

# LA CIUDAD: el juego terapéutico para la autonomía personal en personas con enfermedad mental

Cristina Méndez Pérez. Terapeuta Ocupacional. Hospital de día, Servicio de Psiquiatría. EOXI de Vigo.

## Introducción

El Hospital de día del Servicio de Psiquiatría del EOXI de Vigo es un recurso sanitario insertado en la comunidad en el cual se fomenta la participación de los pacientes en diferentes actividades y en la sociedad a la que pertenecen (Muiños et al., 2019). Existe un equipo multidisciplinar que atiende patologías centradas fundamentalmente en el trastorno mental grave.

Las ventajas del hospital de día frente al internamiento son claras: previene el institucionalismo y la dependencia, ya que preserva las relaciones con el medio social habitual y con la familia, evita el aislamiento y repercute en la eliminación de la estigmatización social del enfermo mental (Moruno, 1998).

Existen muchas publicaciones que ahondan en la certeza de que la existencia de un trastorno psicótico y la sintomatología relacionada con éste influyen en el funcionamiento ocupacional de la persona (áreas ocupacionales, patrones, habilidades de desempeño, etc) ( Garrido, 2014).

Podemos definir el juego como "cualquier actividad organizada o espontánea que proporcione disfrute, entretenimiento o diversión" (Parham & Fazio, 1997). El juego proporciona placer y disfrute, pero además un juego puede ser una herramienta de estimulación y rehabilitación cognitiva (Nahum et al., 2014; Piñón, 2009; Torres, 1998).

Teniendo en cuenta esas premisas, desde el Hospital de Día se busca desarrollar un juego que permita trabajar no sólo las habilidades cognitivas, la resolución de problemas o las habilidades sociales, sino ir más allá para intentar contextualizarlo en el entorno donde vivimos: una ciudad con todas sus posibilidades y en la que poner en práctica las destrezas necesarias para un funcionamiento ocupacional lo más autónomo posible.

El juego de La Ciudad (Méndez, 2013) se presenta como una alternativa terapéutica para mejorar el funcionamiento ocupacional, centrado principalmente en la autonomía personal, así como también en las habilidades cognitivas, de comunicación y de regulación emocional en personas con trastorno mental grave, con la finalidad de dotar al usuario de las habilidades necesarias para poder llevar a cabo el mayor número posible de roles en la sociedad.

## Objetivos

Promover la salud, prevenir el deterioro y fomentar la mejoría en (MT AOTA 2014):

- Habilidades cognitivas, de regulación emocional y de comunicación e interacción:
  - Incrementando los conocimientos sobre algunos de los servicios de los que dispone una ciudad
  - Desarrollando habilidades de resolución de problemas cotidianos
  - Mejorando la capacidad de planificación para poder realizar gestiones habituales
- Áreas ocupacionales de:
  - Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (gestión de la comunicación, movilidad en la comunidad, gestión financiera, mantenimiento de la salud, gestión del hogar, preparación de la comida y limpieza, mantenimiento de la seguridad y responder a una emergencia)
  - Educación (educación informal)
  - Participación social (en la comunidad, con la familia, con compañeros)
  - Ocio (exploración y participación)

## Metodología

### Ámbito y población

Durante el año 2013 y hasta 2015 se implementó el juego de La Ciudad en el Hospital de día del Servicio de Psiquiatría del EOXI de Vigo, en sesiones de 1 h de duración, 1 día por semana y con una participación media de 12 usuarios. El criterio de inclusión en la actividad terapéutica era ser usuario del Hospital de Día.

A partir de 2015 las sesiones continuaron con una frecuencia de 1 ó 2 mensuales.

### Procedimiento del juego

El juego de La Ciudad es una idea concebida tras el desarrollo de otros programas de Actividades Básicas e Instrumentales de la Vida Diaria en Hospital de Día. Se percibía un vacío a la hora de trabajar con los usuarios habilidades relacionadas con la autonomía personal y el manejo dentro de la ciudad, por lo que el juego viene a ser una respuesta terapéutica a esa necesidad.

