

# SNOEZELEN DIY

# ÍNDEX

INTRODUCCIÓ .....	3
OBJECTIUS .....	8
METODOLOGIA .....	9
RESULTATS.....	15
CONCLUSIONS.....	20
BIBLIOGRAFIA .....	21

## INTRODUCCIÓ

Actualment, dins l'atenció als pacients geriàtrics, un alt percentatge presenta un perfil d'alta dependència que els dificulta la interacció amb l'entorn més immediat, presentant risc d'aïllament social. Són residents amb un deteriorament cognitiu greu que presenten dificultats i alteracions en les diferents àrees cognitives com són les capacitats amnèsiques (memòria de treball, memòria biogràfica, memòria de fixació, memòria a curt i a llarg termini), en l'atenció-concentració, en la percepció, el llenguatge, l'orientació, les funcions executives, entre d'altres. També, en alguns casos presenten simptomatologia ansioso-depressiva i/o trastorns conductuals, com són l'apatia, agressivitat, deliris, al·lucinacions, ansietat, labilitat i irritabilitat. Per aquesta raó sorgeix la necessitat de realitzar una intervenció més individual i personalitzada tenint en compte les necessitats particulars de cada persona, incidint en les àrees més bàsiques i sensorials d'aquesta, a través de l'estimulació multisensorial, detectant la necessitat de crear un espai adient, concretament una sala Snoezelen.

L'estimulació multisensorial consisteix en estimular els diferents sentits de la persona i es va començar a portar a terme en persones grans i amb algun tipus de demència en centre sanitaris cap als anys seixanta del segle passat.

Pel que fa al concepte *Snoezelen*, es va definir a finals del 1970 per dos terapeutes holandesos J. Hulsegge i A. Verheul, que treballaven a l'Institut De Hartengerg a Holanda, un centre per a persones amb discapacitat intel·lectual. El terme "Snoezelen" el formen dues paraules, d'una banda *Snoffelen* (impregnar-se/olorar), fent referència a l'exploració a través dels sentits i d'altra banda *Doezelen* (somiar), fent referència a la relaxació i al descans. Per tant, Snoezelen és el benestar a través de l'exploració sensorial.

Algunes de les definicions que mostren en la seva obra J.Hulsegge i A.Verheul (1987) Són les següents:

- “Snoezelen és una oferta selectiva d’estímul primaris en un ambient atractiu.”
- “Snoezelen és una activació primària de persones amb una greu discapacitat, proporcionant especialment percepció i experiències sensorials, mitjançant llums, sons, tacte, olor i gust.”
- “Snoezelen és la creació d’experiències autèntiques per a aquells que són diferents.”

El concepte snoezelen té com a finalitat oferir unes experiències sensorials agradables estimulants els sentits primaris, sense necessitat d’una activitat intel·lectual i en una atmosfera de confiança i relaxació (Burns i cols, 1999).

Aquesta atmosfera agradable es pot crear a través d’una habitació especialment habilitada per aquest propòsit, on hi haurà d’haver diferents estímuls i aparells que permetin gaudir d’experiències satisfactòries.

Els autors del concepte Snoezelen, indiquen les bases que s’han de tenir en compte a l’hora de planificar i desenvolupar un ús òptim de l’espai Snoezelen, algunes de les indicacions són les següents (J.Hulsegge i A.Verheul, 1987):

- *Crear una atmosfera agradable:* En primer lloc la il·luminació ha de ser tènue i suau, així com el so (música) i la veu han de ser suaus i tranquil·les. En segon lloc, la persona ha d’estar còmoda, és a dir, haurà d’estar en posició còmoda i agradable, per tant hi haurà d’haver mobles que permetin estirar-se o seure. En tercer lloc, també cal tenir en compte el llenguatge del propi cos per tal de tenir una actitud relaxada i d’acompanyament.

- *L'oportunitat de poder triar:* S'han de tenir en compte els desitjos i preferències de la persona. Quins estímuls prefereix, el ritme d'estimulació o presentació dels estímuls, és a dir una atenció centrada en la persona.
- *Una oferta selectiva d'estímuls:* És important en l'espai Snoezelen, seleccionar els estímuls de manera que la persona els pugui percebre i processar adequadament, sense que hi hagi una sobresaturació.
- *Una actitud correcta del personal que desenvolupa la sessió:* Cal que el personal que porta a terme les sessions, es conegui a sí mateix, entengui les seves reaccions i sentiments en vers les reaccions i comportaments de la persona amb qui s'està duent a terme una intervenció.

