

Sala de Estimulación Multi-Sensorial



apafa

Introducción

La sala de estimulación multisensorial, más conocida como **sala Snoezelen**, fue creada por dos Terapeutas holandeses: Jan Hulsegge y Ad Verheul, en los años 70 en una residencia para personas con discapacidad intelectual. Tras su desarrollo en los Países Bajos, rápidamente se expandió su uso por el resto de Europa y más tarde en Estados Unidos y Canadá. Los dos terapeutas quisieron crear un lugar alternativo de ocio, en el que las personas que vivían en la residencia pudieran disfrutar. Al igual que ocurre en nuestro centro, APAFA, el centro en el que se creó contaba con un grupo de personas bastante heterogéneo: desde personas con necesidades de apoyo extenso y generalizado a personas con trastornos psiquiátricos, incluyendo discapacidad física asociada, etc.

Las personas con discapacidad intelectual se acercaban a la sala en sus ratos de ocio y tiempo libre por voluntad propia, pasando allí todo el tiempo que ellos quisieran. En sus inicios el material de la sala se compone de elementos olfativos, táctiles, visuales y auditivos (se dejan a un lado los gustativos por motivos de higiene) y el enfoque de utilización era no-directivo, es decir, se le daba libertad a la persona para interactuar con el ambiente y el mundo de estímulos sensoriales libremente. Años después una empresa inglesa instaló una sala en Gran Bretaña para investigar, probar y sacar a la venta nuevos materiales y tecnología (sonido, material con aroma, vibradores, etc.) que siguiese la línea de la estimulación sensorial.

Poco a poco, los profesionales se dieron cuenta de que la sala proporcionaba reacciones que antes no estaban presentes en el repertorio de conducta de determinadas personas, como por ejemplo la aparición de lenguaje espontáneo, interés por el entorno y conductas de búsqueda, aumento de las expresiones faciales, acción de señalar, disminución de estereotipias, disfrute del ambiente, relajación, disminución de problemas conductuales, etc. Y detectaron que las personas salían de estas salas más contentas, estables y relajadas.

La sala se fue desarrollando cada vez más en dirección a la terapia, creándose un espacio de trabajo por medio de lo sensorial y el bienestar. Los cuatro pilares de este tipo de salas y terapias asociadas a ellas son:

- 1.- El ocio**
- 2.- La relajación**
- 3.- La atención individualizada**
- 4.- La estimulación sensorial**

Hoy en día, debido a la gran variedad de material existente, el terapeuta no tiene porqué trabajar únicamente la parte sensorial de la persona, sino que puede dirigirse a gran cantidad de componentes del desempeño ocupacional que se proponga: desde componentes motores hasta cognitivos, pasando por afectivo-relacionales.

Si bien en su origen estas salas estaban destinadas a personas con discapacidad intelectual, con el paso del tiempo su uso se ha generalizado a otros tipos de población: infantil, psiquiátrica, con patologías neurológicas... alcanzando todas las edades: niños, adultos y ancianos.

¿Quiénes somos?

La asociación de padres, familiares y amigos de personas con discapacidad intelectual del norte de Almería (APAFA), con sede en Vélez Rubio, posee un complejo de atención integral para personas con discapacidad intelectual.

APAFA mantiene un compromiso permanente por la defensa de la dignidad y derechos de las personas con discapacidad intelectual. Su misión se concreta en proporcionar los apoyos necesarios para la mejora de la calidad de vida de todas y cada una de las personas atendidas, así como de sus familias.

Fundamentamos nuestro modelo de servicios y apoyos a las personas atendidas en torno a los siguientes **valores**, con el compromiso de todos sus miembros a promoverlos y respetarlos:

- **DIGNIDAD Y LIBERTAD HUMANA:** Entendemos por dignidad el reconocimiento del valor intrínseco de cada persona, en toda circunstancia, con pleno **respeto a su individualidad y a sus necesidades personales**".

