

Recensión **RECENSIÓN: INTERVENCIONES DE TERAPIA OCUPACIONAL PARA LA RECUPERACIÓN EN LAS ÁREAS DE INTEGRACIÓN COMUNITARIA Y ROLES DE VIDA NORMATIVOS PARA ADULTOS CON ENFERMEDAD MENTAL GRAVE: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

CRITICAL REVIEW: OCCUPATIONAL THERAPY INTERVENTIONS FOR RECOVERY IN THE AREAS OF COMMUNITY INTEGRATION AND NORMATIVE LIFE ROLES FOR ADULTS WITH SERIOUS MENTAL ILLNESS: A SYSTEMATIC REVIEW

Autora

María Asencio Ponce^a.



Artículo sobre el que se hace la recensión

Robert WG, Mariana DA, Lynn J, Marian A. Occupational Therapy Interventions for Recovery in the Areas of Community Integration and Normative Life Roles for Adults With Serious Mental Illness: A Systematic Review. *Am J Occup Ther.* 2011; 65: 247-256.

Resumen

El terapeuta ocupacional ejerce un papel muy importante en el campo de la salud mental. Las personas que padecen una enfermedad mental presentan un conjunto de afectaciones que no solo se reducen a síntomas clínicos, sino que se ven afectados otros muchos aspectos como la participación social y comunitaria. El objetivo de este artículo es investigar sobre la efectividad que tiene un programa basado en el entrenamiento de habilidades sociales, entre otros, sobre dichas personas que consecuentemente sufren exclusión social. No es menos importante destacar que, a ser posible, las intervenciones deben ser realizadas en el contexto natural de la persona, de cara a asimilar lo aprendido de forma más fluida. Por otro lado, se ha demostrado que tener una red de apoyo social-familiar es un factor primordial para integración social, es por ello que la familia ejerce un papel muy importante durante el tratamiento de la persona con enfermedad mental. En referencia al método utilizado, se tuvieron en cuenta una serie de criterios de inclusión y exclusión para escoger a la población diana. Los resultados identificaron las habilidades sociales mejoradas después de dicha intervención.

DeCS Adultos; Trastornos Mentales; Salud Mental; Habilidades Sociales; Acción Comunitaria; Pacientes; Participación Social; Actividades De La Vida Diaria.

Summary

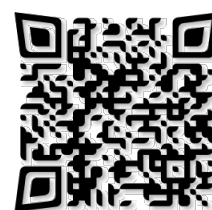
Occupational therapist plays a very important role in the field of mental health. Persons suffering from a Mental illness presented a set of effects that not only reduce clinical symptoms, but that affected many other aspects such as social and community participation. The aim of this article is to investigate on the effectiveness has a program based on the training of social skills, among others, on those people who consequently suffer social exclusion. It is not less important to emphasize that, if it is possible, the interventions must be carried out in the natural context of the person, in order to assimilate what has been learned more fluently. On the other hand, it has been shown that having a social-family support network is a primary factor for social integration, which is why the family plays a very important role during the treatment of the person with mental illness. In reference to the method used, a series of inclusion and exclusion criteria were taken into account to choose the target population. Results identified social skills improved after the intervention.

MeSH Adult; Mental Disorders; Mental Health; Social Skills; Community Participation; Patients; Social Participation; Activities Of Daily Living.

Como citar este documento

Asencio Ponce M. Recensión: intervenciones de terapia ocupacional para la recuperación en las áreas de integración comunitaria y roles de vida normativos para adultos con enfermedad mental grave: una revisión sistemática. *TOG (A Coruña)* [revista en Internet]. 2018 [fecha de la consulta]; 15(27): 144-48. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num27/pdfs/recension1.pdf>

Lévanos_ Get up_Llévanos



Derechos de autor



Texto recibido: 20/03/2018 **Texto aceptado:** 22/04/2018 **Texto publicado:** 31/05/2018

^a Estudiante de 4º Terapia Ocupacional. E-mail de contacto: mariaasencioponce@gmail.com



Resumen del artículo

El número de personas que padecen de enfermedad mental progresivamente va aumentando sus cifras, convirtiéndose en un problema muy común entre nuestra sociedad.⁽¹⁾ Según la Organización Mundial de la Salud, 1 de cada 4 personas en todo el mundo se verán afectadas por un trastorno mental en algún momento de sus vidas ⁽²⁾.

