d'agitació; complint d'aquesta manera amb l'objectiu principal marcat.

DISCUSSIÓ

Després de l'estudi realitzat, podem concloure que el perfil d'usuari descrit i seleccionat és adequat per treballar l'estimulació multisensorial.

Segons l'aparell amb el que es treballava a la sessió (formes d'animals, ombres, música...) es despertaven records de joventut, treballs als que es dedicaven, professió, la guerra, familiars i amics...

Partint de la base de l'objectiu inicial marcat, també podem concloure que el programa d'estimulació multisensorial ha aconseguit una major estimulació i interacció amb l'entorn del propi usuari, aconseguint comportaments positius i un millor estat d'ànim, millorant, en definitiva, la seva qualitat de vida.

També hem pogut demostrar que amb pocs recursos es pot implementar una aula d'estimulació multisensorial, obrint les portes a que altres centres on encara no es porta a terme, s'animin i, així, poder arribar i beneficiar al màxim nombre d'usuaris possibles.

MESURES DE MILLORA

A partir dels resultats de l'estudi i la seva valoració per part de l'equip del centre, s'han pres un conjunt de mesures amb l'objectiu de poder augmentar el nombre d'usuaris inclosos al programa d'estimulació multisensorial:

- Ampliació de l'aula d'estimulació multisensorial.
- Adquisició de més materials per treballar, així com aparells i materials nous.
- Creació pròpia de nou material de treball, com la manta d'estimulació per adults (és un tema molt treballat en nens, però no es troba gaire cosa per adults).



- Augment dels dies setmanals per fer les sessions.
- Continuar i ampliar la formació dels treballadors que dirigeixen les sessions de treball.
- Col·laboració amb SensoryUp, per tal de compartir el protocol d'Intervenció Educativa en Aules Multisensorials, dissenyat per l'equip del Dr. Alfonso Lázaro, així com la utilització de l'Escala de Valoració Communi-Care, desenvolupada per l'equip del Dr. Manuel Sánchez.

L'objectiu és substituir el nostre registre intern (R-ID-8) per l'escala Communi-Care, amb la intenció de compartir les dades a nivell estatal i poder així fer estudis, gràfiques, comparatives.

ANNEXES

Annex 1. R-ID-8. Control d'Activitats Aula Multisensorial.

R-ID-8

CONTROL D' ACTIVITATS AULA MULTISENSORIAL

NOM: DATA:

APARELL	Ordre	Durada	Expressió facial (riure/somriure)	Vocalitzacions (plaer/displaer)	Fixació visual (rostre/objecte/ seguiment)	Durada interacció	Resposta motora	Observacions
SERP VIBRATÒRIA (tàctil)								
PIN ART i SERP VIBRATÒRIA (tàctil)								
RAJOLS TÀCTILS (tàctil)								
FIBRA ÒPTICA (tàctil+visual)								
BOLES i CUCS (tàctil+visual)								
ANELLES i BARRES (visual)								
BOMBOLLES DE SABÓ (visual)								
COLUMNA BOMBOLLES (visual)								
MOLL (visual)								
MARAQUES I BASTÓ ESPIRAL (visual+auditiu)								
CEL ESTELAT (Visual)								

RESPOSTES PSICOFISIOLÒGIQUES	Inici sessió	Fi sessió
Puls		
Saturació oxigen		

**VALORACIÓ GLOBAL
DE LA SESSIÓ**

Negativa	
Positiva	
Sense efecte	

RESPOSTES CONDUCTUALS	Inici de la sessió	Fi de la sessió
Nivell de motivació	0 1 2 3	0 1 2 3
Nivell d'atenció	0 1 2 3	0 1 2 3
Benestar emocional	0 1 2 3	0 1 2 3
Grau de relaxació	0 1 2 3	0 1 2 3
Nivell de comunicació	0 1 2 3	0 1 2 3

BIBLIOGRAFIA

1. Chung, J.C.C., Lai, C.K.Y., Chung, P.M.B., French, H.P. "*Snoezelen para la demencia*" (Revisió Cochrane traduïda). A: Biblioteca Cochrane Plus, 2007 Número 1. Oxford: Update Software Ltd. Disponible a <http://www.update-software.com>. (traduïda de The Cochrane Library, 2007 Issue 1. Chichester, UK: John Wiley & Sons Ltd).
2. Lázaro, A. (2000): "*Nuevas experiències en educació psicomotriz*". Saragossa: Mira Editors.
3. Luria, A.R. (1984): "*Sensación y percepción*". Barcelona: Martínez Roca. 3a edició.