

# ÍNDICE

<b>PRESENTACIÓN</b>	<b>9</b>
1. El proyecto "Vivir Mejor"	9
1.1. El proceso de formación participativa	9
1.2. Los instrumentos	11
2. El Manual "Cómo concebimos la atención residencial. Pautas básicas para una atención de calidad a las personas con discapacidad"	13
2.1. ¿En qué servicios es aplicable?	13
2.2. ¿Cómo se ha hecho y quién ha participado?	13
<b>CAPÍTULO 1. ¿CÓMO CONCEBIMOS EL MODELO DE ATENCIÓN? ALGUNAS NOCIONES CLAVE</b>	<b>17</b>
1. Primer pilar: componentes básicos de la estructura del modelo de atención	17
1.1. Paradigma y Modelo de Apoyos	18
1.2. Planificación Centrada en la Persona	22
1.3. Calidad de Vida	24
1.4. Apoyo Conductual Positivo	26
2. Los derechos de las personas con discapacidad como núcleo del modelo de atención residencial	28
<b>CAPÍTULO 2. EL INGRESO EN UN SERVICIO RESIDENCIAL: UN MOMENTO DECISIVO EN LA VIDA</b>	<b>37</b>
1. Necesidad de apoyos antes y después del ingreso	37
2. Ingreso de carácter temporal: su idoneidad como preparación a un ingreso permanente	38
3. Ingreso de carácter permanente	40
3.1. Incorporación a un servicio residencial por decisión propia	41
3.1.1. Apoyo a la persona con discapacidad para tomar su decisión	42
3.1.2. Apoyo a las personas cuidadoras habituales	42
3.2. Incorporación a un servicio residencial por imposibilidad del entorno familiar para seguir atendiendo a la persona con discapacidad	43
3.3. Cambio de servicio residencial	45
4. La planificación del ingreso	46
5. El papel de la familia y su relación con el servicio residencial	46
5.1. El servicio residencial no sustituye a la familia	47
5.2. El servicio debe involucrar a la familia en las pautas de apoyo	47
5.3. El servicio debe facilitar el contacto	48

<b>CAPÍTULO 3. LA RELACIÓN DE APOYO: UNA RELACIÓN MUY ESPECIAL</b>	<b>51</b>
1. La relación entre la persona con discapacidad y los y las profesionales que le prestan apoyo	51
1.1. La naturaleza de la relación de apoyo	51
1.2. La calidad de la relación de apoyo	52
1.3. La flexibilidad y el disfrute en la relación de apoyo	53
2. Profesional de referencia	53
<b>CAPÍTULO 4. HACER POSIBLE UN PROYECTO DE VIDA: PLANIFICACIÓN CENTRADA EN LA PERSONA</b>	<b>57</b>
1. La Planificación Centrada en la Persona: eje del modelo de atención y cauce de empoderamiento	57
2. La aplicación de la Planificación Centrada en la Persona: Planificación Esencial del Estilo de Vida	59
2.1. Fase 1. Preparación del proceso	60
2.2. Fase 2. Recogida de información	64
2.3. Fase 3. Diseño del Plan Inicial	65
2.4. Fase 4. Diseño del Plan de Acción	66
2.5. Fase 5. Puesta en marcha del Plan y Evaluación	67
3. El impacto de la Planificación Centrada en la Persona en la organización	68
<b>CAPÍTULO 5. ADAPTAR LOS CONTEXTOS Y APRENDER NUEVAS CONDUCTAS: EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO</b>	<b>71</b>
1. ¿Qué es el Apoyo Conductual Positivo?	71
2. Fundamentos básicos del Apoyo Conductual Positivo	73
3. Diseño de planes de Apoyo Conductual Positivo	76
3.1. Modificación de los antecedentes	77
3.2. Enseñanza de habilidades alternativas	80
3.3. Intervenciones basadas en las consecuencias	82
3.4. Intervenciones sobre el estilo de vida	83
<b>CAPÍTULO 6. PRESTAR APOYO EN LAS ACTIVIDADES MÁS ESENCIALES Y EN LAS MÁS ÍNTIMAS</b>	<b>85</b>
1. Apoyos para comer y beber	85
1.1. Elección de menús y presentación de las comidas	86
1.2. Ayudar a comer	87
2. Asearse	90
2.1. Prestar apoyo para el aseo	90
2.2. Asunción de riesgos	90
3. Vestirse y desvestirse	91
4. Ir al WC	92
4.1. Incontinencia	92