La revisión defiende que a través de la ocupación utilizada como método de tratamiento e intervención, se favorece la integración y participación social de la persona con enfermedad mental mediante el entrenamiento y recuperación del desempeño de actividades unidas al autocuidado, productividad, educación y, por último, ocio y juego ⁽¹⁾.

El propósito de dicho artículo es evaluar la efectividad de tales intervenciones enfocadas al ámbito social dentro la práctica de la Terapia Ocupacional. Así, por medio de un proceso de evaluación e intervención centrado en la persona con enfermedad mental y en su contexto, a largo plazo y de manera indirecta, se conseguirá que esta vuelva a asumir aquellos roles que desempeñaba dentro de la comunidad. Pero para que todo ello pueda llevarse a cabo, es necesario que la propia persona que padece la enfermedad mental, tome conciencia de su enfermedad, siendo así, la recuperación, un proceso personal e individualizado de cambio de actitudes, roles, valores y toma de decisiones.

La evidencia que muestra dicho artículo, en relación a la intervención basada en integración comunitaria y social, se presenta de acuerdo a los siguientes temas: participación social y capacitación en habilidades sociales, entrenamiento de habilidades para la vida y actividad física y, por último, entrenamiento neurocognitivo.

Centrándonos en los estudios que abordaron la participación social y la capacitación en habilidades sociales, se llegó a la conclusión de que, una intervención basada en el entrenamiento en habilidades interpersonales como el entrenamiento de la asertividad, necesarias para desenvolverse de modo eficaz en un entorno social y la terapia de grupo, eran eficaces para la mejora de habilidades sociales.

En el artículo también se manifiesta la posibilidad de usar la expresión artística (música, teatro, danza, artesanías, museos, bibliotecas) como medio para la integración social, formando parte de la "terapia ocupacional tradicional". Al igual que también hay evidencias de que la actividad física puede ser utilizada como un elemento para la inclusión social de aquellas personas en riesgo de exclusión, como lo son las personas con enfermedad mental, a las que se le atribuyen multitud de estereotipos negativos.

Por otro lado, se ha demostrado que tener una red de apoyo social es un factor primordial de integración social. El que la familia esté unida afianza los lazos sociales, protegiendo a las personas en riesgo de exclusión social. De forma contraria, la ausencia de red familiar vuelve más vulnerable al individuo.

Discusión

Las personas que padecen de alguna enfermedad mental son consideradas como un colectivo en situación de exclusión social y vulnerabilidad, propiciando una pérdida en la participación en la sociedad de la persona con dicha afectación. Según datos estadísticos de la Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con enfermedad mental, menos de la mitad reciben ayuda profesional a través de terapias de rehabilitación psicosocial o apoyo social con el objetivo de integrarlos en la sociedad ⁽³⁾. Es aquí donde el terapeuta ocupacional ejerce el rol de integrador social, ofreciendo apoyo con el objetivo de que la persona que padece enfermedad mental pueda readquirir sus habilidades sociales, percibiéndose, así, como miembros activos de la comunidad, mejorando su calidad de vida. Teniendo en cuenta dicho contexto, una de las actuaciones del terapeuta ocupacional consistirá en propiciar una participación igualitaria de aquellas personas que se encuentran en riesgo de exclusión social, a través de la inclusión social. Dicha práctica persigue integrar en la sociedad a todos los miembros independientemente de su edad, sexo o condición. Para ello, uno de los roles que asume el terapeuta ocupacional es el de promoción de la salud mental mediante la ocupación, la cual desarrollará en líneas posteriores ⁽⁴⁾.

Pero la exclusión social no sólo genera consecuencias negativas en el ámbito social, también



afecta al ámbito psicológico, ya que las personas que sufren exclusión social suelen tener baja autoestima, sintiéndose inferiores y al margen de la sociedad. La depresión, falta de toma de decisiones, la baja motivación, la ansiedad y el estrés, el aislamiento, la falta de identidad personal, etc., son otras de las múltiples consecuencias psicológicas que la exclusión social genera sobre el individuo. Por ello, el terapeuta ocupacional que trabaja en dicho ámbito también debe proveer actividades ligadas a la solución de problemas, control de emociones, asertividad, manejo del estrés y ansiedad, autosuficiencia, etc. con el fin de optimizar dichos factores psicológicos afectados.

