



Sanitas

PART DE **Bupa**



Sanitas Mayores La Florida

**Estamos aquí
para cuidarte**

¿QUÉ HACEMOS HOY?

ACTIVIDADES DEL CENTRO

Presentamos las dinámicas diarias del centro y las posibilidades de ocio en el día a día.

**Terapia
ocupacional**

Fisioterapia

**Atención a
demencias
avanzadas**

TERAPIA OCUPACIONAL

Mañanas

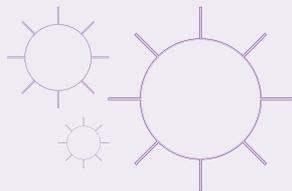
Estimulación cognitiva y movilidad funcional

Entrenamiento en avd alimentación

Reeducación de avd's aseo y vestido

Psicomotricidad

Salidas programadas



Tardes

Estimulación de la marcha

Taller de prensa

Estimulación cognitiva

Musicoterapia

Actividades creativas

Bingo

Avd alimentación

Taller de cocina

Taller de cine



TERAPIA OCUPACIONAL | Calendario semanal de actividades

MAÑANAS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:00	AVD* ASEO Y VESTIDO / ARREGLO PERSONAL				
10:00	ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y MOVILIDAD FUNCIONAL 1ª Y 2ª PLANTA				
11:00	ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y TERAPIA FUNCIONAL 1ª PLANTA	ESTIMULACIÓN DE LA MARCHA / CIRCUITO 1ª PLANTA		ESTIMULACIÓN DE LA MARCHA / CIRCUITO 1ª PLANTA	ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y TERAPIA FUNCIONAL 1ª PLANTA
12:00	PSICOMOTRICIDAD 1ª PLANTA	PSICOMOTRICIDAD 1ª PLANTA		PSICOMOTRICIDAD 1ª PLANTA	PSICOMOTRICIDAD 1ª PLANTA
13:00 14:00	AVD* ALIMENTACIÓN COMIDA				

*Actividad vida diaria

TARDES

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
15:00 16:00	REVISIÓN DE AYUDAS TÉCNICAS				
16:30	MOVILIZACIONES PASIVAS MMSS** 1ª PLANTA	MOVILIZACIONES PASIVAS MMSS** 1ª PLANTA		MOVILIZACIONES PASIVAS MMSS** 1ª PLANTA	MOVILIZACIONES PASIVAS MMSS** 1ª PLANTA
17:30	TALLER DE PRENSA 2ª PLANTA	ESTIMULACIÓN COGNITIVA 2ª PLANTA		MUSICOTERAPIA / ACTIVIDADES CREATIVAS 2ª PLANTA	Bingo 2ª PLANTA
19:00	AVD* ALIMENTACIÓN CENA				

*Actividad vida diaria **Miembros superiores

TERAPIA OCUPACIONAL | Actividades Mañana

ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y MOVILIDAD FUNCIONAL

Objetivo

Actividad enfocada a estimular las capacidades cognitivas como memoria, atención, lenguaje, cálculo, praxias, gnosias, percepción y funciones ejecutivas, y a mantener y/o recuperar las capacidades funcionales (movilidad de miembros superiores; coordinación y destreza fina, motricidad), de nuestros residentes que presentan un deterioro cognitivo y/o físico de leve a grave.

Actividades

En cada sesión se plantean actividades de forma individualizada, utilizando diferentes tipos de material, en función de los objetivos a trabajar que nos plantemos con cada residente; se utilizan fichas de estimulación cognitiva, puzzles, cosedores, cuentas para insertar, tornillos para roscar, cadenas, encajables, tarjetas de reconocimiento visual, material manipulativo, ...

Frecuencia

Trabajamos diariamente en cuatro grupos diferentes en función de las necesidades de nuestros residentes amenizando las sesiones con música adecuada al momento.

REEDUCACIÓN DE AVD'S ASEO Y VESTIDO

Objetivo

Actividad enfocada a mantener y/o recuperar las capacidades necesarias para la realización de las actividades de aseo y vestido; estimulando su colaboración, en el caso de residentes con deterioro leve o moderado o buscando la autonomía, en caso de los residentes que no tienen apenas deterioro.

Actividades

Se valora cada caso y se dan pautas al personal auxiliar de cómo han de intervenir en los planes de aseo y vestido individualizados, en función de las necesidades de nuestros residentes.

Frecuencia

Se trabaja a diario en las habitaciones, mientras se están llevando a cabo éstas actividades de la vida diaria.