El juego consta de los siguientes materiales:

- 1 cubilete y un dado por equipo (2 equipos)
- 1 tablero de juego
- 1 caja de estrellas (premios)
- 420 pruebas teórico-prácticas que componen el programa de intervención

### Desarrollo del juego

El desarrollo del juego comienza con 2 equipos de usuarios que a través de la tirada de dados pasan por las casillas del tablero, en las cuales hay pruebas que corresponden a los servicios que pueden existir dentro de cualquier ciudad tipo (banco, ayuntamiento, colegio, mercado, centro de salud, centro comercial...) y que deben responder correctamente para continuar. Estas casillas de pruebas se acompañan de otras con incidencias (resolución de problemas) y también role playing.

Cuando el equipo cae en un casilla marcada con una categoría general, si acierta la respuesta puede ganar un premio, terminando la partida el equipo que logre los 6 premios correspondientes a cada una de las 6 categorías.

La terapeuta dirige la sesión y actúa como moderadora y facilitadora, leyendo las historias que ejercen de hilo argumental, planteando las preguntas de prueba, estimulando a cada equipo para lograr la consecución de la prueba correspondiente, observando el desempeño en las habilidades que se trabajan desde este juego terapéutico y gestionando la duración temporal de la sesión.



## Resultados

Después de 6 años realizando sesiones con el juego terapéutico "La Ciudad", podemos decir que la experiencia ha sido altamente gratificante tanto para los usuarios como para los profesionales implicados, sobre todo por la novedad de un juego terapéutico de estas características, por lo que la evaluación cualitativa global de la actividad ha sido positiva.

Desde el comienzo del juego, han participado en esta actividad 28 usuarios

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS		
Media de edad	37,6 años	
Sexo	Mujeres	28,5%
	Hombres	71,5 %
Diagnóstico principal	Esquizofrenia	82,2%
	Trastorno Esquizoafectivo	10,7%
	Otros	7,1%

## Conclusiones

Se evidencian las siguientes conclusiones:

- Alta participación e interés de los usuarios en las sesiones de juego
- Elevado grado de satisfacción de los participantes

Como metas para el futuro, sería necesario testar el juego con un procedimiento de evaluación anterior y posterior a las intervenciones para cuantificar los datos que se han observado durante la realización del programa, lo que se espera que se pueda estudiar a medio/largo plazo.

## Referencias Bibliográficas

- American Occupational Therapy Association. (2014). Occupational therapy practice framework: Domain and process (3rd ed.). American Journal of Occupational Therapy, 68 (Suppl. 1), S1- S48. <http://dx.doi.org/10.5014/ajot.2014.6820>
- Bundy, A. Parham, D., & Fazio, L. (1997). Play and playfulness. Play in occupational therapy for children, 77-92.
- Garrido, C. (2013). Terapia ocupacional en los trastornos psicóticos. En: Sánchez Rodríguez, O., Polonio López, B., & Pellegrini Spangenberg, M. (2013). Terapia Ocupacional en salud mental: Teoría y técnicas para la autonomía personal. (No. 616,89-085,851,3). Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2013. p. 239-265.
- Moruno P. Terapia Ocupacional en programas de hospitalización parcial. En: Durante Molina, P., Noya Arnaiz, B., & Moruno Miralles, P. (1998). Terapia Ocupacional en Salud Mental: Principios y Práctica. Barcelona: Masson.
- Muiños, D., Vallejo, C., Sánchez, M., Pérez, P., Méndez, C., García, A., Manual de gestión e organización interna. Dispositivos de salud mental (2019).
- Nahum, M., Fisher, M., Loewy, R., Poelke, G., Ventura, J., Nuechterlein, K. H., et al. (2014). A novel, online social cognitive training program for young adults with schizophrenia: a pilot study. Schizophr. Res. Cogn. 1, e11-e19. Doi:10.1016 / j.acog.2014.01.00.
- Parham, D., & Fazio, L. S. (1997). Play in Occupational Therapy for Children.
- Piñón, A. (2009) El Trisquel. Cádiz: Instituto de formación Interdisciplinar
- Torres, A., Méndez, L. P., Merino, H., & Moran, E. A. (2002). Rehab rounds: Improving social functioning in schizophrenia by playing the train game. Psychiatric Services, 53(7), 799-801. doi.org/10.1176/appi.ps.53.7.799.

\*La expresión literaria del proyecto "La Ciudad" ha obtenido su inscripción en el registro territorial de la propiedad intelectual de Vigo en diciembre de 2014.