



PLAN DE ENVEJECIMIENTO: PROGRAMA “BUENA VEJEZ”

*Para un Envejecimiento Activo de las
Personas con Discapacidad Intelectual de
ASPRONAGA y sus familias.*

Febrero 2019



¿QUÉ TENEMOS AHORA?

Personas:

- Muchas PCDI mayores
- Muchas más en los próximos años
- Padres también mayores que, a veces, no se dejan ayudar
- Hermanos que quieren ayudar y no les dejan o no saben cómo
- Profesionales formados en discapacidad pero con muchas dudas sobre envejecimiento



Servicios:

- Actividades para los mayores: gerontogimnasia, estimulación cognitiva, ...
- Apoyos más intensos para estas personas
- ACCIONES PUNTUALES, poco estructuradas



¿QUÉ TENEMOS QUE HACER?

- ▶ **Diseñar un programa de “Envejecimiento Activo” o de “Buena Vejez”, para las PCDI que envejecen en ASPRONAGA.**
 - ▶ Fomentar su “envejecimiento activo”: que sigan participando en su entorno, teniendo autonomía y desarrollando actividades laborales o de otro tipo que ellos elijan.
 - ▶ Paliar los efectos negativos que conlleva el proceso de envejecimiento.



Algunos objetivos:

- 1.1. Ver las necesidades de las PCDI, familias y profesionales
- 1.2. Ver también sus preferencias ; averiguar cómo quieren que sea su “vejez” y apoyarlos para que lo consigan. Hay que proporcionarles herramientas para que sigan desarrollándose como personas y continuar con su proyecto de vida.
2. Diseñar una red de apoyos en el entorno familiar, en los centros y en la sociedad: especialización de personal sanitario, recursos asistenciales en el domicilio, apoyos informales, apoyos en ocio....Tenemos que planificar recursos económicos, materiales y humanos.

¿CÓMO LO HACEMOS?

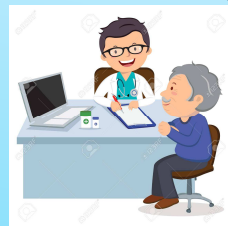
1. IDENTIFICAR:
Averiguamos
necesidades y
expectativas



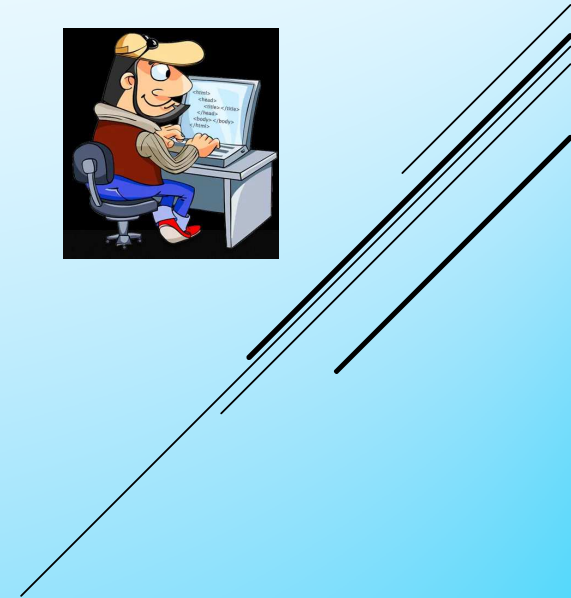
2. PROGRAMAR:
Establecemos
programas de
actuación



3. DESARROLLAR:
Desarrollamos
acciones según las
dimensiones de
calidad de vida



4. EVALUAR:
Valoramos el
incremento de su
calidad de vida



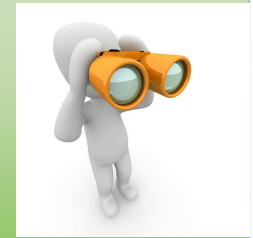
1. IDENTIFICAR



Detectaremos necesidades y expectativas de PCDI mayores, de sus familias, de los profesionales....



Averiguaremos qué están haciendo otros....



Y después averiguaremos qué necesitamos nosotros.....

- ▶ Sesiones de trabajo
- ▶ Encuestas
- ▶ Evaluaciones Individuales de las PCDI: perfiles neuropsicológicos, escalas de calidad de vida
- ▶ PCP (Planificación centrada en la persona) y PPA (Planificación por adelantado del futuro deseado)

Y lo hacemos en base a las dimensiones de calidad de vida....

2. PROGRAMAR

Estableceremos programas de actuación.



Las PCDI participarán en un programa u otro en función de su posible deterioro, derivado del envejecimiento

3. DESARROLLAR

Diseñaremos apoyos en las diferentes áreas, relacionadas con las dimensiones de calidad de vida



Dimensiones de C.V. e Indicadores

¿Qué tenemos que conseguir?