4.2. Estreñimiento	94
4.3. Asunción de riesgos	95
4.4. Prevención de infecciones por contagio	95

**CAPÍTULO 7. MOVERSE: CONDICIÓN IMPRESCINDIBLE DE UNA BUENA SALUD**

<b>1. La importancia de mantener la movilidad</b>	<b>99</b>
<b>2. Los efectos de la inactividad</b>	<b>99</b>
2.1. Los efectos en los músculos y las articulaciones	99
2.2. Los efectos en la circulación de la sangre	100
2.3. Los efectos en la piel	100
2.4. Los efectos en el sistema respiratorio	101
2.5. Los efectos en el aparato digestivo	101
<b>3. Mantener a las personas activas</b>	<b>101</b>
<b>4. Productos de apoyo para la movilidad</b>	<b>102</b>
4.1. Bastones	102
4.2. Muletas y bastones de tres o cuatro apoyos	103
4.3. Andadores	103
4.4. Sillas de ruedas	104
4.4.1. Aspectos a tener en cuenta a la hora de adquirir una silla de ruedas	104
4.4.2. Seguridad y mantenimiento	105
4.4.3. Pautas de utilización de una silla de ruedas	106
4.5. Otros productos de apoyo	107
<b>5. Movilizar a una persona</b>	<b>107</b>

**CAPÍTULO 8. TOMAR PARTE EN LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA COTIDIANA**

<b>1. Elementos básicos para posibilitar la participación</b>	<b>112</b>
<b>2. ¿En qué consiste la participación en las actividades?</b>	<b>112</b>
<b>3. ¿Por qué es importante la participación?</b>	<b>113</b>
<b>4. El papel del personal de apoyo</b>	<b>114</b>
<b>5. ¿Cómo prestar los apoyos para la realización de actividades?</b>	<b>119</b>
5.1. Identificar oportunidades de participación	120
5.2. Crear oportunidades de participación	121
5.3. Preparar la actividad	121
5.4. Descomponer la actividad en diferentes partes o fases	122
5.5. Evaluar las habilidades de la persona con discapacidad y el tipo y la intensidad de los apoyos necesarios	122
5.6. Realizar la tarea con los apoyos necesarios	124
5.7. Registro y valoración de los objetivos de participación	124
<b>6. El impacto en la organización</b>	<b>124</b>
6.1. Organización del personal	125
6.2. Organización de la actividad	125

<b>CAPÍTULO 9. APRENDER COSAS NUEVAS: ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE NUEVAS HABILIDADES</b>	<b>127</b>
1. Principios	127
1.1. Las y los profesionales tenemos la responsabilidad de enseñar	127
1.2. Todas las personas son capaces de aprender cosas nuevas	127
1.3. Debemos establecer una relación de igualdad con la persona con discapacidad	128
1.4. Debemos dar prioridad a las habilidades "naturales"	128
1.5. Debemos optar por la sencillez	129
1.6. Conviene enseñar en situaciones reales	129
2. Selección de habilidades: qué enseñar y por qué	129
2.1. Pautas generales para seleccionar habilidades funcionales	130
2.2. Criterios personales o individuales para la selección de habilidades funcionales	131
2.3. Comprobaciones complementarias	132
3. Definición de objetivos	133
4. Análisis de tareas	134
4.1. Por qué es necesario y útil hacerlo	134
4.2. Cómo realizar el análisis de tareas	135
4.3. Indicios o señales naturales	135
4.4. Registro de datos	136
4.4.1. Por qué deben registrarse los datos	136
4.4.2. Cómo registrar datos	137
5. Cómo enseñar una habilidad	139
5.1. Qué tipo de apoyo dar	139
5.2. Cuánto apoyo conviene dar	141
5.3. Cómo corregir los errores de aprendizaje	142
5.4. Evitar distracciones	142
5.5. Adaptaciones	143
6. Aprendizaje en grupo	143
7. Falta de motivación	144
8. Qué hacer cuando no salen bien las cosas	145
<b>CAPÍTULO 10. DURANTE EL DÍA: TRABAJO, OCUPACIÓN y ACTIVIDAD</b>	<b>147</b>
1. La Planificación Centrada en la Persona como marco para construir los días	147
1.1. ¿Están las actividades productivas al alcance de todas las personas?	147
1.2. ¿Cómo colmar el desajuste?	148
2. Elemento clave para el éxito: el desarrollo de actividades integradas en el entorno comunitario	151
2.1. ¿Cómo articular la participación de las personas con discapacidad en el entorno comunitario?	151

