

## **1.-DATOS DE LA ENTIDAD**

### **A. Identificación de la entidad**

- **Denominación:**  
ASOCIACION NORA DE APOYO A PERSONAS CON PARALISIS CEREBRAL Y/O DISCAPACIDAD INTELECTUAL
- **Régimen Jurídico:**  
Asociación sin ánimo de lucro al amparo de la Ley Orgánica 1/2002, de Mayo reguladora del Derecho de Asociación.
- **Registro de Asociaciones:**  
Registro de Asociaciones del Principado de Asturias, Consejería de Economía y Administración Pública
- **Registro y fecha de inscripción:**  
Registro de Asociaciones del Principado de Asturias  
6 de Agosto de 1.992
- **Número de Inscripción:**  
Nº 3618 de la sección primera
- **Fecha de inscripción**  
6 de Agosto de 1992
- **CIF**  
G-33374612
- **Ministerio del Interior:**  
Declarada de Utilidad Pública por Orden del Ministerio del Interior de 7 de Mayo de 2013
- **Registro Sanitario:**  
Reg. Sanitario nº C.3/4081

### **B. Domicilio de la entidad**

Dirección:	C/ Falo Moro, Bajo s/n
Código Postal	33510
Población/Provincia:	Pola de Siero - Asturias
Teléfono:	985 72 48 11
Fax:	984 28 37 17
Correo electrónico	asociacion.nora@gmail.com
Página Web:	asociacionnora.com

## **2.-FINES ESTATUTARIOS**

- **Potenciar la Normalización** de las personas con parálisis cerebral y/o deficiencia psíquica, entendiendo la normalización como la posibilidad de que una persona con discapacidad lleve a cabo una vida tan normal como sea posible.
- **Favorecer la integración** personal, laboral y social del paralítico cerebral y deficiente psíquico.

- **Difundir y divulgar** la realidad de la persona con parálisis cerebral y/o deficiencia psíquica.
- **Orientar y asesorar** sobre la problemática de la persona con parálisis cerebral y/o deficiencia psíquica a interesados en el tema en general y a las familias afectadas en particular.
- **Desarrollar fórmulas y vías de financiación** que contribuyan a generar los recursos económicos necesarios para la realización de sus actividades y establecer mayores niveles de independencia económica como asociación.

### **3.- NUMERO DE SOCIOS**

- **Número de Personas que componen la entidad:**
  - Número total de Socios: 274 personas
  - Número de personas físicas asociadas: 269 personas
  - Socios afectados: 75 personas
  - Socios colaboradores: 199 personas
  - Número y naturaleza de las personas jurídicas asociadas:
    - Ayuntamiento de Siero (Socio de Honor)
    - 3 Empresas Privadas
    - 1 Asociación de Padres y Madres de Alumnos Colegio Público

### **4.- ACTIVIDADES DESARROLLADAS, RESULTADOS Y BENEFICIARIOS.**

#### **A. Identificación de la actividad:**

#### **- ACTIVIDAD:**

CENTRO DE APOYO A PERSONAS CON PARÁLISIS CEREBRAL Y/O DISCAPACIDAD PSÍQUICA.

#### **- SERVICIOS:**

##### **a) OFICINA DE GESTION Y ADMINISTRACION**

La oficina de gestión y administración se ocupa de planificar, coordinar y articular los programas de la entidad que son ejecutados con la ayuda del equipo terapéutico, la trabajadora social y el voluntariado. Mantenemos como punto clave el trabajo en equipo y la comunicación, herramientas muy importantes y de gran eficacia a la hora de promover la mejora continua en la gestión de la organización.

En el 2016 atendimos a 75 personas con discapacidad y a sus familias y acogimos a 5 nuevos usuarios que acudieron a nuestra asociación buscando información y apoyo, posteriormente se sumaron a nosotros como socios.

La búsqueda de financiación se ha centrado en la gestión de los siguientes proyectos y ayudas, los proyectos son gestionados por la gerente y la trabajadora social:

- **Convenio con el Ayuntamiento de Siero.**
- **Ayuntamiento de Nava:**
  - Subvención de colaboración para programas terapéuticos.
- **Consejería de Bienestar Social:**
  - subvenciones a entidades sin ánimo de lucro para el desarrollo de programas en el ámbito de los servicios sociales especializados dirigidos a personas con discapacidad: **“Servicio de orientación a familias”**.
  - subvenciones a entidades sin ánimo de lucro para el desarrollo de actuaciones en el ámbito del voluntariado: **“Actividades del Club de Ocio”**.
- **Consejería de Sanidad y Salud:**
  - Convocatoria de concesión de subvenciones a asociaciones y fundaciones sin ánimo de lucro entre cuyos objetivos se incluya la atención a pacientes o familiares de pacientes con enfermedades crónicas: **“Programa de rehabilitación física y neuropsicológica 2016”**.
- **Obra Social Caja Rural:**
  - Equipo interdisciplinar
- **Fundación Fernández Vega:**
  - Campaña de consultas oftalmológicas gratuitas.
- **Plan de prioridades ASPACE:**
  - Equipamiento: “Mejora del equipamiento de la Entidad” – Ministerio de Sanidad y Política Social.
  - Personal: “Integración de las personas con discapacidad y orientación a sus familias” – Ministerio de Sanidad y Política Social.
- **CAF América:**
  - Donaciones internacionales.

Desde el 2008 gestionamos la publicación de la **revista NORA**, este año editamos su publicación nº 16, con la participación de los usuarios de la asociación, especialmente de los que forman parte del taller de informática.

## **b) SERVICIO DE ORIENTACION Y APOYO**

Desde el servicio de orientación y apoyo ofrecemos:

- **Orientación y asesoramiento** a usuarios, familias, particulares (personas con o sin discapacidad) o cualquier persona que lo requiera sobre sus derechos y sobre los recursos existentes para el colectivo.
- **Información** sobre los recursos y servicios que existen dentro de la Comunidad Autónoma de Asturias, y del propio municipio de Siero.
- Orientación para la tramitación de **solicitudes ante Instituciones y dependiendo de los casos tramitación de las mismas.**
- **Canalización de las problemáticas** específicas presentadas por las personas con discapacidad, realizando el seguimiento que cada caso requiere.
- **Análisis y recogida de los datos de problemas** que plantea el colectivo de personas con discapacidad.
- Divulgación y trabajo sobre los **temas de mayor demanda.**
- Remisión de **documentación de interés.**
- **Información general y específica** relativa a las demandas planteadas: legislación, prestaciones, formación, ayudas, subvenciones, ley de dependencia....
- **Coordinación con otros agentes del Tercer Sector.**
- **Tramitación** de subvenciones públicas y privadas en favor de la Entidad, así como su justificación en caso de concesión.

Este año 2016 se ha realizado la Entrevista social, y posteriormente el Informe Social de la incorporación de siete usuarios nuevos. Se les ha orientado y asesorado sobre los recursos sociales existentes en Asturias y sobre la variación en las prestaciones sociales, así como del procedimiento, trámites y documentación en becas y ayudas. Se han tramitado ayudas de transporte individuales para recursos de atención especializada a dos usuarios, y ayudas individuales en favor de recursos a dos usuarios de la entidad. Además, se ha asesorado a otro usuario sobre el tema de las ayudas individuales.

## **c) PROGRAMA DEL EQUIPO TRANSDISCIPLINAR**

La metodología empleada continua siéndola misma puesto que es la que mejores resultados nos proporciona, la coordinación del equipo profesional para garantizar siempre la máxima calidad de los tratamientos y programas ofrecidos, reuniones de equipo terapéutico (tres horas por semana para intercambiar información y observaciones sobre el progreso de cada usuario y realizar las modificaciones necesarias en los objetivos, metodología, etc.) son muy importantes para un plan de tratamiento efectivo. Las profesionales comparten información para poder aplicar los conocimientos y

experiencias de otras disciplinas e incorporarlos a su práctica para mejorar la intervención. Cada caso se trata de forma individualizada.

**Visitas de coordinación** a los distintos centros educativos, colegios, y clínicas privadas a las que acuden nuestros usuarios, con el fin de unificar los objetivos y utilizar la misma metodología para no confundir a los usuarios y alcanzar los objetivos. Además de las reuniones anuales entre el equipo terapéutico de Nora y los tutores y/o profesores de apoyo, se mantiene una comunicación continuada a través de los padres y/o por correo electrónico para coordinar actuaciones y optimizar los resultados.

### **c.1) SESIONES INDIVIDUALES**

Sesiones programadas por los servicios de Psicología, Fisioterapia, Logopedia y Terapia Ocupacional. Se proponen a los usuarios cuando el equipo terapéutico considera que la **intervención individual** es el forma idónea de conseguir los objetivos propuestos, bien porque necesiten una atención más específica o bien porque no haya usuarios de las mismas características, edades similares u objetivos comunes.

#### **c.1.1- SERVICIO DE FISIOTERAPIA**

En febrero de 2016 hubo un cambio de profesional en el servicio de fisioterapia; por eso esta memoria recoge el periodo desde febrero hasta diciembre.

El servicio de fisioterapia de la Asociación Nora ha atendido a un total de 14 usuarios en sesiones individuales durante este año. En algunos casos, la mayoría, sesiones individuales programadas y semanales ya que las necesidades físicas y motoras de estos usuarios así lo requerían; y en otro casos sesiones puntuales de adultos con patologías musculoesqueléticas más agudas, que requerían sesiones ocasionales.