Respecto al rol de promoción de la salud mental, mediante la ocupación, que debe de asumir el terapeuta ocupacional, mencionado anteriormente, las intervenciones propuestas por el profesional deben estar enfocadas a la integración social del individuo. Así, teniendo en cuenta la conocida sentencia que afirma que "el comportamiento individual se modifica cuando se inscribe en el seno de un grupo" se ha demostrado que, mediante las intervenciones grupales a través de programación de grupos de entrenamiento de habilidades sociales, de grupos de orientación psicodinámica y de grupos de apoyo o sostén, la persona puede aumentar su autoestima, ser más asertiva, compartir ideas, experiencias y sentimientos sin miedo a ser juzgada. Así, la labor del terapeuta ocupacional es crear un ambiente de seguridad y respeto entre los participantes, favoreciendo y generando oportunidades de cambio en el ámbito de lo social, favoreciendo la recuperación de habilidades sociales y de comunicación ⁽⁴⁾.

Por otro lado, el arte también nos ofrece puntos de encuentro, unión y comunicación ⁽⁵⁾. La expresión artística, a través de intervenciones basadas en la música, teatro, danza, artesanías, esculturas, fotografía, expresión corporal, museos, bibliotecas, puede contribuir un lugar para la participación social ⁽⁶⁾. De la misma forma, el arte puede servir como vía de desarrollo de capacidades personales, expresión de emociones y sentimientos, desarrollar estrategias de afrontamiento de la enfermedad, facilitar la autoexpresión, incrementar los sentimientos de logro, aumentar la autoestima, explorar áreas de interés vocacional y actividades de interés asociadas a la participación social, contribuyendo todo ello, a que la persona participe activamente en la sociedad ⁽⁴⁾.

El uso de actividades físicas, corporales y deportivas siempre han sido beneficiosas para el tratamiento de la enfermedad mental, formando parte del trabajo empleado por los terapeutas ocupacionales ⁽⁷⁾. Diversos autores también recomiendan el uso del ejercicio físico para lograr la inclusión social, permitiendo contrarrestar el estigma asociado a la enfermedad mental. Por tanto, el deporte, no es solamente una actividad que mejora nuestra condición física, sino que también es un medio de integración social para aquellas personas en exclusión social o en riesgo de serlo ⁽⁴⁾. Es por ello, que el deporte es un elemento indispensable en la inclusión social de dichas personas, ya que, cuando practicamos un deporte estamos relacionándonos con el entorno, sin importar el nivel económico de la persona, sexo, nacionalidad, ya que todos participan bajo el mismo reglamento.

Por último, resaltar la importancia de llevar a cabo dichas intervenciones en el contexto natural de la persona, ya que es más eficaz a la hora de asimilar lo aprendido, fomentando el progreso ⁽⁸⁾. La familia forma parte de dicho proceso. Se ha demostrado que tener una red de apoyo social-familiar es un factor primordial de integración social ⁽⁹⁾.

Como he mencionado anteriormente, para que las personas con enfermedad mental logren dicha participación en la comunidad, es necesario que la propia persona que padece la enfermedad mental tome conciencia de su enfermedad. Así, podemos combatir el estigma negativo hacia las personas con tal tipo de afectación mediante la autocapacitación de los propios pacientes. Debemos de eliminar los estereotipos negativos y las etiquetas de las enfermedades mentales.

Este estudio ofrece apoyo para que las personas con enfermedad mental puedan desarrollar una serie de destrezas y roles dentro de la sociedad, cuando se les proporciona diferentes intervenciones basadas en la ocupación, considerando a la persona en todas sus dimensiones, de

forma holística.

Los resultados de dicha revisión sistemática demostraron, a través de dichas intervenciones, una significativa mejora en habilidades sociales y en el desempeño de roles dentro de la comunidad.

Respecto a la relación entre la duración o la intensidad de las intervenciones y el cambio de comportamiento la evidencia es limitada pero positiva.

Los estudios incluidos en esta revisión tienen múltiples limitaciones, ya que las muestras escogidas eran pequeñas y el período de seguimiento era limitado. Otros de los hándicaps son que, en algunos estudios, los grupos de intervención variaron respecto a la intensidad o duración de la intervención, sumándole que otros estudios carecían de un grupo de control. Además, varios estudios se llevaron a cabo en distintos países, pudiendo variar mucho las intervenciones y sus resultados de un país a otro. Todo ello genera la posibilidad de introducir sesgos en dicho estudio.

