

LA TERAPIA OCUPACIONAL

Una profesión poco conocida

Por **Irene López Pinilla**

Diplomada en Terapia Ocupacional

Especialista en Terapia Psicomotriz Relacional y Formación Avanzada en Integración



Muy a menudo me pasa que, cuando alguien me pregunta cuál es mi profesión, se inicia una conversación que se torna más extendida, cosa que no me importa, me encanta hablar de una de mis pasiones que es mi profesión y mi vocación: cuidar la salud de las personas.

Por otro lado, esto no sucede cuando a alguien le preguntamos la suya y nos responde por ejemplo que es enfermero de atención primaria o cardiólogo, maestro o que ha sido ajorrador, sobre todo si te has criado en los alrededores de Yeste.

Todavía me choca, y no termino de entender, que todavía no se conoce mucho las funciones del terapeuta ocupacional, aunque es una profesión que encontramos en múltiples áreas de salud, tanto públicas y privadas, y cada vez hay además, centros educativos y servicios de atención primaria, colegios o centros de Día o centros ocupacionales, que cuentan dentro de sus equipos de profesionales con un graduado en Terapia Ocupacional, dentro del equipo y/o ejerciendo funciones de coordinador y dirección de centros, proyectos y orientación vocacional.

A las sedientas de historia, les hablo sobre la aparición de la terapia ocupacional en el año 2600 A.C. en la antigua China, donde se recogen reportes sobre el valor para salud que tiene la ocupación. Posteriormente los egipcios, los griegos o los romanos, la utilizaron con distintas connotaciones. Recuerden lo de “men sana in corpore sano” del poeta romano que habla sobre el equilibrio ocupacional, esto entendido como el autocuidado, el trabajo y las actividades de ocio...cuando falla algo, o hay una descompensación entre unas y otras...uno no termina de sentirse bien, ¿Verdad?

En el campo de la salud mental entre los siglos XVIII y XIX se comienza a utilizar

la terapia ocupacional como herramienta para el abordaje de personas con enfermedades mentales. Se observó que la ocupación organizaba su vida, generando rutinas y con ello se reducían las conductas desadaptadas. Se les empezó a dar oportunidades y a visibilizar en una sociedad que antes les mantenía “escondidos”.

Con el estallido de la I Guerra Mundial en 1914, los países se dieron cuenta de que muchos de sus heridos tenían dificultades para volver a su vida anterior debido a sus graves lesiones físicas. Sin embargo, no fue hasta el final de la II Guerra Mundial cuando se reconoció la terapia ocupacional como una profesión.

En España, se empieza a desarrollar desde los años 60, pero sobre todo en los años 90 cuando se convierte en titulación Universitaria.

La terapia ocupacional es un grado universitario y una profesión sociosanitaria que consiste en el uso terapéutico de las actividades de cuidado, trabajo y juego para incrementar la participación autónoma y prevenir la discapacidad. Puede incluir la adaptación de tareas o del entorno para alcanzar la máxima independencia y para aumentar la calidad de vida de las personas y comunidades.

¿Cómo lo hacemos? Comenzamos un análisis exhaustivo de la persona, su historia de vida, sus valores, sus intereses y sus necesidades y preocupaciones, siempre que se pueda en colaboración con su familia y red de apoyo. Esto es el eje central que guiará el proceso de valoración e identificación de las causas que limitan a esa persona la participación en las actividades de la vida diaria (autocuidado, laborales, educativas o de ocio) y después el razonamiento clínico favorecerá la elección de herramientas de medición del estado actual, valoraciones estandarizadas que nos servirán para

establecer línea base, concretar objetivos y evaluar resultados. Hasta este punto, el Terapeuta Ocupacional se coordina con el resto de servicios sanitarios, técnicos, especialistas y/o maestros, orientadores para obtener y compartir información y establecer un plan de tratamiento, prioridades y estrategias para conseguir los objetivos que persigue la persona.

La herramienta de trabajo principal es la ocupación y aquellas actividades que forman parte del repertorio natural y roles que desempeña la persona, ajustadas a su momento vital y a sus gustos e intereses (la rehabilitación de un hombre adulto con un ictus recién sucedido, no conllevará las mismas actividades que un niño de 5 años con problemas de aprendizaje y la comunicación). La motivación interna o lo que una persona valore y disfrute, va a repercutir en su estado de bienestar, en su compromiso e implicación con en el tratamiento.

A veces la persona encuentra barreras, físicas o arquitectónicas, sociales, o las condiciones de su limitación no hacen posible una recuperación. En esos casos el terapeuta ocupacional evalúa, asesora y entrena a la persona, familia, resto del equipo de cuidados o educativo, sobre la eliminación de barreras arquitectónicas y adaptaciones en el domicilio, u objetos de su vida diaria que hacen posible que esa persona participe de manera más autónoma y agradable eliminando accidentes o deformidades o favoreciendo la comunicación y la accesibilidad a su vivienda, colegio y comunidad.

¡Ya lo saben! Ponga un Terapeuta Ocupacional en su vida, si cree que lo puede necesitar.

Para más información puede ponerse en contacto con el Colegio Oficial de Terapeutas Ocupacionales de Castilla La Mancha o con la Asociación Española de Integración Sensorial ■