

PROGRAMA DE APOYO A LA VIDA INDEPENDIENTE.



El Programa de Orientación y Apoyo a la Vida Independiente surge cuando constatamos el hecho de que cada vez hay un mayor número de personas con discapacidad intelectual que demanda vivir de manera independiente, y que lo demanda no sólo al sobrevivir a sus padres en el domicilio familiar, sino también como petición formal de emancipación de la familia, por el deseo de una mayor autonomía personal con respecto a la que le ofrece una Residencia o una Vivienda Tutelada, y por la decisión autodeterminada de optar por la vida independiente. Son personas en las que se han ido consolidando ideas relacionadas con los criterios de calidad de vida y con el respeto a sus derechos personales y a su autodeterminación, que pueden llevar una vida independiente y que así lo están manifestando.

Estas personas, que en la realidad demuestran que pueden llevar una vida independiente pero necesitan apoyos. Por esto, el Programa de Apoyo a la Vida Independiente trata de articular esos apoyos a fin de cubrir necesidades relacionadas con hábitos de higiene, conductas inadaptadas, situaciones de soledad,..., poniendo en marcha un grupo de acción formado por la propia persona con discapacidad, los familiares próximos y los profesionales de diferentes recursos, que componen una red de apoyo individualizado, y que se coordinan para crear los cambios en el estilo de vida que concuerden con las preferencias de la persona beneficiaria.

Se trata en definitiva de poner en marcha un Servicio que tendría como finalidad ofrecer ayuda, orientación y apoyo a las personas con discapacidad intelectual que habiendo cumplido los 18 años de edad, viven solas (o en pareja) o con un progenitor de avanzada edad, que tienen un hogar digno de su propiedad o medios económicos suficientes para el alquiler de una vivienda digna, que plantean necesidades de apoyo intermitente o limitado y que necesitan apoyos complementarios en su domicilio. La prestación de este apoyo será flexible, dinámica y adaptada a las necesidades de cada persona y su entorno.

Este Servicio tendría además la finalidad de facilitar un recurso vivencial más integrador que la Residencia o la Vivienda Tutelada, para aquellas personas con la autonomía suficiente para vivir solas pero con necesidad de cierto nivel de apoyo, y recurso más económico que los otros.

Metodológicamente, el programa pretende actuar desde tres enfoques:

Integral: interviniendo de forma simultánea en varias áreas (salud, ocio y vida social, habilidades de la vida diaria, etc.).

Preventivo: se pretende orientar en hábitos saludables de alimentación sana, práctica de ejercicio físico, higiene, revisiones médicas periódicas y actividades sociales de disfrute del tiempo libre, con los objetivos de prevenir enfermedades y mantener una calidad de vida.

Individualizado: los apoyos se adaptan a las necesidades personales de cada usuari@.

En coherencia con lo expuesto hasta aquí, y una vez seleccionada la persona responsable del Servicio de Orientación y Apoyo a la Vida Independiente, nos planteamos las siguientes actividades:

- Seleccionar a los usuarios/as de este Servicio de Orientación y Apoyo (es decir, la población destinataria que cumple los requisitos esbozados anteriormente).

- Realizar los contactos necesarios con los usuari@s, sus familias y personas de referencia. Con los usuarios/as se firma un compromiso de participación y colaboración en el Programa.
- Identificar las áreas relevantes de apoyo.
- Identificar para cada área las actividades relevantes.
- Evaluar el nivel o intensidad de sus necesidades y deseos de apoyo.
- Elaborar para cada participante un Programa Individual de Apoyos (partiendo de los criterios de la Planificación Centrada en la Persona, que tiene en cuenta los derechos de las personas con discapacidad intelectual, los principios de vida normalizada y los cinco principios esenciales de un servicio), con los objetivos siguientes:
 - Mantener y mejorar la salud física, mental y emocional.
 - Aprender habilidades de autonomía personal en el ámbito doméstico.
 - Facilitar las relaciones con el círculo familiar y social.
 - Adquirir habilidades para participar y utilizar los recursos que ofrece la comunidad.
 - Aprender habilidades de autodeterminación y autodirección.
 - Aprender y usar estrategias de solución de problemas.

En cada Programa Individual de Apoyos se establecerán objetivos y actividades concretas, unas personas de apoyo y una evaluación mensual.

- Definir qué recursos y qué apoyos naturales van a intervenir.
- Aplicación de la Programas Individuales.
- Evaluación y seguimiento.