- **DERECHO A UN TRATO RESPETUOSO Y PERSONALIZADO,** a ser atendidos con corrección y comprensión, respetando su individualidad, de tal forma que se sientan seguros y confiados, contando con espacios de escucha activa y apoyo adecuado para poder satisfacer todas sus necesidades.

- **PRIVACIDAD Y CONFIDENCIALIDAD**, por lo que es necesario preservar su intimidad personal y relacional.

- **AUTODETERMINACIÓN**, por lo que desde la asociación se apoyará que las personas puedan actuar como agentes principales de su vida, que puedan realizar elecciones y tomar decisiones respecto a la propia calidad de vida.

- **DERECHO A RECIBIR LOS APOYOS Y SERVICIOS** que estén ajustados a sus necesidades y expectativas personales, procurando su crecimiento y desarrollo personal. También se fomentará el derecho a **participar** de la vida social de la comunidad, a la **normalización e integración social** y a disfrutar de una **vida de calidad, plena y feliz**.

La Asociación apuesta por una **SOCIEDAD PLURAL**, en la que se respete y valore la diferencia y la diversidad como fuente de riqueza; en la que la igualdad de oportunidades sea un hecho; en la que la integración y la participación sea real para todos sus miembros; en la que las personas con discapacidad puedan ejercer su ciudadanía accediendo a bienes y servicios como cualquiera de sus miembros, dentro de una oferta individualizada y no como un colectivo anónimo. En definitiva, una sociedad solidaria e interdependiente, que priorice la capacidad de sus miembros, antes que sus déficits.

“El futuro está en el ejercicio de la ciudadanía plena, en la comunidad, en la libre elección de cada persona con respecto a su estilo de vida...”

Dentro del complejo residencial de APAFA existen varias residencias y servicios, que son los siguientes:

- **RESIDENCIA PARA PERSONAS CON NECESIDADES DE APOYO EXTENSO O GENERALIZADO (RPGA):** Se ha constituido como el hogar para las personas con discapacidad intelectual adultas y necesidad de apoyo generalizado con un alto grado de dependencia que, por diversas circunstancias familiares o personales, requieren atención en régimen de internado. En ella se proporciona un ambiente hogareño, personalizado y familiar, de forma que estas personas que viven en ella, se sientan como en su propia casa, disfrutando de la máxima calidad de vida.

- **UNIDAD DE ESTANCIAS DIURNAS:** La actividad del Centro de Día se dirige a ofrecer los apoyos necesarios para que las personas atendidas puedan desarrollar al máximo todas sus potencialidades, habilidades y capacidades a través de una serie de actividades de atención especializada e integral que han de incidir continuamente en la mejora de su calidad de vida.

- **RESIDENCIA PARA PERSONAS CON NECESIDADES DE APOYO INTERMITENTE O LIMITADO (RA):** Está constituido como pequeños apartamentos dobles e individuales, en un ambiente acogedor y hogareño para las personas con discapacidad intelectual que cuentan con la suficiente autonomía social y personal para manejarse por sí mismas y que necesitan apoyos limitados para su funcionamiento diario.

- **CENTRO OCUPACIONAL:** Está constituido por dos talleres con las siguientes ocupaciones: "Jardinería" y "Servicios de mantenimiento, limpieza y lavandería". En dicho recurso se entrenan habilidades pre-laborales, ocupacionales y laborales que permitirán el posterior acceso al mercado de trabajo, bien protegido u ordinario. Actualmente el Terapeuta Ocupacional ha puesto en marcha un taller de diseño

gráfico, con la finalidad de que se incorpore en un futuro como un taller más del centro Ocupacional.

- **RESIDENCIA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y TRASTORNO DE CONDUCTA (PDITC):** En tres viviendas independientes residen un grupo de personas con trastornos de conducta, en un contexto normalizador proporcionando apoyos individualizados capaces de proporcionar a la persona con discapacidad intelectual una vida mejor, tendiendo puentes entre las personas con trastorno dual y la comunidad.

