



APORTACIONES DEL COLEGIO OFICIAL DE PSICÓLOGOS DE LA RIOJA

AL DESARROLLO DE LA LEY DE LA PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y ATENCIÓN A LAS PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA

Ante la reciente aprobación de la Ley de la Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia, el Colegio Oficial de Psicólogos de La Rioja, junto con el resto de Colegios Oficiales de Psicólogos de España liderados por el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos, ha realizado una labor de análisis y reflexión acerca del papel de la psicología en la promoción de la autonomía y atención a la dependencia en los diferentes colectivos con mayor vulnerabilidad: personas mayores, personas con discapacidad, personas con enfermedad mental, y menores de 0 a 3 años. Así antes de la aprobación de la Ley, desde la organización colegial se desarrollaron las siguientes iniciativas.

- El Consejo impulsó la creación de un grupo de trabajo compuesto por profesionales de la psicología expertos en estas materias que elaboró un informe para la mejora del entonces anteproyecto de Ley, cuyas aportaciones fueron remitidas por el Consejo al Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, a los diputados y senadores.
- Debate de la Ley en el marco de los “Desayunos de Infocop”, en el que participaron políticos de los diversos partidos, y psicólogos, entre los que cabe destacar la presencia de Rocío Fernández Ballesteros García, Catedrática de Psicología y experta en el área de gerontología y envejecimiento.
- El Consejo remitió a los senadores de PP, PSOE y CIU propuestas concretas de enmiendas al proyecto de Ley, de las cuales finalmente en su aprobación definitiva por las Cortes, se recogieron dos referidas a que en los servicios para la promoción de la autonomía personal y atención a las personas dependientes, se actúe desde un enfoque biopsicosocial, es decir, atendiendo a las dimensiones biológicas, psicológicas y sociales del individuo. (artículos 24 y 25)
- El Consejo elaboró un informe que recoge las aportaciones de la psicología y por tanto el papel de los psicólogos ante la Ley, que se remite a los Colegios autonómicos para su puesta en conocimiento por parte de los diversos Consejeros y Consejeras de las Comunidades Autónomas responsables del desarrollo de La Ley.

En base a estos trabajos desde el Colegio Oficial de Psicólogos de La Rioja, hemos iniciado también nuestro propio proceso de reflexión siendo conscientes de que el desarrollo de esta Ley, con la creación de los Sistemas de Autonomía y Atención a la Dependencia, tanto nacional como de las diversas Comunidades Autónomas acaba de empezar y que por tanto como todo proceso esta reflexión se irá enriqueciendo con su progresiva aplicación.

Sin embargo creemos que tampoco partimos de cero. Así desde la administración autonómica y en concreto en nuestra Comunidad Autónoma se parte de un largo recorrido de la atención a los colectivos con diferentes niveles de dependencia, a través de diversos desarrollos legislativos, del Sistema de Salud, y sobre todo de la Red de Servicios Sociales, tanto especializados como comunitarios, proveyendo recursos y servicios para la prevención, valoración, asistencia, rehabilitación e inserción social y laboral en su caso, de las personas y colectivos afectados así como de sus familias.

Por otra parte desde la psicología y también en nuestra Comunidad Autónoma de La Rioja, partimos de la presencia de psicólogos y psicólogas con formación, desarrollando su tarea, junto con otros profesionales del ámbito socio-sanitario, en los Equipos de reconocimiento y valoración de las minusvalías, en las diversas Asociaciones de atención a enfermos y discapacitados, en el desarrollo de programas comunitarios de envejeciendo saludable, etc. Sin querer olvidarnos de la labor que en el ámbito Académico de nuestra Universidad de La Rioja, está desarrollando la Doctora en Psicología Sylvia Sastre, con el desarrollo de tres cursos de postgrado sobre neurociencia, atención temprana y envejecimiento, y tampoco de la labor desarrollada por la Comisión de Envejecimiento de nuestro Colegio Profesional, cuyas principales aportaciones han sido:

- La recopilación de recursos y ejercicios psicológicos para el envejecimiento saludable por parte de dos psicólogas, con la colaboración del Servicio Riojano de empleo, en el marco del programa primer empleo del año 2003
- El diseño y puesta en marcha de la iniciativa. Cátedra de la Experiencia, en el año 2004, también con la colaboración del Gobierno de La Rioja, y el Ayuntamiento de Logroño. Iniciativa que ha servido de germen para el actual Programa: “Universidad de la Experiencia, desarrollado por la Fundación de la Universidad de La Rioja, en la que también colabora la Consejería de Juventud, Familia y Servicios Sociales.