Trobem nombroses i diferents investigacions i publicacions pel que fa als efectes de l'estimulació en un espai Snoezelen, en relació a diferents grups de població: persones amb discapacitat intel·lectual i problemes d'aprenentatge, persones amb malaltia mental, persones grans, persones amb dolor crònic, nens i nenes amb paràlisi cerebral, entre d'altres. Concretament les publicacions esmentades a continuació, fan referència als estudis realitzats en mostres de persones de la tercera edat:

- *Lancioni i cols. (2002)* realitzen un article en que porten a terme una revisió dels vint-i-un estudis realitzats fins a aquell moment sobre la intervenció snoezelen en persones amb demència i discapacitat intel·lectual. Dels quals van extreure que catorze estudis mostraven afectes positius després de la sessió Snoezelen. Quatre estudis mostren que hi ha un afecte favorable immediat, després de la sessió Snoezelen. Dos estudis evidencien que hi ha efectes positius de la sessió Snoezelen a llarg termini.
- *Van Weert i cols. (2005)* observen l'efecte que la intervenció Snoezelen a les vint-i-quatre hores, té en les persones que viuen en centres

residencials. La mostra era de cent vint-i-cinc persones amb demència severa i alta dependència. Els espais del centre es van dissenyar per la intervenció i es va formar el personal del centre. Els resultats del treball, mostren uns afectes significatius pel que fa a la conducta dels residents, ja que es va observar una disminució de conductes disruptives, com és l'agressivitat i la irritabilitat, així com també una disminució de l'apatia i la simptomatologia ansioso-depressiva.

- *Moffat i cols. (1993)*, porten a terme un treball amb persones grans amb demència, on analitzen l'efecte Snoezelen en vint persones. Es comparen dades prèvies de les sessions i observen que es produeix un increment del benestar i de l'interès en períodes breus de temps, després de les sessions Snoezelen.
- *Moriarty. (2002)*, publica un article de pràctiques innovadores, on fa menció del treball Snoezelen com una de les pràctiques innovadores per donar resposta a les persones amb demència. En aquest article es fa referència a una residència de gent gran del nord d'Anglaterra que atén a persones amb demència, en la qual es va crear una unitat anomenada "The Ruskin Unit", on es troba una sala Snoezelen. En l'article s'explica el cas d'una dona de setanta anys amb Alzheimer i alteració de conducta. Feien sessions amb ella diàriament durant divuit mesos. Van observar que la sala Snoezelen li proporcionava benestar i relaxació, així com una disminució significativa de les alteracions de conducta.

Per tant, tenint en compte tot l'esmentat anteriorment es decideix proporcionar i oferir una sala Snoezelen als residents del nostre centre.

Volem posar de relleu que la innovació de l'experiència que aquí presentem és l'autorealització de la sala Snoezelen, tal i com indica el títol "SNOEZELEN DIY". El terme "DIY" prové de l'anglès "Do It Yourself" i es tradueix com a "Fes-t'ho tu mateix". El disseny i la creació per nosaltres d'aquesta sala ha estat

fruit de voler personalitzar-la, gaudint de l'experiència, adaptant-nos a la situació actual que limita els recursos i sobretot tenint en compte les necessitats de les persones que resideixen al nostre centre. Per tant, aquest treball vol explicar l'experiència de crear una sala Snoezelen amb molta il·lusió per part de l'equip assistencial.

## OBJECTIUS

Ens plantegem diferents objectius, un de general i quatre d'específics.

L'objectiu general del present treball és:

- Proporcionar un espai als residents del centre, per poder realitzar estimulació multisensorial.