2.2. Contar con familiares y allegados	157
2.3. Registro y seguimiento continuado	157
<b>CAPÍTULO 11. COMUNICARSE PARA ENTENDER LA REALIDAD</b>	<b>161</b>
1. Introducción	161
2. Cómo se expresa la persona	162
2.1. Intención de comunicar	162
2.2. Con quién comunica	163
2.3. Cómo comunica	163
3. Cómo ayudarle a expresarse: los apoyos para la comunicación	165
3.1. Los sistemas aumentativos y alternativos de comunicación	165
3.2. Escucha activa	168
4. La capacidad de comprensión de la persona con discapacidad	169
4.1. Interpretaciones erróneas de la capacidad de comprensión	169
4.2. Determinación de la capacidad de comprensión	171
<b>CAPÍTULO 12. VER Y OÍR PARA ACERCARSE AL MUNDO</b>	<b>175</b>
1. Diagnóstico de los problemas de visión y audición	175
1.1. Diagnóstico de los problemas de visión	175
1.2. Diagnóstico auditivo	175
2. Datos básicos	176
2.1. Datos básicos sobre problemas de visión	176
2.2. Datos básicos sobre problemas de audición	177
3. El impacto de los problemas de visión y audición	178
4. Creación de ambientes físicos accesibles y adaptados	179
<b>CAPÍTULO 13. CUIDARSE: SALUD Y CALIDAD DE VIDA</b>	<b>183</b>
1. Tener buena salud como factor de calidad de vida	183
2. Salud mental	186
2.1. Incidencia de la enfermedad mental	187
2.2. El efecto eclipsador de la discapacidad intelectual y del deterioro cognitivo	188
2.3. Diagnóstico de la enfermedad mental en personas con discapacidad	188
2.4. Las enfermedades mentales más frecuentes	190
2.4.1. Psicosis	191
2.4.2. Trastornos del estado de ánimo	192
2.4.3. Trastornos de la ansiedad	193
2.4.4. Demencia de tipo Alzheimer	199
2.5. Tratamiento de la enfermedad mental	199
2.5.1. Tratamientos psicosociales y cognitivos	199
2.5.2. Tratamientos ambientales	200
2.5.3. Tratamientos farmacológicos	200
2.6. Pautas prácticas para la interacción con personas que padecen de psicosis	201

3. La epilepsia en las personas con discapacidad	204
3.1. Definición y delimitación	204
3.2. Causas de la epilepsia	205
3.3. Factores desencadenantes de las crisis	205
3.4. Cómo afecta la epilepsia a la vida de la persona	206
3.5. Tipos de crisis	206
3.6. Cómo se diagnostica la epilepsia	207
3.7. Qué hacer ante una crisis o ataque epiléptico	208
3.8. Tratamiento farmacológico	209
3.9. Aspectos prácticos	210
<b>CAPÍTULO 14. LA AFECTIVIDAD Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE ESENCIAL DE LA VIDA</b>	<b>215</b>
1. Una parte esencial de la vida	215
1.1. Proximidad física	216
1.2. Relaciones sociales y personales	217
1.3. El contexto residencial como marco relacional	217
2. Toma de decisiones y confidencialidad	218
3. Educación sexual	219
3.1. Aprender a manejar el riesgo de frustraciones	219
3.2. Sexualidad: actos y sentimientos	221
4. Directrices de actuación	222
<b>CAPÍTULO 15. ENVEJECER CON DISCAPACIDAD</b>	<b>225</b>
1. ¿Qué entendemos por envejecer?	225
2. El impacto del envejecimiento en la salud de las personas con discapacidad	226
3. El impacto del envejecimiento en la capacidad intelectual y en la conducta adaptativa	229
4. El impacto del envejecimiento en la vida social y familiar	230
5. La progresiva adaptación y adecuación de la programación individual y de la red de servicios sociales a las nuevas necesidades	232
5.1. Adaptación de la planificación individual	233
5.2. Adaptación de la red de servicios sociales	234
6. Pautas de buena práctica residencial para la atención de personas mayores con discapacidad	234
<b>BIBLIOGRAFÍA BÁSICA</b>	<b>239</b>