En cada usuario nos marcamos unos objetivos concretos pero los objetivos planteados de manera general por el servicio han sido los siguientes:

- Reeducación de los NEM (niveles de evolución motriz), adquiriendo los movimientos y patrones normales.
- Mejora de la postura en las diferentes actividades, buscando siempre la más funcional para cada usuario y para cada actividad. Para ello trabajamos la alineación, el control del eje corporal.
- Normalizar el tono muscular, en el caso de que exista un tono patológico.



- Prevenir deformidades ortopédicas y también prevenir el dolor que estas conllevas, o minimizarlas o evitar que aumenten en caso de que ya existan.
- Trabajar para la mejora de la psicomotricidad global y el equilibrio de los usuarios.
- Disminuir el dolor en los casos que exista.
- Conseguir máxima fluidez y funcionalidad en los patrones de movimiento y actividades de los usuarios.
- Trabajo de la sensibilidad táctil.
- Trabajo de la propiocepción y consciencia del propio cuerpo, así como el esquema corporal y la lateralidad.
- Refuerzo del trabajo de la motricidad fina.
- Trabajo específico de la coordinación global del cuerpo, en movimientos simultáneos, en la marcha, o también la coordinación oculo-manual bimanual, óculo-pédica y los encadenamientos musculares intentando integrar el gesto.
- Prevenir o tratar complicaciones respiratorias propias de nuestros usuarios, utilizando para ello las herramientas que nos ofrece la fisioterapia respiratoria. Buscaremos mejorar la mecánica ventilatoria, y evitar las infecciones de repetición.
- Orientación a las familias de ayudas técnicas o consejos de posturas, o terapias alternativas. Intentamos conseguir una implicación de las familias en la intervención del usuario, sobre todo en los más pequeños.
- Aumentar o mantener rangos articulares.
- Trabajo muscular específico, en los casos que no hay tono patológico, para conseguir aumentar la fuerza muscular.

Estos objetivos se adaptan a cada usuario según sus necesidades, trabajamos con todo el material disponible, en el mejor ambiente posible y haciendo sesiones dinámicas que se alejan de la rutina, la repetición y el aburrimiento. Además en la asociación contamos con un equipo multidisciplinar terapéutico, que está en constante comunicación y colaboración, pudiendo reforzar necesidades de sus ámbitos en cualquier sesión individual.

Además hay que tener en cuenta las diferentes franjas de edad con las que se trabaja en el servicio, por eso estos objetivos se adaptan a cada edad, y siempre son generales.

### **c.1.2- SERVICIO DE TERAPIA OCUPACIONAL**

#### **Intervención terapéutica:**

A lo largo del año 2016, han formado parte del servicio de Terapia Ocupacional 17 usuarios, siendo los mismos que durante el curso escolar anterior los objetivos generales se han mantenido, añadiendo pequeñas modificaciones. Estos objetivos no se han planteado de forma estricta desde el servicio de Terapia Ocupacional sino que han sido pautados atendiendo a las necesidades marcadas por los usuarios y sus familiares.

Las sesiones han estado repartidas, como viene siendo habitual, en sesiones individuales y grupales, con una duración de 50 minutos a excepción de una usuaria que recibe una sesión individual de 90 minutos. Se han llevado a cabo 14 sesiones individuales y 3 sesiones grupales a la semana.

El objetivo general perseguido desde el servicio de Terapia Ocupacional es el mismo que durante el curso anterior. Dicho objetivo es: mantener y/o mejorar la autonomía e independencia de los usuarios en todos los aspectos de su vida diaria (alimentación, higiene y aseo, vestido, manejo del euro, manejo de sillas de ruedas, manejo de útiles escolares...).

#### **Objetivos planteados para el curso 2016 desde el servicio de Terapia Ocupacional:**



Los objetivos se han establecido partiendo del marco de trabajo para la práctica de Terapia Ocupacional (AOTA). De esta forma, se trabajan las áreas de ocupación necesarias en función de las características de los usuarios que forman parte del servicio. Asimismo, se utilizan las premisas marcadas en las “Buenas Prácticas” utilizando el enfoque de la atención centrada en la persona, haciendo que nuestros usuarios sean no solo meros espectadores de su tratamiento sino parte fundamental del mismo, basando las actuaciones en sus gustos

y preferencias.

Los objetivos planteados se han formulado atendiendo a las áreas de Ocupación de nuestros usuarios (Actividades de la Vida Diaria, Actividades Instrumentales de Vida Diaria, Descanso y Sueño, Educación, Juego, Ocio y Tiempo Libre, y Participación Social). Así mismo, para su consecución es necesario trabajar las destrezas de ejecución contando con los patrones de ejecución y los contextos y entornos.

- Incrementar la autonomía o independencia en las Actividades Vida Diaria (ABVD):



- Bañarse o ducharse, cuidado del intestino y la vejiga, vestirse y desvestirse, comer, alimentarse, movilidad funcional, cuidado de los dispositivos de atención personal, higiene y arreglo personal y aseo e higiene en el inodoro.
- Fomentar un óptimo desarrollo en las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD):
  - Cuidado de otros (incluyendo seleccionar y supervisar a los cuidadores), cuidado de mascotas, gestión de la comunicación, movilidad en la comunidad, manejo del euro, gestión y mantenimiento de la salud, establecimiento y gestión del hogar (preparación de la comida y limpieza), mantenimiento de la seguridad y responder a la emergencia y realización de compras.
- Potenciar sus capacidades para el máximo aprovechamiento en el ámbito educativo:
  - Uso de útiles escolares (tajalápiz, regla, goma, estuche, lápices, mochila...) así como adaptación de los mismos y el entorno, si fuese necesario.
  - Exploración de las necesidades educativas para facilitar la participación en la educación formal.
- Facilitar la participación en el juego puesto que es la principal ocupación en la vida humana:
  - Exploración del juego y participación en el mismo, adaptando juguetes, facilitando la comprensión de las reglas del juego, etc.
  - Práctica de los distintos tipos de juegos: juego simbólico, juego de reglas y juego de construcción.
- Mejorar la calidad de su ocio o tiempo libre:
  - Tanto en la exploración como en la participación.
- Mejorar la participación social:
  - Participación en la comunidad, en la familia y con los compañeros, y amigos.

Para ello, como hemos dicho anteriormente, es primordial la adquisición de ciertos pre-requisitos que ayuden a la correcta realización de las actividades planteadas.

Estos son:

- Estimular el desarrollo de los pre-requisitos sensorio-motores necesarios para la consecución de autonomía: control de cabeza y tronco, coordinación dinámica de miembros superiores, control manipulativo, motricidad fina, etc.

- Proporcionar un correcto posicionamiento de los usuarios en todos los ámbitos de su vida y en todas sus actividades cotidianas previniendo, de esta forma, cualquier complicación ortopédica que pudiera aparecer.
- Facilitar la adquisición de destrezas sensoriales perceptuales.
- Alcanzar una función manipulativa más evolucionada:
  - Perfeccionar el control postural y la motricidad gruesa.
  - Optimizar la actividad funcional de miembros superiores.
  - Mejorar el control de la presión.
  - Incrementar la coordinación bimanual y la coordinación visomotora.
  - Reforzar la motricidad fina, las habilidades manipulativas y la realización de las diversas pinzas, incidiendo sobre todo en la que se usa para coger el lápiz ya que el ámbito educativo es fundamental para nuestros usuarios.
- Favorecer la adquisición de destrezas cognitivas, de regulación emocional, de comunicación y sociales.
- Estimular aspectos sensoriales (a nivel táctil, propioceptivo, vestibular, rastreos visuales, estereognosias)

Además de todo lo anteriormente mencionado el servicio de Terapia Ocupacional también se encarga de:

Orientar y asesorar a las familias sobre productos de apoyo y adaptaciones funcionales que mejoren la autonomía/independencia del usuario, así como, el entrenamiento oportuno en el uso de las mismas. Igualmente se encarga del asesoramiento para la eliminación de barreras arquitectónicas en el domicilio, en el colegio, etc.

### **c.1.3- SERVICIO DE PSICOLOGÍA**

El servicio de Psicología se trabaja a lo largo de tres áreas interrelacionadas:

- *Usuarios:* se refiere al grueso del trabajo realizado. A lo largo del año 2016 se ha atendido en el Servicio de Psicología un total de 19 usuarios que se han distribuido en terapias individuales (cuya duración es de 50 minutos por sesión) y terapias grupales. En relación a las terapias grupales, éstas se pueden dividir en dos tipos:
  - Las programadas semanalmente en las que participan 4 usuarios dándose la característica de que 2 de estos usuarios también acuden a terapia individual y,
  - Las que se realizan mensualmente, en las que participan todos los usuarios que asisten a las diferentes terapias de la Asociación. En este tipo de sesiones se

tiene como objetivo principal trabajar las habilidades sociales así como otros objetivos ya existentes en cada uno de los participantes.

- **Familia:** la familia es una de las áreas fundamentales del trabajo realizado en la Asociación Nora pues ésta es la que va a facilitar la extensión del trabajo realizado con los usuarios a otros ámbitos. Además del trabajo cognitivo propiamente dicho, este Servicio facilita el asesoramiento a las familias en todo lo que acontece en las diferentes sesiones, así como en las dudas y necesidad de información que estas pudieran tener.
- **Profesionales:** dentro de este ámbito se dan dos posibilidades:
  - Profesionales de la Asociación, es decir, como intervención interdisciplinar que se da en la Asociación, cualquier servicio puede necesitar del apoyo, guía, asesoramiento de otro servicio de la Asociación para trabajar con un usuario, de ahí que también se preste este tipo de asesoramiento y en caso de ser necesario intervención. Principalmente, este asesoramiento se basa en conductas disruptivas, estimulación cognitiva y programas de reforzamiento.
  - Otros profesionales, el servicio de psicología, al igual que el resto de servicios, están a la disposición de asesorar a otros profesionales (educadores, maestros, orientadores,...) bien de forma individual a través de entrevistas con los mismos o bien en las reuniones anuales que se realizan en los centros a los que acuden los usuarios de la Asociación Nora.