Els objectius específics que ens plantegem són els següents:

- Conèixer els residents en totes les àrees sensorials
- Conèixer la seva història de vida
- Aconseguir i proporcionar estímuls significatius
- Valorar canvis en les constants entre l'inici i el final de la sessió



## METODOLOGIA

El present projecte s'ha portat a terme en una residència de gent gran, pública amb gestió privada, amb un total de 52 places residencials i 15 places de centre de dia. Pel que fa als residents que formen part de la mostra escollida per l'estimulació multisensorial, són un total de 11, els quals presenten un deteriorament cognitiu greu (GDS 6), segons l'Escala de Deteriorament Global (GDS Reisberg). Dels quals 7 presenten la malaltia d'Alzheimer, 3 demència vascular i 1 demència vascular amb deliri.

Fent referència a les variables que s'han tingut en compte en el projecte són d'una banda les variables de salut com la freqüència cardíaca (FC), i la tensió arterial (TA) totes elles, constants que s'han obtingut de cada un dels residents, abans i després de cada sessió. D'altra banda el pressupost, és a dir, s'ha fet una comparativa de preus de diferents materials d'estimulació, per tal d'obtenir els més econòmics, tenint en compte les seves funcions i la finalitat de cada un d'ells.

Pel que fa al disseny esmentar que és un estudi descriptiu prospectiu pre -post intervenció, és a dir es basa en la mesura i la comparació de la variable resposta abans i després de l'exposició del subjecte a la intervenció experimental.

Fent al·lusió als materials emprats per portar a terme el present projecte, cal esmentar que es divideixen en dos blocs, d'una banda els utilitzats per remodelar la sala del centre per tal que esdevingui una sala Snoezelen i per l'altre banda els materials utilitzats abans, durant i després de les sessions:

- **Materials utilitzats, per remodelar la sala del centre, per tal que esdevingui una sala Snoezelen:**

En primer lloc, cal esmentar que es van utilitzar tots aquells instruments necessaris per tal que la sala, quedés en condicions per que posteriorment, es pogués posar el material d'estimulació multisensorial. Es van utilitzar materials de bricolatge: pintures (blanca i negra), llimes, broques, claus, fustes i materials per portar a terme instal·lacions elèctriques (endolls, cablejat, llums...). També es van incorporar els següents elements necessaris per a que la sala esdevingués funcional:

- Llit individual
- Quatre calaixeres
- Estanteria
- Equip de música
- Cortines blanques i cortines negres
- Butaca
- Coixins
- Fluorescent UV



- **Materials utilitzats abans, durant i després de les sessions d'estimulació Snoezelen:**

Abans de les sessions s'han utilitzat taules de recollida de dades, durant les valoracions sensorials inicials, per tal de registrar les reaccions dels usuaris davant dels diferents estímuls presentats, aquestes reaccions es divideixen en: auditives, olfactivas, visuals, tàctils, propioceptives i vestibulars. Depenent dels

estímuls presentats, així com també en positives i negatives, depenent de la reacció de la persona davant de l'estímul.

Un altre instrument utilitzat abans de les sessions han estat els qüestionaris amb diferents preguntes d'història de vida que s'han preguntat a familiars dels residents, ja que aquests, a causa del deteriorament cognitiu greu que presenten, no podien respondre personalment. Les respostes a aquestes preguntes, igual com les reaccions observades en les valoracions sensorials inicials, tenen la finalitat de poder dissenyar de forma individualitzada i concreta les sessions a la sala Snoezelen tenint en compte els gustos i preferències de cada resident.

Durant les sessions d'estimulació Snoezelen s'han dissenyat taules de registre, per anotar les constants obtingudes abans i després de les sessions a través d'un tensiòmetre digital (marcaven tensió arterial (TA) i freqüència cardíaca (FC)). A més a més, a través de l'observació directa i amb registre en paper, s'han anotat aquelles reaccions que els usuaris han fet davant dels estímuls presentats a la sala, durant la sessió, és a dir canvis en el seu comportament a nivell verbal o físic.

El material utilitzat durant les sessions d'estimulació de la sala d'Snoezelen son els següents:

- Mirall de paret de 2 x 0'80 m
- Fibra òptica
- Llum de color de LED
- Decoració de manualitats



- Conjunt de capses amb material sensorials una per cada sentit (auditiu, visual, tàctil, olfactiu, gustatiu i propioceptiu)
- Piscina de pilotes petites
- Cortina de colors amb diferents textures

En el mitjà-llarg termini tenim intenció d'incorporar nous elements a la llista anterior per tal de millorar les intervencions durant la sessió d'Snoezelen.