Este documento, fruto de esta primera reflexión sobre la relación entre la psicología y la dependencia, pretende aportar una serie de líneas generales sobre cuál puede ser el papel de los psicólogos y psicólogas en la promoción de la autonomía y atención a la dependencia papel que como otros aspectos de la intervención social y sobre la salud, complementa y enriquece el papel de otros profesionales, desde una perspectiva multidisciplinar.

1. PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

Entre la población en general la prevención de la aparición de la dependencia iría encaminada a **promover hábitos de vida saludable** en todas las etapas del ciclo vital. Si entendemos la salud en el sentido biopsicosocial, toda campaña o acción preventiva entre la población en general, tendría que tener en cuenta no solamente los buenos hábitos de consumo, alimentación, ejercicio y contacto social, sino también aspectos como el afrontamiento positivo de la vida, la reducción del estrés, y el desarrollo de habilidades sociales, todo ello favoreciendo que las personas desarrollen una actitud proactiva en la incorporación de estos hábitos y habilidades a su vida cotidiana. De ahí la necesidad de **diseñar programas de promoción de la autonomía personal** para cualquier colectivo de personas, pero en especial para las **personas mayores**. Entre esta población se han revelado especialmente eficaces los programas grupales a desarrollar en el ámbito comunitario, en los que se promueven los hábitos de vida saludables, las técnicas psicocorporales, y el ejercicio de las aptitudes cognitivas, ya que como dice Fernández Ballesteros “la actividad intelectual pospone el declive y deterioro cognitivo constituyéndose éste como un factor promotor o protector de la demencia”.

Otra estrategia preventiva sería la detección e intervención temprana en situaciones de riesgo, por lo que los planes de prevención de la dependencia tendrían que asegurar el desarrollo de indicadores de las diferentes situaciones, enfermedades etc., que puedan desencadenar una situación de dependencia así como su difusión entre las familias y los diferentes colectivos profesionales para implicarlos en la detección. En este ámbito tiene especial relevancia **la detección precoz en los menores de 0 a 3 años**, de ahí la importancia de la inclusión de este colectivo en la Ley y la necesidad de desarrollar **programas y pautas de estimulación temprana para todos aquellos menores en cuyo nacimiento o en cuyas familias se detecten factores de riesgo** y no solo para aquellos con discapacidad de tipo genético o producida por enfermedades neonatales.

Por último se trataría de promover la autonomía en los colectivos más vulnerables a la situación de dependencia **como las personas con discapacidad física o intelectual y las personas con enfermedad mental**. En estos colectivos se trataría de seguir incidiendo en el desarrollo de programas que favorezcan su integración social y laboral, mediante el desarrollo de **estrategias dirigidas a los propios afectados y a sus familias** que como dice Miguel Angel Verdugo, promuevan no solo la independencia funcional, sino también la autodeterminación o capacidad de autonomía cognitiva y para la toma de decisiones, y también desarrollando **acciones dirigidas a la sociedad en general en sus diversos contextos**, promoviendo la accesibilidad a cualquier tipo de actividad y también la aceptación y acogida de la diferencia de estas personas por parte del resto de ciudadanos.

Las personas mayores que por el deterioro propio de la edad o por enfermedad también vayan viendo mermadas sus capacidades y presenten limitaciones físicas y cognitivas, precisando cierto nivel de asistencia, también son personas especialmente vulnerables que requieren apoyo psicológico, bien de forma directa o a través de sus familias para mantener esa actitud proactiva en el mantenimiento de hábitos saludables, para prevenir y tratar trastornos del estado de ánimo y problemas de conducta, para afrontar y compensar las limitaciones, y en su caso para reforzar o rehabilitar funciones cognitivas. De este modo en varias Comunidades Autónomas ya se incluye la figura del psicólogo/a en la plantilla de profesionales de servicios y centros de mayores públicos y privados, para garantizar la atención integral y de calidad.

Por otra parte desde la promoción de la autonomía, **no se puede olvidar la necesidad de atender las necesidades de los familiares de las personas en situación de dependencia**, no solo desde el punto de vista de la formación para que ellos puedan dar un cuidado que promueva la autonomía de sus familiares, sino también desde la necesidad de ayudarles a afrontar y mitigar las consecuencias que para su propia salud y bienestar tiene el ejercicio de rol de cuidador: conflictos relacionales, estrés, aislamiento social, trastornos emocionales etc. En este sentido la psicología ha sido pionera en el desarrollo de Programas eficaces de apoyo a familiares. Estos programas también pueden hacerse extensivos a los cuidadores profesionales como previniendo o tratando situaciones de burn-out.

Los Programas de apoyo psicológico tanto a las personas mayores como a sus cuidadores familiares o profesionales, requerirían la presencia de psicólogos en los Servicios comunitarios de proximidad como los Servicios de Ayuda a Domicilio.

