



MANUAL FORMATIVO DE APOYO A LA ACCIÓN VOLUNTARIA



INICIO



ESCUELA DE VOLUNTARIADO



VOLUNTARIADO



EL GRUPO

MANUAL FORMATIVO DE APOYO A LA ACCIÓN VOLUNTARIA



CLASIFICACIÓN



LA SILLA



MOVILIZACIÓN



PRIMEROS AUXILIOS



MONITOR/A



GRÚAS Y ARNESES

LEGISLACIÓN

ENLACES DE INTERÉS

CONTACTO

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Sanidad y Servicios Sociales

Dirección General de Servicios Sociales, Infancia y Familias

En los últimos años se ha producido una eclosión del voluntariado en nuestro país. COCEMFE-BADAJÓZ viene trabajando desde 2002 desde la Escuela de Voluntariado en la organización de jornadas y cursos de formación para monitoras y monitores, que conjugando contenidos teórico-prácticos educan en el voluntariado y en la discapacidad. También se participa en encuentros, se prestan servicios diversos y se toma parte en certámenes y exposiciones.

El manual que aquí se presenta es fruto de la experiencia adquirida en estos años. Con él se pretende ofrecer a todas aquellas personas interesadas en participar como voluntarias en el campo de la discapacidad, un instrumento fundamentalmente práctico, con directrices sencillas y claras sobre el modo de actuar cuando se presta ayuda a personas de este colectivo.

Escuela de Voluntariado de COCEMFE BADAJOZ

La Escuela de Voluntariado de COCEMFE BADAJOZ comienza su andadura en el año 2002.

Paralelamente a la labor de difusión y divulgación de la normativa del sector, exposición de buenas prácticas, asesoramiento a personas voluntarias y personas afines, apoyo logístico a entidades de voluntariado de Extremadura, LA ESCUELA DE VOLUNTARIADO organiza JORNADAS FORMATIVAS, CHARLAS, SEMINARIOS, ENCUENTROS, ETC, celebrándose las primeras en la Facultad de Educación de la Universidad de Extremadura.



Objetivos de la Escuela de Voluntariado de COCEMFE BADAJOZ

Las **JORNADAS FORMATIVAS** de la **ESCUELA DE VOLUNTARIADO** de **COCEMFE BADAJOZ** ofrece a las personas voluntarias, estudiantes, miembros de organizaciones sin ánimo de lucro, profesionales, y personas interesadas en general, la oportunidad de participar en un foro de intercambio de experiencias donde tratar todos los aspectos relacionados con la acción voluntaria, abordar de forma rigurosa los temas específicos de la discapacidad, así como aquellos otros de candente actualidad que atañen a las entidades del tercer sector, además de dar a conocer la situación del voluntariado en nuestra comunidad autónoma.



En definitiva, plantearse el voluntariado desde la formación y la capacitación, con el objetivo de dotar a nuestra región de un voluntariado de calidad, comprometido y constructivo.

Conócenos y conocerás lo mejor de ti mismo

COCEMFE BADAJOZ y su ESCUELA DE VOLUNTARIADO te invitan a que nos conozcas, y así conocerás lo mejor de ti mismo.

El fenómeno del voluntariado ha experimentado un crecimiento sin precedentes, ya que esta sociedad en la que vivimos es cada día más compleja y cuanto mayor es la complejidad, más necesaria se hace la intervención de la ayuda voluntaria, por lo que aparece el voluntariado como la alternativa de participación de la comunidad, con un propósito social útil.

Persona voluntaria es aquella persona que además de sus propias obligaciones personales, dedica parte de su tiempo libre y altruistamente con otros, de manera continua, a actividades no a favor de sí mismos, sino a favor de los demás y de intereses colectivos.

El voluntariado, actualmente se ha convertido en una realidad social. Es una expresión del ejercicio de la ciudadanía y un factor básico con un trasfondo muy concreto: la **SOLIDARIDAD** y el **COMPROMISO** con el desarrollo social.

Nuestro país cuenta con una Ley específica de voluntariado y una amplia gama de disposiciones que tocan aspectos relacionados con aquel.

La Ley Estatal de Voluntariado es la LEY 45/2015 de 14 de Octubre.

El marco normativo en Extremadura es la Ley del Voluntariado de Extremadura: LEY 12/2019 de 11 de Octubre.

COCEMFE BADAJOZ, a través de su área de voluntariado te ofrece la posibilidad de darte a los demás.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN AL VOLUNTARIADO

Organizaciones de voluntariado se consideran aquellas que son de iniciativa social y de carácter privado sin ánimo de lucro, legalmente constituidas, que desarrollan su actividad prioritariamente en el ámbito de la acción social, a favor de los demás y de intereses sociales colectivos. (Código ético de las organizaciones de voluntariado, aprobado por la Plataforma para la Promoción del Voluntariado en España, actualmente Plataforma del voluntariado de España, en noviembre de 2000).

Así que las entidades de voluntariado se pueden entender como el medio, referente o lugar "donde se va a realizar la acción del voluntariado". De otra manera expresado: "Entidades sin ánimo de lucro, estables, cuyos objetivos son la mejora de la sociedad en los más diversos campos, y cuyo trabajo desarrollan personas voluntarias".

Por todo ello, destacaríamos como principios que inspiran la acción voluntaria; la solidaridad, voluntariedad y libertad, gratuidad y vinculación a las entidades de voluntariado y a un programa de voluntariado.



¿QUÉ SON PERSONAS VOLUNTARIAS?



La Ley Reguladora del Voluntariado de Extremadura, Ley 12/2019 de 11 de octubre, dice que se entiende por **persona voluntaria**, aquella persona física que libre y responsablemente dedica, todo o parte de su tiempo, a desarrollar actividades de interés general para la comunidad en el seno de entidades de voluntariado, públicas o privadas, y con arreglo a planes, programas y proyectos concretos, siempre que se acepten y cumplan las siguientes condiciones:

- La persona voluntaria no será retribuida de modo alguno por las entidades en las que realice su actividad de voluntariado o por la persona destinataria de la acción voluntaria.
- La realización de la actividad voluntaria será libre, sin que tenga su causa en una obligación personal o deber jurídico y sea asumida voluntariamente.
- No tendrán la condición de persona voluntaria aquellas personas físicas que mantengan relación laboral, funcional o mercantil con la entidad a la que pertenezcan.

Tienen también **condición de personas voluntarias**, las personas **menores de edad** siempre que se respete su interés superior conforme a la normativa vigente en materia de protección de menores y cumplan los siguientes requisitos:

- Las personas menores mayores de 16 años y menores de 18 años deberán contar con el consentimiento previo y expreso por escrito de quien ejerza la patria potestad sobre las mismas, sus tutores o representantes legales.
- Las personas menores de 16 años y mayores de 12 años podrán llevar a cabo actividades de voluntariado siempre que estas no perjudiquen su desarrollo, formación y escolarización, o supongan un peligro para su integridad, y cuenten con la autorización expresa de quien ejerza la patria potestad.
- La entidad de voluntariado deberá en todo caso valorar la idoneidad de las actividades a realizar de forma fehaciente.

OTROS CONCEPTOS A TENER EN CUENTA

Según Ley 12/2019 del voluntariado en Extremadura define:

- ✓ **Entidades de voluntariado en Extremadura**, aquellas personas jurídicas legalmente constituidas que, careciendo de ánimo de lucro, desarrollan de forma general planes, programas y proyectos o servicios y actividades de interés general para la sociedad, o de forma particular en los ámbitos de actuación del voluntariado, contando para ello con la participación de personas voluntarias.
- ✓ **Actividades de interés general**, aquellas actividades que contribuyen a mejorar la calidad de vida de las personas y de la sociedad en general, así como a consolidar, proteger y favorecer la conservación de los derechos individuales y colectivos.
- ✓ **Actividad voluntaria**, aquella actividad organizada y desarrollada por personas físicas dentro de la entidad sin ánimo de lucro que intervienen de manera altruista y solidaria con las personas y la realidad social en situaciones de vulneración de derechos y oportunidades para alcanzar una mejor calidad de vida y una mayor cohesión social, económica y ambiental.
- ✓ **Actividades de voluntariado**, aquellas actividades que, en ejercicio del derecho de participación democrática, se traducen en la realización de tareas concretas y específicas, integradas en planes, programas y proyectos, siempre que se realicen por medio de una entidad de voluntariado.
- ✓ **Planes, programas y proyectos**, aquellos instrumentos de planificación que, condicionados a lo establecido en esta ley, realizan las entidades de voluntariado de cara a su intervención sociocomunitaria y diseñan actividades y servicios voluntarios.

¿QUÉ ES EL VOLUNTARIADO?



No hay una única definición de voluntariado. El concepto de *voluntariado* no es el mismo en todos los países. Actuaciones que son consideradas voluntarias en un país pueden no serlo en otros. De manera genérica, ser persona voluntaria implica prestar colaboración, sin que medie ánimo de lucro o coerción, para el bienestar de otra persona, la comunidad o la sociedad en general.

La Ley 45/2015 de voluntariado entiende el voluntariado como el conjunto de actividades de interés general desarrolladas por personas físicas, siempre que reúnan los siguientes requisitos:

- Que tengan carácter solidario.
- Que su realización sea libre, sin que tengan su causa en una obligación personal o deber jurídico y sea asumida voluntariamente.
- Que se lleven a cabo sin contraprestación económica o material, sin perjuicio del abono de los gastos reembolsables que el desempeño de la acción voluntaria ocasione.
- Que se desarrollen a través de entidades de voluntariado con arreglo a programas concretos y dentro o fuera del territorio español.

QUÉ NO SE CONSIDERA ACTIVIDADES DE VOLUNTARIADO

- Las acciones aisladas o esporádicas, periódicas o no, prestadas al margen de entidades de voluntariado.
- Las ejecutadas por razones familiares, de amistad o de buena vecindad.
- Los trabajos de colaboración social de acuerdo con la normativa aplicable en materia de medidas de fomento de empleo.
- Las becas con o sin prestación de servicios o cualquier otra actividad análoga cuyo objetivo principal sea la formación.
- Las prácticas no laborales en empresas o grupos empresariales y las prácticas académicas externas.



PRINCIPIOS RECTORES DEL VOLUNTARIADO

El voluntariado desarrollará su actividad atendiendo a los siguientes principios rectores:

- ✓ La libertad como opción personal del compromiso social. Este principio tendrá en cuenta, además, la persona destinataria de la acción voluntaria.
- ✓ La solidaridad con otras personas o grupos traducida en acciones concretas que intenten erradicar o modificar las causas de los procesos de vulnerabilidad social.
- ✓ La gratuidad en el desarrollo de la actividad voluntaria que se presta, no buscando beneficio económico o material.
- ✓ La autonomía e independencia respecto de los poderes públicos en la gestión y la toma de sus decisiones como persona voluntaria.
- ✓ La complementariedad respecto al trabajo realizado en el ámbito de la acción social por las Administraciones públicas.



PRINCIPIOS RECTORES DEL VOLUNTARIADO

- ✓ La participación democrática como principio y derecho de intervención directa y activa en el espacio público y en las responsabilidades comunes.
- ✓ La eficacia y efectividad rentabilizando y optimizando los recursos, atendiendo tanto a las personas destinatarias de la acción voluntaria como a la acción voluntaria en su conjunto.
- ✓ La paridad e igualdad de oportunidades referidas al género en todas las formas de participación tanto en los órganos de las entidades de voluntariado como en las actividades voluntarias.
- ✓ La no discriminación de las personas voluntarias por razón de nacionalidad, origen racial o étnico, religión, convicciones ideológicas, enfermedad, discapacidad, edad, sexo, identidad sexual o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- ✓ La accesibilidad de la actividad voluntaria para que pueda ser ejercida mediante su adaptación por personas con discapacidad, mayores o personas en situación de dependencia.

ÉTICA Y VOLUNTARIADO

La ética es un elemento fundamental cuando se aborda el tema del voluntariado.

Según la Real Academia Española (RAE) define Ética: Del latín. “ethīca”, del griego. “ethika”; 1. f. Conjunto de normas morales que rigen la conducta de la persona en cualquier ámbito de la vida. 2. f. Parte de la filosofía que trata del bien y del fundamento de sus valores.



DERECHOS DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

Son derechos de las personas voluntarias:

- ✓ Acceder a la actividad voluntaria sin discriminación alguna por su condición social, raza u origen étnico, religión, sexo, discapacidad, edad, formación o nivel cultural, en condiciones de igualdad y respetando sus derechos fundamentales reconocidos en los convenios, tratados internacionales y en la Constitución española.
- ✓ Obtener inicialmente la información sobre los fines, organización y funcionamiento de la entidad de voluntariado en la que se integren, así como obtener cualquier otra información u orientación de forma regular que afecte a su actividad voluntaria.
- ✓ Recibir información sobre todas las características y condiciones de la actividad voluntaria a realizar: objetivos, antecedentes, lugar, riesgos, duración, colectivo o ámbito de actuación.
- ✓ Recibir los medios materiales necesarios para el desarrollo de la actividad voluntaria o de las funciones que se les encomienden.
- ✓ Acordar libremente, de acuerdo a las necesidades de la entidad de voluntariado, las condiciones de su actividad voluntaria, el ámbito de actuación, el tiempo y horario que puedan dedicar a la actividad voluntaria; y, siempre que sea posible, a realizarlas en su entorno más próximo.
- ✓ No realizar aquellas funciones y actividades que no se encuentren recogidas en el compromiso firmado con la entidad de voluntariado en la que se encuentren integradas, así como las que sean ajenas a los fines y naturaleza de aquellas.