Considero que otra de las limitaciones se basa en la generalización de los resultados de cada estudio. Durante la revisión, se ha tenido en cuenta un gran número de intervenciones en salud mental, pero la efectividad de los resultados en la práctica no debe ser medida de manera general, sino en cada caso particular. Que un método sea efectivo o no en un paciente concreto depende de múltiples variables que los autores de la revisión no han reflejado, como, por ejemplo, signos y síntomas específicos que manifiesta una persona en concreto y cómo estos afectan a su vida personal y contexto.

Valoración crítica

El análisis de dicho artículo puede servir como directriz o como guía para aquellos Terapeutas Ocupacionales que trabajen en el ámbito de la salud mental, ya que se proponen y analizan detalladamente diferentes tipos de intervenciones centradas en el cliente, basadas en la evidencia, que provocan un efecto positivo, a largo plazo, en aquellas personas que padecen de una enfermedad mental. Igualmente puede servir como base de comparación con otro tipo de intervenciones enfocadas a la inclusión social con el propósito de integrar a la persona socialmente. También puede utilizarse para el desarrollo de nuevos programas de tratamiento. Además, dependiendo del contexto en el que se trabaje, dichas intervenciones pueden ser desarrolladas exclusivamente por el terapeuta ocupacional o junto a otros profesionales sanitarios, favoreciendo los resultados de la intervención.

Dicha información puede ser usada para actualizar los conocimientos teóricos y prácticos del profesional sanitario, evitando informes antiguos o no basados en evidencia. Todo ello es beneficioso para el terapeuta y lo empodera a la hora de comunicarse con otros profesionales, usuarios y la familia de estos.

Y por último y más importante, todas estas aportaciones hacen que la persona con enfermedad mental mejore en calidad de vida, logrando su inclusión en la comunidad.

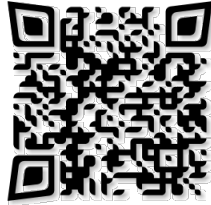
Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Mental health: New understanding, new hope. Geneva: OMS; 2001.
2. Robert WG, Mariana DA, Lynn J, Marian A. Occupational Therapy Interventions for Recovery in the Areas of Community Integration and Normative Life Roles for Adults With Serious Mental Illness: A Systematic Review. *Am J Occup Ther.* 2011; 65: 247-256.
3. CadenaSer [SedeWeb]. Psiquiatras alertan de un aumento de las enfermedades mentales en España. Madrid; 2009 [actualizado 12 oct 2009; citado 28 sept 2017]. Disponible en: http://cadenaser.com/ser/2009/10/12/sociedad/1255313605_850215.html
4. Moruno P, Talavera MA. *Terapia Ocupacional en salud mental.* Barcelona: Elsevier Masson; 2012.
5. Universia.net [SedeWeb]. La expresión artística como medio para la integración social. Arte, creatividad y arte terapia. Fundación Universia; 2008 [actualizado 3 sept 2008; citado 28 sept 2017]. Disponible en: <http://noticias.universia.es/vida-universitaria/noticia/2008/09/03/578965/expresion-artistica-como-medio-integracion-social-arte-creatividad-arte-terapia.html>
6. Bizkaia.org [SedeWeb]. Arte para la inclusión y la transformación social. Bizkaia: Bizakiaorg; 2012



- [actualizado sept 2012; citado 28 sept 2017]. Disponible en: http://www.3sbizkaia.org/Archivos/Documentos/Enlaces/1363_CAST-innovacion04.pdf
7. Wilcock A. An Occupational Perspective of Health. Thorofare: SLACK Inc; 1998.
 8. Trebolito [SedeWeb]. Intervención en entorno natural:7 llaves para las familias. 2017 [actualizado 1 jun 2017; citado 29 sept 2017]. Disponible en: <http://www.trebolito.com/2017/06/01/intervencion-entorno-natural-7-llaves-las-familias/>
 9. Fundación Luis Vives. Claves sobre la pobreza y la exclusión social. Madrid: Fundación Luís Vives; 2010.

Lévanos_Get up_Llévanos



Derechos de autor