Es en la residencia donde se ubicaría la sala de estimulación sensorial, ya que cuenta con una habitación con un Jacuzzi en el centro que por sus características sería idónea para habilitarla como sala de estimulación sensorial y relajación, además de por el propio perfil de las personas que viven en dicha residencia. También es la residencia donde trabaja el Terapeuta Ocupacional, que sería el encargado del desarrollo de los programas individuales para el uso de la sala.

- **UNIDAD DE RESPIRO FAMILIAR:** Con este servicio se pretende dar cobertura a todos aquellos chavales que, encontrándose en edad escolar, precisan de cierto apoyo en dicho ámbito, además de programar actividades de ocio y más lúdicas propias de su edad. Con ello se pretende, igualmente, que las familias puedan conciliar mejor la atención que dispensan a sus hijos con la vida propia.

- **CENTRO DE ATENCIÓN INFANTIL TEMPRANA:** concertado con la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía el Servicio de Atención Temprana presta una atención integral dirigida a todos aquellos niños con edades comprendidas entre los 0 y los 6 años .

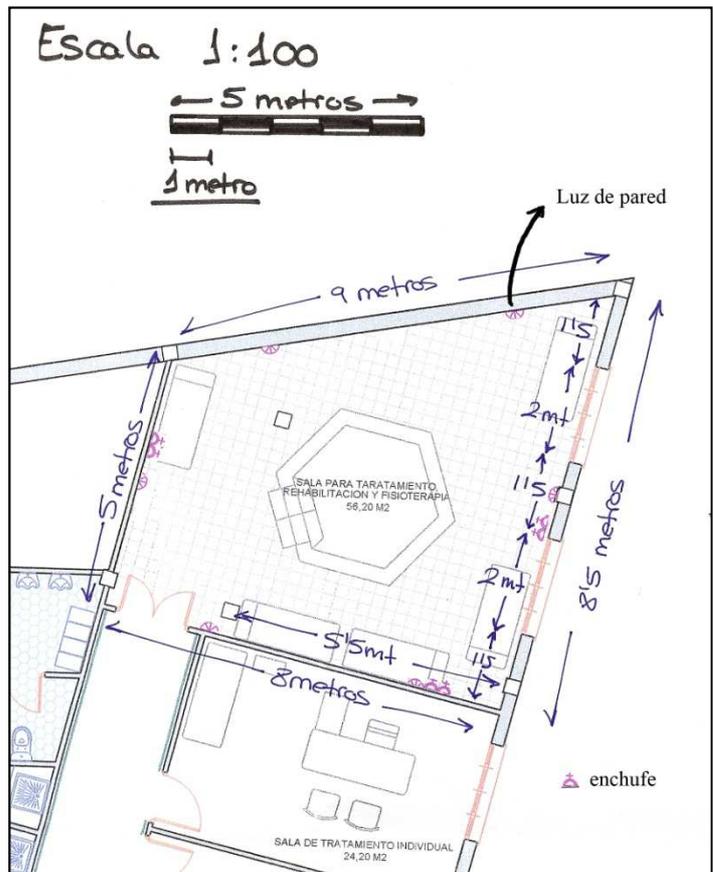
- **SERVICIO DE OCIO Y VOLUNTARIADO:** El servicio de ocio de Apafa es un recurso específico y organizado, orientado por principios de

normalización e inclusión social, que desarrolla un programa continuado de actividades de tiempo libre que tiene como finalidad última el disfrute de las personas con discapacidad intelectual. El objetivo general de este servicio es ofrecer a la persona con discapacidad intelectual los recursos y apoyos necesarios para que pueda ejercitar su derecho a un ocio individual y compartido en igualdad de condiciones que el resto de la comunidad.

La sala de estimulación multisensorial sería de **uso común** a todas las residencias y servicios, puesto que en todas ellas el perfil de las personas las hace susceptibles de utilizarla y beneficiarse de su uso habitual. Como se ha explicado anteriormente dentro del complejo dicha sala se situaría en la residencia para personas con trastorno dual, la más moderna de las 3 residencias y la que cuenta con un espacio idóneo para ese uso.

