
YO ELIJO: SOY VOLUNTARIO. OFRECIENDO OPORTUNIDADES DE SER Y DE HACER.

María Acosta Benito

Terapeuta Ocupacional. Centro de Día y Soporte Social, Aravaca, Línea de Rehabilitación Psicosocial, Hermanas Hospitalarias. Centro vinculado a la red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera dependiente de la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid.

Vanesa Rubio Perez

Educadora Social. Centro de Día y Soporte Social, Aravaca, Línea de Rehabilitación Psicosocial, Hermanas Hospitalarias. Centro vinculado a la red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera dependiente de la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid.

Nuria Santos Bermejo

Educadora Social. Centro de Día y Soporte Social, Aravaca, Línea de Rehabilitación Psicosocial, Hermanas Hospitalarias. Centro vinculado a la red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera dependiente de la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid.

David Garcia-Castro Diaz

Psicólogo. Centro de Día y Soporte Social, Aravaca, Línea de Rehabilitación Psicosocial, Hermanas Hospitalarias. Centro vinculado a la red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera dependiente de la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid.

Cristina Otero Vicario

Coordinadora. Centro de Día y Soporte Social, Aravaca, Línea de Rehabilitación Psicosocial, Hermanas Hospitalarias. Centro vinculado a la red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera dependiente de la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid.

Resumen

El artículo recoge la experiencia de un grupo de personas con enfermedad mental grave y/o duradera, usuarias del Centro de Día Aravaca, que deciden ser voluntarias y ofrecer servicios a la comunidad. Tras la exploración de intereses relacionados con el ámbito de voluntariado se tomó la decisión de realizar un voluntariado en actividades

relacionadas con el cuidado de los animales y la naturaleza. Tras una importante búsqueda de recursos pudimos conocer el espacio donde hoy realizamos la actividad: Burrolandia, única reserva de burros de la Comunidad de Madrid. En las instalaciones de esta asociación y junto a los profesionales de la misma, es donde se desarrolla la actividad en su totalidad, obteniendo beneficios importantes en el proceso de rehabili-

tación psicosocial de los usuarios que participan como voluntarios de la organización.

Palabras clave: Enfermedad mental, voluntariado, rol ocupacional, participación, ciudadano, comunidad.

Abstract

The article describes the experiences of a group of people with severe mental illness. These people are users of Aravaca Day Center. They decided to volunteer and provide community services. After the exploration of interest we choose to do a voluntary service to the care of animals and nature. After making an important resource search, we found the place where voluntary activity is doing today: Burrolandia, the unique nonprofits association in Madrid, whose main objective is to prevent the extinction of donkeys. The activity has been done at Burrolandia's facilities under their staff supervision. Users who are volunteers in the organization have made significant gains in the process or psychosocial rehabilitation.

Key words: Mental illness, psychosocial rehabilitation, voluntary, occupational role, participation, citizen, community.

Introducción

No me dejes desear y no hacer. Ayúdame a desear y hacer. Muchas personas con enfermedad mental se plantean en su proceso de rehabilitación realizar alguna actividad que dé sentido a su vida; sentir que proporcionan ayuda a otros y generar un impacto en la resolución de problemas comunitarios. Es imprescindible apoyarnos en definiciones y

teorías para poder entender algunos procesos y así poder dar respuesta de una manera más eficaz y eficiente. Conceptos como el de persona y ocupación son importantes en nuestro quehacer diario.

La persona es nuestro punto central de intervención. Las personas, definidas como seres humanos (RAE, 2011), son seres ocupacionales y poseen la habilidad para participar en ocupaciones. El hecho de que la persona se implique en todo el proceso de rehabilitación es de vital importancia. **La ocupación** da significado a la vida. Podemos definir ocupación como *el uso significativo del tiempo que hacen los seres humanos para satisfacer sus propios impulsos internos hacia la exploración y el dominio, que al mismo tiempo satisfacen los requerimientos del grupo social al que ellos pertenecen y las necesidades personales de automantenimiento* (Kielhofner, 2004). La ocupación, está estrechamente vinculada con la definición de salud que hace a OMS como bienestar bio-psico-social. La ocupación, tal y como se reconoce en los determinantes de salud establecidos por la OMS posee un valor terapéutico y culturalmente importante.