ENTRENAMIENTO EN AVD ALIMENTACIÓN

Objetivo

Actividad enfocada a intervenir en la actividad de la alimentación, analizando las necesidades de cada residente, siguiendo una secuencia de pasos en cada actividad y adaptándola a las capacidades de la persona, simplificando dicha actividad en la medida de lo posible con el objetivo de recuperar y/o mantener la autonomía.

Actividades

Se marcan pautas individualizadas al personal auxiliar, en función de los objetivos que queremos trabajar, favoreciendo una postura adecuada durante la realización de la actividad, que el material utilizado sea el adecuado, que las texturas de las comidas y los tiempos de deglución sean las adecuadas a las necesidades de nuestros residentes.

Frecuencia

Se trabaja a diario, en los comedores, mientras se realiza ésta actividad de la vida diaria.



TERAPIA OCUPACIONAL | Actividades Mañana

PSICOMOTRICIDAD

Objetivo

Actividad enfocada a mantener y/o recuperar principalmente las capacidades funcionales (movilidad en miembros superiores y en miembros inferiores) además de estimular las capacidades cognitivas (atención, memoria, lenguaje, cálculo, praxias, gnosias) y orientar a nuestros residentes en la realidad (tiempo-espacio-persona).

Actividades

Actividad grupal en la que participan residentes con deterioro cognitivo y/o físico, en la que se plantea una tabla de ejercicios con los que estimulamos a nuestros residentes a movilizar todas las partes del cuerpo, favoreciendo además, la toma de conciencia de éstas. El material utilizado son pelotas, aros, picas...

Frecuencia

Se trabaja diariamente en dos grupos de estimulación psicomotriz, en función de las necesidades de nuestros residentes.

SALIDAS PROGRAMADAS

Objetivo

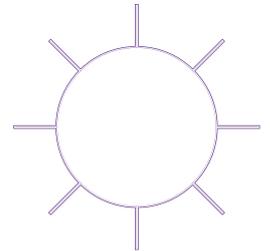
Actividad enfocada a intervenir en las actividades de ocio de nuestros residentes, favoreciendo una ocupación activa, estimulando las relaciones sociales y el interés por la cultura y el conocimiento.

Actividades

Se organizan salidas programadas a diferentes instituciones, museos, jardines, palacios, parques...; siempre adaptadas a las necesidades y gustos de nuestros residentes.

Frecuencia

Se realizan un par de veces al mes, dependiendo de las estaciones del año.



TERAPIA OCUPACIONAL | Actividades tarde



ESTIMULACIÓN DE LA MARCHA

En esta actividad, que se realiza de forma individual, se estimula la marcha y el equilibrio donde se persiguen objetivos como el fortalecimiento muscular, la disminución de los episodios de agitación y vagabundeos, y la disminución del riesgo de caída.

Frecuencia

4 días/semana

TALLER DE PRENSA

De forma grupal los residentes se colocan formando un semicírculo, el terapeuta lee las noticias más importantes del momento y creamos un debate: cada uno muestra su punto de vista y entre todos las comentan.

Frecuencia

1 día/semana

ESTIMULACIÓN COGNITIVA

En ella los residentes, de forma individual, realizan todo tipo de ejercicios. El material utilizado es muy diverso, como fichas de estimulación cognitiva, tarjetas, material manipulativo, etc.

El objetivo es el mantenimiento y mejora de las funciones cognitivas: memoria, atención, lenguaje, cálculo, praxias, gnosias, percepción, funciones ejecutivas.

Frecuencia

1 día/semana

MUSICOTERAPIA

De forma grupal se crea en la sala un espacio de reminiscencia musical: en ella los residentes hacen memoria de música y canciones de su época mediante el empleo de canciones por escrito, cantando, escuchando y viendo actuaciones de artistas por todos ellos conocidos.

Frecuencia

1 día/semana

ACTIVIDADES CREATIVAS

En este taller los residentes, de manera individual, estimulan su creatividad e imaginación a través de diversas formas: manualidades, dibujos, pintura, etc

Frecuencia

1 día/semana

TERAPIA OCUPACIONAL | Actividades tarde

BINGO

En esta actividad los residentes pueden disfrutar jugando al bingo, actividad lúdica que favorece en gran medida diversas funciones cognitivas, como la atención, la memoria y la concentración.

Frecuencia

1 día/semana

AVD ALIMENTACIÓN

En el comedor, se interviene con los residentes con más dependencia en la alimentación y se marcan las pautas al personal auxiliar. Los objetivos perseguidos son aumentar/ mantener la autonomía, mejorar la postura y sedestación al comer y favorecer los tiempos de deglución.