DERECHOS DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

- ✓ Variar la condición para el ejercicio de la actividad de voluntariado dentro del mismo programa asignado, si las circunstancias de la entidad de voluntariado lo permiten y sin modificar el acuerdo de incorporación.
- ✓ Recibir en todo momento, a cargo a la entidad de voluntariado, y adaptada a sus condiciones personales, la formación necesaria para el correcto desarrollo de las actividades voluntarias que se les asignen.
- ✓ Obtener el cambio de programa asignado o, en su caso, de la persona destinataria de la acción voluntaria, cuando existan causas que lo justifiquen, y de acuerdo con las posibilidades de la entidad de voluntariado.
- ✓ Tener acceso a la participación en los actos de reconocimiento y divulgación de la actividad voluntaria que desarrolle la entidad en la que se encuentren integradas.
- ✓ Recibir regularmente durante la prestación de su actividad la información, orientación y apoyo, así como los medios materiales necesarios para el ejercicio de las funciones que se les encomienden.
- ✓ Participar activamente en la entidad de voluntariado en la que se integren, colaborando en la elaboración, diseño, ejecución y evaluación de los programas o proyectos, de acuerdo con sus estatutos o normas de aplicación, y, en la medida que estas lo permitan, en el gobierno y administración de la entidad.

DERECHOS DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

- ✓ Estar cubiertas, a cargo de la entidad de voluntariado, de los riesgos de accidente y enfermedad derivados directamente del ejercicio de la actividad voluntaria y de responsabilidad civil en los casos en los que la legislación sectorial lo exija, a través de un seguro u otra garantía financiera.
- ✓ Ser reembolsadas por la entidad de voluntariado de los gastos realizados en el desempeño de sus actividades de voluntariado, de acuerdo con lo previsto en el acuerdo de incorporación y teniendo en cuenta el ámbito de actuación que desarrollen.
- ✓ Disponer de una acreditación identificativa de su condición de persona voluntaria en la que conste, además, la entidad de voluntariado en la que participa.
- ✓ Realizar su actividad de acuerdo con el principio de accesibilidad universal adaptado a la actividad que desarrollen. Asimismo, podrán realizar su actividad a través de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) y que no requieran la presencia física de las personas voluntarias en las entidades de voluntariado.
- ✓ Obtener el reconocimiento de la entidad de voluntariado por el valor y compromiso social de su contribución y por las competencias, aptitudes y destrezas adquiridas como consecuencia del ejercicio de su labor de voluntariado.
- ✓ Cesar en la realización de sus actividades como persona voluntaria en los términos establecidos en el acuerdo de incorporación.

DEBERES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

Son deberes de las personas voluntarias:

- Conocer y respetar los fines, objetivos y normas internas de la entidad de voluntariado a la que pertenecen.
- Respetar el buen uso de las instalaciones de la entidad de voluntariado a la que pertenecen y de los materiales que le sean confiados para el desarrollo de sus actividades voluntarias, así como la justificación de los gastos en los que incurra su actividad voluntaria, siempre y cuando la entidad les haya facilitado recursos económicos para tal fin.
- Participar en las actividades formativas previstas por la entidad y, concretamente, en aquellas dirigidas a ofrecer una preparación para las actividades y funciones acordadas, así como en las que con carácter permanente sean necesarias para mantener la calidad de los servicios que se presten.
- Colaborar con la organización, sus profesionales y el resto de personas voluntarias en la mejor eficacia y eficiencia de los programas en los que intervengan y en la consecución de los objetivos de los mismos.
- Participar en la entidad de voluntariado pudiendo aportar sus propuestas, ideas y conocimientos en los órganos de la misma, según se contemple en sus estatutos y reglamentos.
- Notificar a la entidad de voluntariado su renuncia con suficiente antelación, siempre que sea posible, para que puedan adoptarse las medidas oportunas para evitar un perjuicio en el servicio encomendado.
- Cumplir los compromisos adquiridos con las entidades de voluntariado en las que se integren, reflejados en el acuerdo de incorporación, respetando los fines y estatutos de las mismas.



DEBERES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

- Guardar la debida confidencialidad de la información recibida y conocida en el desarrollo de su actividad voluntaria.
- Rechazar cualquier contraprestación material o económica que pudieran recibir de las personas destinatarias de la acción voluntaria o de otras personas relacionadas con su actividad voluntaria.
- Respetar los derechos de las personas destinatarias de la acción voluntaria.
- Actuar con la diligencia debida y de forma solidaria.
- Seguir las instrucciones de la entidad de voluntariado que tengan relación con el desarrollo de las actividades voluntarias encomendadas.
- Utilizar debidamente la acreditación personal y los distintivos de la entidad de voluntariado.
- Cumplir las medidas de seguridad y salud existentes en la entidad de voluntariado.
- Observar las normas sobre protección y tratamiento de datos de carácter personal de acuerdo con lo establecido en la normativa vigente en materia de protección de datos de carácter personal.

¿DÓNDE SE DA EL VOLUNTARIADO?

Se puede afirmar que la acción voluntaria es una acción desde la comunidad.

Pero, ¿qué es la comunidad?

"Es el conjunto de personas que viven en un terreno geográfico determinado. El conjunto de personas que mantienen relaciones múltiples y tienen entre ellas numerosos intereses comunes, ese tejido social que establece la comunidad no excluye en absoluto las discrepancias y los conflictos de sus miembros. Los miembros de una comunidad se identifican con ella, se reconocen como pertenecientes a esa comunidad".

El voluntariado es valioso para la comunidad por:

- Ser una oportunidad para la contribución personal en la vida comunitaria.
- Buscar la "calidad" de la sociedad.
- Defender por métodos pacíficos los intereses e inquietudes de la población en general y, específicamente, el de los colectivos más vulnerables.
- Ser partícipes a través del desarrollo democrático para la búsqueda de soluciones.
- El voluntariado se desarrolla en áreas de acción cultural, de acción ciudadana y de ayuda humanitaria entre otras.
- Cabe destacar la importancia que desempeña el voluntariado con sus funciones de:
 - ✓ Detección de necesidades.
 - ✓ Cualificación para la acción.
 - ✓ Transmisión de valores.
 - ✓ Denuncia o sensibilización social.
 - ✓ Promoción del voluntariado.



RESPONSABILIDAD DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS



Toda persona voluntaria tiene responsabilidades con respecto a las organizaciones de voluntariado en las que ha elegido participar, y con respecto a quienes presta su colaboración y ayuda.

- Tener presente que, cuando se realiza la acción voluntaria en una organización de voluntariado, se asume la representación de ella y de sus ideales. Familiarizarse con el proyecto educativo, código ético, ideales, reglamentos, ...
- Estar atenta en todo momento a las necesidades detectada a los demás.
- Ser realista acerca de la cualificación, disponibilidad y las limitaciones de uno mismo.
- Proporcionar información y evaluación sobre la tarea realizada.
- Tratar de ser positiva y entusiasta.
- Establecer relaciones de trabajo positivas con sus compañeros de voluntariado, mejorando la comunicación y teniendo en cuenta la importancia de la interacción.

EL GRUPO

Introducción

Para formar un buen equipo de personas voluntarias, monitores/as en discapacidad física y orgánica, se debe tener en cuenta una serie de conceptos que definan el camino hasta llegar a formar el equipo, para realizar una buena función con las personas con las que se trabajará, de ahí la importancia de este capítulo.

Las personas se desarrollan en grupo, nunca individualmente, de ahí que un grupo se forme a partir de dos o más personas, por ello la importancia de buscar una definición que convenga, a la hora de formar un buen equipo.



DEFINICIÓN DE GRUPO

"Conjunto de personas con un objetivo común al que intentan abordar operando como un equipo".



"Pluralidad de personas interrelacionadas para desempeñar cada una un determinado rol definitivo en función de unos objetivos comunes, más o menos compartidos y que interactúan según un sistema de pautas establecido".

ELEMENTOS FACILITADORES DEL PROCESO GRUPAL

- Objetivos claros y concretos. Generar un clima de flexibilidad.
- Existencia de elementos dinamizadores que muevan al grupo de manera participativa.
- Liderazgo y roles: reparto de funciones; según las cualidades de cada uno de los miembros.
- Responsabilizarse cada uno de las tareas a desempeñar. Estimular la espontaneidad, la cooperación y la participación.
- El ambiente debe favorecer la satisfacción de las necesidades personales.
- Fomentar la comunicación y la interacción.
- Reducir las tensiones que se produzcan en el grupo.
- Existencia de autoevaluación periódica y colectiva del grupo.
- Motivar hacia nuevas experiencias.



COMUNICACIÓN Y COORDINACIÓN DE GRUPOS



Los elementos que constituyen un grupo se pueden definir de la siguiente forma:

El **TAMAÑO**, ha de ser superior a dos miembros y lo suficientemente pequeño como para que las relaciones interpersonales se lleven a cabo sin intermediarios. Los componentes del colectivo deben tener **CONCIENCIA DE GRUPO**, o lo que es igual, sentir que todos tienen los mismos objetivos y las mismas ganas por alcanzarlos.

La **INTERACCIÓN**, forma en que la acción de los demás se toma en cuenta y orienta el propio comportamiento.

El **TIEMPO**. Se forja un inconsciente colectivo, basado en las experiencias comunes y en las relaciones interpersonales.

Los **ROLES**, quedan perfectamente engarzados dentro de la Organización grupal, siendo unos complementarios de los otros.

EQUILIBRIO colectivo que garantice su perdurabilidad.

Consciente o inconsciente, y de forma implícita o explícita se va desarrollando un código normativo. Se desarrollan **PRESIONES DE CONFORMIDAD**.

Alcanzar la **AUTOSATISFACIÓN** del grupo.

DINÁMICA DE GRUPOS

La dinámica de grupos es el estudio de los fenómenos que se producen en la vida de los grupos. **Karl Lewin** (1938) adoptó un término proveniente de la física (parte que estudia los movimientos de los cuerpos y la acción de las fuerzas que originan o modifican esos movimientos) para aplicarlo al estudio de estos fenómenos.

Así, dinámicas de grupos se utilizan para:

- Descubrir los elementos fundamentales de la dinámica de los grupos humanos.
- Facilitar herramientas y recursos para el trabajo con grupos.
- Posibilitar la cohesión del grupo.



RESOLUCIÓN Y TRATAMIENTO DE CONFLICTOS

En toda relación humana surgen o existen conflictos, situaciones en las cuales, el emisor del mensaje no se comunica bien con el receptor, y en determinados momentos y razones o malentendidos de comunicación se rompe la comunicación existente. Igualmente sucede con los grupos, y es más difícil de resolver, si los objetivos no son claros y no se tienen presentes los roles y estatus de cada uno de los miembros del equipo.

Por todo ello debemos de comenzar definiendo el término **CONFLICTO** como:

"Situación manifiesta o latente, no resuelta, caracterizada por actividades incompatibles de dos o más sujetos, cuyos objetivos o resultados preferidos o buscados se dificultan o impiden mutuamente".



"El conflicto presupone que la continuación de esa situación no resuelta conlleva mayor pérdida, al menos para una de las partes, que lo que se conseguiría con una posible solución acordada. La situación, fuerza a la solución tanto más cuanto mayor sea el daño producido por la incompatibilidad".

RESOLUCIÓN Y TRATAMIENTO DE CONFLICTOS

Origen y agudización del conflicto

Los conflictos pueden tener su origen en:

- Escasez de recursos.
- Diferencias de información o de percepción.
- Diferencias de intereses y deseos.
- Diferencias de creencias o valores.
- Lucha por el poder.
- Competición desleal.
- Provocación por distorsionadores profesionales, despidos injustificados, por cargos policiales...
- Cambios de procesos no aceptados.
- Inadecuada definición de responsabilidades.



RESOLUCIÓN Y TRATAMIENTO DE CONFLICTOS



Tratamiento del conflicto

Para conseguir maximizar los factores positivos y minimizar los negativos sería conveniente:

- Establecer una atmósfera en la que las personas se sientan libres de plantear objeciones pertinentes.
- No definir previamente los resultados esperados por uno. Dejar que los demás expongan sus propios objetivos y hablen de aspectos que uno no quiera oír.
- En el caso de conflictos entre colectivos numerosos, promover que los problemas y sus enfoques se canalicen a través de diferentes grupos y de sus representantes, lo cual permite variedad, riqueza y mayor ecuanimidad.
- Apoyarse, si es posible, en opiniones imparciales e independientes.
- Fomentar que alguien juegue el papel de "abogado del diablo".
- Tratar de pensar como nuestros competidores.
- Revisar nuestras decisiones en un segundo momento antes de hacerlas firmes.

RESOLUCIÓN Y TRATAMIENTO DE CONFLICTOS

Metodología para la solución de conflictos

- El esfuerzo, la comprensión, la fortaleza y la paciencia son imprescindibles.
- Conocer exactamente el conflicto.
- Identificar la causa.
- Concretar las aspiraciones de la otra parte.
- Conocer las variables del proceso para obtener el acuerdo.
- Concretar cómo acordar el proceso que se va a seguir en la negociación.