Un año más el *objetivo general* que persigue desde el área de psicología es **mantener y/o incrementar** las capacidades cognitivas de los usuarios asistentes a las diferentes sesiones de terapia para, de esta forma, poder incidir favorablemente sobre la salud psíquica de los diferentes usuarios aunando el trabajo en habilidades sociales y modificación conductual lo que facilitará una interacción social adecuada y de calidad.

**Intervención terapéutica:** basándose en los resultados obtenidos a lo largo de los años anteriores, la Intervención se realiza de forma individualizada, lo que implica una adaptación constante de todo aquello que se quiera trabajar a las necesidades individuales de cada usuario. Esta adaptación individual implica, no solo tener en cuenta las capacidades cognitivas de cada uno de ellos, sino también los gustos, motivaciones e intereses individuales para que todo aquello que se realiza en la terapia resulte, en mayor medida, motivante para el usuario, facilitando así una actitud activa frente a la terapia.

Como se indicaba anteriormente, la interacción social es muy importante, de ahí que como el año anterior, se mantuvo las sesiones grupales en el mes de Julio, teniendo estas un carácter más lúdico, flexible cooperativas, interaccionales,..., que faciliten el trabajo cognitivo así como el entrenamiento de habilidades sociales y la buena adaptación y regulación del comportamiento a una situación social.

**Rehabilitación neuropsicológica** o rehabilitación de las funciones cerebrales superiores, es un método terapéutico cuyo objetivo principal es mejorar o compensar los déficits neurocognitivos producidos por procesos que afectan al funcionamiento normal del cerebro.

Existen diferentes causas (enfermedades neurológicas, afecciones psicológicas, traumatismos,...) que pueden desencadenar en dificultades en las capacidades de atención, memoria, lenguaje, razonamiento, organización, etc. A través de la terapia de rehabilitación cognitiva se procura restaurar esas funciones o compensar su pérdida a través del aprendizaje de otras habilidades.

El paso previo para poder establecer un buen programa de rehabilitación neuropsicológica, es la realización de una correcta evaluación a través de pruebas psicométricas estandarizadas (cumpliendo así los criterios de validez y fiabilidad necesarios) presentes en la docimoteca de la Asociación Nora.

Con esta evaluación neuropsicológica se obtiene una visión de aquellas regiones cerebrales con una mayor afectación, esto nos permite, una vez estudiado, comenzar el trabajo de estimulación/rehabilitación de las mismas. De no poder realizar esta estimulación/rehabilitación (por no ser susceptible a ello) se comienza el trabajo en la compensación de aquellas funciones cognitivas afectadas. Según esto, las Técnicas de Rehabilitación Cognitiva que podemos emplear son:

- Restauración de la función dañada: Empleando técnicas de estimulación y entrenamiento cognitivo.
- Compensación de la función perdida: Las actividades tienen un objetivo funcional, se emplean estrategias alternativas o ayudas externas.
- Optimización de las funciones residuales: Donde lo que se busca es fomentar las funciones no afectadas.
- Técnicas de Modificación de conducta cognitivo-conductuales.
- Mixta: utilización de las técnicas anteriores de modo combinado.

Todo esto se realiza de una forma individual, tanto la valoración previa, como el trabajo terapéutico propiamente dicho.

Aquí, al igual que en otras terapias, también se incluye el **entrenamiento en Habilidades Sociales**, lo que sigue siendo el objetivo último compartido por todos los servicios, pues su conocimiento y entrenamiento correlacionan directamente con las posibilidades de integración social del usuario.

Otros de los aspectos a tratar dentro del Servicio de Psicología son:

**Tratar alteraciones emocionales:** que pueden ser debidas a dos causas o motivos:

- Causada por factores externos no controlables que producen de forma secundaria una alteración emocional (ejemplo: fallecimiento de un ser querido...). Este tipo de intervención se ha realizado de forma puntual a lo largo de este curso
- Causada por una alteración cerebral (ejemplo: impulsividad, labilidad emocional...).

**Modificación de conducta** su realización puede ser debida a una alteración primaria o a una alteración secundaria a alteración cognitivo-ejecutiva y siguiendo un marco teórico

cognitivo – conductual, se siguen realizando las mismas intervenciones que en cursos anteriores y entre ellas se encuentran:

- Modificación de conductas disruptivas
- Introducción en técnicas de relajación.
- Modificación de conductas estereotipadas.
- Conocimiento de técnicas de control de los impulsos.
- Regulación de la conducta, para conseguir la autorregulación.
- Control de ideas obsesivas.
- Modificación del pensamiento desadaptado/irracional.
- Resolución de problemas.
- Entrenamiento en autoinstrucciones.

**Atención psicológica puntual a padres/familias.** Con esta intervención se busca dar ayuda psicológica a los familiares de los usuarios de los diferentes servicios de la Asociación, en todo lo que implique el proceso de entendimiento y afrontamiento de la enfermedad de su familiar, así como apoyo psicológico en las situaciones de burning – out, duelo por el fallecimiento de un familiar, sentimientos de soledad, sobreprotección del usuario, etc. Este apoyo se realiza con carácter puntual.

En el año 2016 (como en cursos anteriores) no se ha sido necesaria la realización de este tipo de intervenciones de una forma prolongada en el tiempo; lo que sí se han realizado han sido intervenciones específicas, de forma puntual, con el fin de dar instrumentos a los familiares para solucionar problemas específicos y puntuales como “miedo al wc”, “organización del tiempo”, “miedo a estar solo”, formas de trabajo para facilitar la consecución de determinados objetivos,...; que han surgido a lo largo de la convivencia.

#### **c.1.4- REHABILITACION NEUROPSICOLOGICA ESPECIFICA**

##### **Intervención terapéutica.**

Esta intervención terapéutica se realiza a través del trabajo en las siguientes funciones cognitivas:

**Memoria:** existen diferentes causas que pueden producir una pérdida de memoria como puede ser diferentes patologías y el paso de los años. Dentro de esta función cognitivas se trabajan diferentes tipos de memoria (visual, verbal, auditiva, inmediata, de trabajo...) buscan compensar y dar las ayudas necesarias para facilitar el acceso a la información almacenada y a la que es difícil llegar.

**Atención:** es la función cognitiva que nos permite mantener una actividad cognitiva durante un tiempo prolongado, inhibir estímulos irrelevantes focalizando la atención en un objetivo concreto y controlando la impulsividad. Su estimulación/rehabilitación es básica y necesaria pues implica un beneficio en el resto de funciones cognitivas, de tal forma que

existe una correlación positiva entre el beneficio del trabajo en esta función y el beneficio en todas las esferas de la vida del sujeto.

**Funciones visuoespaciales:** su estimulación ayuda a la persona a percibir, comprender y manejarse en el entorno espacial en el que vive.

**Funciones ejecutivas:** estas funciones son básicas en nuestro día a día, pues nos ayudan a enfrentarnos a aquellas situaciones en las que tenemos que planificar, analizar, regular respuestas, resolver problemas, adaptarnos a situaciones nuevas, ser flexibles... El buen funcionamiento de estas funciones es necesario, por tanto, para resolver una situación inesperada, tomar decisiones, adaptarse a las situaciones nuevas, a los cambios.... Por lo que es una función básica en nuestra vida.

**Lenguaje:** como se sabe, el lenguaje es fundamental en la vida de toda persona, pues gracias a él nos comunicamos. La estimulación del lenguaje, es por tanto básica, pues su desarrollo no solo nos facilita la comunicación y la comprensión de los demás, sino que además nos va a facilitar el desarrollo de nuestros pensamientos.

**Gestión emocional:** el objetivo que se persigue en todas las actividades de cada uno de los programas que se realiza es alcanzar el bienestar emocional. Para conseguir esto, es muy importante el trabajo en todo lo relacionado con la identificación, gestión regulación tanto de nuestras emociones como de la de los demás.

Así pues, y teniendo en cuenta todo lo anterior, los objetivos que se persiguen desde la Rehabilitación Neuropsicológica son:

- Incrementar o reforzar los procesos atencionales.
- Favorecer las capacidades perceptivas.
- Potenciar o mejorar las capacidades mnésicas.
- Facilitar o reforzar los procesos cognitivos necesarios para una buena adquisición de los procesos implicados tanto en la lectura como de la escritura, esto realizado en conjunción con el Servicio de Logopedia.
- Incrementar o reforzar la capacidad visoespacial.
- Facilitar o desarrollar una correcta orientación espacial, temporal y personal (tanto halopsíquica como autopsíquica).
- Potenciar o reforzar procesos de cálculo y razonamiento abstracto.
- Aumentar de la velocidad de procesamiento de la información: "pensar y actuar más rápido".
- Facilitar o reforzar las funciones ejecutivas:
  - Capacidad de usar una atención dirigida, luchando contra las distracciones involuntarias.
  - Reconocer los patrones de prioridad, reconocer jerarquías,..
  - Capacidad para ejecutar un plan de acción: iniciar o inhibir actividades, valorar el progreso, modificar las estrategias según la prioridad del plan, mantener la secuencia de actividades y el esfuerzo.