Fent referència als procediments que s'han portat a terme, es poden dividir en dos apartats:

- **Procediments per proporcionar una sala Snoezelen adequada i adient a les necessitats dels residents:**

Fen al·lusió al procés de remodelació de la sala, cal esmentar que va ser un treball conjunt entre la fisioterapeuta i psicòloga del centre amb la col·laboració d'una gerocultora i també del personal de manteniment i dels residents, els quals aprofitant el taller de manualitats han realitzat alguns elements d'estimulació. Ha comportat mesos de treball a la sala per tal de que quedés adequada per poder-hi fer l'estimulació multisensorial. Algunes de les tasques que es van portar a terme van ser les següents:

- Trasllat de material a una altra sala (ja que la sala que s'ha habilitat era destinada a magatzem).
- Pintura de parets i sostre (s'ha fet una part de la sala de color negre per la llum ultraviolada i una altra part de color blanc).
- Visita a un centre on disposaven d'una sala Snoezelen per veure quin és el material emprat, la distribució de la sala i el pressupost emprat.
- Recerca en xarxa i botigues, per trobar el material més econòmic, adequat i vàlid per fer l'estimulació.

- Elaboració de materials d'estimulació visual i tàctil a través de diferents materials econòmics (cartolines i paper).
  - Reutilització i restauració de materials del centre com (mobles, butaca, matalàs, llit i mirall).
  - Arreglar la instal·lació elèctrica (portada a terme per el personal de manteniment del centre).
  - Comparativa de preus per obtenir els més econòmics i adequats.
- o **Preparació i desenvolupament de les sessions a la sala Snoezelen:**

Per poder realitzar les sessions d'estimulació multisensorial a la sala Snoezelen, en primer lloc es va portar a terme la formació corresponent en estimulació sensorial Snoezelen, la fisioterapeuta i psicòloga del centre, a l'Associació Espanyola Snoezelen (ISNA).

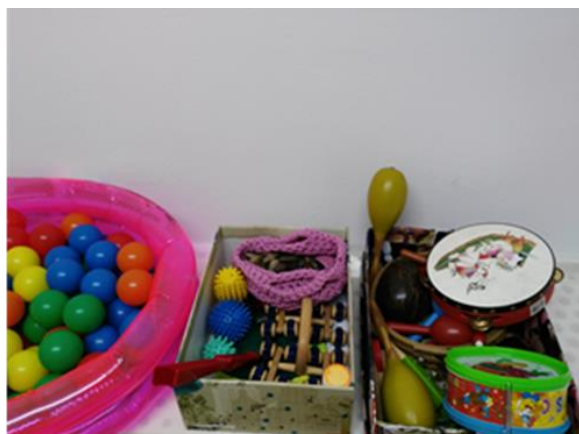
Posteriorment es van redactar preguntes d'història de vida, (un total de 12 preguntes) que poguessin ser significatives per dur a terme les sessions de la forma més individualitzada i personalitzada possible, coneixent més a la persona i tenint en compte els seus gustos i preferències, d'aquesta manera les preguntes esmentades anteriorment es van administrar als familiars més directes (marits/mullers, fills/es o germans/es) de les persones seleccionades per fer l'estimulació, ja que elles mateixes no podien contestar les preguntes a causa del deteriorament cognitiu greu que presenten.

Als familiars se'ls va explicar de forma verbal i escrita què és l'estimulació multisensorial a través d'una sala Snoezelen, i se'ls va fer entrega d'un document de consentiment informat en el qual se'ls informava per escrit del que se'ls havia explicat verbalment i se'ls preguntava si estaven d'acord en què el seu familiar pogués assistir a els sessions d'estimulació sensorial.

A continuació es van portar a terme 11 valoracions sensorials inicials i la posterior recollida de dades, per tal de conèixer les preferències, gustos i reaccions dels residents en relació als estímuls presentats (visuals, auditius, gustatius, tàctils, propioceptius i vestibulars), per tal de poder dissenyar posteriorment les sessions d'estimulació sensorial adequades a les preferències i necessitats de cada resident. S'han portat a terme un total de 96 sessions, individuals i amb parelles, durant sis mesos, distribuïdes en 4 sessions per setmana. Les sessions han tingut una durada de 30 minuts aproximadament i han estat dutes a terme per la fisioterapeuta i psicòloga del centre.

