



XI Congreso Nacional de Alzheimer CEAFA  
XV Congreso Iberoamericano de Alzheimer

**Rompiendo fronteras**



# MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS

## Personalización y Plan de Atención y Vida en Fases Avanzadas de Demencia desde la ACP

**Gemma Pérez Rubio**

Psicóloga Sanitaria · Formadora y Consultora ACP/PCP

**ÍNDICE Formación y Consultoría, S.L.**



## La Atención Centrada en la Persona: mucho más que una metodología

### **Del Cuidado 'Para'**

Modelo tradicional que decide por la persona

### **Al Cuidado 'Con'**

Modelo ACP que respeta la individualidad. 'Te veo, re reconozco'



# PRINCIPIOS BÁSICOS

**NADA SOBRE MÍ SIN MÍ**, aunque ya no pueda decir 'yo'

**LA IDENTIDAD PERMANECE**: la historia, los afectos, la forma de ser siguen presentes.

**LA BIOGRAFÍA ES NUESTRA BRÚJULA**: lo que la persona fue, amó y disfrutó debe seguir orientando el cuidado.

# Historia de Vida y Plan de Atención y Vida: Guías Vivas para Cuidar

## ¿Qué Recogen?

- Gustos y preferencias personales
- Rutinas significativas del día a día
- Personas importantes en su vida
- Espacios, objetos y sonidos que evocan seguridad

## ¿Cómo se Construyen?

**Fases iniciales:** Con la participación directa de la persona usuaria

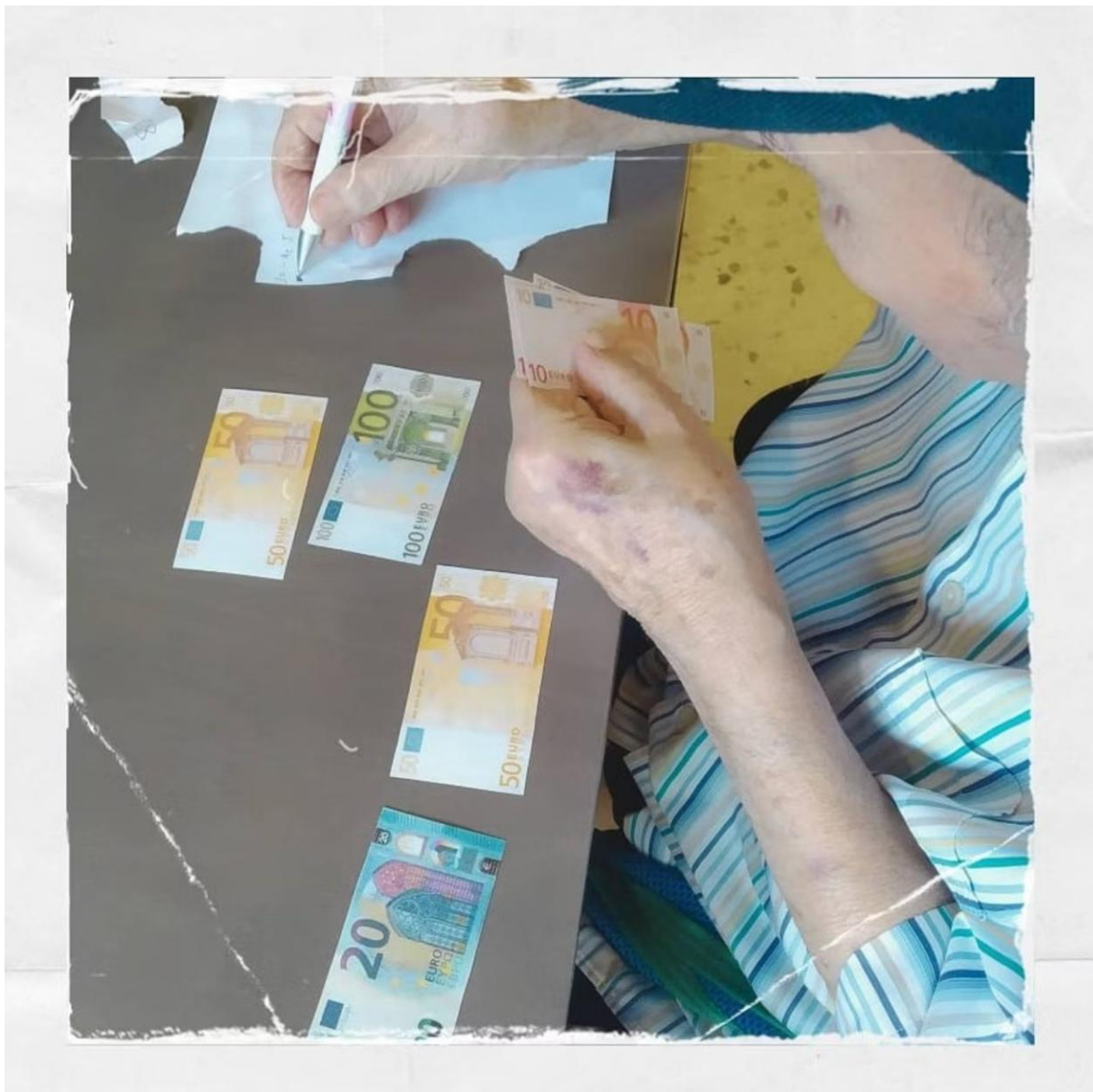
**Fases avanzadas:** Con el acompañamiento familiar y del equipo, observando lo no verbal