- Establecer estrategias y planear.
- Formular una intención, un objetivo: reconocer y seleccionar las metas que nos planteamos relevantes.
- Establecer un plan de consecución o logro: análisis de actividades necesarias, reconocimiento de las fuentes y necesidades, elección de estrategias.
- Flexibilidad mental, es decir adaptar la conducta a los cambios del ambiente.
- Tratar alteraciones emocionales o de personalidad primarias o secundarias a disfunción cerebral: labilidad emocional, impulsividad, falta de motivación...

Estos objetivos se adecuan a las necesidades de la intervención.

### **c.1.5- SERVICIO DE LOGOPEDIA**

La logopedia es una profesión sanitaria, cuyo campo de actuación es la prevención, detección, evaluación, diagnóstico y tratamiento de los trastornos de la comunicación, de la audición, del lenguaje (oral, escrito y gestual), del habla, de la voz, y de las funciones oro-faciales y deglutorias. Su campo de actuación es muy amplio pues abarca desde la atención temprana en la población infantil, hasta la intervención en niños, adolescentes, adultos y tercera edad.

La Asociación Nora cuenta con un Servicio de Logopedia que en 2016 atendió a 18 usuarios que recibieron intervención logopédica de forma regular en sesiones individuales y personalizadas ajustando los objetivos a las habilidades y necesidades de cada usuario. El logopeda da especial importancia a que el aprendizaje sea significativo y funcional, buscando también la colaboración e implicación del entorno más próximo del usuario (ámbito familiar y escolar).

Cuando hablamos de lenguaje hemos de diferenciar los diferentes aspectos que lo componen: aspectos de **forma** (fonética-fonología, sintaxis y morfología), de **contenido** (semántica) y de **uso** (pragmática). A continuación se citan objetivos generales para incidir en cada una de las dimensiones.

#### **Intervención terapéutica:**

En ocasiones es necesario comenzar trabajando los pre-requisitos básicos para el lenguaje. Los más importantes son: las habilidades comunicativas básicas (p.ej. atención conjunta y adaptación al turno de una actividad interactiva), la atención, la imitación verbal y el seguimiento de instrucciones verbales.

#### ➤ **NIVEL fonético-fonológico.**

- Estimular y mejorar la función muscular orofacial: tonicidad, movilidad y coordinación de todos los músculos implicados tanto en las funciones orales (succión, masticación y deglución) como en las producciones orales.

- Adquirir y automatizar un correcto patrón respiratorio de tipo costo-diafragmático con inspiración nasal y espiración bucal.
- Aumentar la capacidad pulmonar y el flujo aéreo, a través de estrategias de respiración y de soplo.
- Ejercitar la coordinación fono-respiratoria durante las producciones orales.
- Estimular la percepción y la discriminación auditivo-visual.
- Mejorar la inteligibilidad de las producciones orales.
- Desarrollar y estimular las habilidades metalingüísticas (conciencia léxica, silábica y fonémica).

➤ **NIVEL morfo-sintáctico:**

- Adecuar la expresión oral para transmitir sentimientos, deseos e ideas, en función del interlocutor, el contexto y/o las situaciones de comunicación más habituales en nuestra vida cotidiana.
- Comprender y elaborar oraciones respetando una estructura morfosintáctica adecuada e intentando incrementar progresivamente la Longitud Media del Enunciado. Oraciones enunciativas (afirmativa /negativa), exclamativas e interrogativas.
- Comprender y utilizar las diferentes partículas interrogativas abiertas (*qué, quién, cuándo, cómo, dónde, por qué*).
- Comprender, utilizar y distinguir los principales tiempos verbales: presente, pasado y futuro.
- Favorecer el uso de los aspectos relacionados con la flexión nominal (género, nombre, determinantes, adjetivos, concordancia y derivación) y la flexión verbal (persona, nombre, tiempos verbales, concordancia entre los Sintagmas Nominal y Verbal, reconocer y hacer uso de nexos).
- Detectar errores de forma tanto en oraciones orales como escritas.
- Narrar una historia inventada o una experiencia personal siguiendo un orden lógico e incluyendo en su discurso tanto las palabras de contenido como las de función.

➤ **NIVEL léxico-semántico**

- Aumentar el léxico interno de cada usuario teniendo en cuenta campos semánticos diversos y centros de interés de cada uno, tanto a nivel comprensivo como expresivo.
- Construir relaciones semánticas y jerárquicas con el fin de mejorar las relaciones léxicas entre palabras de su léxico interno.



- Desarrollar y potenciar la conciencia léxico-semántica a través de actividades de categorización, identificación, denominación, asociación, clasificación y fluidez verbal.
- Comprender órdenes sencillas, semi-complejas y complejas recibidas por vía auditiva y/o por escrito.
- Conocer, comprender y utilizar palabras sinónimas, antónimas, polisémicas y homónimas.
- Interiorizar y utilizar conceptos básicos espaciales, temporales, cualitativos, cuantitativos y relacionantes.
- Detectar absurdos de contenido.

➤ **Aspectos pragmáticos y comunicativos.**

- Instaurar y favorecer habilidades conversacionales y sociales tales como la escucha activa, el respeto de turno, el lenguaje paraverbal, la proximidad física y el contacto ocular.
- Adaptar su discurso al interlocutor y al ambiente.
- Desarrollar y fomentar la intencionalidad consiguiendo que sea el niño quien inicie el intercambio lingüístico, así como la iniciativa.
- Realizar inferencias e interpretación de situaciones.
- Comprender dobles sentidos, chistes, bromas y expresiones metafóricas.

➤ **Lecto-escritura**

- Desarrollar los pre-requisitos básicos para el aprendizaje de la lecto-escritura.
- Adquirir y afianzar una ruta de lectura, bien sea la ruta léxica y/o la ruta fonológica tanto de lectura como de escritura en función de las características y del potencial de cada usuario.
- Mejorar la fluidez lectora y conocer los principales signos de puntuación.
- Mejorar las habilidades perceptivo-visuales.
- Desarrollar las habilidades fonológicas ya que éstas juegan un papel muy importante en la fase inicial de adquisición de la lectura de un sistema alfabético.
- Favorecer las lecturas de tipo comprensivo, pues de nada sirve saber leer (convertir grafemas en sonidos) si no existe una comprensión de lo leído.
- Escribir palabras aisladas, oraciones, mensajes escritos y componer pequeños textos atendiendo a coherencia, cohesión, semántica y morfo-sintaxis.
- Adquirir y afianzar los patrones motores gráficos (tamaño, direccionalidad y separación); y la correspondencia fonema-grafema.

➤ **Comunicación aumentativa y alternativa:**

- Adquirir un sistema de *comunicación aumentativa* para aquellos usuarios cuya inteligibilidad de su lenguaje oral dificulta y afecta sus intercambios comunicativos (p.ej gestos de apoyo fonológico, bimodal...). En estos casos el usuario se apoya en un sistema aumentativo con o sin ayuda en función de cada caso en particular y lo utiliza en combinación con su lenguaje oral. La evolución del usuario nos va indicando la necesidad de mantener o retirar dichos apoyos.
- Adquirir un sistema de *comunicación alternativa* (p.ej. Tableros de comunicación con pictogramas o fotografías, programas de comunicación en soporte digital como ordenador, tablet, smartphone...) para aquellos usuarios a los que no les es posible comunicarse por medio del lenguaje oral. Es la forma de dotarles de un medio a través del que poder expresar sus deseos y necesidades, elegir entre varias actividades a realizar, mostrar su rechazo o desagrado...

En otras ocasiones utilizamos las imágenes (reales o pictogramas) para que el usuario pueda anticipar aquello que se va a llevar a cabo a continuación o para facilitar la comprensión del lenguaje receptivo que recibe por parte de su interlocutor.

**TERAPIA MIOFUNCIONAL:**

Se trata de un conjunto de procedimientos y técnicas utilizados para la corrección del desequilibrio muscular orofacial, la creación de nuevos patrones adecuados para la articulación de las palabras, la reducción de hábitos nocivos y el mejoramiento de la estética del paciente.

En la intervención con algunos usuarios susceptibles de intervención a este nivel, hemos aplicado técnicas pasivas y activas que actúan sobre la musculatura oro-facial que interviene en la mímica, la expresión facial, la articulación, la respiración, la masticación, la deglución y la succión; diferenciando entre ejercicios de tipo isotónicos, isométricos e isocinéticos.



### **c.1.6- ESTIMULACIÓN SENSORIAL: SALA SNOEZELEN**

Nuestra sala snoezelen o sala de estimulación multisensorial fue una de las primeras salas creadas en España y la primera de Asturias. Gracias a ello, hemos podido mejorar nuestra intervención, añadiendo la estimulación sensorial o multisensorial en nuestra forma de tratamiento en todos los servicios que componen la Asociación utilizando esta estimulación de forma diferente, en función de la disciplina que la utilice.



El desarrollo cerebral del niño depende, en gran medida de: La cantidad y calidad de los estímulos que recibe, del ambiente que les rodea y de la dedicación de las personas que le cuidan. Por tanto, depende de la riqueza de estímulos en intensidad, frecuencia y duración adecuada que producirá un buen desarrollo del cerebro. Por eso, una buena educación y estimulación de los sentidos ha de ayudar de una manera armónica a los niños, de modo que se desarrollen todas sus facetas con la misma intensidad y profundidad. La estimulación multisensorial le ayuda a utilizar los sentidos intactos, así como las habilidades residuales que queden en los sentidos dañados. Esta estimulación variará según sea la patología global del niño y su grado de afectación visual: baja visión o ceguera. Los niños plurideficientes habitualmente no pueden ser activos por sí mismos, esto provoca una restricción de sensaciones no sólo a nivel motriz, sino también visuales... y por tanto una dificultad grave en la percepción. La estimulación sensorial adquiere por consiguiente una importancia relevante en el proceso perceptivo y en la interacción del

niño con su entorno.