Pel que fa als passos que s'han dut a terme en cada sessió, han estat els següents:

- Portar els residents a la sala i explicar què anem a fer (quan ja portem algunes sessions, se'ls dóna un estímulo relacionat amb la sala, per exemple: una pilota de textures, que ells ja coneixen prèviament, per tal que associïn que ens dirigim a la sala Snoezelen).
- Presa de constants abans de començar la sessió i registre de les mateixes.
- Desenvolupament de la sessió a través de l'estimulació sensorial.
- Finalització de la sessió i presa de constants i registre de les mateixes.



## RESULTATS

Des del març de 2016 a febrer de 2017, utilitzant hores dins de la feina, i de vegades fora, es va finalitzar la remodelació de l'espai inicial i la creació de la sala Snoezelen DIY. Des de febrer fins a l'abril de 2017 es va realitzar la recollida d'enquestes a la família i els test inicials amb els usuaris per tal de conèixer els seus gustos.

Des d'abril fins a finals de setembre s'han realitzat 22 intervencions a la sala, amb presa de constants als pacients pre i post sessió, objectivant millores en la major part dels casos. A més s'ha fet una recollida abans i després de cada sessió per part de la psicòloga i la fisioterapeuta del centre, recollint sensacions en format escrit com per exemple estereotípies, canvi de conductes, diferències en l'estat d'ànim... en gairebé tots els casos els canvis en les reaccions han estat positius.

A nivell d'eficiència cal recalcar la Taula 1 on es desglossen les despeses que s'han ocasionat amb la creació de la sala. Un total de 442.12€. Si comparem els elements que té la sala amb el pressupost inicial proposat per empreses comercials que es dediquen a la creació d'aquestes sales, podem veure que representa un estalvi de 1739.38€. En aquesta diferència no hem volgut incorporar el preu del llit d'aigua que tenen la majoria de pressupostos, ja que el somier i matalassos que tenim no són comparables amb el llit pressupostat, sinó la diferència seria major.

Ens agradaria especificar que el pressupost de la sala integral multisensorial de menor preu aconseguit és de 10000€. Nosaltres preveiem una despesa de fins a 1000€ per donar la sala per totalment equipada (falta projector i ordinador, així com altres elements visuals i auditius), però en cap cas la quantitat seria molt superior a 1000€.

<b>Material</b>	<b>Real (€)</b>	<b>Pressupost (€)</b>	<b>Diferència (€)</b>
<b>Mirall</b>	0	270	-270
<b>Kit Fibra òptica led</b>	109,95	582,8	-472,85
<b>Adhesius</b>	19,44		
<b>Cartolines</b>	20,5		
<b>Pintura acrílica</b>	8		
<b>Pintura blanca</b>	45		
<b>Pintura negra</b>	45		
<b>Varis per pintar</b>	36,4		
<b>Cortines de corda</b>	12,37	1210,25	-1197,88
<b>Cortines de boles</b>	83		
<b>Cables i endolls</b>	27,75		
<b>Somier</b>	0		
<b>2 matalassos de làtex</b>	0		
<b>Llum negra</b>	17,8	118,45	-100,65
<b>Bombetes de colors</b>	16,91		
<b>Armaris</b>	0		
<b>TOTAL</b>	<b>442,12</b>	<b>2181,5</b>	<b>-1739,38</b>

