

## FICHA TÉCNICA: BUENAS PRÁCTICAS INTERGENERACIONALES

LOS \* SON CAMPOS OBLIGATORIOS A RELLENAR

Título de la Buena Práctica*	Deporte "a la par"
Servicio, Distrito, Área...*	<u>Servicios</u> : CD DomusVi Chamartín y Fundación A LA PAR <u>Distrito</u> : Chamartín
Fecha de inicio de la buena práctica*	27/02/2024
Fecha de actualización de la buena práctica* (Cuando sea una actualización de una práctica ya presentada).	
Persona de contacto*	César ( <a href="mailto:tocupacional.chamartin@domusvi.es">tocupacional.chamartin@domusvi.es</a> ) Eva ( <a href="mailto:fisioterapia.chamartin@domusvi.es">fisioterapia.chamartin@domusvi.es</a> ) Teléfono: 917 44 03 10
Beneficiarios o destinatarios de las BBPP*	Usuarios del CD Chamartín y de la Fundación A LA PAR
Descripción de la buena práctica*( entre 200 y 300 palabras)	<p>.La actividad se realizó en colaboración con la Fundación A la par el día 27/02/2024. Se realizó una sola sesión, a esperas de ver sus resultados para la posible replicabilidad. Se emplearon distintos instrumentos y materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aquellos para la elaboración de los juegos: material de psicomotricidad (aros, pelotas, bolos, picas, cono).</li><li>- Aquellos para llegar al parque: tablets y sistemas de internet y geolocalización.</li></ul> <p>Se acudió al parque guiándonos gracias a las tablets y los dispositivos de geolocalización. Una vez allí se realizó una pequeña tabla de gimnasia a modo de calentamiento y se dividieron a los participantes en dos grupos para realizar las actividades. Finalmente se repartieron zumos y agua para el momento de hidratación y vuelta a la calma. En último lugar acudimos al centro de vuelta guiados por las tablets.</p>

Objetivos generales*	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar la integración y la convivencia de los usuarios en el barrio</li> <li>- Favorecer las relaciones sociales a nivel intergeneracional</li> </ul>
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Potenciar la fuerza, resistencia y flexibilidad</li> <li>- Mantener y/o mejorar la independencia de los usuarios en las AVD</li> <li>- Prevención de la aparición de distintos tipos de enfermedades asociadas al envejecimiento</li> <li>- Fomentar la participación actividad y habilidades sociales</li> </ul>
Metodología*	<p>Organización y explicación de una actividad de psicomotricidad a desarrollar. Utilización de aplicaciones de geolocalización para el desplazamiento a un parque cercano. Desarrollo de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento y...</li> <li>- Realización de dos actividades lúdico-deportivas (bolos y lanzamiento de aro)</li> <li>- Finalización y recogida de material</li> <li>- Vuelta a la calma e hidratación</li> </ul> <p>Regreso al punto de partida utilizando las nuevas tecnologías disponibles en el CD</p>
Innovación	<p>En la actividad se incluye la utilización de nuevas tecnologías mediante el uso de dos tablets y aplicaciones de geolocalización</p>
Recursos necesarios	<p><u>Recursos materiales:</u> pelota, bolos, aros, pica, cono, tablets con conexión a internet, zumos y agua, vasos, silla de ruedas. <u>Personal:</u> psicóloga, fisioterapeuta y terapeuta ocupacional. <u>Formación:</u> formación académica y nociones básicas de nuevas tecnologías. <u>Infraestructuras:</u> pista multideporte urbana.</p>