Dentro del trabajo de estimulación multisensorial, los objetivos que se plantean son:

- Facilitar la interacción, el desarrollo y la comunicación de la persona.
- Promover la situación personal y social de la persona con discapacidad mejorando y desarrollando las condiciones psíquicas y físicas.
- Desarrollar e iniciar estrategias comunicativas e insistir en las capacidades sensorio-perceptivas ajustadas a las posibilidades de cada uno.
- Favorecer al máximo su bienestar y calidad de vida.

Los estímulos deben presentarse adecuadamente en cantidad y calidad. Dichos estímulos pueden ser, en origen, internos o externos, también pueden ser físicos o afectivos. El estímulo señal debe ser oportuno en el momento en que se presenta y adecuado en calidad y cantidad.

Otros usos que se realizan en la sala en nuestra asociación:

- **Reforzador positivo** para diferentes usuarios (aquellos que manifiestan una mayor aceptación de alguno de los diferentes ambientes) en relación a la consecución de diferentes objetivos terapéuticos propuestos.
- **Facilitador** de los objetivos a conseguir mediante el material de estimulación.
- **Evitar “accidentes”** en ocasiones cuando se quiere realizar algún tipo de trabajo motor el ambiente en la sala es el adecuado puesto que se encuentra acolchada por todas partes, evitando un posible daño para la persona usuaria.

**Reforzador a la vez que facilitador** del lenguaje oral, para lo que utilizamos “la pantalla de feedback de la emisión de sonidos”, para ello se usa un micrófono conectado a dicha pantalla que emite luces de diferentes colores en función de la emisión sonora. De esta forma la emisión de luces es un reforzador positivo a la emisión verbal. A mayor tono de la emisión verbal mayor despliegue de luces.

## **c.2) SESIONES GRUPALES**

Grupos formados por un mínimo de dos y un máximo de cinco usuarios, con varios profesionales relacionados con la materia a cargo de las aulas, la metodología sufre variaciones mínimas, puesto que los usuarios son los mismos. Gracias a este enfoque de trabajo grupal se pueden incluir aspectos de rehabilitación relacionados con comportamientos sociales (respetar turnos, empatía, asertividad, relaciones intra e interpersonales...), sin olvidar los objetivos individuales de tratamiento al garantizar la homogeneidad de los grupos.

### **c.2.1.- PSICOMOTRICIDAD**

En la asociación se trabaja con dos grupos de psicomotricidad, uno de 3 usuarios y otro de 2; los 5 usuarios son adultos, esta división la hacemos por las diferentes necesidades de los mismos. Las sesiones duran 50 minutos y está impartido por la fisioterapeuta y la terapeuta ocupacional. Son sesiones adaptadas a las necesidades de cada grupo, y de la manera más dinámica posible.

Los objetivos están divididos en dos partes claramente diferenciadas, en función del aspecto que queramos trabajar.

Objetivos:



**Aspecto motor:**

- Mejorar el equilibrio:
  - Equilibrio Estático manteniendo diferentes posiciones: de pie, arrodillada, cuadrupedia, posición de caballero, apoyo monopodal... o manteniendo el equilibrio sobre superficies inestables.
  - Equilibrio Dinámico realizando diferentes tipos de marchas (zancadas, de puntillas, de talones, saltando...), cambios de dirección, circuitos con obstáculos, saltando sobre los dos pies, sobre uno solo, durante los cambios de posición...
- Fomentar la Coordinación óculo-manual y óculo-podal:
  - Coordinación Oculo-manual: lanzamientos, actividades manipulativas, alcances, recepción de objetos, juegos con aros, pelotas, bolos....
  - Coordinación Óculo-podal: juegos con balones, saltos...
- Fortalecimiento muscular: cambios de posición, enderezamientos contra gravedad, juegos contra resistencia, juegos con pesas, pelotas de peso...
- Facilitar la adquisición del esquema corporal, dar conciencia de su propio cuerpo mediante estimulación tanto propioceptiva, sensitiva y sensorial.
  - En su propio cuerpo, en el cuerpo de otro, mediante imágenes, etc.
  - Imitación de gestos de imágenes, imitación de acciones, animales, etc.
  - Tomar conciencia del lugar que ocupa su propio cuerpo en el espacio, así como el cuerpo de los demás, respetando los espacios y las distancias interpersonales.
  - Fomentar las actividades con fuerte carga propioceptiva así como vestibular.
  - Disociación de las distintas partes del cuerpo.
  - Facilitar el trabajo de la lateralidad en el cuerpo humano.
- Favorecer una correcta destreza manipulativa en ambos miembros superiores.
  - Fomentando la realización de pinzas digitales, presas, praxis, coordinación bimanual y óculo-manual.
- Realización de volteos de forma activa en ambos sentidos para evitar el inmovilismo en cama.

**Aspecto cognitivo:**

- Discriminación de tamaños, formas geométricas, diferentes figuras conocidas para reconocerlas mediante el tacto...

- Diferenciación de colores, de diferentes sonidos, olores... (colores, dentro-fuera, arriba-abajo, detrás-delante, discriminación de tamaños, formas y colores, etc.)
- Trabajar el concepto espacio -temporal, lateralidad, adelante y atrás, derecha e izquierda...

### **c.3) TALLERES TERAPEUTICOS**

#### **c.3.1.- TALLER DE KÁRATE**

Al igual que en años anteriores este taller inclusivo en el que 7 chicos, con y sin discapacidad, comparten trabajo y experiencias se realiza en viernes alternos en horario de 18:00 a 19:30.

Es el tercer año del taller, afianzamos el trabajo en equipo, el respeto al compañero, control la fuerza y el autocontrol; además el kárate les ayuda a desarrollar inteligencia y estrategias y a ser conscientes de sus límites para que, con esfuerzo, puedan superarlos.

Mantenemos las tres fases diferenciadas de las clases:

- Fase de activación y calentamiento. Practicamos algún juego, siempre con el fin de desarrollar facetas físicas y psíquicas. Posteriormente se intensifica el calentamiento con alguna actividad adicional.
- Trabajo del Karate. Cada clase suele centrarse en alguna de estas cuatro ramas forman el Karate: Kihon, Kata, Goshin y Kumite.
- Vuelta a la calma, realizando un pequeño juego en caso de que la clase haya sido productiva.

#### **c.3.2.- TALLER COCINA**

El taller de cocina está formado por un grupo de 6 personas, 5 usuarios y la monitora del taller y se realiza dos lunes al mes, de 17:30 a 19:00.

Ya llevamos varios años con este taller, resulta una actividad divertido para todos pero no podemos olvidar inculcar ciertas conductas de trabajo, tenemos tres puntos clave:

- alimentación saludable: a través de la realización de recetas sencillas y variadas.
- higiene: lavarse las manos antes de manipular los alimentos, no utilizar los mismos utensilios de cocina para los alimentos crudos y para los cocinados, recoger y limpiar siempre al finalizar la tarea...
- seguridad: prevención de accidentes en el entorno de la cocina, etc.

Además, aunque de una forma lúdica, estos talleres nos permiten entrenar habilidades sociales, el trabajo en grupo, relaciones interpersonales o el respeto de turnos, asunción de roles, cooperación y respeto a los compañeros, también habilidades motrices como

motricidad fina y gruesa, coordinación óculo-manual, coordinación bimanual, pinzas y presas, control de la fuerza. Igualmente se trabajan las funciones ejecutivas (establecer un orden en la realización de las cosas).

### **c.3.3.- TALLER DE BAILE.**

En 2016 los grupos de baile se unieron ya que las diferencias de edad ya no eran tan evidentes. Asistieron al taller un total de 10 alumnos en viernes alternos de 17:30 a 19:00.

La metodología funciona y se mantiene. Cada curso realizamos dos nuevas coreografías que luego se muestran en galas y exhibiciones de baile, lo que aumenta los beneficios afectivos que ofrece este taller (autoestima, valor, etc.)

#### **Objetivo general:**

Mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad permitiéndoles una mayor participación y reinserción en la sociedad.

#### **Objetivos específicos:**

- Favorecer la accesibilidad del baile, sin importar sexo, edad o discapacidad.
- Respetar a cada persona en su ritmo de aprendizaje.
- Desarrollar la capacidad creativa y expresiva.
- Desarrollar la comunicación: consigo mismo/a, con los demás y con el entorno.
- Desarrollar y aumentar la relación del cuerpo – espacio y consciencia corporal.
- Favorecer el desarrollo afectivo, físico y mental de las personas.
- Fomentar la integración grupal.
- Mejorar la autoestima.
- Integración de las personas con discapacidad en la comunidad y en otros grupos fuera de la asociación (academias de baile).



### **c.3.4.- TALLER DE INFORMÁTICA PARA ADULTOS.**

Taller creado con la idea de que ampliar u ofrecer a las familias nociones básicas de informática: navegar por internet y buscar información relevante, administrar una cuenta

de correo, moverse con soltura en las redes sociales, pasar fotografías al ordenador, trabajar con programas ofimáticos...