LA TOMA DE DECISIONES

Es necesario que el grupo distinga entre decisiones del líder, decisiones del grupo y decisiones de los miembros.

El **consenso** es la forma que mejor fomenta la conexión del equipo. Todo el grupo se reúne y comentan la propuesta abiertamente. Se esfuerzan por llegar a un acuerdo y, al final, todos aceptan la decisión final.

Però en ciertos momentos la decisión por mayoría y la negociación pueden ser formas útiles de decisión y progreso.



¿POR QUÉ SE NECESITA TRABAJAR EN EQUIPO?

Se necesita trabajar en equipo para:

- Compartir conocimiento y estimular el aprendizaje individual y del grupo.
- Mejorar la eficacia en resultados de productividad.
- Facilitar la fluidez de la información en todos los sentidos.
- Invertir en el factor humano, principal activo en la entidad.
- Fomentar el sentido de participación que el hombre lleva en germen cuando se ilusiona por algo que considera suyo.
- Como consecuencia, motivar a todos en la tarea común.
- Conseguir rentabilidad en las inversiones de formación.
- Tratar los conflictos de grupo de modo eficaz y satisfactorio, en lugar de "ahuecar el ala" y negar lo que es evidente.



ANÁLISIS DE DIFICULTADES PARA EL TRABAJO EN EQUIPO

Lo importante es descubrir qué obstáculos nos encontramos para luego intentar analizar las causas y buscar alternativas.

- **DINÁMICAS DE GRUPO:** Ayuda al conocimiento, intercambiar experiencias y conocer la personalidad del compañero.
- **GRUPOS:** Pluralidad de personas interrelacionadas para desempeñar un objetivo común.
- **EQUIPOS DE TRABAJO:** Personas que interaccionan entre sí, compartiendo ciertas normas en una tarea.



CLASIFICACIÓN DE LAS DISCAPACIDADES

Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud.

La Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF), aprobada en 2001, ha sido desarrollada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y tiene como objetivo principal el proporcionar un lenguaje unificado y estandarizado que sirva como punto de referencia para la descripción de la salud y los estados relacionados con ella.

El funcionamiento y la discapacidad de una persona se conciben como una interacción dinámica entre los estados de salud (enfermedades, trastornos, lesiones, traumas, etc.) y los factores contextuales, estos incluyen tanto factores personales como factores ambientales.

La OMS reconoce que los términos utilizados en la clasificación pueden, a pesar de todos los esfuerzos realizados, estigmatizar y etiquetar. Como respuesta a esto, se tomó la decisión de abandonar totalmente el término "minusvalía" debido a su connotación peyorativa y de no utilizar el término "discapacidad" como nombre de un componente, sino como término genérico global. Por ello la CIF, define discapacidad, como un término genérico que abarca:

- Deficiencias, son problemas que afectan a una estructura o función corporal.
- Limitaciones de la actividad, son dificultades para ejecutar acciones o tareas.
- Restricciones a la participación, son dificultades para relacionarse y participar en situaciones vitales.



DEFICIENCIAS

Dentro de la experiencia de la salud, las deficiencias son problemas en las funciones o estructuras corporales, tales como una desviación o una pérdida significativa.

Se caracteriza por pérdida o anomalía, permanente o temporal, de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica. La deficiencia supone un trastorno orgánico, que produce una limitación funcional que se manifiesta objetivamente en la vida diaria.

Existen diversos **tipos de deficiencia**:

- **Física:** es aquella que limita o impide el desempeño motor de la persona. Cuando una persona padece anomalías orgánicas en el aparato locomotor o las extremidades. También se incluirán las deficiencias del sistema nervioso, referidas a las parálisis de extremidades superiores e inferiores, y a los trastornos de coordinación de los movimientos, entre otras. Un último subconjunto recogido es el referido a las alteraciones viscerales, esto es, a los aparatos respiratorio, cardiovascular, digestivo, genitourinario, sistema endocrino-metabólico y sistema inmunitario. En todos los casos de **deficiencias de carácter físico el eje problemático** en torno al cual se estructura la trama de la integración, **es la autonomía personal**. Hablar de autonomía supone referirse a ámbitos tan variados como el laboral, el educativo, la comunicación social y por supuesto la accesibilidad.
- **Psíquica:** son trastornos que llevan a la persona a no adaptarse completamente a la sociedad. Puede ser debido a otro tipo de enfermedades mentales como la depresión mayor, esquizofrenia, trastorno bipolar o el autismo.
- **Sensorial:** afecta a los órganos de los sentidos y por tanto pueden llevar a problemas de comunicación (ceguera, sordera).
- **Intelectual:** es un término utilizado cuando una persona no tiene la capacidad de aprender a niveles esperados y funcionar normalmente en la vida cotidiana. Un ejemplo sería el Síndrome de Down.

Cada uno de estos tipos de deficiencia, puede llevar a una discapacidad, siempre que haya dificultades para ejecutar acciones.

LAS DISCAPACIDADES

Se define la discapacidad como cualquier deficiencia, limitación en la actividad o restricción en la participación que sufre una persona como resultado de las complejas interacciones entre su condición de salud y sus factores personales, y los factores externos que representan las circunstancias en las que vive una persona (OMS, 2001).

La discapacidad puede clasificarse en diferentes tipos atendiendo al órgano o función, que limita la participación activa de una persona dentro de un contexto y entorno determinado.

- **Discapacidad Física y Orgánica**, hace referencia a las limitaciones que pueda tener una persona en un entorno/contexto normalizado como consecuencia de una deficiencia en las funciones y estructuras corporales, de los sistemas osteoarticulares y neuro-musculotendinosos. Por su parte, en la discapacidad orgánica alguno de los órganos internos está dañado, asociándose a enfermedades que, aunque no son visibles, limitan la participación como es el ejemplo de algunas cardiopatías.
- **Discapacidad Sensorial**, viene determinada por las limitaciones en el conjunto de contexto/entorno normalizado como consecuencia de una deficiencia en alguno de los órganos de los sentidos. Las más frecuentes son la **discapacidad visual**, y la **discapacidad auditiva**.
- **Discapacidad intelectual**, consiste en limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa, que se manifiesta en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas.
- **Discapacidad Psíquica**, como aquella en la que la persona encuentra limitaciones en la participación con el entorno/contexto debido a trastornos en el comportamiento adaptativo. La discapacidad psíquica afecta a áreas como la comunicación o las habilidades sociales, pero no a la inteligencia. Por tanto, la discapacidad psíquica afecta al comportamiento adaptativo.

LA SILLA DE RUEDAS

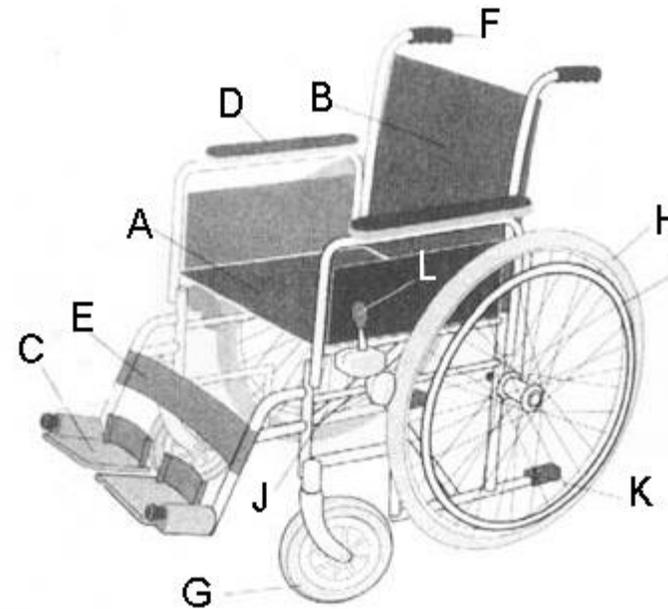
Para que un buen monitor/a en discapacidad física y orgánica, pueda desarrollar bien su colaboración, debe de estar seguro del manejo de las ayudas técnicas que están al alcance de las personas con discapacidad.

Las personas con discapacidad tienen necesidades específicas y diversas, según sea el tipo de discapacidad o limitación funcional a la que se enfrenten, con la discapacidad física y orgánica, se utilizará la ayuda de la silla de ruedas para desplazar a la persona que lo necesite, por ello es importante sugerir algunos consejos sobre el manejo de la silla de ruedas.

Hay muchos tipos de silla de ruedas. Las personas con discapacidad tienen necesidades específicas y diversas. La silla de ruedas se escoge en función de las necesidades y de la morfología de la persona con discapacidad.

Partes de una silla de rueda:

- A) ASIENTO
- B) RESPALDO
- C) REPOSAPIÉS
- D) REPOSABRAZOS
- E) REPOSAPIERNAS
- F) MANGOS DE EMPUJE
- G) RUEDAS DELANTERA GIRATORIAS
- H) RUEDAS TRASERAS PROPULSORAS
- I) AROS PROPULSORES
- J) BARRAS DE CRUCETA
- K) BARRAS DE INCLINACIÓN
- L) FRENOS DE ESTACIONAMIENTO

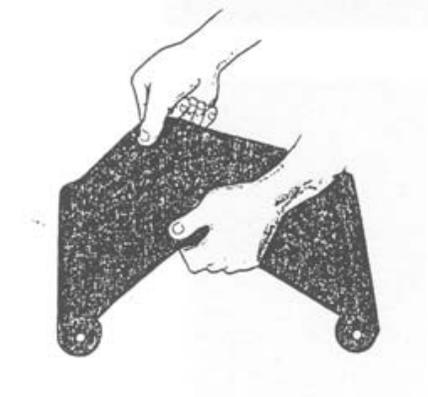


MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo plegar una silla de ruedas

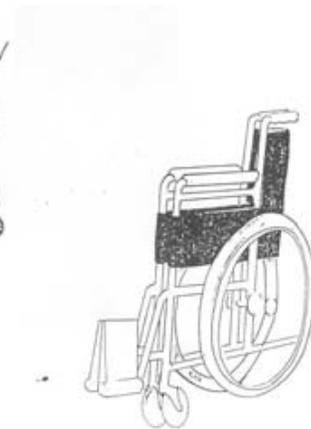
Quitar el cojín del asiento.

Levantar los reposapiés y reposapiernas, o retirarlos según el caso.



Tomar el asiento por la mitad o por sus extremos laterales.

Ello dará como resultado que la silla quede plegada.

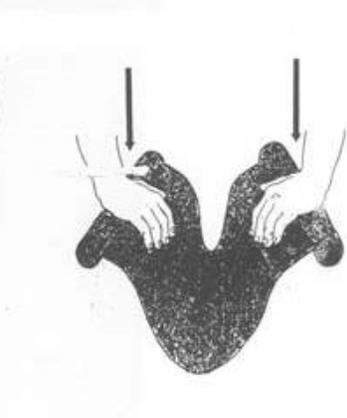


MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo abrir una silla de ruedas

Para abrir una silla de ruedas, no empezar por las empuñaduras sino por los brazos de la silla, y apoyar las palmas de las manos en ambos lados del asiento.

Atención: Colocar los dedos hacia el centro del asiento, con precaución de no entallarse.



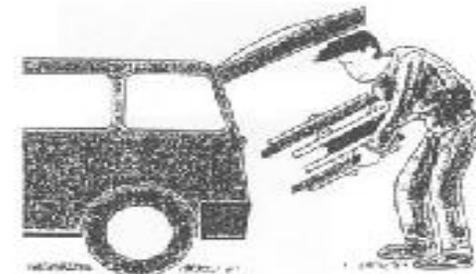
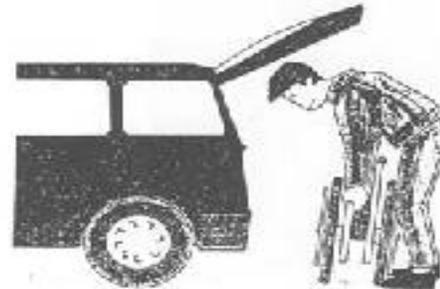
No levantar nunca una silla, plegada o no, por los brazos o los reposapiernas. Se caerá de las manos.



MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo colocar una silla de ruedas en un coche

- Quitar los reposapiés y los reposapiernas, si son desmontables.
- Desbloquear los frenos.
- Colocar la silla de ruedas, previamente plegada, paralelamente al maletero.
- Sujetar la silla. Los brazos harán el oficio de elevador.
- Doblar las rodillas y las caderas manteniendo recta la espalda.
- Levantar la silla y colocarla al borde del maletero.
- Introducir en primer lugar las ruedas grandes.



MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo bajar el escalón de la acera

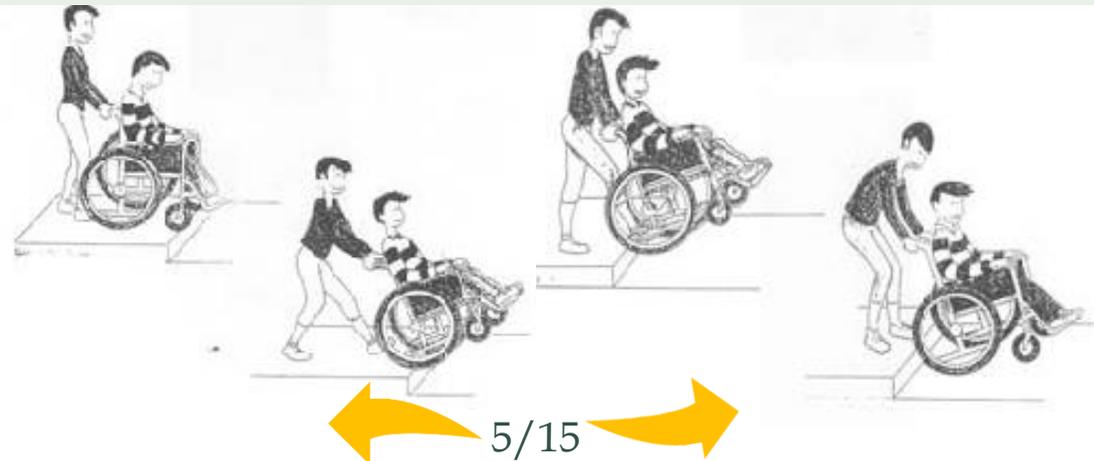
- Inclinar la silla, empujando con el pie una de las barras de apoyo.
- Empujar suavemente la silla hasta el borde del escalón.
- Bajar sobre las dos ruedas grandes.
- Apoyar con suavidad las dos ruedas pequeñas cuando el escalón esté franqueado.

SIEMPRE:

Inclinar la silla hacia atrás hasta que se encuentre en equilibrio.

Bajar el peldaño perpendicular a él.

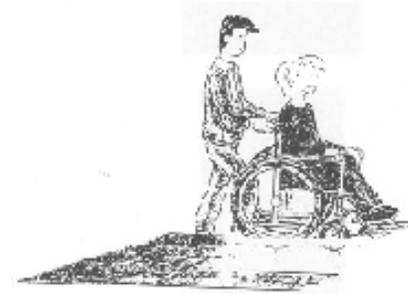
Si las ruedas grandes están delante bajar el peldaño de espaldas.



MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo subir el bordillo de una acera

- Colocar la silla perpendicularmente a la acera.
- Apoyar el pie sobre una de las barras de apoyo para bascular la silla hacia atrás y levantar así las ruedas pequeñas.
- Colocar las ruedas pequeñas sobre la acera.
- Hacer subir la silla levantando las ruedas grandes traseras, rozando la acera.
- Empujar la silla sobre la acera.



MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo bajar escaleras

- Bascular la silla hacia atrás.
- Avanzar las ruedas grandes sobre el borde del escalón.
- Hacer bajar la silla suavemente sobre cada uno de los escalones.

Emplear el cuerpo como contrapeso al de la silla y su ocupante.
No arriesgarse a bajar ningún escalón, si no se está seguro de tener la fuerza suficiente para controlar la maniobra, sobre todo si las escaleras son altas y estrechas.

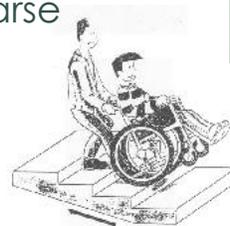
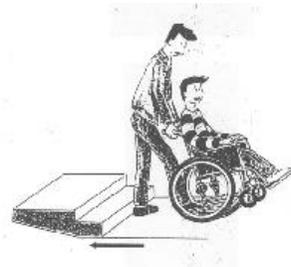


MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo subir algunas escaleras

Las manos de la persona con discapacidad no deben estar en las ruedas.

- Inclinarse la silla hacia atrás.
- Colocar las dos ruedas grandes traseras contra el borde del escalón.
- Sujetar firmemente las empuñaduras.
- Colocar un pie en el primer escalón y otro en el segundo.
- Subir la silla sobre el primer escalón. El peso del que ayuda debe servir de contrapeso al de la silla y su ocupante.
- Subir el segundo pie en el segundo escalón. Darse un respiro entre escalón y escalón.



- **Son indispensables dos ayudas si:**

- ❖ Si las ruedas grandes están colocadas delante.
- ❖ Si la persona que va sentada en la silla tiene un peso considerable.

La segunda y la tercera ayuda, si es posible, se colocan lateralmente para ayudar a subir la silla.

Sujetar la silla con una mano por el prolongamiento superior de las ruedas pequeñas delanteras, manteniendo inclinada la silla sin levantarla.

Asegurar siempre la silla por las partes estables de la misma.

No levantar la silla nunca por los brazos ni por los reposapiés.



LA SILLA DE RUEDAS

Si la persona con discapacidad no es autónoma

- Intentar conocer el método que mejor le conviene, dejando que indique él mismo las maniobras.
- Ante todo colocar la silla en buena posición.
- Para levantarla sólo o entre dos:
 - ✓ Si las piernas y los hombros tienen fuerza suficiente: No apoyarse nunca en el reposapiés, para evitar que se incline hacia delante.
 - ✓ Colocar el brazo derecho o izquierdo bajo la axila de delante hacia atrás.
 - ✓ Colocar el brazo en la espalda lo más abajo posible, a fin de procurarle buen soporte y ayudarlo a que sus caderas permanezcan rectas.
 - ✓ Ajustar sus pies con vuestro pie, sus rodillas con vuestras rodillas. Ayudarlo a levantarlo.

SIEMPRE: ADVERTIR CON ANTERIORIDAD LA MANIOBRA A REALIZAR.

LA SILLA DE RUEDAS

Lo que sí y no debe hacerse

- Recordar que la persona con discapacidad dirá como maniobrar la silla.
- Tomar nota de sus deseos para moverlo. No zarandearle.
- Colocar la silla correctamente antes de transportarlo y bloquear siempre los frenos.
- Comprobar la postura de los brazos y las piernas. Puede tener trastornos sensitivos, y, en ese caso, no darse cuenta de los golpes, las heridas, las quemaduras, etc.
- Vigilar que los vestidos, cojines, mantas, etc, estén bien ajustados, para que no se enganchen en las ruedas.
- No olvidar que la persona con discapacidad puede sufrir o molestarse, si se manipula mal su silla de ruedas.
- Recordar que puede tener dificultad en responder ante una pregunta determinada, dejarle tiempo para expresarse.
- Ser discreto. No preguntar sobre el origen o las causas de la discapacidad, si se observa que puede sentirse molesto.
- No empujar demasiado deprisa la silla de ruedas, ni girarla bruscamente sin advertirle de la maniobra.
- No olvidar que puede sentirse ignorado o relegado si se conversa con otra persona fuera del alcance de su vista.
- No levantar la silla por los brazos, podría causarse un accidente. Tener en cuenta a los demás peatones a la hora de manejar la silla.
- En la ciudad cruzar por donde haya señales de tráfico, avisándole siempre de la maniobra.
- En terreno desigual se empujará más fácilmente la silla inclinándola sobre las ruedas grandes. Inclinarse siempre para evitar las caídas.

LA SILLA DE RUEDAS

Anclajes y ubicación de las sillas de ruedas

Imagen de la posición de las sillas de ruedas en la calle a la hora de la subida y bajada del autobús.



Posición de la silla de ruedas en el maletero del autobús para mayor capacidad y comodidad a la hora de sacarlas y meterlas.

La posición de los frenos es muy importante para que la persona con discapacidad se encuentre segura en el traslado a cualquier medio de transporte.



LA SILLA DE RUEDAS

Anclajes y ubicación de las sillas de ruedas



Posición de los/las monitores/as voluntarios/as en la subida y bajada de la persona con discapacidad en un autobús adaptado.

Posición del anclaje de un raíl en un autobús adaptado.



El/la monitor/a voluntario/a debe cerciorarse de la seguridad y posición del anclaje.



LA SILLA DE RUEDAS

Anclajes y ubicación de las sillas de ruedas



Silla de ruedas anclada.

Posición del anclaje sobre el raíl del autobús adaptado



Posición del anclaje sujetando la rueda delantera de la silla de ruedas sobre el raíl del autobús o vehículo adaptado.

LA SILLA DE RUEDAS

Anclajes y ubicación de las sillas de ruedas

Anclaje



Anclaje sobre raíl de un autobús o vehículo adaptado



Posición manual de un anclaje sobre un raíl de un autobús o vehículo adaptado.



Anclaje colocado en el raíl de un autobús o vehículo adaptado, sujetando la rueda delantera de la silla de ruedas.



LA SILLA DE RUEDAS

Anclajes y ubicación de las sillas de ruedas



Posición de seguridad de los/las monitores/as voluntarios/as a ambos lados de la plataforma en la bajada o subida al autobús de la persona con discapacidad.



Monitores/as voluntarios/as asegurando los anclajes a los raíles del autobús o vehículo adaptado.

Posición de seguridad de las sillas de ruedas en las plataformas de los autobuses adaptados.



MOVILIZACIÓN

A la movilización de personas con discapacidad debe dársele la importancia que tiene. Se trata de un acto profesional, quizá el más frecuente y previo a muchos otros que, como tal, requiere un estudio serio, un aprendizaje de la técnica y un entrenamiento repetido, a fin de adquirir una actitud y unos hábitos correctos.

La buena práctica gestual, fundamentada en la fisiología y biomecánica, nos conducirá a la "economía del esfuerzo con la máxima eficacia", lo cual es indispensable en la prevención del dolor de espalda.

Este acto profesional debe tener en cuenta el proceso de independización de la persona con discapacidad y debe estar encaminado a educarlo en la reinstauración del movimiento fisiológico lo antes posible, a fin de evitar los efectos nocivos de la inmovilidad, respetando en cada momento los muchos factores que inciden sobre él, pero en ningún modo por ignorancia, prisas o rutina se debe retrasar su evolución locomotriz.

Además, hay que tener en cuenta, que los movimientos con personas con discapacidad totalmente dependientes y que requieren un levantamiento o traslado de todo el peso del paciente, debe mecanizarse, ya que resultan a menudo demasiado costoso para la espalda.

Finalmente, un buen trabajo en equipo ha de llevar a la elaboración de procedimientos específicos de movilización individualizados, seguros y flexibles para que se adapten a la evolución de cada persona con discapacidad.



ASPECTOS FUNDAMENTALES DE LA MOVILIZACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD



- Conocimiento de la persona con discapacidad y de sus necesidades.
- Utilización de los principios de mecánica general.
- Selección de la técnica y del equipo de trabajo.
- Adecuación del entorno de trabajo.
- Mantenimiento de hábitos higiénicos correctos.

VENTAJAS DE LA MOVILIZACIÓN CORRECTA



Para la persona con discapacidad

- ✓ Mejora física.
- ✓ Mejora psicológica.
- ✓ Más autonomía.

Para el/la cuidador/a-monitor/a en discapacidad

- ✓ Evita dolores de espalda.
- ✓ Economiza energía.
- ✓ Da mayor autonomía y capacidad de trabajo.

PAUTAS PARA REALIZAR MOVIMIENTOS CON LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD



Como norma general, **REFLEXIONAR ANTES DE ACTUAR.**

- ✓ Motivar a las personas con discapacidad para que colaboren al máximo.
- ✓ Nunca se debe escoger un movimiento que invalide a la persona con discapacidad, ni por razones de eficacia mal entendida (ganar tiempo).
- ✓ El/la monitor/a debe situarse en cada movimiento, según el estado de la persona con discapacidad, las circunstancias que lo rodean, los medios de que se disponen, y adoptar las técnicas más convenientes de acuerdo a las características antropométricas de quien las realiza.
- ✓ Los movimientos se pueden clasificar de acuerdo al grado de dependencia de la persona:
 - **GRAN DEPENDENCIA**, se refiere a personas que han perdido completamente su autonomía y que, como consecuencia precisan de la atención continuada de otra u otras personas para su cuidado.
 - **DEPENDENCIA SEVERA**, cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria dos o tres veces al día, pero no quiere el apoyo permanente de un cuidador/a o tiene necesidades de apoyo extenso para su autonomía personal.
 - **DEPENDENCIA MODERADA**, cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria, al menos una vez al día o tiene necesidades de apoyo intermitente o limitado para su autonomía personal.

TÉCNICAS MANUALES



"Si utilizamos a nuestro favor las leyes de la Biomecánica, tendremos mejores resultados con menor esfuerzo".

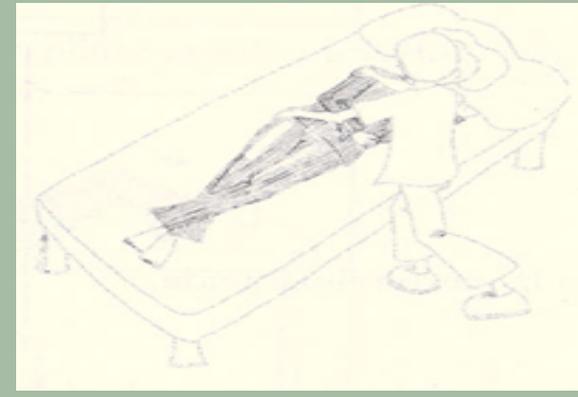
DECÚBITO LATERAL: PERSONA CON GRAN DEPENDENCIA



Cambio de posición de decúbito supino a decúbito.



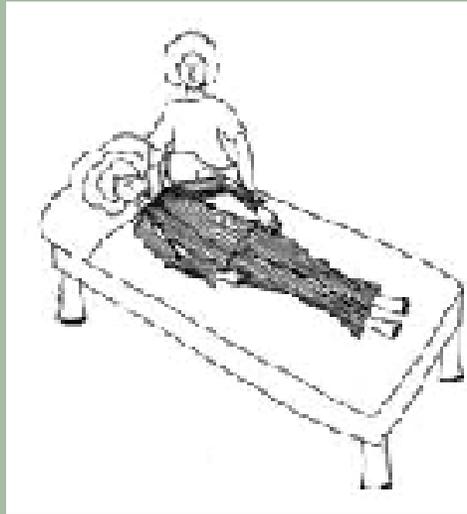
Colocación de la cuña.