Además, las personas que viven en dicha residencia presentan problemas graves y continuados de conducta, por lo que creemos que dicha sala, con el uso que a continuación se detalla, repercutiría de forma muy positiva en el control de dichos problemas de conducta y en mejorar, en general, la calidad de vida de todas las personas que viven en esta y en las demás residencias de APAFA.

A continuación se muestran unas fotografías de la habitación donde se ubicaría la sala Snoezelen así como el plano de distribución:



La sala Snoezelen

El término Snoezelen es un neologismo que proviene de las palabras en holandés “snuffelen” (que significa sorber por la nariz, en el sentido de explorar, buscar olfateando) y “doezelen” (calma, relajación).

A la hora de crear una sala se suelen dividir en 3 tipos, si bien jugando con la iluminación y los materiales que se utilicen los 3 tipos de sala pueden estar reunidos en un único espacio:

- **Sala Blanca:** son las más usadas y las más comunes, y su nombre no indica necesariamente que todo tenga que ser blanco. El objetivo principal de este tipo de salas es alcanzar la relajación y la estimulación sensorial por medio del descubrimiento, la espontaneidad.



- **Sala negra:** caracterizada por la llamada luz negra, una luz morada fluorescente que hace que determinados colores resplandezcan. Este tipo de iluminación facilita el aprendizaje (causa-efecto, orientación espacial...), el movimiento y la búsqueda de sorpresa.

- **Sala aventura:** está más orientada a la población infantil y se caracteriza por el propio material de la sala, cuyos elementos permiten la capacidad perceptivo-motora y sensorial por medio de obstáculos, cuerdas colgadas, sorpresas, cilindros huecos, grandes pelotas...

En APAFA nos gustaría ubicar una sala que reuniese las características de los 3 tipos, especialmente de la sala blanca y negra, con un pequeño espacio de aventura opcional (piscina de bolas y alguna otra estructura) y habría que añadir una zona de hidroterapia, aprovechando el jacuzzi con el que ya está equipada la sala.

¿Qué materiales necesitamos?

Las salas de este tipo no son espacios estandarizados: no son todas iguales ni están equipadas con los mismos elementos. En APAFA los aspectos más importantes que deben reunir los materiales de dicha sala son:

- **Funcionales** para un gran número de personas con características muy diferentes.

- Que **no sean materiales infantiles**, puesto que trabajamos con personas adultas (a excepción del servicio de atención temprana, que es poco numeroso, el resto de clientes de APAFA son personas adultas).

- Que inviten a la **exploración espontánea** y estén al alcance de todos.

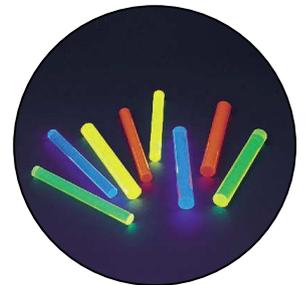
- Los materiales deben crear un **ambiente sugerente** para que voluntariamente quieran disfrutar de él, y que dicho disfrute sea dirigido a la globalidad de la persona, esto implica incluir el nivel sensorial y emocional, no solo el físico.

- Que cualquier persona, independientemente de su nivel funcional, pueda **disfrutar y desenvolverse** en el entorno, explorándolo a su propio ritmo.

Teniendo en cuenta estos aspectos y pensando también en que la sala no solo tenga un uso de ocio y relajación, también terapéutico los materiales con los que nos interesaría equipar la sala serían los siguientes, organizados por el tipo de estimulación, si bien muchos de ellos estimulan diferentes sentidos:

Estímulos visuales:

- Fibra óptica.
- Proyector de efectos visuales.
- Columnas de agua y burbujas.
- Luz negra.
- Techo fibra óptica.
- Bola de espejos
- Paneles de pared con luz.



