

RECONOCIMIENTOS A LAS BUENAS PRÁCTICAS DE PERSONALIZACIÓN EN CUIDADOS DE LARGA DURACIÓN



LAS TERRAZAS DE URIZARTORRE:
ESPACIO COMPARTIDO, CUIDADO COMÚN

RESIDENCIA URIZARTORRE
ENTIDAD: ASOCIACIÓN DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE
DE BIZKAIA ADEMBI DE BILBAO

EJE F: ARQUITECTURA Y AMBIENTE DE LOS ESPACIOS

1. PRESENTACIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

ADEMBI aplica en UrizarTorre su modelo de atención especializada para personas con Esclerosis Múltiple de participación y calidad de vida, que consiste en la dinamización y coordinación del conjunto de apoyos, servicios y tratamientos de ADEMBI mediante un proceso de planificación individual de apoyos cuya protagonista es la propia persona y con el objetivo de conseguir resultados en una mayor autonomía, participación y calidad de vida de cada persona.

Para ello, Adembi viene desarrollando e impulsando distintas actuaciones: en la prestación de servicios y tratamientos, innovación, sensibilización, investigación..., con un determinado enfoque y modelo de atención hacia sus personas socias y usuarias, dirigido a:

- 1) Mejorar la calidad de vida de estas personas y sus familias, consiguiendo resultados significativos en todas sus dimensiones.
- 2) Generar un entorno comunitario inclusivo y accesible, donde todas estas personas puedan participar y ejercer plenamente sus derechos.

Las personas de la Residencia UrizarTorre corresponden a un perfil muy concreto de personas con esclerosis múltiple, con alto riesgo de exclusión social y vulnerabilidad. Son personas con un alto nivel de dependencia y que la progresión de la enfermedad, así como por sus circunstancias personales y familiares ha generado la necesidad de unos cuidados específicos que sólo pueden recibir en la Residencia.

Adembi ha impulsado junto con las personas residentes un proyecto de mejora de los espacios compartidos empezando por las terrazas consciente de que las personas residentes conviven cada una con sus distintas necesidades de atención, intereses y gustos. Para ello, hemos encontrado la manera de motivar su participación en este proyecto, amenizando el proceso de pintado con música que les evoque recuerdos para que, de esa manera, encuentren una actividad relajante, divertida y compartida. Se trata de crear una atmósfera de colaboración y trabajo, dándoles así una forma de sentir que pertenecen a un mismo equipo, y al mismo tiempo, garantizar que las sesiones en las que renovamos los elementos de la terraza, fuesen divertidas y estimulantes para ellos.



He aquí una foto de la terraza antes de comenzar:

2. DESARROLLO DE LA BUENA PRÁCTICA

El objetivo práctico de esta actividad es, además de fomentar la complicidad y sensación de logro de las personas usuarias, darle una nueva vida a la terraza, y crear un espacio más atractivo visualmente. A esto se le suma el hecho de que las personas residentes hayan sido quienes, en esencia y con el apoyo del equipo de Adembi, han creado y revitalizado ese espacio. De esta manera, cada vez que salgan a la estancia sentirán la satisfacción de haber contribuido a su creación. El proceso de renovación se ha extendido a lo largo de unos meses, y se ha repartido en los siguientes puntos:

- Lijar y pintar un banco y tres sillas y una mesa que no utilizamos para darles nueva vida.
- Pintar las macetas para darles un toque más personal y visual.
- Pintar la estructura donde se colocan las macetas mencionadas en el primer punto.
- Poner en las estructuras unas tablas con el nombre de la residencia y de los usuarios.
- Sustituir las macetas más pequeñas por unas azules y blancas, colores que representan Adembi, para que así se reafirme su sentimiento de pertenencia.
- Replantar aquellas plantas que lo necesiten y plantar algunas nuevas.

A continuación, detallamos los diferentes pasos de este proyecto, así como la implicación de las personas usuarias y el impacto que han tenido individual y colectivamente. El equipo de ADEMBI ha apoyado y coordinado todo el proceso.

Para empezar, una persona usuaria con la autonomía suficiente se encargó de la compra de materiales en una tienda, en concreto la pintura blanca y azul que posteriormente se utilizaría para pintar varias macetas y las estructuras de madera donde se iban a colocar dichas macetas. De esta forma fomentamos su sensación de autonomía y aportación al proyecto. Una vez tuvimos los materiales necesarios, las personas usuarias comenzaron a lijar las sillas, el banco y las baldas para las macetas.

Después llegó el momento de pintar las macetas de blanco para prepararlas para la siguiente fase: decorarlas con diferentes dibujos y colores que las propias personas usuarias decidieron.

