

# DINAMICA DE MICRO CAMBIOS

Rocío Calleja Mora

Directora Técnica RES CD APASCOVI

En la residencia APASCOVI, llevamos años trabajando desde el modelo de Calidad de Vida según el marco teórico propuesto por Schalock y Verdugo, 2003. A través de este modelo se evalúan las ocho dimensiones de calidad de vida con el fin de ajustar el plan de atención individual a las necesidades reales de cada residente y establecer su plan de vida en base a ello.

No obstante, desde el equipo de trabajo de la residencia, nos planteamos observar y analizar “cómo lo estamos haciendo” y qué riesgos conlleva nuestro trabajo diario.

Llegamos a la conclusión de que, debido a la memoria procedimental, muchas de las cosas realizadas cada día se hacen de manera mecánica, sin pensar continuamente cómo hacerlas, simplemente se integran en nuestra vida y en nuestra forma de trabajo.

Por ello, nos planteamos algunas cuestiones básicas:

1. Las actividades cotidianas que realizamos diariamente dan sentido y contenido a nuestras vidas, son reflejo de cómo somos y nos refuerzan como personas individuales, únicas y con dignidad.
2. Cuando atendemos a una persona en situación de dependencia pasamos a formar parte de su vida cotidiana. Nos convertimos en su apoyo para las actividades diarias, entrando de lleno en su intimidad.
3. Creamos un espacio relacional de gran delicadeza. Por ello, el modo en cómo prestamos los cuidados personales es determinante para que la persona se sienta bien, a pesar de precisar ayuda.
4. No solo es importante realizar con corrección técnica cada tarea, sino también prestar atención a cómo la persona se siente y saber cómo podemos fomentar la autonomía y la independencia en cada situación.

¿Qué podíamos hacer para ello?



Consideramos que era un cambio de mentalidad y de práctica muy significativo, y que probablemente comenzásemos con buen pie y poco a poco nos olvidásemos de nuestra meta. Por ello decidimos que era mejor desgranar cada objetivo, ya que sería más fácil visualizar pequeñas cosas.

Integramos en nuestras reuniones de equipo bimensuales la dinámica de los “Micro cambios” a modo de pequeños ajustes en el día a día. Son cambios tan pequeños que casi son imperceptibles pero que con el paso del tiempo se vuelven una costumbre.

La idea era focalizar nuestra atención en esa tarea y que todos intentásemos realizarla cada día para poderla integrar de manera eficaz y poder incorporar otra en la siguiente reunión.

De esta forma, hemos conseguido llevar a cabo una buena práctica: aquello que en la RES CD APASCOVI hemos llamado dinámica de Micro cambios y que consideramos mejora considerablemente nuestro trabajo diario y, por tanto, repercute en la atención a las personas con discapacidad que aquí residen.

Micro cambio del mes:  
Dar a elegir la fruta que quiere de postre