Regularmente el monitor prepara el contenido que se va a desarrollar durante la hora de trabajo, pero en ocasiones son los propios alumnos los que deciden qué quieren practicar en determinado momento.

Durante el 2016 asisten al taller de informática un total de 4 personas.

### **c.3.5.- TALLER DE PILATES.**

Taller ofertado a personas con y sin discapacidad, durante el 2016 acudieron al taller un total de 5 personas. Se realiza una vez por semana, los miércoles de 13:00 a 14:00, con vistas a empezar a hacerlo 2 veces por semana.

Pilates es un método de entrenamiento terapéutico cuyo principal objetivo es lograr un control preciso del cuerpo de la forma más saludable y eficiente posible. En definitiva, conseguir un equilibrio muscular, reforzando los músculos débiles y alargando los músculos acortados. Esto lleva a aumentar el control, la fuerza y la flexibilidad del cuerpo, respetando las articulaciones y la espalda. De este modo, el método permite conseguir la armonía de cuerpo y mente y desarrollar sus movimientos con gracia y equilibrio.

Esta disciplina se basa en actividades de tensión y estiramiento de las extremidades, donde juegan un papel importante el abdomen y el torso. El método está basado en un programa muy seguro de ejercicios lentos y controlados con movimientos lentos y suaves. En ellos se busca la precisión de los movimientos en pocas repeticiones. Junto a la precisión, la respiración, la concentración, el control, la alineación, la centralización y la fluidez son también conceptos claves del método.

### **c.4) AULAS TERAPEUTICAS**

Sesiones grupales diseñadas por el equipo terapéutico (Logopedia, Psicología, Fisioterapia y Terapia Ocupacional), cada servicio aporta pautas específicas al objetivo general del aula y a su vez mantienen los objetivos individuales establecidos para cada usuario. Desarrolladas desde una metodología transdisciplinar, las sesiones son guiadas directamente por dos o tres terapeutas (según el aula). Se realizan una serie de actividades de carácter grupal con las que se pretende que los beneficiarios superen las limitaciones que en algunos casos suponen las terapias individuales.

#### **c.4.1- AULA DE DESARROLLO DE COMPETENCIAS LINGÜÍSTICAS MEDIANTE HERRAMIENTAS MULTIMEDIA**

En el año 2016 se mantuvo esta aula terapéutica en la que participaron 6 usuarios. La periodicidad de la misma fue de una sesión grupal de 90 min una vez a la semana. Las



sesiones fueron programadas y dirigidas por la logopeda y el informático de la Asociación.

Se pretende acercar las nuevas tecnologías a los usuarios con el fin de que tengan unas nociones básicas de manejo del ordenador y sus principales periféricos, conocer las posibilidades de comunicación, información y recursos que nos ofrece la red e incidir en objetivos relacionados con capacidades cognitivas básicas, comunicativas y/o de lenguaje utilizando para ello el ordenador, programas específicos y/o aplicaciones diversas. Además, se persigue la cohesión grupal.

### **Objetivos generales:**

- Encender y apagar el equipo siguiendo los pasos adecuados.
- Conocer y diferenciar los componentes de un ordenador y sus periféricos (pantalla, CPU, ratón, altavoz)
- Potenciar la destreza manual mediante el uso del ratón, la coordinación viso-manual y el uso de ambas manos durante la utilización del teclado.
- Favorecer la comunicación, las habilidades sociales y la cohesión grupal.
- Potenciar la iniciativa por parte de los usuarios a la hora de plantear tareas a desempeñar y en ocasiones llegar a consenso entre todos los integrantes del grupo.
- Potenciar y mejorar o en su defecto mantener aquellas técnicas instrumentales básicas (lectura, escritura, cálculo y razonamiento) que posee cada usuario utilizando para ello diversos programas informáticos y específicos
- Conocer y manejar un procesador de textos para la realización de pequeños trabajos.
- Utilizar un navegador para realizar búsquedas de información e imágenes.
- Utilizar el correo electrónico y las redes sociales para intercambiar información y comunicarse con personas conocidas y familiares.
- Visualizar fotografías de las actividades realizadas, enviarlas por email, publicarlas en Facebook y transferirlas a un disco extraíble (USB).
- Elaborar y transcribir pequeños textos en los que cuentan sus experiencias en actividades desarrolladas en la Asociación y que son publicados en la revista cada seis meses.
- Saber conectar su móvil y su cámara de fotos al ordenador con el fin de transferir datos.

### **Un ejemplo de sesión:**

La sesión comienza con el tiempo de saludo y ubicación temporal atendiendo a día, mes, estación y clima. A continuación cada usuario tiene su momento para compartir con el resto de compañeros alguna vivencia reciente y relevante así como proponer un plan de trabajo para el día (toma de iniciativa) ciñéndose a unos límites y normas previamente establecidos.

A continuación los terapeutas proponen a cada usuario la tarea planificada, siendo como se ha comentado anteriormente flexible en función de cada usuario.

Los principales temas que se tratan durante el año son: Cabalgata de Reyes, calendario, carnaval, Fiestas locales (Comadres, Güevos Pintos, Carmín), Día del padre, Día de la madre, cumpleaños, actividades de Ocio de la Asociación, estaciones del año, cambio de hora, carteles informativos, amagüestu, Día de la Discapacidad, postales y felicitaciones navideñas y noticias relacionadas con su entorno cercano, búsqueda de información de los sitios que van a visitar (horarios, tarifas, situación...).

**Tema generador:** Visita al Acuario de Gijón

Se utilizaría Internet Explorer para buscar información en la página oficial del Acuario de Gijón para conocer horarios, tarifas, contacto, situación... Una vez recabada la información requerida se confecciona un documento escrito utilizando un procesador de textos para colocar en el tablón informativo de la Asociación o bien para que cada uno se lleve a casa. A su vez se escribe una publicación relacionada con el tema del día en el Facebook de la Asociación; contando a los seguidores la actividad que se tiene programada y posteriormente se subirá una publicación con alguna fotografía y comentarios de su experiencia. En esta actividad puede ocurrir que algún usuario proponga p.ej. realizar un listado de las especies marinas que se pueden ver en el acuario, siempre que la propuesta sea viable se intenta que se lleve a cabo.

Una vez vayan finalizando la tarea se dedica un tiempo al uso de programas multimedia educativos para trabajar de forma personalizada en cada caso ciertos aspectos específicos del lenguaje, el cálculo, el habla, la atención y/o lecto-escritura según se crea conveniente y siempre acorde a las capacidades y necesidades de cada usuario.

#### **c.4.2.- AULA DEL SONIDO, EL SILENCIO Y LA MUSICA**

Psicóloga y Logopeda planifican y desarrollan conjuntamente esta aula terapéutica que se lleva a cabo una vez a la semana y cuyas sesiones tienen una duración de 90 minutos. El número de usuarios que se beneficiaron del trabajo realizado fueron dos.

A nivel general, lo que pretendemos conseguir es facilitar la comunicación, promover la expresión individual y favorecer la integración social, todo ello en un ambiente relajado y acogedor.

Teniendo en cuenta que en años anteriores los resultados fueron positivos, durante el último curso se mantuvieron los siguientes objetivos:

##### **Objetivos Generales:**

- Mejorar las habilidades de comunicación interpersonal y la cohesión grupal.
- Fomentar la intención comunicativa y la participación activa.
- Desarrollar y fomentar la empatía.
- Estimular la creatividad.
- Favorecer las emisiones orales.

- Proporcionar un espacio que permita la expresión libre de la evocación musical.
- Favorecer el movimiento desde la motivación musical.
- Reconocer, expresar y regular las propias emociones.
- Facilitar el acercamiento a instrumentos musicales que permitan a los miembros del grupo generar sonidos y hacer música en conjunto.
- Realizar series rítmicas con el apoyo de imágenes e imitación de ritmos sencillos.
- Fomentar la creación individual de nuevas series rítmicas.
- Desarrollar estrategias que favorezcan la atención, la memoria, la concentración.
- Mejorar la percepción y la discriminación a nivel auditivo.
- Desarrollar la memoria coreográfica (canciones con un baile o movimientos asociados).
- Desarrollar la capacidad de realización de juegos musicales basados en la discriminación visual, búsqueda activa de imágenes, denominación...
- Tomar conciencia corporal de sí mismos.
- Estimular la mímica facial y corporal.
- Incrementar la autoestima.

Año tras año vamos comprobando como la metodología de trabajo que se lleva a cabo va dando resultados positivos ya que se consigue una participación cada vez mayor de los asistentes, lo que nos permite poder diversificar mucho más tanto las tareas como la complejidad de las mismas. En relación a los materiales utilizados citar que se han utilizado instrumentos musicales, grabaciones, lotos sonoras, lotos de imágenes, nuestro propio cuerpo, reproductores de música, vídeos de coreografías musicales, la Wii y materiales manipulativos de elaboración propia (dominós, bingos sonoros...).

**Algunas actividades realizadas durante las sesiones son:**

- Saludo, orientación temporal y compartir experiencias vividas y relevantes.
- Actividades de producción de sonido con el uso de instrumentos de percusión.
- Actividades de producción creativa musical bien con el propio cuerpo o con instrumentos musicales.
- Actividades de canto en menor medida.
- Actividades de identificación y denominación de instrumentos musicales.
- Actividades basadas en percepción y discriminación auditiva de sonidos.
- Actividades de creación y seguimiento de ritmos.
- Actividades de reconocimiento y expresión de emociones.
- Realización de pequeñas coreografías.