Estímulos táctiles:

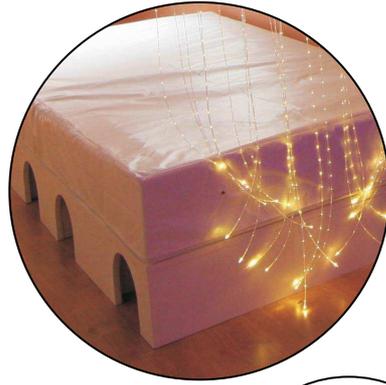
- Columnas de burbujas con vibración.
- Fibra óptica (suavidad).
- Paneles táctiles.
- Material vibratorio (también la cama de agua).



Estímulos vestibulares:

- Cama de agua termorregulada, con vibración y sonido.

- Columpio y/o hamaca



Estímulos propioceptivos:

- Material con vibración.

- Silla-pelota tipo puff.

- Piscina de bolas (opcional).



Estímulos auditivos:

- Panel que además de estímulos visuales tenga también sonido.

- Equipo de música.

- Cama de agua con sonido.

- Equipo de sonido de hidroterapia (para el jacuzzi)

Estímulos olfativos:

- Difusor de aromas.

- Juegos de aromas.

- Pelotas de olor



A este material habría que añadir una grúa especial, como la de la fotografía (pero con arnés en vez de camilla), anclada al suelo o a la columna que hay en la sala, para poder movilizar a personas que van en silla de ruedas. De esta manera se podría pasar a la persona de la silla de ruedas al jacuzzi o a la cama de agua, colchonetas,... sin problema.



El método de trabajo

La sala no posee manual de instrucciones para su uso ni se dedica, como se puede pensar, a trabajar específicamente los sentidos, sino que el Terapeuta Ocupacional (junto con los demás profesionales del equipo técnico y atención directa que tienen más trato con la persona) definirá una serie de objetivos individuales, llevando a cabo a continuación una programación individual y las sesiones se desarrollarán en función de dichos objetivos. Debido a la gran heterogeneidad de personas que viven en APAFA dichas sesiones serán muy diferentes de unas personas a otras, llevándose a cabo dos tipos de sesiones:

- **Sesiones estructuradas:** Podemos dar a elegir a la persona la tarea que quiere hacer y tener un papel directivo en ella, de manera que el terapeuta respete la elección de la persona pero pueda modificar algunos de los elementos de la misma para lograr los objetivos propuestos. Otra manera de abordar estas sesiones estructuradas es elegir los objetivos que queremos desarrollar y disponer la sala de tal manera que todos los elementos que coloquemos a su alcance trabajen lo mismo y sea la persona la que elija lo que quiere hacer pero dentro del rango de opciones limitado que se le ofrece. Así se asegura algunos de los componentes del ocio y se consigue el disfrute.

- **Sesiones libres:** Será la persona la que explore y experimente diferentes sensaciones con los materiales que haya elegido. Serán sesiones mucho más ociosas y con objetivos menos específicos, más generales. En estas sesiones es donde conoceremos mejor a la persona: preferencias, inquietudes, iniciativa...

Es importante tener en cuenta factores como los que a continuación se detallan para que las sesiones sean realmente útiles para la persona:

- **La atmosfera debe ser facilitadora del aprendizaje:** tiene mucha relevancia crear un ambiente confortable, seguro y saludable. Ninguna persona querrá entrar en una sala si los estímulos que percibe le perturban, como por ejemplo un sonido muy alto, demasiada oscuridad... Decorar la sala o utilizar solo determinados materiales según la persona que vaya a entrar es una buena estrategia de intervención.

- **La oportunidad de elegir:** como de ha señalado anteriormente, independientemente de que la sesión sea estructurada o libre la persona siempre ha de tener posibilidad de elección. No se llevarán a cabo sesiones rígidas en las que sea únicamente el profesional el que decida dónde, cómo y cuánto tiempo va a estar la persona, sino que dentro de un abanico más o menos amplio será la persona la que decida qué quiere ver, tocar, oler... y experimentar sensaciones poco frecuentes, favorecer que surja la iniciativa, la espontaneidad, el movimiento, el lenguaje... encauzando dichas actividades a los objetivos que se han diseñado.