Estas herramientas se convierten en manuales únicos de cuidado personalizado. "La ACP no desaparece cuando se va el lenguaje. Solo cambia de forma."





## Rompiendo fronteras





## Plan de Atención y Vida

**La finalidad es garantizar que la persona siga siendo protagonista de su propia vida.**

Esta herramienta recoge toda la información relevante sobre la persona para ofrecerle una atención individualizada, respetuosa y coherente con su historia de vida, valores, preferencias y deseos.



## Plan de Atención y Vida de Mercedes

- Mercedes siempre fue una persona que le gustó dormir hasta tarde y podemos observar que mantiene esa preferencia.
- Siempre le ha gustado vestir con colores claros y alegres (el verde siempre ha sido su preferido), ponerse colorete y collares de perlas. Los/as profesionales del centro lo saben y preparan la ropa y los accesorios con estas indicaciones.
- Mercedes siempre valoró estar 'arreglada', por lo que el peinado es muy importante. Tiene su cepillo preferido. Tras peinarse, siempre le ha gustado echarse su colonia de lavanda y su crema hidratante en cara y manos. A pesar de estar en la residencia, se mantiene esta rutina.
- Siempre le ha gustado desayunar con música de fondo y leyendo el periódico. En la actualidad, no es capaz de leer el periódico pero su compañero de mesa le comenta las noticias más importantes y el tiempo que va a hacer.
- Tras la comida, siempre le ha gustado tomarse una manzanilla y dormir la siesta en el sillón de casa, con luz tenue y silencio. En la medida de lo posible, se intenta recrear esta rutina en la residencia.
- Mercedes siempre ha sido muy religiosa. Tras la siesta, siempre le ha gustado escuchar la misa de las 5 de la tarde.



## Intervención con Mercedes

Cuando Mercedes ingresó en la residencia, se agitaba todas las tardes después de la siesta sin motivo aparente. La familia nos contó que ella siempre escuchaba el rosario en la radio a las 5 de la tarde. Este dato fue muy importante para elaborar su rutina en el centro. A partir de ese momento, Mercedes se calmó y el entorno volvió a tener sentido.



## Diario de Bienestar

Registro sencillo donde el equipo anota qué funciona, qué agrada, qué incomoda y cómo responde la persona. Se comparte con la familia y entre profesionales para afinar el acompañamiento. Esto permite personalizar y dar coherencia al cuidado.

Situación observada	Reacción de la persona	Interpretación	Estrategia aplicada	Resultado
Durante el aseo	Frunce el ceño, tensa el cuerpo	Agua fría o pudor	Agua templada y más intimidad (por ejemplo, toalla cálida durante el aseo)	Se relaja
Escucha la canción 'Mi casita de papel'	Sonríe y mueve las manos	Agrado y reconocimiento	Mantener música de fondo	Más tranquila

**Cuando la comunicación verbal desaparece, necesitamos OBSERVAR Y REGISTRAR.**

## Caja de reminiscencia



### Personas Importantes

Fotos con nombres y relaciones significativas que mantienen la conexión emocional



### Música Significativa

Canciones que activaban recuerdos y emociones positivas en su historia personal



### Objetos Queridos

Elementos que proporcionan seguridad y calma: mantas, perfumes, rosarios

"Esta caja es una ventana a lo que sigue vivo en mí. Úsala para recordarme quién soy, aunque yo no te lo pueda decir."