Programas

BIENESTAR MATERIAL:

Estatus económico
Empleo
Vivienda



- Programas de transición a la jubilación,
- Desarrollo de formas alternativas de vivienda y/o estrategias para favorecer el envejecimiento en el entorno habitual,
- Promover políticas de protección social

Fondo Social

BIENESTAR FISICO:

Salud
Atención sanitaria
Actividades de vida diaria



- Programas de promoción de la salud,
- Formación de profesionales sanitarios,
- Coordinación con servicios sanitarios de envejecimiento y PCDI

Ayudas técnicas en el hogar

"Aténdeme, enténdeme"

Geriatras especializados en PCDI

Dimensiones de C.V. e Indicadores

BIENESTAR EMOCIONAL:

Satisfacción
Autoconcepto
Ausencia de estrés



DERECHOS:

Derechos Humanos
Derechos Legales



¿Qué tenemos que conseguir?

- Identificar estresores relacionados con el proceso de envejecimiento
- Incidencia de problemas de salud mental en las PCDI que envejecen
- Formación de profesionales en diagnóstico dual
- Duelo, envejecimiento y DI

- Identificación de derechos que puedan verse especialmente vulnerados durante esta etapa
- Propuestas de actuación para empoderar a las PCDI que envejecen en cuanto a defensa de sus derechos: actividades de formación y autogestión

Programas

Talleres de Duelo

Terapia Canina

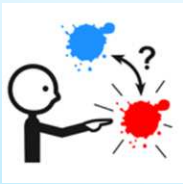
Sala de estimulación multisensorial

Atención médica en salud mental

Dimensiones de C.V. e Indicadores

AUTODETERMINACION:

Autonomía / Control Personal
Metas y valores personales
Elecciones



INCLUSION SOCIAL:

Integración y participación en la comunidad
Roles comunitarios
Apoyos Sociales



¿Qué tenemos que conseguir?

- Estrategias para poner en marcha intervenciones centradas en la persona, que enfatizan la toma de decisiones y el logro de resultados y deseos personales en áreas como la salud y el bienestar físico, la jubilación, el tiempo de ocio, las decisiones con respecto al entorno de vivienda, los aspectos financieros o las decisiones relacionadas con el final de la vida.

- Participación activa de las PCDI mayores en su comunidad
- Opciones de residencia o vivienda que favorecen la inclusión social durante el proceso de envejecimiento de las PCDI

Programas

PPA

Dimensiones de C.V. e Indicadores

¿Qué tenemos que conseguir?

Programas

RELACIONES INTERPERSONALES:

Interacciones
Relaciones
Apoyos



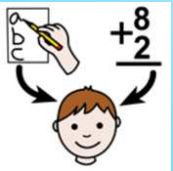
- Fomento de las relaciones interpersonales a través de experiencias de ocio integradas en la comunidad
- Propuestas y estrategias de colaboración con servicios comunitarios y pertenecientes a la red de servicios para la tercera edad.

Programa de Inclusión Social

Intercambios intergeneracionales

DESARROLLO PERSONAL:

Educación
Competencia Personal
Desempeño



- Estrategias y programas para incrementar las oportunidades de aprendizaje durante esta última etapa del ciclo vital
- Revisión de centros de día alternativos o programas que ofrezcan oportunidades de formación y educación.

Plataforma NEURONUP

¿CUÁNDO EMPEZAMOS?

Ya!!!!

Las PCDI mayores y sus familias tienen prisa....
No pueden esperar mucho.



¿QUE VAMOS A NECESITAR?



- **Recursos Humanos:** Profesionales que nos ayuden a desarrollar el proyecto
- **Recursos Económicos:** destinados, entre otras cosas, a profesionales que ayuden a diseñar el proyecto y ponerlo en marcha
- **Apoyos Institucionales:** de servicios de salud, de apoyo en domicilios... Habrá que “moverse” y reivindicar derechos de las PCDI que envejecen.

1. EMPEZAMOS A IDENTIFICAR NECESIDADES Y EXPECTATIVAS

UDC Terapia Ocupacional

Trabajo de fin de grado sobre envejecimiento en PCDI:

1. **Averiguar qué están haciendo otros:**

Revisión bibliográfica

2. **Averiguar qué necesitamos nosotros:**

Diseño y tratamiento de Encuestas

Personal de Atención Directa:

1. **PPA**

Psicólog@s de CLL

1. **Perfiles Neuropsicológicos**
2. **Escalas de Calidad de Vida**

Programa de Envejecimiento de FADEMGA:

1. **Averiguar qué necesitamos nosotros:**
Dinamizar sesiones de trabajo