El ser humano tiene la necesidad de involucrarse en ocupaciones. Pero solo aquellas ocupaciones adecuadas a la edad de la persona y significativas para ella tienen la capacidad de cubrir esa necesidad tan importante en el ser humano: la necesidad de ser y de hacer. Las personas adultas con enfermedad mental encuentran dificultades para conseguir este equilibrio ocupacional y este acceso a una ocupación significativa. Muchas de ellas han dejado a un lado o nunca han tenido la oportunidad de desempeñar todos o algunos de los papeles que, cotidianamente, otras personas realizan: han tenido que renunciar a un trabajo, abandonar unos estudios, han perdido a sus amigos de siempre, se han visto relegados en las tareas domésticas,...

El desempeño ocupacional del rol de voluntario puede ser una herramienta útil para lograr mayor identidad ocupacional así como ese equilibrio que muchas de las personas adultas con enfermedad mental necesitan. Entendemos el voluntariado *como cualquier actividad que beneficie al prójimo, realizado libremente y sin esperar ninguna recompensa financiera inmediata* (Allen, 2001). Permite establecer una red de contactos con las personas que comparten intereses. A través del voluntariado podemos conocer diferentes visiones/perspectivas, compartir y aprender mejores prácticas. Adicionalmente, este ejercicio nos brinda una oportunidad para mejorar nuestra capacidad para establecer relaciones, trabajar en equipo y desarrollar habilidades de liderazgo y de comunicación. El voluntariado nos da la oportunidad de participación social, teniendo presente las dificultades que presenta la población con enfermedad mental grave de participar de manera normalizada en la comunidad más cercana. Cuando hablamos de participación social, nos referimos a las relaciones entre diferentes personas, grupos, asociaciones... que toman parte de una actividad o concurso persiguiendo unos objetivos comunes. Se distinguen diferentes grados de participación, que van desde la participación más activa, la cual implica dedicación en esfuerzo y tiempo, pasando a un grado de participación totalmente pasiva. Se fomenta que la población con enfermedad mental grave, vaya de un papel de participación social pasivo a uno cada vez más activo.

Material y método

La realización del presente artículo se ha fundamentado en teorías de Ciencias de la Ocupación como es el Modelo Canadiense de la Ocupación Humana.

Desarrollo

Como punto de partida de nuestra propuesta práctica contamos con el marco teórico planteado donde la persona en sociedad es nuestro eje central y donde la ocupación es aquello que da sentido a la vida y un determinante de salud. Después, observamos la necesidad y escuchamos la demanda de varios usuarios de trabajar desde el área productiva su sentido vital. Formulamos nuestra hipótesis inicial de trabajo: el realizar una actividad de voluntariado repercutirá de manera positiva en su proceso de rehabilitación. Sin dudarlo comenzamos a diseñar la actividad que hoy en día se llama Animalia.

Análisis de la actividad animalia

Información general: La Actividad se lleva a cabo en Burrolandia, única reserva de burros de la Comunidad de Madrid. Es una asociación sin ánimo de lucro, cuyo objetivo principal es evitar la extinción del (www.amiburro.es). Sus instalaciones se encuentran en una finca situada en Tres Cantos, Madrid.

Participantes: Las personas que han participado en la actividad han sido siete personas (6 hombres, 1 mujer de edades comprendidas entre 40 y 61 años, con diagnóstico principal de esquizofrenia (3), esquizofrenia indiferenciada, trastorno esquizoafectivo mixto y trastorno delirante). La elección por participar en la actividad ha sido voluntaria y en todo momento era susceptible de ser abandonada. El porcentaje de discapacidad medio reconocido de las siete personas se estima una media del 66,6% y el tiempo medio de evolución de enfermedad es de 18,75 años. Es importante señalar que las personas que participan en Animalia llevan una "mochila" cargada de situaciones vitales es-

pecialmente difíciles como por ejemplo, historia de consumo de tóxicos, ausencia completa de red social y/o familiar, o pasado sin hogar. Observamos que más de la mitad de las personas (57%) que decidieron participar en Animalia habían vivido o estaban atravesando momentos vitales estresantes en el último año como la supervivencia a un intento autolítico o el afrontamiento del fallecimiento de un familiar cercano. El nivel educativo de los participantes es de educación secundaria el 42%, educación primaria el 42% y sólo una de las personas había cursado una Formación Profesional (14%). El 85% de las personas habían desempeñado una actividad laboral remunerada en el pasado.