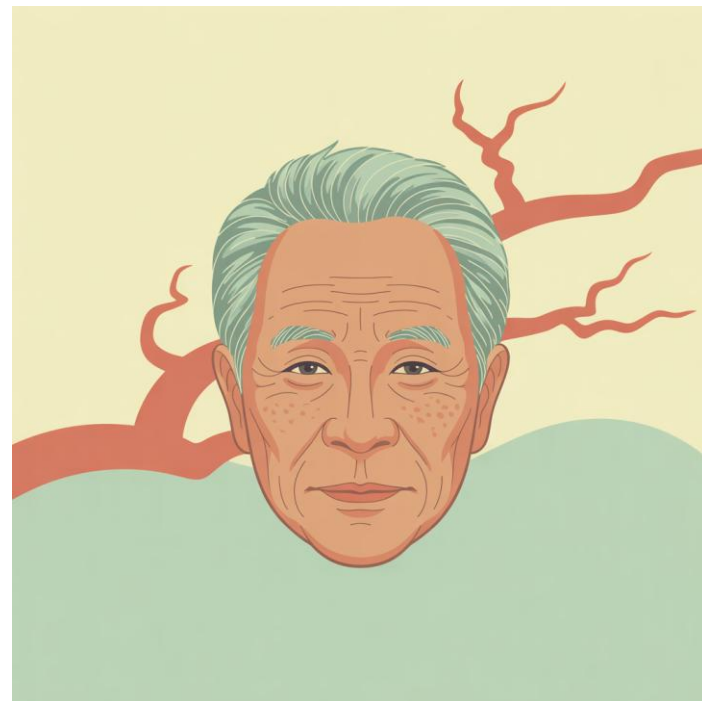
## Observación del lenguaje corporal y emocional

La observación atenta del lenguaje no verbal se convierte en fundamental para personalizar el cuidado, identificando cómo la persona expresa placer, malestar, interés y calma. Las emociones, recuerdos y reacciones al entorno sigue estando presentes.

### ES UNA PRESENCIA DISTINTA PERO VIVA

La persona mayor continúa comunicándose a través de:

- Una mirada que expresa reconocimiento
- Una mueca que indica malestar
- Un gesto que muestra placer
- Un suspiro que revela calma o inquietud



**En esta etapa, nuestra tarea como profesionales y familiares no es 'hacer más', sino mirar mejor.  
Escuchar con otros oídos, observar con otros ojos.**



## En definitiva, se puede personalizar sin palabras...

01

### Conocimiento profundo de la persona

Historia de Vida, Plan de Atención y Vida, familiares y cuidadores...

03

### Estímulos personalizados

Música, sonidos familiares, terapia sensorial, rutinas adaptadas...

02

### Comunicación no verbal

Observación activa, contacto físico respetuoso, lenguaje corporal coherente...

04

### Entorno y acompañamiento

Espacio seguro y reconocible, intervenciones breves y significativas, cuidar el vínculo...

**Siempre hay que hacer una evaluación continua del proceso, observando las señales de agrado o malestar para ajustar la intervención.**



## La Terapia de Validación de Naomi Feil: acompañar sin corregir

Toda conducta tiene un sentido.

No se trata de corregir, sino de comprender y  
acompañar la emoción.



# Transición hacia el Modelo ACP en la Región de Murcia



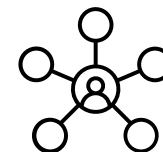
## Reducción de Agitación

Disminución significativa en conductas  
desafiantes



## Mejora en la Relación

Fortalecimiento del vínculo cuidador-persona  
atendida



## Satisfacción del Equipo

Aumento en la satisfacción profesional y  
familiar

**Nuestra experiencia demuestra que es posible transformar la atención a personas con deterioro avanzado.**



# Cuidar es Recordar

"Aunque la memoria se borre, el ser sigue presente. Y nosotros, como profesionales, tenemos el privilegio y la responsabilidad de ser guardianes de esa historia."

Cuidar es seguir diciendo: 'Yo sé quién eres, y no te olvido'

**¡Gracias por vuestra atención!**