Frecuencia

5 días/semana

TALLER DE COCINA

De manera grupal, se realiza un dulce típico de la fecha actual del año; se preparan los ingredientes, se sigue los pasos de la receta y se elabora. Los objetivos perseguidos son mejorar la destreza manipulativa, estimulación de las funciones ejecutivas y favorecer la socialización y el trabajo en equipo.

Frecuencia

1 día/mes

TALLER DE CINE

Se proyecta una película de diversa temática en la que todos los residentes pueden disfrutarlo de manera grupal. Los objetivos perseguidos son la estimulación de las funciones cognitivas superiores (atención, concentración, memoria), estimulación sensorial, reminiscencia.

Frecuencia

2 días/mes

Desde el departamento de Terapia Ocupacional, valoramos, asesoramos, pautamos y entrenamos en la necesidad y uso de **Ayudas Técnicas y Material de Ortopedia** que facilite o compense en el desempeño de las actividades.

Valoramos e **intervenimos** además en **el entorno** de nuestros residentes, realizando las adaptaciones pertinentes, favoreciendo que se adecue a sus necesidades.



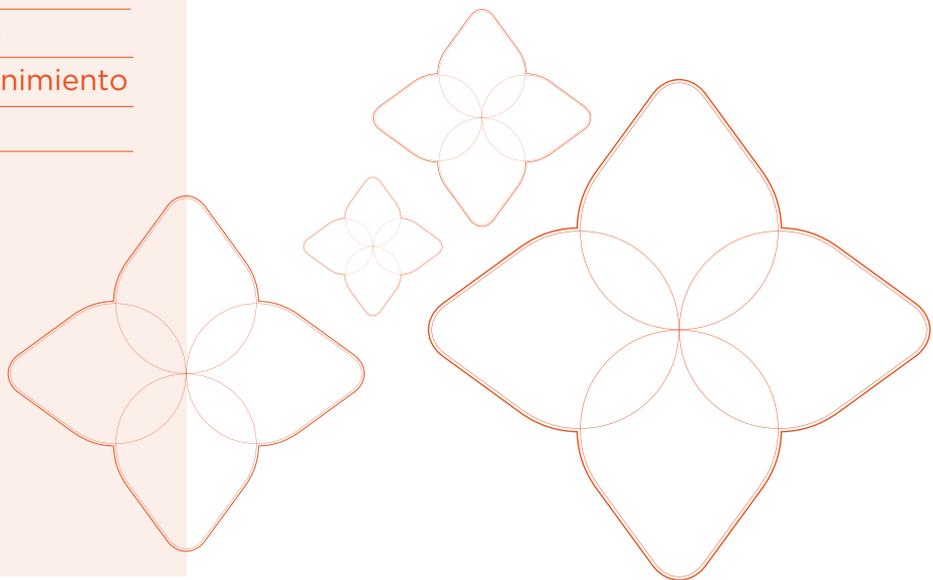
FISIOTERAPIA

Terapia grupal

Geronto gimnasia avanzada

Geronto gimnasia de mantenimiento

Movilizaciones



FISIOTERAPIA | Calendario semanal de actividades

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
09:30 11:00	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL
11:00 12:00	GERONTO GIMNASIA AVANZADA	GERONTO GIMNASIA AVANZADA	GERONTO GIMNASIA AVANZADA	GERONTO GIMNASIA MANTENIMIENTO	GERONTOGIMNASIA AVANZADA + SR*
12:00 13:00	GERONTO GIMNASIA MANTENIMIENTO	GERONTO GIMNASIA SR*	GERONTO GIMNASIA MANTENIMIENTO	GERONTO GIMNASIA SR*	GERONTO GIMNASIA MANTENIMIENTO + SR*
13:00 14:00	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL	TERAPIA GRUPAL
14:30 15:30		MOVILIZACIONES + TERAPIA GRUPAL	MOVILIZACIONES + TERAPIA GRUPAL	MOVILIZACIONES + TERAPIA GRUPAL	

*Silla ruedas

FISIOTERAPIA | Actividades

TERAPIA GRUPAL

Tratamientos adaptados a las necesidades de cada residente.

GERONTO GIMNASIA AVANZADA

Para el mantenimiento del estado funcional general, mejora de la fuerza muscular y coordinación en residentes con una buena condición física.

GERONTO GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Mantenimiento del estado funcional general en residentes con una movilidad algo reducida.

MOVILIZACIONES

Mejorar y/o mantener rangos articulares y evitar retracciones musculares.

ATENCIÓN A DEMENCIAS AVANZADAS

Adaptación del entorno

Movilizaciones pasivas

Plan de higiene individualizada

Terapia de reminiscencia. Coro.