Cuando una pierna no se puede flexionar.

TÉCNICAS MANUALES

INCORPORACIÓN EN LA CAMA: PERSONA CON GRAN DEPENDENCIA



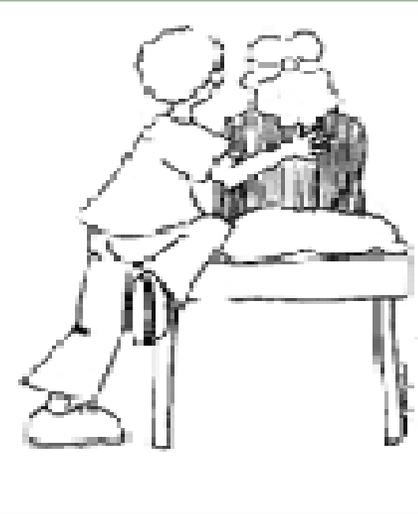
Presas consistentes.



Espalda recta.



Incorporación en la camilla.

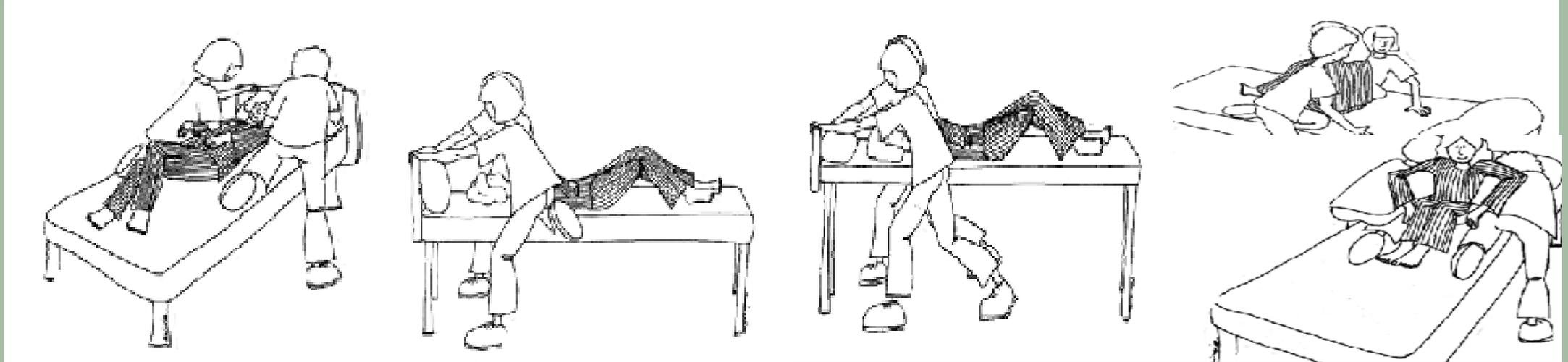


Fuerza con la pierna flexionada.

Cuando el peso del enfermo es elevado o en caso de dificultad, realizar la técnica entre dos ayudantes.

TÉCNICAS MANUALES

DESPLAZAMIENTO LOGITUDINAL: PERSONA CON GRAN DEPENDENCIA



Desplazamiento apoyándose en la cabecera de la cama.

Haciendo fuerza con la pierna flexionada.

Con los dos pies en el suelo si el plano es más elevado.

Soportar el peso con el hombro y hacer fuerza con la pierna flexionada.

Los hombros de los cuidadores bien cerca al realizar el desplazamiento.

TÉCNICAS MANUALES

DE LA CAMA A LA SILLA: PERSONA CON GRAN DEPENDENCIA QUE SE PUEDE SENTAR



Soportar el peso con el hombro apoyando la otra mano en la cama.



La espalda completamente vertical.

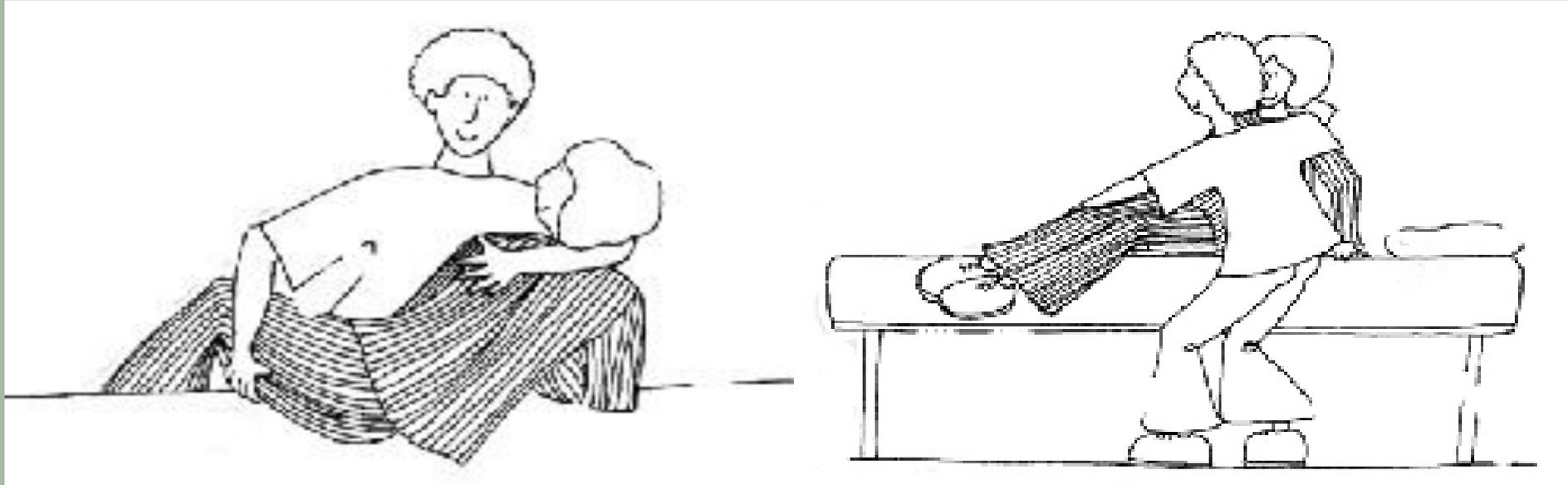


Apoyo en la silla y flexionar las piernas.

Técnica a utilizar en pacientes de poco peso.

TÉCNICAS MANUALES

SENTAR AL BORDE DE LA CAMA: PERSONA CON DEPENDENCIA SEVERA

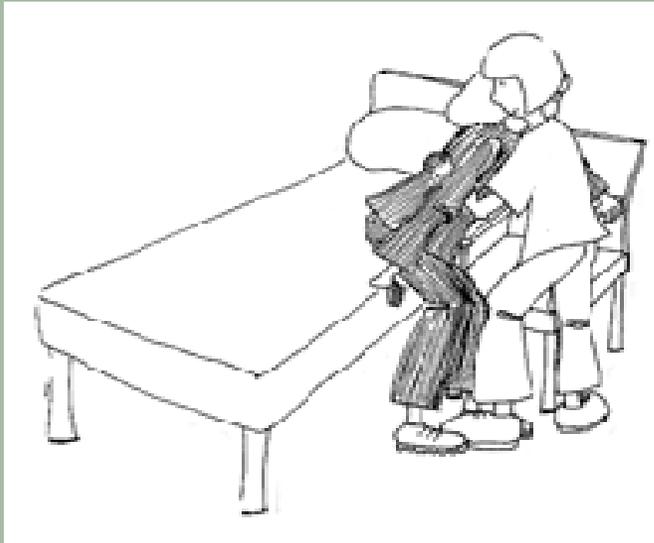


Gesto para facilitar la incorporación del paciente.

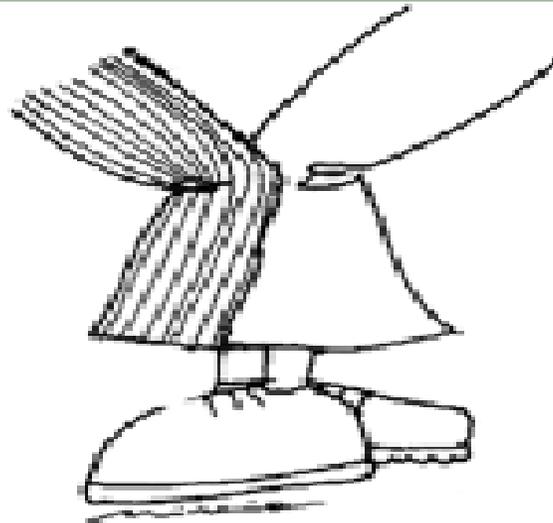
Pie en dirección al movimiento.

TÉCNICAS MANUALES

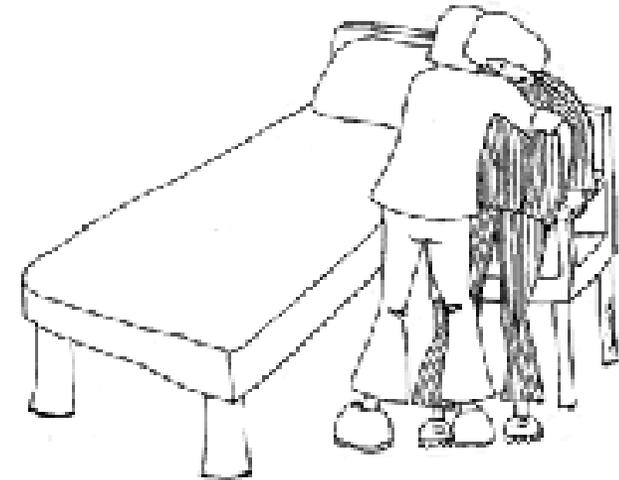
DE LA CAMA A LA SILLA Y VICEVERSA: PERSONA CON DEPENDENCIA SEVERA



Acerca al máximo el peso al cuerpo.
Piernas flexionadas. Buena fijación de la pierna eje de giro.
Contrapeso del cuerpo.



Detalle de fijación de la pierna.



De la silla a la cama.

TÉCNICAS MANUALES

INCORPORACIÓN EN LA SILLA : PERSONA CON GRAN DEPENDENCIA O DEPENDENCIA SEVERA



Posición inicial de la persona con discapacidad.

Incorporación desde la parte posterior de la silla. Presionando horizontalmente con las manos la pelvis del paciente, haciendo fuerza con las piernas e inclinando el cuerpo hacia adelante.

Incorporación desde delante de la silla. Piernas flexionadas. Presión con la rodilla. Contrapeso del cuerpo.

Cuando el peso del enfermo es elevado, o en situaciones difíciles, realizar la técnica entre dos ayudantes.

TÉCNICAS MANUALES

LEVANTAR DEL SUELO PERSONA CON GRAN DEPENDENCIA



No precipitarse.
Cuando encontremos a una
persona con discapacidad caída
intentar buscar ayuda.

Sujetar a la persona con una
toalla por debajo de las axilas.
Utilizar el contrapeso del
cuerpo.

Bloqueo de las piernas de la
persona con discapacidad entre
las de los cuidadores/as.

Técnica a utilizar en pacientes de poco peso.

GRÚAS Y ARNESES

En este capítulo, hablaremos de los distintos tipos de grúas y soportes corporales más utilizados en discapacidad.

Explicaremos el funcionamiento de los distintos tipos de grúas más usuales, clasificados en tres grandes grupos:

- Grúas móviles (o grúas con ruedas).
- Grúas fijas.
- Grúas de techo.

Y posteriormente veremos los distintos tipos de soportes corporales más comunes, clasificándolos en dos grandes grupos:

- Arnese flexible.
- Sistemas de soporte corporal rígidos.



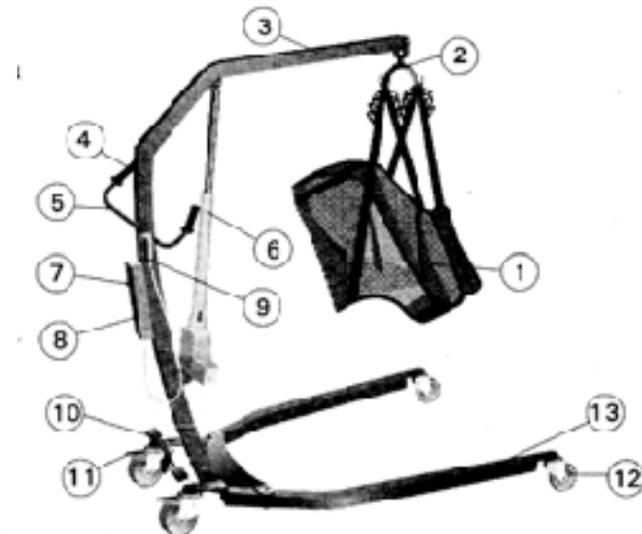
GRÚAS MÓVILES O GRÚAS CON RUEDAS

Disponen de una base con ruedas, lo que permite usarlas en cualquier sitio donde haya espacio suficiente para la maniobra. Habitualmente son plegables o desmontables, lo cual facilita su almacenamiento y transporte. Disponen de frenos en las ruedas traseras. Es necesario desplazar la grúa para realizar las transferencias, ya que, por motivos de estabilidad, el brazo de la grúa no puede girar respecto a la base.

