



Hermanas
Hospitalarias



Gimnasio cuerpo y mente

¿Sabías que un “Gimnasio cuerpo y mente” pueden ser de gran ayuda para evitar el deterioro cognitivo y la diversidad funcional?

Descubre cómo se está llevado a cabo este proyecto, en la Provincia de Portugal, a través del relato de Susana Rute & Liliana Márcia.

Febrero 2021



Susana Rute & Liliana Márcia

Colaboradoras en la Casa de Saúde Câmara Pestana

Somos Susana Rute y Liliana Márcia, psicólogas y colaboradas en Casa de Saúde Câmara Pestana, de Hermanas Hospitalarias en Funchal, Portugal.

Gimnasio de cuerpo y mente

Como psicólogas en la clínica os explicamos en que consiste el ilusionante proyecto "Gimnasio cuerpo y mente", que ha comenzado en enero de 2021 gracias a la financiación recibida a través del Premio BPI / LA CAIXA. Tendrá una duración de 1 año y se basa en la atención integral de la persona, y en las diversas dimensiones que constituyen su dignidad, premisa del modelo hospitalario.

Este proyecto nace de las necesidades reales de las personas con diversidad funcional y tiene como objetivo estimular sus capacidades cognitivas y funciones motoras. Nuestro objetivo principal es reducir el impacto del deterioro cognitivo y funcional.

Usuarios participantes y profesionales

En este proyecto, diseñado para trabajar con grupos de 22 usuarios, colaboramos un equipo multidisciplinar de profesionales, compuesto por:

- Un fisioterapeuta, encargado de la estimulación motora y funcional.
- Un psicólogo, encargado de la estimulación cognitiva.
- Un profesional de la psicomotricidad, encargado de la estimulación sensorial.



- Un grupo de terapeutas ocupacionales, encargados del entrenamiento funcional en el desarrollo de actividades de la vida diaria, con ayuda de la música.
- Un grupo de trabajadores sociales, encargados de psicoeducación a familias, de manera mensual y a través de plataforma digital, contactos telefónicos y folletos informativos.

El número de participantes podrá cubrir un máximo de 88 usuarios por año, según los resultados obtenidos en el plan de intervención individual. Es decir, cada usuario podrá completar el programa total en 3 meses o continuar, si no ha alcanzado los objetivos definidos. Las sesiones en cada área duran entre 30 y 45 minutos, y se realizan dos veces por semana, de forma individual o en grupo, con un máximo de 3 personas.

En cuanto a resultados, se pretende potenciar el mantenimiento de la autonomía de la persona asistida, contribuyendo a la mejora de su calidad de vida.

Con capacidad para 360 usuarios, en la Casa de Saúde trabajan alrededor de 265 empleados y 8 Hermanas, que forman parte del proyecto hospitalario con el mismo espíritu de servicio y misión.

Durante la última década, ha sido completamente renovado y reconstruido, con el objetivo de responder con calidad y humanidad a las nuevas demandas asistenciales y cuidado de los enfermos.

Su intervención se basa en un modelo humanista-cristiano, que aboga por una perspectiva integral y unitaria del cuidado de la persona, articulando los avances técnico-científicos con la caridad, la humanidad y la ética.