

|                                                       |                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Diario de Navarra</b><br>Navarra General<br>Diaria | Tirada: <b>68.841</b><br>Difusión: <b>59.062</b><br>(O.J.D)<br>Audiencia: <b>206.717</b> | Sección: -<br>Espacio (Cm_2): <b>695</b><br>Ocupación (%): <b>75%</b><br>Valor (€): <b>1.880,89</b><br>Valor Pág. (€): <b>2.500,00</b><br>Página: <b>20</b> | <br>Imagen: <b>Si</b> |
|                                                       | <b>02/06/2010</b>                                                                        |                                                                                                                                                             |                                                                                                          |

## Diario de los mayores

La Asociación de Residencias Solidarias de Navarra-Lares y el Grupo de Envejecimiento del Colegio Oficial de Psicólogos de Navarra llevan trabajando desde el año 2005 para introducir esta figura profesional en los centros y dotar de actividades y estrategias preventivas y de mejora

# El papel del psicólogo en la residencia

M.J.C.  
Pamplona

**Q**UE la salud no es y no depende sólo del bienestar corporal sino también del psicológico y emocional es de sobra una realidad conocida. Y que ello es así a cualquier edad y en cualquier entorno, también. Quizá lo que no se tiene tan en cuenta es que existen colectivos, edades y entornos con mayor vulnerabilidad. Es el caso, por ejemplo, de las personas mayores que viven en residencias geriátricas. De ello son conscientes diversos expertos, como la Asociación de Residencias Solidarias Lares Navarra y el Colegio Oficial de Psicólogos de Navarra, que desde 2005 llevan trabajando para intervenir de manera preventiva en este ámbito, favorecer la introducción de la figura del psicólogo en los centros gerontológicos -no siempre lo hay- y dotarlos de estrategias y actividades que vayan en beneficio del bienestar emocional y de la calidad de vida de los residentes, objetivo último.

De este proyecto, entre otros muchos, se habló en el reciente IX Congreso Nacional Lares, celebrado en Pamplona. Lares Navarra, creada en 1992, es una entidad que aglutina a 34 residencias no lucrativas, propiedad de entidades locales o de entidades sociales (congregaciones religiosas, fundaciones, etc.), con 2.500 plazas y mil trabajadores. Supone la mitad del sector residencial existente en la Comunidad foral.

Esta organización empezó a desarrollar en 2005, en colaboración con el Grupo de Trabajo para los Procesos Psicológicos del Envejecimiento del Colegio de Psicólogos de Navarra, el 'Programa de Intervención Psicológica en Residencias de Mayores'. El trabajo fue presentado en el Con-



Actividades en la residencia de mayores San José de Valtierra, uno de los centros pertenecientes a Lares Navarra.

CEDIDA



Una persona pasea a un mayor en silla de ruedas.

greso por Edurne Elizagoyen, Ramiro Castro, Iratxe Ojer, Blanca Montes, Paula Muñoz, Yolanda Liberal y Santiago Blanco. Según comentaron, la idea surgió a partir de la reflexión "sobre el estado psíquico y afectivo de los mayores que residen en instituciones". En este colectivo, añadieron, "por lo general hay una mayor prevalencia de alteraciones o trastornos cognitivos y emocionales que en resto de la población en la misma franja de edad".

Sin embargo, con frecuencia, comentaron, en los equipos técnicos de los centros no existen profesionales cualificados y formados específicamente para evaluar, prevenir, atender e intervenir en estas áreas.

Así, se pusieron manos a la obra y entre 2005 y 2007 diseñaron el programa de intervención, se contactó con directores de residencias y se hicieron evaluaciones iniciales de residentes. Tras los estudios pertinentes, se diseñaron dos tipos de talleres: uno de estimulación de la memoria y

otro de educación emocional y prevención de trastornos afectivos (como depresión), que más tarde fue modificado por el grupo y pasó a llamarse 'Animate'.

### Comienza el programa

En 2008 se inició el proyecto, con la ayuda de Caja Navarra a través del programa 'Tú eliges, tú decides' (proyecto nº 11.928). Se organizaron grupos de entre 8 y 12 residentes y sesiones por lo general semanales, dirigidas por psicólogos y utilizando metodología grupal para favorecer la participación y las relaciones interpersonales. Se emplearon materiales impresos, visuales y sonoros y se desarrollaron distintos ejerci-

**Entre 2008 y 2009 se aplicó de manera piloto el programa de intervención psicológica en once residencias**

|                                                       |  |                                                                                                                   |                                                                                                                                                           |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Diario de Navarra</b><br>Navarra General<br>Diaria |  | Tirada: <b>68.841</b><br>Difusión: <b>59.062</b><br>(O.J.D)<br>Audiencia: <b>206.717</b><br><br><b>02/06/2010</b> | Sección: -<br>Espacio (Cm_2): <b>266</b><br>Ocupación (%): <b>28%</b><br>Valor (€): <b>877,41</b><br>Valor Pág. (€): <b>3.050,00</b><br>Página: <b>21</b> |  |
|                                                       |  |                                                                                                                   | Imagen: <b>Si</b>                                                                                                                                         |                                                                                     |



**Ejercitar la memoria es una actividad cada vez más ofertada.**



**Practicar juegos como el ajedrez mantiene la mente en forma.**

cios y dinámicas orales, etc.

Entre 2008 y 2009 el programa se llevó a cabo en 11 residencias de Lares, siete el primer año y cuatro el segundo. En concreto, los centros fueron: Virgen del Carmen (Sesma), Ntra. Sra. de Gracia (Viana), San Miguel (Peralta), Andra Mari (Lesaka), Santa Elena (Barasoain), Aita Barandiarán (Alsasua), San Manuel y San Severino (Tafalla), Ntra. Sra. de Gracia de Tudela, San José (Valtierra), y Ntra. Sra. del Pilar (Lerín), San Fco. Javier (Falces).

El número de participantes fue de 179, muchos mujeres y con edades de entre 56 y 93 años.

Los promotores de este proyecto destacan su carácter piloto y los cambios que fueron reali-

zando para adaptar las actividades a las necesidades de los beneficiarios y sus particularidades. Resaltan también la comunicación con el resto del personal de los centros y la inclusión del programa dentro de la actividad terapéutica y la rutina asistencial de cada residencia participante.

El nivel de "satisfacción" de residentes y directores de centros, añaden, "fue adecuado" e incluso se detectaron demandas de atención individualizada, lo que refleja que "es necesario promover la aplicación de este tipo de programas". El problema es la financiación, especialmente en los centros pequeños. En 2010 está previsto de momento aplicar el proyecto en dos o tres centros en breve.