La principal ventaja de este tipo de grúas es que pueden llevarse a cualquier punto donde se necesite hacer una transferencia. Además permiten la realización de traslados entre habitaciones cercanas y practicar transferencias a sillas de ruedas, asientos de ducha, camas, tazas de inodoro, bañeras elevadas, o incluso elevar al usuario desde el suelo.

Entre los inconvenientes figura la necesidad de disponer de espacio y de una superficie de maniobra suficiente para poder realizar las transferencias. Pueden ser voluminosas y requerir mucho espacio para su almacenamiento. No permiten hacer transferencias a elementos anchos y sin espacio libre inferior, como son las bañeras convencionales.

- | | |
|--|------------------------------------|
| 1.- Sistema de soporte corporal o arnés. | 7.- Bloqueo de seguridad. |
| 2.- Percha. | 8.- Baterías. |
| 3.- Brazo. | 9.- Mando con cable. |
| 4.- Mástil. | 10.- Sistema de apertura de patas. |
| 5.- Mango o empuñaduras. | 11.- Frenos. |
| 6.- Sistema de elevación. | 12.- Ruedas. |



GRÚAS MÓVILES O GRÚAS CON RUEDAS

Variantes de grúas móviles con ruedas

• Grúas móviles con arnés

Características: Poseen una base que permite su apertura para poder acercarse a elementos anchos, tales como las sillas de ruedas. La persona va suspendida en el arnés. Los sistemas de elevación normalmente son por mecanismo hidráulico o eléctrico. Existen varios modelos o tallas de grúas en función del peso que soporte la grúa. Normalmente, los modelos menores soportan pesos de 120 kg y los más grandes de hasta 250 kg.

Indicadas para: Personas con movilidad ausente o reducida en las piernas y personas de peso elevado que puedan permanecer en posición de sentado. Permiten una amplia variedad de transferencias, cogiendo al sujeto en la posición de sentado o de acostado y dejándolo en cualquiera de estas dos posiciones. Habitualmente, los modelos permiten recoger a una persona del suelo.

Ventajas: Permiten hacer transferencias en cualquier sitio al que se pueda acceder y donde haya espacio suficiente para maniobrar. En casas con ducha adaptada o una bañera elevada y una sola grúa se pueden hacer prácticamente todas las transferencias. Los modelos con sistemas de elevación eléctricos necesitan menos esfuerzo por parte del asistente para elevar a la persona.

Inconvenientes: Necesitan disponer de suficiente espacio libre para poder maniobrar. Requieren bastante espacio para su almacenamiento. Es posible encontrar modelos plegables y desmontables que pueden guardarse debajo de la cama. Necesitan cierto tiempo para la realización de la transferencia. No permiten hacer transferencias a bañeras convencionales ni a otros dispositivos que no tengan una apertura inferior donde quepan una o dos patas de la grúa o que no se puedan rodear por ellas.



GRÚAS MÓVILES O GRÚAS CON RUEDAS

Variantes de grúas móviles con ruedas

▪ Grúas móviles para la transferencia de personas en posición incorporada

Características: Habitualmente incluyen un apoyo para los pies y apoyos tibiales. La sujeción de la persona suele ser a través de un arnés que la rodea por debajo de las axilas. Muchos modelos disponen, además, de unos mangos donde la persona se puede sujetar durante la transferencia y el traslado.

Indicadas para: Transferencias de sentado a sentado.

Ventajas: Permiten hacer las transferencias de forma muy rápida y cómoda. Facilitan el cambio de pañales del usuario/a.

Inconvenientes: Contraindicadas en personas con problemas óseos con riesgo de fractura. Requieren una cierta capacidad muscular en rodillas y cadera. No pueden hacerse transferencias en posición de tumbado ni desde el suelo. Los mecanismos de plegado y desmontado son, con frecuencia, más complejos que en las grúas con arneses.



GRÚAS MÓVILES O GRÚAS CON RUEDAS

Variantes de grúas móviles con ruedas

▪ Grúas móviles con camilla

Características: Grúas que disponen de una camilla que permite el traslado de una persona en posición de tumbado.

Indicadas para: Personas encamadas con fracturas de cadera, quemados, politraumatizados, primeras fases de lesiones de columna o cualquier otra patología que no permita al usuario/a permanecer en posición de sentado.

Ventajas: Permite hacer las transferencias y traslados en posición de tumbado o semi- recostado, de forma rápida, segura y cómoda. Existen modelos con soporte corporal radiotransparentes que permiten la realización de radiografías en la propia grúa.

Inconvenientes: Son muy voluminosas, requieren grandes superficies de maniobra y permiten únicamente transferencias en las que tanto la posición de partida como la de destino sea tumbado.



GRÚAS MÓVILES O GRÚAS CON RUEDAS

Variantes de grúas móviles con ruedas

▪ Grúas móviles con asiento rígido

Características: Grúas que disponen de una silla que permite el traslado de una persona en posición de sentada.

Indicada para: Realizar transparencias en posición de sentado.

Ventajas: Permite hacer las transferencias y traslados en posición de sentado de forma rápida, segura y cómoda. Existen modelos con asiento rígido que permiten el aseo personal del usuario/a.

Inconvenientes: No permiten transferir a personas que tengan dificultad para adoptar la posición de sentado.



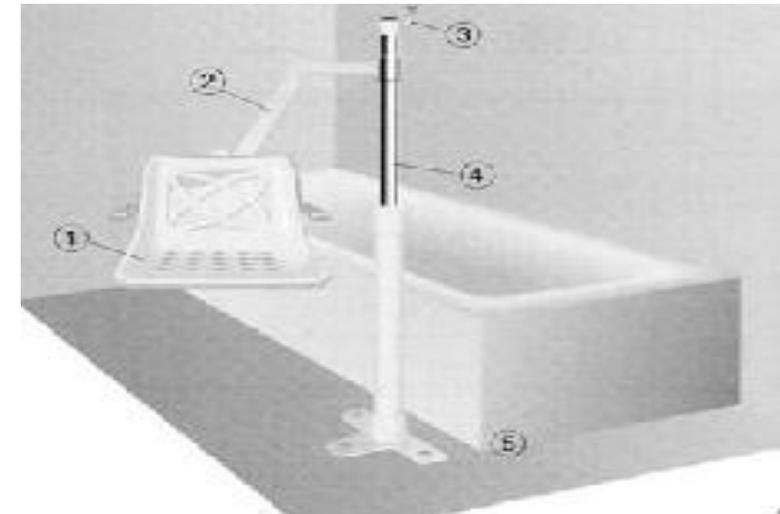
GRÚAS FIJAS

Son grúas fijadas al suelo o a la pared mediante un soporte. No ocupan mucho sitio y suelen pesar poco. Su uso está restringido normalmente a realizar determinado tipo de transferencias en una localización, aunque existen modelos que permiten utilizarlas en distintas localizaciones.

Los mecanismos de elevación pueden ser hidráulicos o eléctricos, presentando las mismas características que los de las grúas móviles.

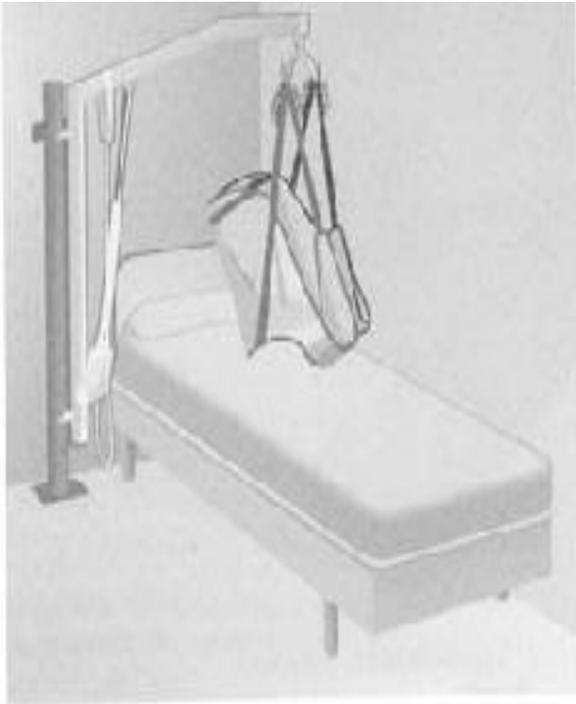
La ventaja fundamental de este tipo de grúas es que están allí donde se necesitan y ocupan poco espacio. Determinados modelos de grúas fijas permiten que sea la propia persona que va a realizar la transferencia la que accione la grúa, siempre que se disponga de suficiente fuerza en los brazos.

- 1.- Sistema de soporte corporal.
- 2.- Brazo.
- 3.- Sistema de elevación.
- 4.- Mástil.
- 5.- Sistema de fijación.



GRÚAS FIJAS

Variantes de grúas fijas



▪ Grúas fijas de propósito general

Características: Suelen estar constituidas por una percha y un arnés, donde se sujeta la persona que se va a transferir. Habitualmente se colocan entre dos elementos a los que se desea hacer transferir al usuario/a (por ejemplo, entre inodoro y bañera).

Indicadas para: Personas con fuerza limitada o ausente en brazos y piernas. Pueden utilizarse por el propio usuario/a siempre que se tenga fuerza suficiente o por un asistente.

Ventajas: El soporte puede colocarse en distintas dependencias, la habitación, el baño, etc. y transportar la grúa de un soporte a otro en función de donde se vaya a usar.

Inconvenientes: Para algunas transferencias específicas no son las más indicadas. Es necesario el traslado de la grúa a la dependencia para realizar la transferencia, si se dispone de varios soportes.

GRÚAS FIJAS

Variantes de grúas fijas

▪ Grúas fijas de bañera

Características: Por lo general son grúas con un arnés de tipo asiento. Están construidas en materiales inoxidables o con tratamientos superficiales que evitan la degradación rápida de la grúa. En muchos casos permiten el baño en la propia grúa.

Indicadas para : Personas con dificultad grave para entrar y salir de la bañera por movilidad ausente o reducida en piernas y brazos, o personas con peso elevado.

Ventajas: Están específicamente diseñadas para el uso en bañera, por lo que permiten la realización de transferencias de forma rápida, cómoda y sin necesidad de hacer obras.

Inconvenientes: En muchos casos no evitan la necesidad de otras grúas de transferencia en otras dependencias, como el dormitorio, o en otros usos, como la transferencia al inodoro.



GRÚAS FIJAS

Variantes de grúas fijas

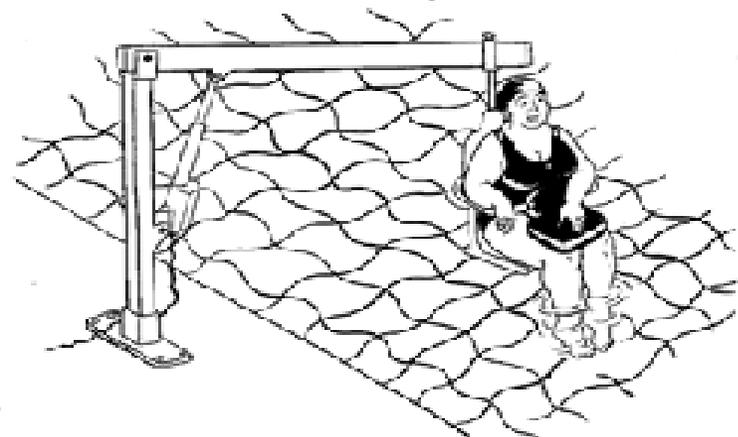
▪ Grúas fijas de piscina

Características: Están constituidas por un arnés rígido (normalmente de asiento o de camilla). Suelen estar construidas en materiales adecuados para los ambientes muy húmedos en que se instalan.

Indicadas para: Personas con dificultad al entrar y salir de la piscina. Normalmente se utilizan en tratamientos de hidroterapia, en hospitales o centros de recuperación.

Ventajas: Permiten la transferencia a la piscina de personas con movilidad reducida. Existen modelos específicos para la realización de ejercicios de rehabilitación. En ocasiones constituyen el único medio adecuado para entrar o salir de la piscina.

Inconvenientes: En muchos casos la transferencia de la silla de ruedas a la grúa de piscina es costosa.



GRÚAS FIJAS

Variantes de grúas fijas

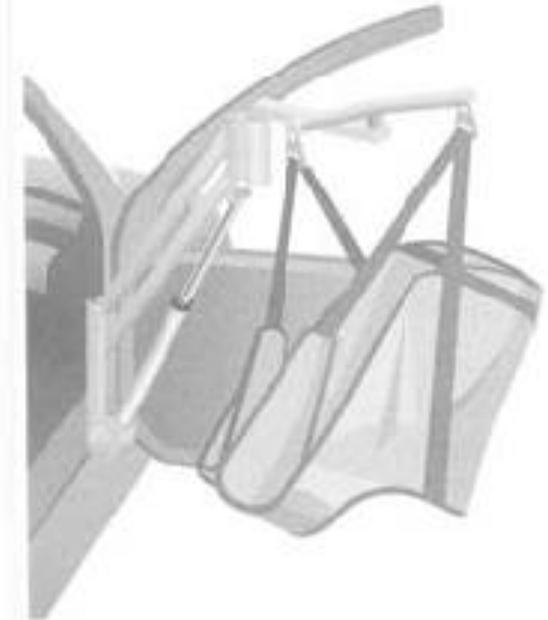
▪ Grúas fijas al automóvil

Características: Son grúas fijadas a la estructura del automóvil para facilitar, desde la silla de ruedas, la entrada y salida de la persona al vehículo. Pueden colocarse en el techo del vehículo, en el lado del conductor o en el del acompañante, dependiendo del uso. Es necesario solicitar al fabricante la documentación técnica necesaria para evitar problemas en las inspecciones técnicas del vehículo. Deben ser instaladas por personal autorizado y facilitar al usuario/a documentación sobre homologación y seguridad. Son una alternativa a otras adaptaciones del vehículo.