2. VALORACIÓN DE LA SITUACIÓN DE DEPENDENCIA Y DISEÑO DEL PROGRAMA INDIVIDUALIZADO DE ATENCIÓN (PIA)

Si bien todavía no se ha hecho público el baremo o baremos que servirán para evaluar el nivel de dependencia y reconocer por tanto el derecho a unas determinadas prestaciones, parece ser que éstos baremos al menos en su parte más objetivable, se centran más en aspectos biológicos y funcionales, dejando de lado los aspectos psicológicos. La opinión de los Colegios Profesionales de Psicólogos de España, es que en el caso de la evaluación de las personas con discapacidad intelectual, Alzheimer o enfermedad mental, es imprescindible la valoración psicológica para determinar el nivel de dependencia y el diseño del correspondiente PIA. Y en el resto de colectivos:

personas mayores y menores de 0 a 3 años es necesario que en algún momento de la evaluación se haga una valoración psicológica que permita diseñar intervenciones adaptadas a su situación. Actualmente, los procesos de valoración de necesidades de dependencia se vienen haciendo desde los Centros de valoración y reconocimiento de minusvalías, en cuyos equipos interdisciplinarios encontramos a profesionales de la psicología como una figura totalmente consolidada, que por tanto podrían seguir realizando este trabajo. El desarrollo y concretización de los Programas individualizados de intervención se está desarrollando en el momento actual a través de Centros y Servicios Públicos, como es el caso de la URA en el caso de los enfermos mentales y de Centros y Servicios gestionados por las diferentes asociaciones de afectados, en cuyos equipos interdisciplinarios se encuentra la figura del psicólogo.

Las principales **dimensiones psicológicas a valorar** en las situaciones de dependencia son: área cognitiva, emocional y psicopatológica, actitudes que favorecen o dificultan la autonomía, y área relacional afectiva.

Las principales **dimensiones psicológicas a desarrollar en los programas de intervención**, tanto dirigidos al propio afectado como a sus familias serían:

- Tratamiento del área emocional y relacional
- Seguimiento de las áreas específicas de deterioro cognitivo, alteraciones conductuales y psicopatológicas
- Atención a los procesos de duelo
- Asesoramiento y orientación psicoeducativa a las familias, acerca del cuidado y autocuidado
- Orientación y terapia familiar para la resolución de conflictos
- Fomento de actitudes que favorezcan la autonomía y la independencia
- Rehabilitación psicosocial

3. FORMACIÓN, INVESTIGACIÓN Y OTRAS ÁREAS DE INTERVENCIÓN

Uno de los temas centrales de Ley es la mejora en la calidad de los servicios, y por tanto la calidad en la formación de los profesionales que intervengan en los distintos niveles de actuación y que formen parte de los servicios de atención en torno al sistema para la autonomía y atención a la dependencia. Esto requiere de la definición de programas de formación a medio y largo plazo de especialistas en el tema, así como de la delimitación de estándares básicos de contenidos y de calidad en la formación de cuidadores. El ámbito de formación idóneo de los especialistas sería la Universidad, pero el ámbito de formación de profesionales menos especializados podría ser el propio sistema de formación reglada de carácter profesional y también la formación ocupacional. En todos los casos cabe la impartición de módulos de formación por parte psicólogos o psicólogas. Además una de las funciones de los Colegios profesionales es la impartición de formación, tanto para el reciclaje profesional de sus propios colegiados como para la formación sobre determinados contenidos psicológicos impartida a otros profesionales. Para ambas funciones el Colegio Oficial de Psicólogos de La Rioja está dispuesto a contribuir en la medida de sus posibilidades a la formación de los profesionales que intervengan en el sistema de dependencia de nuestra Comunidad Autónoma.

Respecto a la investigación en el ámbito de la dependencia, decir que es destacable la investigación desarrollada hasta la fecha en el marco universitario, destacando que los **Premios IMSERSO «Infanta Cristina» 2006** han concedido el premio de *Estudios e Investigaciones Sociales* a dos psicólogos de la Universidad Complutense de Madrid por su trabajo "El apoyo a los

cuidadores de familias mayores dependientes en el hogar: desarrollo del programa *Cómo mantener su bienestar*", debido a su aplicabilidad a la mejora de la calidad de vida de estos cuidadores.

En cuanto a la evaluación de la calidad de los servicios, decir que si bien la calidad no es patrimonio de ningún colectivo profesional, son numerosos los profesionales de la psicología que aportan su participación en los equipos de los Centros y Servicios para la evaluación de sistemas y procesos, la optimización de los servicios y la mejora de la calidad de la atención.