Taula 1

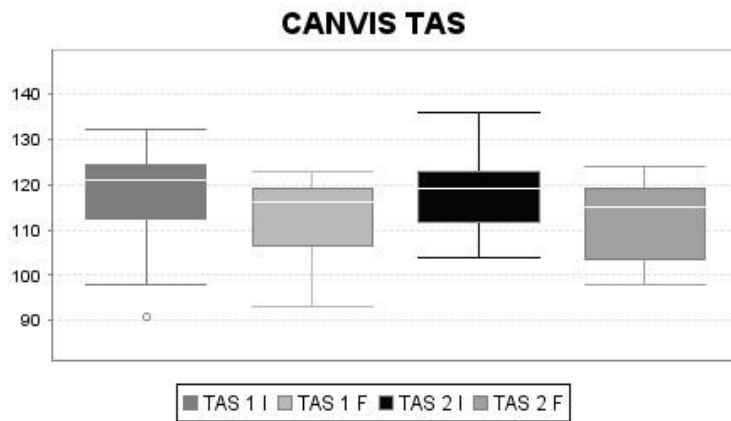


A nivell d'eficiència, s'han recollit dades de 22 sessions (11 observacions preintervenció i 11 post) obtenint dades sobre la tensió arterial sistòlica (TAS), tensió arterial diastòlica (TAD) i FC (Taula 2). De les quals se'n descriu:

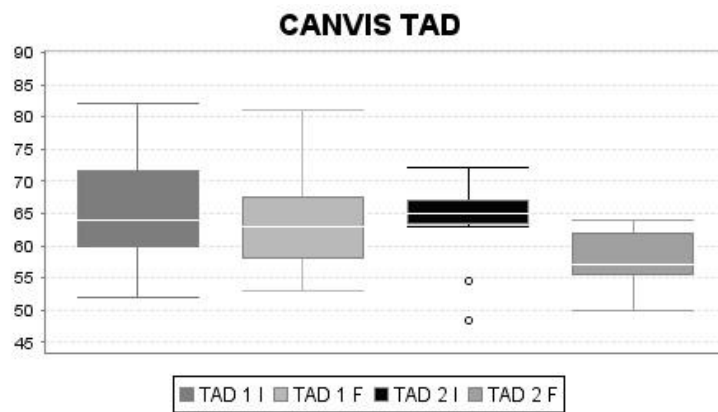
- TAS: mitjana inicial de 117 (DE 12 en primera observació i DE 9 en la segona). Mitjana final de 112 (DE 11 en la primera observació i DE 9 en la segona) (Taula 3).
- TAD: mitjana inicial de 65 (DE 9) en la primera observació, i de 63 (DE 7) en la segona. Mitjana final de 63 (DE 8) en la primera observació, i de 58 (DE 4) en la segona (Taula 4).
- FC: mitjana inicial de 73 (DE 7 en la primera observació, i DE 8 en la segona). Mitjana final de 72 (DE 10) en la primera observació, i de 71 (DE 7) en la segona (Taula 5).

RX	DATA 1	TAS 1 I	TAS 1 F	TAD 1 I	TAD 1 F	FC 1 I	FC 1 F	DATA 2	TAS 2 I	TAS 2 F	TAD 2 I	TAD 2 F	FC 2 I	FC 2 F
R1	10/08/2017	113	112	74	71	68	65	31/08/2017	115	103	66	64	70	70
R2	22/08/2017	90	94	52	53	75	74	31/08/2017	104	98	63	55	72	65
R3	19/05/2017	122	116	71	70	73	86	12/09/2017	136	122	72	57	68	65
R4	24/08/2017	127	123	68	64	62	64	12/09/2017	123	116	64	61	67	67
R5	24/08/2017	124	123	54	63	80	76	14/09/2017	120	124	65	62	80	80
R6	24/08/2017	132	118	63	62	81	69	14/09/2017	119	115	64	62	89	73
R7	17/08/2017	119	117	64	62	77	94	29/08/2017	123	105	67	54	74	63
R8	29/08/2017	98	93	63	54	63	60	14/09/2017	108	116	54	62	62	69
R9	10/08/2017	125	120	82	81	82	74	31/08/2017	123	122	67	56	78	85
R10	29/08/2017	112	101	57	54	64	65	14/09/2017	106	103	48	50	63	72
R11	17/08/2017	121	113	72	65	74	69	29/08/2017	115	104	69	57	78	75