Este proceso se acompañó de música y se realizó tanto en el interior de la residencia como en el exterior, donde podían apreciar el impacto real de su esfuerzo y ser conscientes del avance de esta renovación de la terraza.





El equipo de ADEMBI tiene la tarea dentro de este proyecto de darles a las personas usuarias la oportunidad de llevar a cabo la actividad de forma supervisada y autónoma, en la medida de lo posible, así como acondicionar el espacio de la actividad para la cómoda colocación de todas las personas usuarias.

Todas las personas usuarias de la Residencia han participado activamente en el proyecto con el fin de que, al finalizar, puedan ver en la terraza un espacio hecho con aportaciones de todas ellas. Así se reafirmará su sentimiento de unidad y arraigo con esta estancia en concreto.

En una segunda fase, nos centramos en pintar de blanco las estructuras de madera que sostienen las macetas. Para esta tarea, formamos equipos en los que cada persona aportaba según sus capacidades: quienes tenían mayor movilidad en brazos y manos tomaron el protagonismo con los pinceles y rodillos, adaptados a sus características físicas. Las personas profesionales acompañaron el proceso facilitando materiales, protegiendo las prendas y completando aquellas zonas de difícil acceso. Así, entre todas las personas, cada una desde su rol, se ha transformado el espacio de manera compartida. Un trabajo conjunto donde cada aportación fue esencial.

Tras eso, llegó el momento de crear los carteles y las macetas que le darían a la terraza la seña de identidad que se corresponde con Adembi: fusionar la identidad de las personas, reflejada en las macetas que ellas mismos habían creado con los colores y el logotipo de la asociación. Para ello se les facilitaron carteles con plantillas para poder pintar sin dificultad y plasmar el nombre del centro. En otras de las tablas se dejaron dibujadas las letras que más tarde colorearían, a modo de guía para aquellas personas usuarias que, aunque con ayuda, pudieran hacerlo sin necesidad de plantillas. También se pintaron de azul dos macetas, que posteriormente se colocarían en las ventanas, intercaladas con dos macetas blancas, para reflejar los colores de Adembi.

Una vez terminado la preparación de las macetas y los carteles, ya solo quedaba una tarea más: trasladar las plantas que ya teníamos a las macetas nuevas y plantar otras nuevas. El objetivo de esta actividad era que las personas usuarias pudieran sentir que estaban creando algo duradero, a lo que habían contribuido y que tendrían que mantener entre todas.

Esas plantas que estaban plantando son el compromiso y una muestra visual de todo lo que han conseguido.

El último paso consistía en juntar todos los elementos que se habían ido preparando: se colocaron las macetas en las baldas y los carteles en lo alto de la estructura, que se acompañaron de unas celosías. Por último, se colocó otra celosía en medio de las estructuras y la adornamos con una planta colgante para hacerlo todo mucho más acogedor.

Este es el resultado final, alcanzado gracias a un trabajo en equipo organizado, cooperativo y personal donde no ha faltado el apoyo, la autonomía y la diversión.

Un espacio transformado que ahora es un hogar más acogedor, cálido y verdaderamente propio, construido por y para quienes lo habitan.



3. RESULTADOS E IMPACTO DE LA BUENA PRÁCTICA

La realización de este proyecto de renovación de los espacios compartidos aporta:

- Una mayor interacción entre las distintas personas, residentes y trabajadores enfocados al mismo fin conociéndose y trabajando de manera conjunta
- Un alto sentido de pertenencia a un grupo de personas con las que conviven y al hogar físico en el que residen
- Una mayor integración de las propias personas de la Residencia en su vida diaria y por tanto un sentimiento de menor soledad ante la situación a la que se enfrentan debido a su enfermedad
- Generación de un espacio para compartir experiencias y enriquecerse por parte de todas las personas de la Residencia.
- Mayor desarrollo de habilidades sociales y cognitivas mediante la participación en actividades.
- Mejora de la calidad de vida con la aplicación holística de abordaje en todas las dimensiones.

A continuación, presentamos los principales indicadores para el 2025 que nos proporcionan una visión integral del impacto de la participación de la Residencia UrizarTorre en la vida del centro, abarcando tanto los beneficios para las personas residentes como para la comunidad en general.

1. Indicadores de participación y compromiso

- Número de actividades en la residencia realizadas en el proyecto: 6
- Número de personas residentes que han participado: 16

2. Indicadores de calidad de vida de las personas residentes

- Mejora en el bienestar emocional
- Mejora en las oportunidades para desarrollar actividades sociales