Tareas que componen la actividad: El tiempo necesario para completar la actividad es de una hora y media, una vez en semana. Las tareas que a continuación se describen han ido incluyéndose a lo largo del progreso de nuestra colaboración con Animalia: Uso del transporte público, adecuación del vestido, dar de comer a la colonia de gatos, limpieza y mantenimiento del merendero y de otras instalaciones (barrer las hojas del prado, limpiar de basura el prado, arreglo de cercas), cepillar a los burros, limpieza de cuadras, trabajo en el huerto, colaboración con otras tareas puntuales (cambiar a los animales de ubicación, colaborar en la decoración del aula).

Materiales y herramientas: Todas las herramientas necesarias son suministradas desde Burrolandia: cepillos para los animales, abre latas, carretilla, cepillos de barrer, platos y recipientes para el agua de los gatos. Desde Burrolandia, además, se proporcionó la formación necesaria para el uso de las mismas así como aquellos aspectos a tener en cuenta para la prevención de riesgos del trabajo con animales y el uso de herramientas.

Factores y demandas:

- **Físicas:** habilidades de coordinación y tono muscular, destreza y habilidad manipulativa, dominio de la postura y el equilibrio. No ha sido necesaria la adaptación física de ninguna de las tareas.
- **Cognitivas:** La actividad desarrollada es un continuo contacto con la realidad, la realidad espacio- temporal, personal y el contacto con los animales. Las tareas que se realizan requieren habilidades básicas de concentración y atención, memoria y funciones ejecutivas.
- **Sociales:** Animalia es una actividad que se realiza en grupo, aunque algunas de las tareas ya descritas puedan hacerse de manera individual. Las personas que asisten conocen que el éxito en la actividad es debido al éxito grupal y la necesidad de colaboración entre los asistentes. Los participantes han de poseer o estar entrenando habilidades sociales, comunicacionales y de interacción que son necesarias para formar parte del grupo, sentido de la identidad grupal, compartir herramientas, trabajos de cooperación, entre otros.

Papel del profesional: El papel del profesional del Centro de Día en el desarrollo del programa está basado en establecer una buena relación de ayuda: *aquella relación en la que uno de los participantes intenta hacer surgir, de una o ambas partes, una mejor apreciación y expresión de los recursos latentes del individuo y un uso más funcional de estos* (Rogers, 1986). El profesional tiene siempre presente que el desarrollo ocupacional se compone de diferentes procesos y puede llegar a ser muy complejo. Además, aunque el grupo avanza como uno solo, han existido y se han respetado las diferencias individuales que presentaban los participantes. Cada uno de los participantes ha elegido las tareas que quería realizar y el acompa-

ñamiento profesional en las mismas se ha regido por las etapas de cambio definidas por Mary Reilly en 1974: exploración, competencia y logro.

Resultados

El programa Animalia se ha enmarcado dentro de los programas ofertados y realizados desde el Centro de Día de Aravaca en el curso 2014-2015. Estos programas se han llevado a cabo desde el mes de Octubre de 2014 y han finalizado el 12 de Junio de 2015.

El porcentaje participación de los usuarios en Animalia es similar al de otros programas del centro. Hay factores que claramente pueden influir en la elección o no de este programa por parte de los usuarios, tales como la distancia geográfica y el esfuerzo que supone llegar, el hecho de que haya contacto

tan directo con los animales, o incluso que se trate de una actividad productiva, teniendo en cuenta que este tipo de actividad no es el más demandado entre los usuarios de un centro de día.

El porcentaje de abandonos del programa de animalia es de 7,6 %, lo que se encuentra en la media en comparación con otros programas. Este dato es significativo al tratarse de un programa que no se imparte en el entrono cercano al usuario ni en el centro de día, por lo que el hecho de que sólo una persona de las siete que comenzaron el programa haya abandonado traduce un factor de éxito en el desarrollo del mismo.

En el programa se han impartido un total de 27 sesiones, con una media de asistentes por sesión de 2,7 personas y un índice medio de adherencia del 39,52% (porcentaje de asistencias realizadas de las totales impartidas en el programa). Señalamos que el índice de adherencia media a Animalia ha resultado

Tabla nº 1. Porcentaje de participantes e índice de abandono y adherencia de los programas 2014-2015.