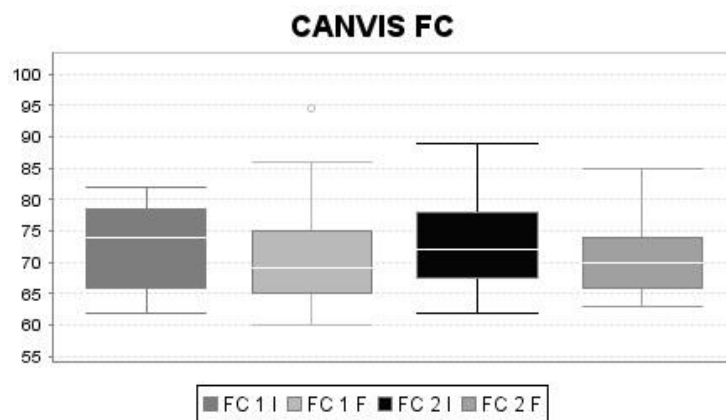
Taula 2



Taula 3



Taula 4



Taula 5

Hi ha usuaris que el seu benestar emocional en iniciar la sessió mostraven indiferència, nerviosisme, desorientació i tristesa. Al final de la sessió mostraven satisfacció, relaxació o augment d'atenció i d'interacció amb el seu entorn. Tot i que hi ha un usuari que el seu efecte ha estat al contrari, a l'inici amb molta agitació i nerviosisme i al final de la sessió ha anat augmentant o fins i tot hem hagut d'interrompre l'activitat.

Per acabar, en quant a la valoració per part dels professionals i amb les dades exposades anteriorment, es pot dur a terme una sessió d'estimulació multisensorial utilitzant material d'estimulació més econòmics en comparació amb els materials industrials.

## CONCLUSIONS

Aquest projecte ha estat plantejat amb l'objectiu de poder realitzar una sala d'estimulació multisensorial DIY per a les persones grans amb afectació cognitiva greu ( $GDS > 6$ ).

Podem dir que la sala d'estimulació multisensorial DIY ens orienta a obtenir efectes positius en els usuaris i la construcció de la mateixa, ens ha suposat una millora en l'assistència geriàtrica als residents.

En vers als objectius específics plantejats podem avaluar els canvis fisiològics i que la implementació d'una sala d'estimulació multisensorial DIY pot ser igual de bona i eficaç que una sala industrial específica de Snoezelen.

Dins el marc social i econòmic en el que ens trobem actualment, on els recursos personals i econòmics són limitats, una sala DIY ha estat la millor opció, ja que aquesta sala s'ha fet amb la col·laboració de treballadors (gerocultores i personal de manteniment) i usuaris, aportant cadascú el seu gra d'arena per a la seva creació amb diferents manualitats i creacions. Cal recordar que construir una sala amb material industrial específic Snoezelen ens suposava un cost elevadíssim i desproporcionat.

En el marc del nostre model centrat en i per a la persona, el projecte ens ha permès adaptar la sala a les necessitats i preferències dels residents, facilitant la atenció, fugin de models estàndards i menys personalitzats.

Una vegada mostrats els resultats evidenciem l'eficàcia i l'eficiència del projecte. En el futur seguirem treballant i ampliant el cercle de residents per fomentar la seva qualitat de vida i adquirir nous materials per donar nous estímuls i satisfaccions.

## BIBLIOGRAFIA

Burns, I., Cox, H. i Plant, H. (2000). *Leisure or Therapeutics? Snoezelen and the care of older persons with dementia. International Journal of Nursing Practice.*

Cid, M. J. (2009). *Estimulació multisensorial en un espai snoezelen en persones adultes amb greu discapacitat intel·lectual.*

Hulsegge, J. I Vesheul A. (1987). *Snoezelen: Another world.*

Lancioni, G.E., O'reilly, M.F., Campodonico, Francesca y Martini, Margherita (2002). *Increasing indices of happiness and positive engagement in persons with profound multiple disabilities.*

Moffat, N., barker, P. Pinkney, L (1993). *Snoezelen, an experience for people with dementia.* Chesterfield: Rompa.

Moriarty, J. (2002). *Innovatine practice.*

Van Weert, J. C. M., van Dulmen, A. M., Spreevwenberg, P. M. M., Ribbe, M.W. I bensing, J. M. (2005). *Behavioral and Mood Effects of Snoezelen Integrated into 24-hour Dementia Care.*

Material i recursos proporcionats en la formació de: *Nivell I i Nivell II de Capacitació Internacional en Intervenció Multisensorial Snoezelen, certificat per ISNA Espaya.*