Durante el año 2015 han participado en el programa siete usuari@s del Centro Ocupacional de Paterna, a los que se les ha apoyado en las áreas de vida personal, vida en el hogar y vida en la comunidad, lo que ha implicado una coordinación entre diferentes profesionales del centro (la responsable del programa, tres monitores de estos usuari@s, la trabajadora social, la psicóloga –y después el psicólogo- y el director -y después la directora-) y la coordinación de estos profesionales con los Departamentos de Servicios Sociales y los Centros de Salud de Manises y Paterna, así como con CAPACITAS de la Universidad, Ortopedia Salcedo, FEAPS CV / PLENA INCLUSIÓN CV, La Nau Social y la Clínica Odontológica de Cruz Roja en Valencia.

Son cuatro varones (de 43 a 60 años, y media de más de 51 años) y tres mujeres (de 35 a 48 años, y media de 41 años), que residen cuatro en Paterna, uno en Benimamet y dos en Manises. Cinco son huérfanos totales y dos son huérfanos de padre. Tres viven solos, una convive con la madre, otra con una hermana con discapacidad intelectual y un hermano, uno convive con un hermano y el séptimo convive con dos hermanos con discapacidad intelectual y con la madre octogenaria que padece serios problemas de salud.

Con los siete se han ido trabajando los objetivos de:

- Mejorar el cuidado de su salud: solicitando analíticas periódicas y consultas con los especialistas necesarios, acudiendo a las consultas, cumpliendo con las prescripciones médicas, llevando un control personal de las citas médicas a través de la agenda, manteniendo una dieta nutritiva adecuada, evitando riesgos para su salud,...
- Mejorar sus conocimientos en la cocina: aprendiendo el uso óptimo de los aparatos de la cocina (microondas, horno,...) y preparando comidas variadas atendiendo a la dieta saludable.

También con cuatro participantes se ha empezado a trabajar el objetivo de mejorar su capacidad de autoprotección y defensa, que incluye actividades que los capaciten para manejar dinero y finanzas personales con realismo, comprar con un plan previo realista, hacer elecciones y tomar decisiones meditadas, aprender técnicas de autoprotección que evite la explotación y la toma de conciencia de los gastos que conlleva su casa.

En el cuadro que sigue aparecen los objetivos que se han estado trabajando en 2015 con cada beneficiario en el programa, si bien las actividades han sido específicas para cada uno:

Objetivos	Bene.1	Bene.2	Bene.3	Bene.4	Bene.5	Bene.6	Bene.7
Mejorar el cuidado de su salud.	X	X	X	X	X	X	X
Cuidar, limpiar y ordenar la casa.	X		X	x	X	X	
Mantener los hábitos higiene personal.				x	X	X	
Mejorar los conocimientos en la cocina.	X	X	X	X	X	X	X
Mejorar su capacidad de autoprotección.	X	X	X	X		X	x
Aprender /usar estrategias de prevención y solución de problemas.	X	X	X	X	X	X	x
Mejorar la relación con los familiares.		X		x			
Preparar actividades de fin de semana y vacaciones.		X	X	X		X	x
Participar en actividades que le reportan alta satisfacción y autonomía per.				X		X	X
Entender el valor monedas y billetes.			X		X		
Conocer las gestiones más habituales que se realizan en los bancos.							X

Junto a estos objetivos, el Programa de Apoyo a la Vida Independiente contempla actividades individuales, personas de apoyo para cada usuario, un sistema de evaluación (utilizando como indicadores la frecuencia de necesidad de apoyo, el tiempo semanal y tipo de apoyo) y un sistema de registro de actividades por semanas.

Grado de cumplimiento de los objetivos que nos propusimos:

- Se ha constatado que son más conscientes y se sienten más responsables de la propia salud: ellos mismos han solicitado analíticas y consultas médicas (directamente o a través del responsable del programa, con ginecología, odontología,...).
- Ha mejorado notablemente la relación del beneficiario 2 con su hermana, para satisfacción – expresada- de él y sus familiares.
- Se ha ido cumpliendo el objetivo de avanzar en el cuidado de la alimentación saludable y el gusto por cocinar. Por término medio, cada semana la responsable del programa se ha desplazado al domicilio de algunos usuari@s para preparar con él/ella la cena de su gusto, e incidiendo siempre en la dieta saludable.
- El beneficiario 6 ha participado en un curso de creación artística en la Nau Social con el fin de participar en la comunidad socioeducativa y favorecer la inclusión social.
- En cuanto al objetivo de adquirir y mantener hábitos de higiene personal, se han producido avances con los usuarios más necesitados de este apoyo.
- A mediados de año el trabajo con la beneficiaria 1 se ha visto dificultado, al llevar una convivencia en su casa con su novio, quien rechaza el círculo de apoyo de esta usuaria e imposibilita el trabajo con ella. Por lo cual se le ha dado de baja del programa.
- La necesidad de eficacia en el programa hace que la responsable dedique, con frecuencia, más tiempo del contemplado.