Indicadas para: Personas que utilizan habitualmente el vehículo y que no pueden transferirse al interior del mismo de forma autónoma, ya sean conductores del automóvil o acompañantes.

Ventajas: En muchos casos permiten ser manipulados por la propia persona que se quiere transferir. Habitualmente la grúa tiene que desmontarse de su soporte y debe guardarse en el maletero del vehículo.

Inconvenientes: Pueden modificar las características de seguridad del vehículo.



GRÚAS DE TECHO

Son grúas que están fijas al techo o suspendidas mediante una estructura. Constan de dos mecanismos, uno de desplazamiento a través de la estructura y otro de subida y bajada de la persona con discapacidad.

Las ventajas fundamentales de este tipo de grúas son que, al ir por el techo, no interfieren con el mobiliario y que facilitan el traslado sin esfuerzo para el acompañante, dado que la mayoría de modelos lo realizan de forma motorizada.

Los principales inconvenientes son que únicamente permiten hacer transferencias en el interior de las zonas en las que están instaladas y que la posibilidad de instalación depende de las características arquitectónicas de la habitación de que se trate. Son caras y tienen tendencia al balanceo por lo que pueden producir sensación de inseguridad.



- 1.- Percha.
- 2.- Sistema de suspensión.
- 3.- Motor.
- 4.- Mando con cable.
- 5.- Sistema de soporte corporal.
- 6.- Raíles.

GRÚAS DE TECHO

Variantes de grúas fijas

▪ Grúas de techo de rail

Características: Constan de un raíl sujeto al techo por medio del cual se puede trasladar a la persona a la que se va a realizar la transferencia.

Indicadas para: Sitios con muy poco espacio de maniobra donde se vayan a hacer de forma habitual los mismos tipos de transferencias.

Ventajas: Permite la realización de transferencias con poco esfuerzo para el asistente, incluso en habitaciones con poco sitio para maniobrar. Ocupan poco espacio útil. Permiten la transferencia autónoma del usuario/a.

Inconvenientes: Únicamente pueden hacerse transferencias a lo largo de la línea en que se ha instalado el raíl. Si se pretende hacer una instalación que vaya desde una dependencia a otra (por ejemplo, de la habitación al baño), es necesario hacer reformas arquitectónicas.



GRÚAS DE TECHO

Variantes de grúas fijas

▪ Grúas de techo XY (Grúas puente)

Características: Constan de dos raíles perpendiculares que se desplazan independientemente, de modo que la unidad que sirve para levantar y bajar se puede desplazar a cualquier punto por debajo del cuadro que define los raíles.

Indicadas para: La realización de transferencias a cualquier punto de la habitación donde se instalan.

Ventajas: Permiten la realización de transferencias y traslados de forma cómoda a cualquier parte de la habitación, incluso en habitaciones con muy poco espacio de maniobra, permiten la transferencia autónoma de la persona.

Inconvenientes: Son muy caras y únicamente permiten la realización de transferencias en el interior de la habitación en que se instalan.



ARNESES

La selección del arnés es un paso importante para un adecuado uso de la grúa. Existen varios tamaños o tallas (pequeña, mediana o grande) para casi todos los modelos. El material de fabricación es muy variado. Entre otros hay materiales plásticos y textiles, como nailon y loneta. Existen también los arneses de borreguito, cada vez menos utilizados.

La selección del tipo de arnés más adecuado va a estar condicionada por el tipo de uso previsto y por las características funcionales (control de tronco o de cabeza) y antropométricas del usuario (anchura de espalda, caderas y peso). La talla del arnés debe ser la correcta.

La comodidad y la sensación de seguridad del usuario/a cuando es transferido dependen, en gran medida, del tipo de arnés utilizado. La elección del tipo de arnés es fundamental para un funcionamiento correcto y satisfactorio de la grúa. El diseño del arnés determina la facilidad y tiempo para hacer la transferencia.

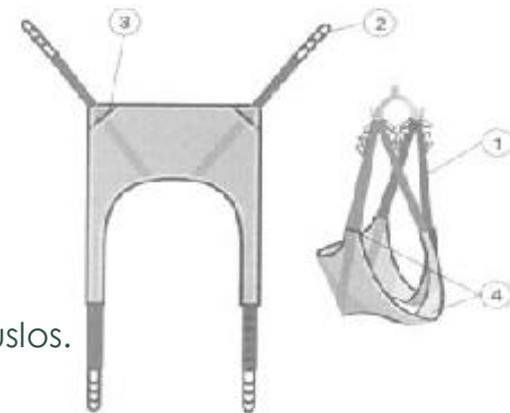
Es importante que el arnés sea lavable, los arneses de plástico son de fácil limpieza y secado. En el caso de que la grúa se vaya a usar en un centro sociosanitario, puede ser muy importante que sea desinfectable. Los métodos previstos de lavado o desinfección, en su caso, deben estar especificados con claridad en las instrucciones del fabricante.

Es necesario asegurarse de que el modelo de arnés utilizado es siempre compatible con el modelo de grúa.



Partes de un arnés:

- 1.- Cintas.
- 2.- Anillas.
- 3.- Motor.
- 4.- Tejido.
- 5.- Apoyo en anillas y muslos.



ARNESES

Variantes de grúas de arneses

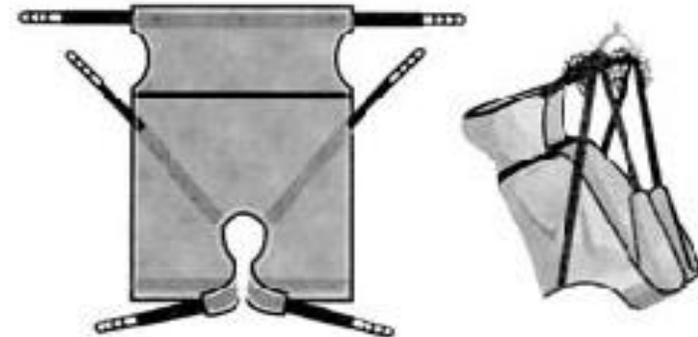
▪ Arnés tipo hamaca

Características: Ofrecen apoyo para toda la columna vertebral o para buena parte de ella. Existen modelos que se colocan por debajo de las axilas y otros que envuelven a la persona que se va a transferir. Algunos modelos presentan también apoyo para la cabeza. Existen modelos por apertura de evacuación, con piernas separadas o piernas juntas.

Indicado para: Personas con regular o mal control de tronco (en los modelos que disponen de apoyo para la cabeza, también para personas con bajo control cefálico).

Ventajas: Ofrecen una amplia superficie de apoyo, por lo que resultan muy cómodos durante la transferencia.

Inconvenientes: Es difícil ponerlos con la persona en posición de sentado. No son adecuados para lavar al usuario/a, debido a que ocultan mucha superficie de la persona. Los modelos de piernas juntas solamente pueden colocarse en posición de tumbado.



ARNESES

Variantes de grúas de arneses

▪ Arnés universal o de apoyo dorsolumbar

Características: Consiste en una pieza con forma de U en la que la persona que va a ser transferida apoya la zona lumbosacra.

Indicado para: Personas con buen control de tronco y cabeza.

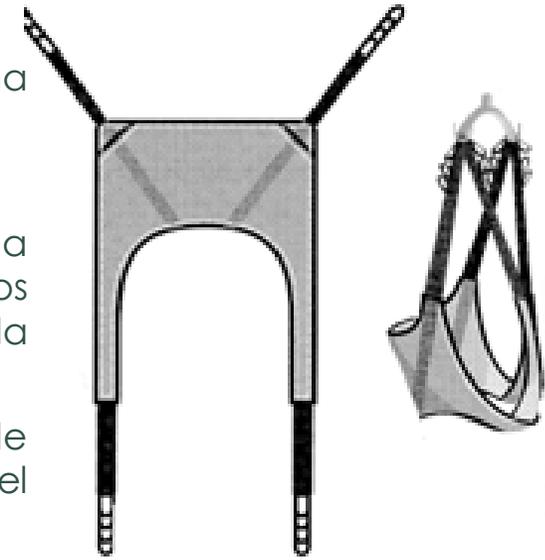
Ventajas: Es fácil de poner en posición de sentado y tumbado. Ofrece una superficie de apoyo adecuada, por lo que no produce dolor. Existen modelos que se pueden usar en el inodoro y para el cambio de pañales, puesto que la apertura que dejan suele ser suficiente.

Inconvenientes: No está indicado para personas con mal control cefálico o de tronco. Algunas combinaciones de arnés lumbosacro y percha no evitan el "efecto navaja", por lo que deben tener en cuenta sus riesgos.

▪ Arneses especiales

Existen diseños para aplicaciones específicas.

- Arnese para uso en grúas en posición incorporada (para más información véase grúas en posición incorporada).
- Arnese 'amputados'.
- Arnés a medida para personas con deformidades importantes o con peso muy elevado.



SISTEMAS DE SOPORTE CORPORAL RÍGIDOS

▪ Soportes rígidos tipo silla

Características: El uso más habitual es la piscina. Normalmente están contruidos en materiales plásticos. Disponen de orificios para la evacuación de agua, lo que permite el aseo de la persona cuando está sentada. Suelen disponer de contrapesos que aseguran la inmersión y así permiten al usuario/a entrar y salir de la silla sin ayuda una vez introducido en la piscina. Existen algunos modelos con ruedas que facilitan al traslado de la persona desde la silla de ruedas o desde la cama a la grúa fija.

Indicados para: Personas con buen control del tronco, para su uso en piscinas o para el aseo en duchas.

Ventajas: Permiten introducir a la persona, en posición de sentado, en la piscina o en la ducha.

Inconvenientes: Normalmente, para sentarse en ellos es necesaria la ayuda de una tercera persona.



PRIMEROS AUXILIOS

Este capítulo es fundamental para el/la monitor/a en discapacidad física y orgánica, ya que en cualquier momento en su labor puede necesitar algunas nociones básicas para el correcto procedimiento en situaciones de emergencia.

Con la información recopilada en este capítulo se pretende informar de algunas nociones básicas para actuar con prudencia en casos específicos de peligro.

¿Qué son los primeros auxilios?

Son los primeros cuidados a una persona accidentada o enferma repentina, en el lugar de los hechos y hasta la llegada de personal especializado. Estos primeros cuidados son fundamentales para la evolución posterior de la víctima, pues su recuperación dependerá, en gran medida, de la atención prestada en un primer momento.



La pandemia por COVID-19 ha afectado a la manera de afrontar las actividades sanitarias de ayuda profesional y no profesional de voluntarios/as entrenados para ello. Resulta de especial importancia respetar las normas de prevención frente a la infección en las maniobras de primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (RCP), en las que existe riesgo elevado de contagio en el procedimiento de respiración asistida.



NOCIONES BÁSICAS DE PRIMEROS AUXILIOS

Existen unas siglas en cuanto al orden de actuación en todo accidente **PAS**, que significan:

Proteger
Avisar
Socorrer

PROTEGER

Proteger el lugar de los hechos y protegernos a nosotros (Autoprotección). La persona que socorre no debe poner en peligro su vida, su salud o su integridad física.

AVISAR

Avisar eficazmente a los servicios de emergencia **112**.

SOCORRER

Una vez protegido el lugar del accidente y alertados los servicios de emergencias, se pasará a socorrer a las víctimas en el lugar de los hechos hasta la llegada del personal sanitario.



¿QUÉ PODEMOS HACER CON UNA PERSONA QUE...?

Accidentada, con diversos traumatismos y dolores. Grita y se queja.

Proteger la zona, alertar al 112, arrodillarse a su lado, coger una mano y tranquilizarla. Permanecer a su lado hasta que lleguen los servicios sanitarios.

Accidentada, con diversos traumatismos. Apenas se queja. Parece inconsciente.

Proteger la zona, alertar al 112, arrodillarse a su lado, cogerle de la mano y tranquilizarla. Observar el interior de la boca para extraer posibles cuerpos extraños. Comprobar su respiración: **No utilizar la secuencia tradicional: VER, OIR Y SENTIR LA RESPIRACIÓN. Compruebe la respuesta, los movimientos y evalúe el pulso.**

Persona en el suelo totalmente inconsciente. No se mueve ni emite sonido.

Proteger la zona, alertar al 112, pellizcar para observar si hay respuesta. Si no la hubiera observar el interior de la boca para extraer posibles cuerpos extraños. Comprobar su respiración, como se ha indicado anteriormente. Si no respira, volver a avisar al 112 para indicarlo. **Si no existen signos de vida, realice 30 compresiones torácicas.**

Persona que convulsiona.