- **Uso del tiempo:** Para ir creando nuevas sensaciones dentro de un ambiente relajado lo mejor es comenzar a dar estímulos de uno en uno, ya que entrar en la sala y recibir todos los estímulos de golpe puede llegar a ser estresante para la persona y que al final aumente el nivel de nerviosismo en vez de provocar una relajación y bienestar. Una buena idea, por ejemplo, es comenzar solo con estimulación auditiva muy suave, ascendiendo progresivamente hasta alcanzar el nivel auditivo que se escoja para la persona en concreto. Luego se pueden ir encendiendo las luces con las que se vaya a trabajar, posteriormente el proyector... una vez finalizado el periodo de tiempo con el proyector

pasar a estimulación olfativa, usando a la vez la cama de agua o una pequeña sesión de hidroterapia en el jacuzzi.

- **Repetición:** la percepción y el procesamiento de algunas personas es más lento de lo normal, y es posible que además carezcan de los recursos lingüísticos o motores para reclamar que se vaya más despacio. Se debe estar pendiente de las reacciones no verbales y observar a la persona para eliminar cualquier estímulo que esté provocando reacciones adversas a las esperadas y dejar constancia por escrito de dichas reacciones para tenerlas en cuenta en sesiones posteriores.

- **Actitud:** el comportamiento del terapeuta no sólo debe basarse en la observación o en la valoración, sino que su actitud también debe influir en el paciente hacia una conducta agradable para contribuir y favorecer un buen clima. De esta forma entran en juego habilidades interpersonales del profesional para cada tipo de persona que acuda a la sala: saber guiar, sorprender, estimular sin sobrecargar...

- **Ocio:** en APAFA el ocio es uno de los pilares más importantes de nuestra filosofía y sin duda en muchas ocasiones utilizaremos la sala como un espacio más de ocio, y no una sala de terapia propiamente dicha.

Habitualmente nos encontramos con que la mayoría de las personas con discapacidad intelectual han sido privadas de su ocio y esto es una fuente incesante de problemas de conducta. Por otra parte también apostamos por un ocio en comunidad pero en ocasiones la comunidad no dispone de un recurso tan específico y beneficioso para nuestros clientes como una sala de este tipo, razón por la cual nos gustaría embarcarnos en la creación de nuestra propia sala Snoezelen.

PRESUPUESTO SALA MULTISENSORIAL DE APAFA

Se incluye el presupuesto para la adquisición de alguno de los elementos del equipo necesario para la utilización de la sala multisensorial que tiene Apafa en sus instalaciones, para la mejora de la calidad de vida, y del bienestar emocional y físico de sus usuarios, a través de las terapias propias de este tipo de recursos

PS-100LED Proyector Solar 100LED con accesorios de rotación de disco. Este proyector está diseñado para poder proyectar en espacios pequeños. Puede ir instalado en la pared o en el techo. Se incluye accesorio de rotación de discos. Su tecnología es LED y es muy silencioso.

615€

PS-PANROT Lente panorámica. Se sitúa en la lente del proyector Solar 100 y la imagen que se proyecta se desplaza por toda la sala, dotando a la proyección de un increíble efecto visual.

160€

AA-2 Arcoíris de aromas con regulación + esencias. Sistema de aromaterapia interactivo con almacenamiento de 4 fragancias asociadas a los 4 colores que dispone, rojo, azul, verde y amarillo. El usuario puede escoger el color que desee a través de los pulsadores de su parte frontal y seleccionar la intensidad de la luz y aroma que el equipo dispensará. A través de los difusores frontales se difunde la fragancia. Funciona con aceites esenciales. **664,35€**

EC-1 Escalera de colores, elemento que reacciona a la intensidad de voz, como más alto hablemos más peldaños de colores subirán en la pantalla. Incorpora tres programas para motivar a superarse y un ajuste de sensibilidad de intensidad de voz. **990€**

HI-FI Equipo de audio compuesto por un amplificador + reproductor DVD/CD - AUDIO HI-FI.

535€

Pareja de altavoces JBL o similar. **206€**

TOTAL: 3170,35

IVA: 665,77

COSTE TOTAL:3836,12€