- Actividades de mímica y expresión corporal.
- Actividades de discriminación, rememoración y escucha musical.
- Actividades de exploración y producción de sonido con nuestro propio cuerpo.
- Actividades de denominación, evocación y reconocimiento visual.
- Actividades de interacción social.
- Actividades de baile como vehículo de interacción social.

#### **c.4.3. AULA PARA EL MANTENIMIENTO DE CAPACIDADES COGNITIVO-EJECUTIVAS**

Este Aula Terapéutica busca a lo largo de su desarrollo la consecución de dos objetivos primordiales:

- **mantener las capacidades cognitivas preservadas** de los participantes (no susceptibles de una rehabilitación neuropsicológica).
- **favorecer la interacción social** de los integrantes. Al estar en un aula grupal se dan las circunstancias idóneas para que surjan de una forma no forzada, situaciones de interacción social entre los participantes, de ahí que este también es uno de los objetivos principales a trabajar.

En el momento actual, al igual que en años anteriores se cuenta con dos usuarios con



capacidades y situaciones comunicativas muy diferentes, es decir, no se parte de un grupo homogéneo para el trabajo. Cada sesión semanal tiene una duración de 50 minutos, a lo largo de los cuales se van

trabajando de una forma grupal y cooperativa las diferentes funciones cognitivas necesarias para el trabajo de las funciones ejecutivas (como el nombre del Aula indica).

A lo largo de los años, el inicio socializador que se había propuesto, se ha ido afianzando, siendo una parte importante de la terapia, pues se ha conseguido un trabajo importante en **habilidades sociales**, respeto de las normas de interacción social, escucha activa,... . Actualmente el inicio de la interacción social suele recaer en uno de los participantes, que él mismo, al entrar en la sala, comienza a lanzar las preguntas para interesarse por el bienestar del resto de los participantes, de esta forma ha pasado a no ser dirigido por la terapeuta.

Aunque existe una planificación y programación de todas las sesiones con anterioridad, estas se caracterizan por la “flexibilidad”, “dinamismo” y el contrapunto “activo” de los participantes, por lo que se puede variar en función de las necesidades/motivaciones de los mismos; siempre con el beneplácito de los integrantes del Aula.

#### **Un ejemplo:**

**Inicio de sesión:** se realiza de forma informal buscando el trabajo en habilidades sociales, empatía y escucha activa.

**Grueso de la sesión:** que incluye:

- Actividades de Orientación temporoespacial.
- Actividades cognitivas, en las que se trabajan diferentes funciones cognitivas, buscando el trabajo de todas aquellas funciones preservadas a lo largo de cada mes.

**Cierre de la sesión:** Se utiliza también como despedida en una situación de interacción social, así como para potenciar la responsabilidad de los participantes, siendo este el momento en el que se les comunica, de forma oral o escrita, información que deben trasladar a sus familiares.

#### **c.4.4.- AULA DE PRAXIAS**

Durante el año 2016 se ha llevado a cabo esta aula bajo la dirección del servicio de Psicología, Logopedia y Fisioterapia. El hecho de contar con diferentes profesionales es una ventaja ya que cada uno proporciona sus conocimientos de cada una de las praxias existentes y ello repercute en beneficio de nuestros usuarios. En el último año se han beneficiado de esta terapia dos usuarios que acudieron de forma regular y con una periodicidad de 90 min semanales.

Las praxias son el proceso neurológico que nos permite organizar, planear y ejecutar, de una forma eficiente, habilidades de todos los tipos. Algunos componentes de la praxis ocurren involuntariamente, automática o inconscientemente, mientras otros requieren que exista un acto voluntario de planificación, de “pensar”. Los diferentes componentes de la praxis requieren una información precisa proveniente del cuerpo, particularmente de los sistemas táctiles, propioceptivos y vestibulares, que refinan y producen continuamente el proceso de la praxis.

La **apraxia** es cuando la incapacidad es adquirida y se presenta estando preservada la capacidad motora de base y teniendo el sujeto pleno conocimiento del acto a realizar. Sin embargo hablamos de **dispraxia** cuando esta capacidad nunca ha estado adquirida.

Existen diferentes tipos de praxias, apraxias o dispraxias:

- **Praxia constructiva:** Capacidad para la organización del movimiento voluntario, lo que implica una capacidad para planificar y ejecutar los actos motores voluntarios que permiten realizar un “todo” a partir de la articulación y ensamblaje de diferentes elementos. Puzles, secuencias de figuras, construcciones con bloques, dibujos, escritura...

## **METODOLOGIA**

Las sesiones se encuentran divididas en 3 partes:

1. Praxias orofaciales dirigidas por el servicio de Logopedia
2. Praxias visoconstructivas dirigidas por el servicio de Psicología
3. Praxias motoras dirigidas por el servicio de Fisioterapia

- **Praxias orofaciales:** necesarias para ejercitar las habilidades motoras del habla que inciden en la pronunciación de los diversos fonemas que componen nuestra lengua así como en las diferentes funciones orales (succión, masticación, deglución, soplo y respiración). Es necesario conocer bien la musculatura orofacial de cada usuario para poder determinar sus necesidades y emplear las técnicas activas o pasivas más idóneas.

A nivel de respiración se persigue potenciar un patrón respiratorio costodiafragmático con inspiraciones nasales y espiraciones bucales, así como aumentar el flujo aéreo ya que éste es indispensable para llevar a cabo la fonación. Importantes también son los ejercicios de soplo encaminados a conseguir el control del aire que pasa a través de la boca y de su coordinación con los órganos articulatorios durante el habla, además de la funcionalidad del velo del paladar.

Puesto que los asistentes a esta terapia son niños se utilizan materiales lo más atractivos y lúdicos posibles como velas de colores, matasuegras, pelotas de Ping-Pong, pajitas con formas, pomperos, Bingo del soplo, Oca de praxias...

Aprovechando que es un aula grupal, también intervenimos sobre aspectos comunicativos y pragmáticos.

- **Praxias Viso-constructivas**

Este tipo de praxias implica la capacidad para planificar y ejecutar los actos motores voluntarios que permiten realizar un “todo” a partir de la articulación y

ensamblaje de diferentes elementos como pueden ser puzles, construcciones con bloques, dibujos, escritura...

Objetivos:

- Facilitar los procesos cognitivos superiores necesarios para realizar la praxis visoconstructiva
- Trabajar las habilidades sociales (compartir el material, respeto del turno, respeto del turno de respuesta,...).
- Favorecer el feedback de la ejecución.
- Aumentar la autoestima
- Beneficiar el concepto de grupo social y la cohesión del mismo.

Se ha trabajado con tres tipos de materiales:

- mosaicos de colores
- actividades de lápiz y papel.
- papiroflexia

Cada una de las actividades realizadas, independientemente del material utilizado para ello, seguían la siguiente secuencia de realización (a excepción de las actividades de papiroflexia que exigen una observación del movimiento de plegado a realizar y su inmediata ejecución):

- Identificación del dibujo que se está presentando en el modelo.
- Identificar los colores que componen el dibujo.
- Identificación de las partes que componen el dibujo.
- Buscar SOLO las piezas necesarias.
- Realizar el diseño sobre el modelo.
- Si es posible, realización del diseño siguiendo el modelo pero encima de otra superficie

### ➤ **Praxias motoras**

**Reentrenamiento de las praxias motoras:**

- Reconocimiento únicamente con el tacto de diferentes clases de objetos y de las diferentes partes del cuerpo, para luego describirlas.
- Desarrollo de los gestos necesarios para realizar actividades de la vida diaria llevando a cabo un planeamiento de los gestos y organización del movimiento voluntario.
- Percepción consciente de la situación del cuerpo y cómo se mueve en el espacio.

- Practica de las habilidades en base a la planificación motora para adquirir nuevas posiciones.
- Apareamiento correcto de objeto y acción.

**Esquema corporal:** Facilitar la adquisición del esquema corporal, dar conciencia de su propio cuerpo mediante estimulación tanto propioceptiva, sensitiva y sensorial.

- En su propio cuerpo, en el cuerpo de otro, mediante imágenes, etc.
- Imitación de gestos de imágenes, imitación de acciones, animales, etc.
- Tomar conciencia del lugar que ocupa su propio cuerpo en el espacio, así como el cuerpo de los demás, respetando los espacios y las distancias interpersonales.
- Fomentar las actividades con fuerte carga propioceptiva así como vestibular.
- Disociación de las distintas partes del cuerpo.
- Facilitar el trabajo de la lateralidad en el cuerpo humano.

### **Lateralidad**

- Es la distinción de derecha e izquierda, que debido a su problema de integración comentado antes, presenta déficit en este sentido.
- Trabajándola a través de juegos y fichas, de distinguir ambos lados, trabajo frente al espejo.

### **Coordinación motriz**

La coordinación es la capacidad que permite una sincronización muscular aplicando la velocidad e intensidad adecuadas.

- Coordinación dinámica general: son movimientos que necesitan un ajuste de todas las partes del cuerpo y en muchas ocasiones implica la locomoción. Lo trabajamos mediante la mímica, circuitos con obstáculos, saltos, marcha y carreras de diferentes tipos, juegos...
- Coordinación óculo-manual: necesario para aquellas acciones en las que están implicados nuestros miembros superiores y un objeto. Ejemplos de ejercicios: lanzar y recibir objetos, lanzar pelotas a un punto determinado, jugar a los bolos...
- Coordinación óculo-pédica: relación entre la vista y la actividad de miembros inferiores. Ejemplos: lanzar y recibir objetos con pies, dirigir pelota mientras caminamos...
- Coordinación bimanual: trabajo conjunto y simultáneo de ambas manos. Lo trabajamos enroscando y desenroscando tapas, haciendo y deshaciendo lazos, pasando la pelota de una mano a otra...