Avisar al 112. No intentar inmovilizar a la persona. Permitir que las convulsiones ocurran protegiendo principalmente la cabeza (chalecos, almohadas,...). Retirar objetos con los que se pueda lesionar. Intentar introducir en la boca (entre los dientes superiores e inferiores) algún objeto de material resistente que no ocupe la totalidad de la boca.

¿QUÉ PODEMOS HACER CON UNA PERSONA QUE...?

Persona que sangra abundantemente.

Proteger la zona, con un pañuelo o trapo limpio presionando energéticamente sobre el punto sangrante, sin cesar en esta presión, elevar la extremidad afectada y avisar al 112. Si se empapan los paños no se retiran, sino que se colocan otros encima y se continúa con la presión. Presionar Elevar Compresionar.

Persona que sufre una insolación.

Quitar al afectado del foco de calor. Rehidratarlo poco a poco.

Persona que sufre una lipotimia (sudores fríos, ruido en los oídos, visión con puntos negros).

Echar la cabeza hacía abajo o las piernas hacía arriba. No tomar nada.

Persona que sufre heridas. Lavar, con gasa, agua o jabón neutro. Desinfectar con Betadine. Tapar la herida en un primer momento.

Persona que sufre quemaduras.

Poner la herida debajo de un grifo. Cubrir la herida con gasa. Una vez fría la zona untar pomada.

Después de atender a la persona accidentada se debe realizar una adecuada higiene de manos, con agua y jabón o solución hidroalcohólica.

NORMAS GENERALES

- ✓ No dar nada de beber ni de comer a los accidentados. Mucho menos si están inconscientes. Sólo en caso de deshidratación (estando conscientes) se puede dar a beber alguna sustancia isotónica.
- ✓ No movilizar a los accidentados traumáticos si no es imprescindible. Si hay que hacerlo no se moverá el eje cabeza-cuello-tronco.
- ✓ No administrar ningún tipo de fármaco (pomadas, aspirina, sprays,...) No administrar remedios caseros (vinagres, aceites, crema dentífrica,...) La mayoría de las veces lo que se consigue es agravar las lesiones.
- ✓ Guarda serenidad tranquilidad, nunca corras, grites ni fumes en los accidentes.
- ✓ Extrema las medidas de autoprotección.
- ✓ Llama a los teléfonos de urgencias tantas veces como sea necesario.
- ✓ El mantener contacto (mediante una mano y la propia voz) con los accidentados es prestar una ayuda de incalculable valor.
- ✓ Las pérdidas de conocimiento son situaciones GRAVES.
- ✓ Nunca se provoca el vómito en las personas (sólo en caso de haber ingerido muchos medicamentos hace poco tiempo).
- ✓ En caso de intoxicación, pedir ayuda inmediatamente.
- ✓ Si no sabes cómo ayudar a una persona con discapacidad PREGUNTA incluso a la propia persona.



RECOMENDACIONES

Ante situaciones inesperadas se muestran algunas recomendaciones:

- Actuar rápidamente pero con calma.
- Numerar las personas accidentadas.
- Efectuar in situ la evaluación inicial de los heridos. (Conciencia, respiración, pulso).
- Atender a las personas heridas según las prioridades de atención. (No significa atender antes al que más grite).



MONITOR/A

Introducción

El/la monitor/a en discapacidad física y orgánica debe de ser cómplice con las personas con las que colabore y asumir la responsabilidad para la que se les encomienda una tarea, y para ello debe de estar debidamente concienciado y formado en el mundo de la realidad de la discapacidad.

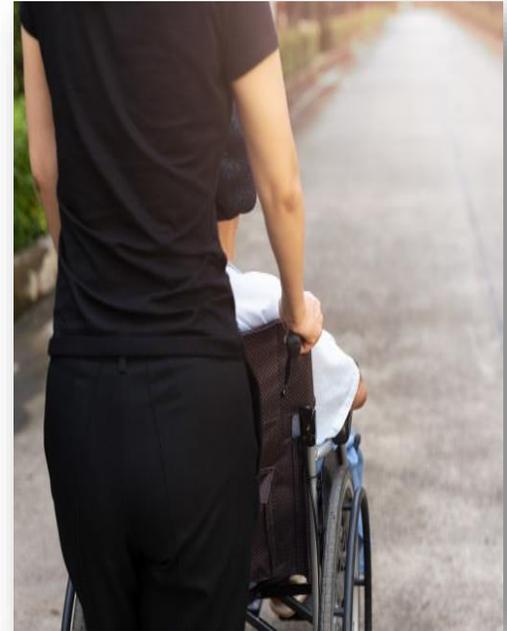
El/la monitor/a en discapacidad física y orgánica es aquel que colabora, atiende e intenta comprender al colectivo de personas con discapacidad en las actividades de la vida cotidiana, el cual es tremendamente heterogéneo, en él, se incluyen personas con problemáticas muy diferentes, y por tanto, con necesidades muy especiales a cubrir por los monitores/as en discapacidad física y orgánica, que deben de estar formados y concienciados para su tarea.



DEBERES DEL MONITOR/A EN DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA

El/la monitor/a en discapacidad físicas y orgánica debe:

- ✓ Intentar que las personas con discapacidad sean lo más independientes posible, dentro de sus posibilidades, esto les posibilitará mayor grado de autonomía, socialización y felicidad.
- ✓ No adoptar actitudes sobreprotectoras, evitándoles cualquier privación y aislándoles del contacto con la realidad exterior.
- ✓ Alentar y proporcionar estímulos que los desarrollen intelectualmente.
- ✓ No dejarse arrastrar por el desánimo y el abatimiento.
- ✓ Hablar con toda sinceridad, preguntar, escuchar con paciencia, con respeto a la persona con discapacidad.
- ✓ Hablar y actuar por gusto, no por lástima.
- ✓ Dirigirse a la persona con discapacidad, mirándole, poniéndose a su altura o hacía el lado del oyente.
- ✓ Delante de la silla, las muletas, los aparatos ortopédicos, aparatos acústicos o sonoros, hay una persona con unas necesidades, valores y actitudes.
- ✓ Vivir con ellos es la escuela del día a día.



CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR/A EN DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA



Las principales características que deben cumplir los/las monitores/as en discapacidad física y orgánica se consideran que entre otras, las más necesarias son las siguientes:

- ✓ **Formación adecuada.** El/la monitor/a se desarrolla y evoluciona a través de un proceso de constante formación: conoce el campo de actuación y se instruye periódicamente en el terreno de su trabajo, a través de la experiencia y la constante formación.
- ✓ **Personalidad evolutiva.** Una personalidad evolutiva se fundamenta en el convencimiento de que en la actividad humana y profesional siempre existen aspectos susceptibles de mejora, y que lo que ha sido válido hasta el presente puede dejar de serlo en el futuro.
- ✓ **Aceptación de las críticas.** Debe ser capaz, el/la monitor/a, de aceptar la crítica en aquellos casos que esté justificada, y dar una salida positiva en aquellos casos en los que la crítica esté motivada por otras razones (apatía, miedo, ...).
- ✓ **Creatividad.** Es muy importante que el/la monitor/a sea creativo y capaz de transmitir esa creatividad y energía a los demás.
- ✓ **Metodología actualizada.**
- ✓ **Objetivos claros y concretos.** Si un/a monitor/a quiere que se cumplan sus objetivos en sus actividades, deberá preparar la metodología con la que piensa llevarlo a cabo. Los objetivos han de plantearse atendiendo a la actividad y no ser ambicioso en su planteamiento, pocos objetivos pero claros y concretos aseguran mayor éxito en la actividad.
- ✓ **Recursos humanos, recursos materiales.** El/la monitor/a debe plantear actividades interesantes con los recursos disponibles, tanto humanos como materiales.
- ✓ **Estímulo.** Un buen monitor/a no debe dejarse arrastrar por el desánimo y el abatimiento y debe tener presente el espíritu de superación en toda actividad que realice.

CUALIDADES DEL MONITOR/A EN DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA

Las cualidades que han de tener los/las monitores/as en discapacidad física y orgánica son:

- ✓ Responsabilidad.
- ✓ Saber trabajar en equipo.
- ✓ Dinámico.
- ✓ Discreto.
- ✓ Tener iniciativa.



FUNCIONES DEL MONITOR/A EN DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA



Las cualidades que han de tener los/las monitores/as en discapacidad física y orgánica son:

✓ **Función Asistencial.**

El/la monitor/a en discapacidad física y orgánica debe de ser consciente de que las personas con las que va a colaborar y, en función de su grado de discapacidad y autonomía, va a tener unas limitaciones mayores o inferiores, en consecuencia de éstas, la función asistencial debe de estar cubierta a la hora de: el baño (aseo, WC), desayuno, comida, cena, levantar o acostar. Es suplir todo tipo de actividad diaria, colaborando y ayudando a otras personas que tienen reducida su autonomía personal a la hora de las funciones vitales.

✓ **Función de desplazamiento.**

La persona con discapacidad indicará al monitor/a en discapacidad física y orgánica cómo maniobrar, según su discapacidad y limitaciones. Su función será estar atento a sus indicaciones. Si utiliza silla de ruedas, colocar la silla correctamente antes de transportarlo y bloquear siempre los frenos. Comprobar la postura de los brazos y las piernas de la persona con discapacidad. Puede tener trastornos sensitivos, y en ese caso, no darse cuenta de los golpes, las heridas, las quemaduras ... Vigilar que los vestidos, cojines, mantas, etc, estén bien ajustadas, para que no se enganchen en las sillas de ruedas.

✓ **Función de animación.**

El/la monitor/a en discapacidad físicas y orgánica, no es sólo aquel que utiliza su fuerza física a la hora de tratar y colaborar con personas con discapacidad, además y sobre todo, es aquel que pone toda su fuerza psicológica a la hora de comprender e intentar tratar a personas con discapacidad, para adaptarlos a una vida normalizada.

Por ello hay que intentar hablar con toda sinceridad, preguntar, escuchar con paciencia, con respecto a la persona con discapacidad, para poder ofrecerle, mayor complicidad a la hora de enfrentarse con el mundo real. Participar con ellos en todos los espacios de ocio y tiempo libre que se le ofrezca, atendiendo sus necesidades: parques, paseos, playas, cines, teatros, discotecas, salas de fiesta, etc.

YO, MONITOR/A

- ✓ Intentar aliviar tensiones y romper hielos. Sentido del humor, no ridiculizar a nadie, etc.
- ✓ Procurar un clima cordial y amistoso. Confianza y libertad para que todos participen y digan lo que piensan.
- ✓ Asegurar la participación de la mayoría de los miembros.
- ✓ Facilitar que se ayuden las personas con discapacidad entre ellas. Fomentar la participación y el compañerismo.
- ✓ Establecer relaciones de persona a persona. No sólo persona con discapacidad-monitor/a.
- ✓ Dar importancia al autodesarrollo personal. Vale más la constancia que el trabajo en sí.
- ✓ Tener confianza en la capacidad de cada persona con discapacidad.
- ✓ Diálogo y comunicación. Escuchar atentamente lo que dice la persona con discapacidad.



- ✓ Ser paciente al explicar, además de comprensivo y flexible.
- ✓ Ser dinámico y dinamizador.
- ✓ Estar motivado y ser motivador. Valorando siempre las tareas de la persona con discapacidad.
- ✓ Ser optimista y resistente al desaliento.
- ✓ Ser tolerante con ciertas actitudes de la edad.
- ✓ Tratar a la persona con discapacidad con tacto y respeto.
- ✓ Ser organizado con los recursos (materiales, tiempo, etc.)
- ✓ Dirigir sin ser autoritario. La efectividad de una determinada forma de colaborar dependerá de combinar:
 - Características del monitor/a (personalidad).
 - Particularidades del grupo.
 - Factores contextuales y situacionales.

VESTUARIO ADECUADO PARA MONITORES/AS EN DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA

Se aconseja a los/las monitores/as voluntarios/as en discapacidad físicas y orgánica que utilicen, para una mejor colaboración y desarrollo de su actividad las siguientes prendas:

- ✓ ROPA CÓMODA
- ✓ ROPA DEPORTIVA
- ✓ VAQUEROS
- ✓ PANTALONES CORTOS
- ✓ BAÑADORES
- ✓ ZAPATOS PLANOS
- ✓ CHANCLAS CON VELCRO
- ✓ BOTINES
- ✓ RIÑONERA / MOCHILA

Las zapatillas de deporte sujetan el pie y dan mayor seguridad a la hora de la movilidad.

Las chanclas con velcro en actividades acuáticas y de aseo son las más indicadas.

Las chanclas metidas por el dedo en cualquier momento pueden romperse y resbalar.

Se aconseja no hablar por teléfono móvil mientras se está desplazando a una persona en silla de ruedas, ya que se puede desviar de su camino.

Se aconseja no fumar, ya que la persona voluntaria corre el riesgo de provocar quemaduras a la persona que va en silla de ruedas.



Legislación

**LEY ESTATAL 45/2015
DE VOLUNTARIADO**

**LEY 12/2019 DEL VOLUNTARIADO
DE EXTREMADURA**

ÍNDICE

Enlaces de Interés



Contacto

Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de la Provincia de Badajoz

C/ Gerardo Ramírez Sánchez s/n
06011 Badajoz

 924 220 750

 924 243 720

 proyectos@cocemfebadajoz.org

 www.cocemfebadajoz.org