Estimulación cognitiva

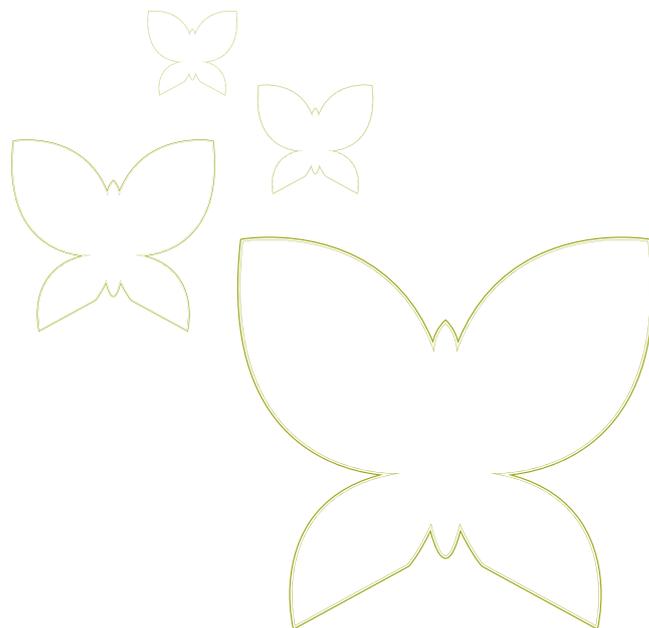
Estimulación sensorial

Terapia de orientación a la realidad

Aromaterapia

Musicoterapia

AVD - Alimentación. Atención a las disfgias



ATENCIÓN A DEMENCIAS AVANZADAS

Calendario semanal de actividades

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
10:00 11:00	ADAPTACIÓN DEL ENTORNO	MUSICOTERAPIA	ADAPTACIÓN DEL ENTORNO	08:00 10:00 10:00 12:00	PLANES DE HIGIENE	MUSICOTERAPIA
11:00 12:00	MOVILIZACIONES PASIVAS	ACTIVIDAD GRUPAL (TOR ⁺ -Lectura del Periódico)	PAI**		VISITAS EN PLANTA	AROMATERAPIA
12:00 13:00	MUSICOTERAPIA CORO	ESTIMULACIÓN SENSORIAL	PAI**		VALORACIÓN DE RESIDENTES (MEC ^{***})	ACTIVIDAD GRUPAL (Estimulación cognitiva)
13:00 14:00	AVD-ALIMENTACIÓN (Atención a Disfagias)					AVD ^{4*} -ALIMENTACIÓN
	SEGUIMIENTOS			SEGUIMIENTOS		

*Terapia Orientación a la realidad **Plan atención individual ***Escala de valoración cognitiva 4*Actividad vida diaria

ATENCIÓN A DEMENCIAS AVANZADAS | Actividades

ADAPTACIÓN DEL ENTORNO

Este programa está enfocado en realizar una valoración del entorno detectando aquellos elementos o estímulos que provoquen malestar o disconfort en el residente, favoreciendo un entorno adaptado a sus necesidades y promocionando una mayor calidad de vida. Atenderemos a modificaciones físicas y ambientales como temperatura adecuada, iluminación adecuada, entorno conocido, cómodo y tranquilo, eliminación de barreras/obstáculos, etc.

MOVILIZACIONES PASIVAS

Nos centraremos en aquellos residentes que no realizan movimientos voluntarios, ni siguen órdenes debido a la evolución de una enfermedad neurodegenerativa, (como Enfermedad de Alzheimer, etc). Realizaremos movilizaciones físicas pasivas con la amplitud y dirección que la articulación permita, sin forzar, con el fin de evitar la deformidad, rigideces, UPP's, contracturas, retrasar encamamiento y alteraciones musculares y articulares.

PLAN DE HIGIENE INDIVIDUALIZADA

Mediante este programa detectamos cualquier tipo de sufrimiento en el residente durante el proceso de higiene, interviniendo con el fin de adaptarlo para que sea una experiencia en la medida de lo posible placentera.

Detectaremos también conductas de resistencia a la higiene con el fin de mejorar el aseo y la apariencia personal.

ATENCIÓN A DEMENCIAS AVANZADAS | Actividades

TERAPIA DE REMINISCENCIA. CORO.

A través de la utilización del recuerdo y el canto de canciones populares y significativas para el residente, estimularemos las funciones cognitivas superiores, la expresión verbal, mejoraremos el estado de ánimo y fomentaremos las relaciones sociales. En definitiva utilizaremos el canto de canciones populares como una herramienta de estimulación.

ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Mediante la utilización de diversos recursos (fichas, puzzles, ejercicios, actividades, etc....) trabajaremos las funciones cognitivas superiores preservadas. Este programa está dirigido a aquellas personas que por diversos motivos como déficits importantes de atención, concentración, alteración de conducta, etc, no pueden beneficiarse de un programa de estimulación cognitiva en grupo porque necesitan una atención más especializada e individualizada.

ESTIMULACIÓN SENSORIAL

Programa dirigido a personas con algún tipo de demencia con el fin de proporcionar una experiencia multisensorial, estimulando los sentidos (visual, auditivo, táctil, propioceptivo) y proporcionar un tiempo dedicado a la relajación y el confort. Utilizaremos diversos estímulos sensoriales, (como experiencias táctiles, variedades de estimulación a través de frangancias y uso de distintos sonidos que evocan a situaciones conocidas por los usuarios)

TERAPIA DE ORIENTACIÓN A LA REALIDAD

Utilizaremos la lectura de las noticias más relevantes de la actualidad para trabajar las funciones cognitivas superiores (orientación témporo espacial, lenguaje, memoria, capacidad de atención y concentración, etc). De ésta forma favoreceremos la conexión con el entorno que nos rodea, evitaremos el aislamiento fomentando las relaciones sociales. El grupo será de 5-6 personas máximo y nos centraremos en aquellas personas con dificultades de relación y con tendencia al aislamiento y retraimiento.



ATENCIÓN A DEMENCIAS AVANZADAS | Actividades

AROMATERAPIA

A través de este programa utilizaremos los aceites puramente esenciales de plantas aromáticas para ayudar a aliviar los problemas de salud y mejorarla calidad de vida.

La aromaterapia es una parte de la disciplina de la fitoterapia, uso de plantas o partes de plantas con propósitos medicinales. Los aceites esenciales de plantas aromáticas como la menta, mejorana, bergamota, rosa, geranio, etc, proporcionan relajación y reposo, disminuyen el dolor, reducen los síntomas depresivos y poseen un efecto tranquilizante.

Utilizaremos la aromaterapia en personas con demencia para reducir las alteraciones de conducta, promover el reposo y estimular el comportamiento motivacional.

MUSICOTERAPIA

Programa dirigido a mantener y estimular las capacidades cognitivas superiores mediante el estímulo musical, reducir la agitación/ disconfort favoreciendo un clima de bienestar a través de la música.

De ésta forma favorecemos emociones positivas, evitamos la apatía y la desconexión con el entorno.

Utilizaremos música significativa para el residente que despierte emociones y causen en la persona algún tipo de respuesta.

AVD - ALIMENTACIÓN. Atención a las DISFAGIAS

Este programa está dirigido a aquellos residentes con demencia con problemas de alimentación, deglución y posible desnutrición. Los objetivos a trabajar son favorecer la autonomía en la medida de los posible, favorecer que la experiencia alimentaría sea placentera, detectar/ intervenir problemas de deglución, mejorar el apetito, estimular el gusto, olfato y vista.

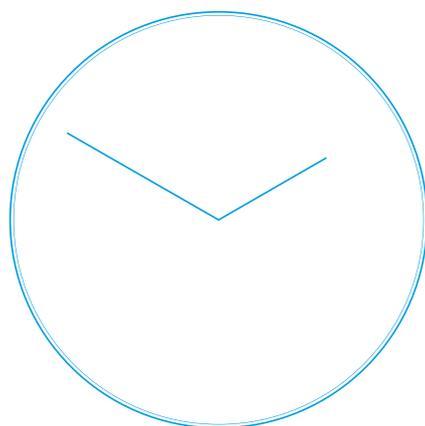
Para ello nos centraremos en la aplicación de un protocolo específico de atención a disfagias.



HORARIOS

HORARIOS DE COMEDOR

	Desayuno	Comida	Merienda	Cena
Primer turno	09:00 - 10:00	13:00 - 14:00	16:00 - 17:30	19:00 - 20:00
Segundo turno	10:00 - 11:00	14:00 - 15:00	16:00 - 17:30	20:00 - 21:00



TERAPIA OCUPACIONAL

De lunes a viernes de 08:00 a 20:00

ENFERMERÍA

De lunes a domingo 24 horas

MÉDICO

De lunes a domingo 24 horas

FISIOTERAPIA

De lunes a viernes de 09:00 a 20:00

ADMINISTRACIÓN

De lunes a viernes de 09:00 a 21:00

VISITAS

Director/a: Mañanas y tardes previa concertación

Supervisión: Mañanas y tardes previa concertación

Trabajador Social: Mañanas y tardes previa concertación

RESIDENTES

Todos los días de 11:00 a 13:00 horas / 16:00 a 20:00 horas