### **c.5.) HIPOTERAPIA**

Durante el 2016 acudieron a las sesiones de hipoterapia 10 alumnos de distintas edades y necesidades. Las terapias se realizan de lunes a domingo, organizando los horarios en función de la disponibilidad de estos. Las clases son de 1 hora a la semana.

El objetivo principal es el de crear una terapia individual según las necesidades de los usuarios y potenciar todas sus posibilidades. Pero sin olvidar la integración y colaboración con otros niños de diferentes habilidades.



Entre los beneficios de este tratamiento destacan:

- En el área psicológica / cognitiva: mejora la autoestima y el autocontrol de las emociones, así como la confianza en uno mismo y la capacidad de atención; trabaja la memoria y potencia el sentimiento de normalidad.
- En el área de comunicación y lenguaje: mejora y aumenta la comunicación gestual y oral, así como la articulación de las palabras.
- En el área psicomotora: la hipoterapia mejora el equilibrio, la coordinación, los reflejos, la planificación motora, la capacidad de relajación de la musculatura y el estado físico en general; fortalece los músculos y reduce los patrones de movimiento anormales.

### **c.6.) OTRAS ACTIVIDADES**

#### **c.6.1- CLUB DE OCIO**



Con el programa del Club de Ocio procuramos que usuarios adultos tengan una vida recreativa fuera de su entorno familiar y un acceso al ocio inclusivo.

Mantenemos la metodología de trabajo:

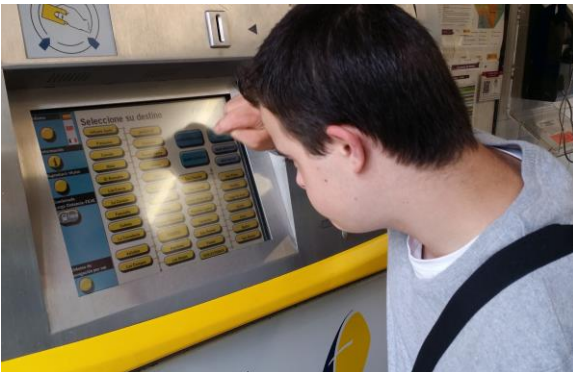
Para una óptima gestión de este programa realizamos reuniones periódicas entre:

**Voluntariado y la coordinadora de ocio**, estas reuniones se organizan según la disponibilidad de los voluntarios, puesto que la mayoría compatibiliza esta tarea con estudios o trabajo. Gracias a las nuevas tecnologías podemos mantener la comunicación y el ritmo de las actividades sin paralizar las de los voluntarios. Durante las reuniones se analizan todas las actividades realizadas durante el mes (asistentes, experiencias, incidencias, éxito entre los usuarios, etc.) y se plantean y concretan las actividades que se llevarán a cabo el mes siguiente.

**Coordinadora con familias y usuarios**, el primer lunes de cada mes tenemos una reunión, los voluntarios tienen libertad para acudir siempre que quieran o cuando lo consideren necesario. Se exponen las actividades planteadas para ese mes, se aclaran las dudas que puedan surgir, se debate sobre las actividades del mes anterior y proponen nuevas ideas.

**Equipo terapéutico, voluntarios y coordinadora**, reuniones puntuales que se marcan según necesidades. La coordinadora de ocio actúa como nexo de unión entre el equipo y el voluntariado para mantener la comunicación en ambas vertientes, esto nos resulta muy útil (de los profesionales a los voluntarios, resolviendo dudas y facilitándoles pautas para que se enfrenten a determinadas situaciones, y de los voluntarios a los profesionales sobre actitudes y comportamiento de los usuarios en diferentes ambientes, información que se utiliza para fortalecer puntos débiles entre todos (equipo terapéutico y Club de Ocio)).

#### **c.6.2- ACTIVIDADES DE VERANO.**



Con el fin de hacer más distendido el trabajo en la época estival, los distintos servicios de la asociación realizan un cambio en la metodología de las terapias, buscando la continuidad del tratamiento de una forma más lúdica que el resto del año, rompiendo la rutina. Esto es debido a que a medida que va evolucionando el curso escolar, el cansancio se va haciendo evidente en nuestros usuarios lo que puede desembocar en falta de interés. Para ello, se realizan más actividades grupales que

individuales, y además las sesiones se desarrollan (en función de la climatología) en el exterior.

##### ➤ **Aula de autonomía personal:**

Durante el mes de Julio, el equipo de la Asociación Nora, tras valorar cuáles eran las necesidades en los usuarios, decidió crear el Aula de Autonomía Personal. Dicho Aula ha tenido una periodicidad de una sesión semanal con una duración de 4 horas cada sesión.

Los objetivos planteados fueron los siguientes:

- Favorecer un correcto desempeño de las Actividades Básicas de la Vida Diaria así como de las Instrumentales.
- Fomentar las relaciones interpersonales y la cohesión grupal.
- Potenciar la toma de decisiones y la capacidad resolutive.
- Generalizar aspectos comunicativos y habilidades trabajadas durante el curso en las terapias desarrollándolos en otros contextos y ambientes.

El grupo ha estado formado por un número reducido de 8 usuarios y guiado por 3 terapeutas para tener en cuenta las habilidades y necesidades de cada usuario.

➤ **Cierre del curso terapéutico:**

Este año la Fiesta del Cierre de Curso, que realizamos siempre a finales de junio, vino de la mano de Pinta Polada, un centro de formación artística para niños y adultos.

Como todos los años, se convocó al total de usuarios que forman parte de la Asociación, las directoras del centro artístico trajeron los materiales para que cada usuario creara con pinturas su propio Bosque de los Sueños.

**c.6.3- PROYECTOS EN COLABORACIÓN.**

➤ **III Gala Benéfica de la Academia de Danza Patricia Laruelo.**

20 de enero, dirigida por la Academia de Danza de Patricia Laruelo en beneficio de la Asociación Nora, todos los bailarines de la academia colaboran en este día en el que siempre conseguimos lleno total en la sala principal del auditorio de Pola de Siero.



- **II Festival Trail & Run.**  
Organizado por Aventuries Sports Events y del Patronato Deportivo Municipal de Siero es un evento deportivo a nivel nacional. La asociación pone un puesto de material cedido por el Club Deportivo Avientu para recaudar fondos.
- **II Gala Benéfica Siero Baila con Nora.**  
18 de noviembre, dirigida por la Asociación Siero Baila. Reunimos a bailarines, cantantes y la Banda Sinfónica, Infantil y Juvenil del Principado de Asturias, para recaudar dinero para las terapias de la asociación.
- **Fundación Fernández Vega.**  
Viernes 25 de noviembre, dirigido por el Instituto Oftalmológico Fernández Vega. Es el sexto año consecutivo que el equipo de oftalmólogos y optometristas de la fundación viene hasta Pola de Siero para que nuestros usuarios se sometan a una revisión general de su salud ocular.
- **Espacio Solidario Intu Asturias.**  
Del 22 al 27 de noviembre miembros de la entidad estuvieron en el Espacio Solidario del Centro Comercial Intu Asturias dando a conocer la entidad a sus visitantes.
- **Libros Solidarios Fundación Alimerka.**  
La Fundación Alimerka tiene una colección solidaria "Cuentos sabrosos", a través de la que vende libros cuyos beneficios de venta se destinan a diferentes proyectos sociales. En 2016 se vende en beneficio de nuestra entidad El Tesoro de las Frutas.
- **San Silvestre y Cabalgata de Pola de Siero.**  
Organizadas por el Ayuntamiento de Siero.

### **c.6.3- SESIONES DE FISIOTERAPIA ABIERTAS A LA COMUNIDAD.**

En el mes de marzo de 2016 se ofertó a la comunidad en general y socios de la entidad en particular tratamientos de fisioterapia fuera del horario de las terapias. Esta idea surgió observando la necesidad de los familiares de los usuarios de estos tratamientos por la carga que conlleva el cuidado de personas con discapacidad.

La carta de tratamientos ofrecidos es la siguiente:

- Fisioterapia neurológica (ictus, enfermedades neurológicas...).
- Lesiones deportivas.
- Problemas articulares (atrosias, artritis...).
- Rehabilitación (esguinces, tendinitis, fracturas...).
- Masaje (cervicalgias, lumbalgias, descarga piernas...).

La afluencia es irregular, las patologías más tratadas han sido afecciones musculoesqueléticas, y los pacientes muy cercanos a los usuarios de la asociación.

## **B. Recursos humanos asignados a la entidad:**

### **1) Personal Asalariado**

<b>Número medio:</b>	<b>7</b>
Gerente	1
Trabajadora Social	1
Informática	1
Psicóloga	1
Logopeda	1
Fisioterapeuta	1
Terapeuta Ocupacional	1

### **2) Personal voluntario:**

**Número medio: 10**

## **C. Beneficiarios de la actividad:**

### **1) Número de beneficiarios**

- N° de beneficiarios directos: 75
- N° de beneficiarios indirectos: indeterminado- (todas las personas relacionadas con el mismo, familiares, amigos, vecinos, terapeutas, etc.).

### **2) Requisitos exigidos para ostentar la condición de beneficiarios**

Personas con parálisis cerebral y/o discapacidad intelectual residentes en el Concejo de Siero o concejos cercanos