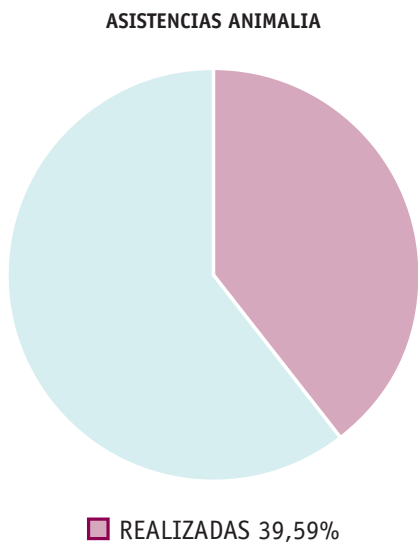
Programa	% participantes	% abandono	Programa	% participantes	% abandono
Baloncesto	5,12 %	50%	Teatro	10,25%	0%
H. Sociales	15%	33,3%	Cortos	33,3%	7,6%
Reciclaje	28%	18%	Ocio	15%	0%
Superándome	20,5%	0%	1x100	20,5%	0%
Vida al día	17,94	0%	T.solidario	25,64%	1%
Cocina	15,38%	33,3%	En forma	30,7%	25%
mujeres	20,5%	12,5%	Alas	10,25%	0%
Mus	20,5%	25%	T.literario	17,94%	0%
Ser yo mismo	12,8%	20%	Animalia	17,94%	7. 6%

Tabla nº 2. Índice de adherencia de cada participante en el programa Animalia y media de su participación en el recurso (sin contar Animalia).

Participantes	Adherencia Animalia	Adherencia medio
1	44,44%	14,82%
2	33,33%	48,43%
3*	18,51%	52,38%
4	69,29%	56,56%
5	85,71%	79,56%
6	44,44%	42,07%
7	44,44%	48,61%

* Persona que abandonó en la 10ª sesión.

Gráfica 1. Porcentaje de asistencias al programa de Animalia.



ser de 48.55%. Este porcentaje se ha visto disminuido porque uno de los participantes abandonó el programa en Enero. Los datos mostrados nos indican que Animalia ha tenido, en más de la mitad de los usuarios que asistieron al programa, un índice de asistencia mayor que en el resto de programas que también eligieron comprometerse.

Conclusiones

Tras la participación de algunas personas usuarias del centro de día en este proyecto podemos establecer las siguientes conclusiones:

- El desempeño del rol de voluntario en la comunidad es una oportunidad para que personas que han abandonado cualquier actividad productiva debido a diferentes circunstancias, puedan trabajar en su proceso hacia lograr un equilibrio ocupacional. Los resultados del programa nos indican que el desempeño de una actividad de voluntariado en la comunidad puede ser el eslabón clave para que algunos usuarios avancen en su proceso de rehabilitación.
- Es posible, desde nuestros recursos de rehabilitación psicosocial, crear intervenciones donde la persona encuentre su dirección valiosa, y pueda tener experiencias de significado en su vida diaria. Ser en el mundo aquí y ahora.
- Es derecho de todos el poder desempeñar una ocupación significativa, reduciendo las situaciones de injusticia ocupacional y ofreciendo la oportunidad de poder tener un papel más activo como ciudadano, compartiendo las mismas preocupaciones sociales que las personas de nuestro entorno, y participando en buscar soluciones conjuntamente con los recursos comunitarios. Se mejora así el proceso individualizado de rehabilitación y se reduce la

estigmatización tener un diagnóstico de enfermedad mental grave y/o duradera.

- Sería conveniente introducir alguna herramienta de evaluación para valorar y evaluar los progresos de la persona en relación al desempeño ocupacional de las tareas y su generalización a otras áreas. Del mismo modo podría estudiarse la influencia de la actividad sobre otras esferas de la persona.
- Es indispensable continuar conociendo e investigando las posibilidades de rehabilitación que ofrecen las actividades de voluntariado a las personas con enfermedad mental grave y/o duradera.

Referencias

1. Allen K. Acción voluntaria y voluntariado: construyendo un movimiento para el cambio social y económico, presentado en 4ª Asambleas Mundiales de Cívicos, Vancouver; 2001
2. Kielhofner G. Terapia Ocupacional. Modelo de Ocupación Humana. Teoría y Aplicación. 3º Edición. Buenos Aires, Editorial Panamericana; 2004
3. Real Academia Española de la Lengua. Diccionario de la Lengua Española. 22 Edición; 2011
4. Rogers C R. El proceso de convertirse en persona. Barcelona, Paidós; 1986
5. <http://www.amiburro.es>

Agradecimientos

Agradecer a la Asociación de Amigos del burro su acogida y confianza desde el primer día. A Paco y al Señor Félix por enseñarnos a amar a los burros y por cada segundo que han dedicado a enseñarnos el arte de cuidar a los animales. A Romero, que nos abrió las puertas de su casa desde el primer día. Y como no, agradecer a cada una de esas personas que ha hecho realidad su sueño y nos han involucrado en él.