<b>Coparticipación de los beneficiarios o destinatarios*</b>	Todos los destinatarios de la actividad participaron de forma activa en función del grado físico y cognitivo. Alcanzaron los objetivos de la actividad planteada y cooperaron de manera conjunta en el desarrollo de la misma.
<b>Resultados*</b>	<p>Alto grado de cumplimiento en objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fomentar la participación actividad y habilidades sociales</li><li>- Favorecer las relaciones sociales a nivel intergeneracional</li><li>- Facilitar la integración y la convivencia de los usuarios en el barrio</li></ul> <p>El resto de objetivos planteados no se han podido medir en el desarrollo de una única sesión. Los beneficiarios directos han sido la totalidad de los participantes de la actividad. Y como beneficiarios secundarios se contemplaría todo el entorno familiar de los participantes.</p>
<b>Impacto*/Efectividad*</b>	<p>Los indicadores a evaluar serían la interacción entre los participantes que se mediría mediante observación directa por parte de los profesionales; y el grado de satisfacción con la actividad que se mediría mediante una escala propia del centro destinada a ello. Estos indicadores se evaluarían a corto plazo.</p> <p>A largo plazo se utilizarían como indicadores para el nivel de funcionalidad físico-funcional distintos instrumentos estandarizados (índice de Barthel, escala de esfuerzo de Borg modificada y escala de Tinetti).</p> <p>En cuanto a los materiales utilizados no se contempla la inversión en nuevo material si no recurrir al existente y disponible en el centro. Y en relación a la inversión de tiempo se destinarán siempre una hora y treinta minutos aproximadamente.</p>
<b>Continuidad*</b>	Esta actividad se puede realizar de manera mensual modificando el contenido de las mismas y respetando los objetivos iniciales planteados.

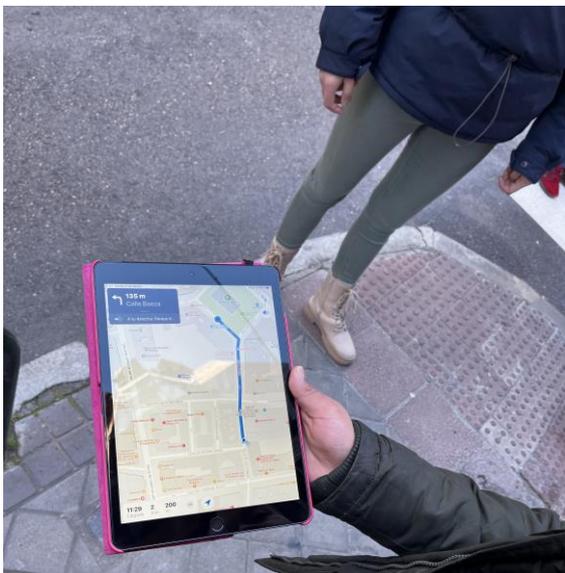
Replicabilidad*	La actividad se podrá llevar a cabo con otro grupo de usuarios pertenecientes a las dos organizaciones (CD y Fundación) y en distintas localizaciones exteriores respetando las características arquitectónicas de accesibilidad física, cognitiva y económica.
Enfoque de género	Durante la planificación y desarrollo del proyecto se ha velado por el total cumplimiento del principio de igualdad de género. El número de mujeres que participan superó a los hombres, siendo 3 hombres y 6 mujeres.
Accesibilidad cognitiva	En el desarrollo de la actividad se ha tenido una accesibilidad cognitiva que se ha mostrado en la consecución de los objetivos iniciales planteados para la actividad.
Aspectos éticos	Se respetan en todo momento los derechos de los participantes para realizar la actividad. Se cumplen también los cinco principios éticos, que son: beneficencia, no maleficencia, justicia, autonomía e integridad.
Canales de difusión y soportes utilizados*	Se realiza un informe desde el centro para difundir la actividad y facilitar la replicabilidad.
Documentación y material elaborado en la práctica*	La documentación generada de la actividad se encuentra almacenada en los servidores de la empresa y archivados en papel.
Lecciones aprendidas y conclusiones*	La muestra de usuarios presentaba una variabilidad en el grado cognitivo, por lo que a la hora de explicar la actividad supuso un desafío para los profesionales que la realizaban. Esto se subsanó gracias a las órdenes de los mismos y la ayuda y participación entre los usuarios.

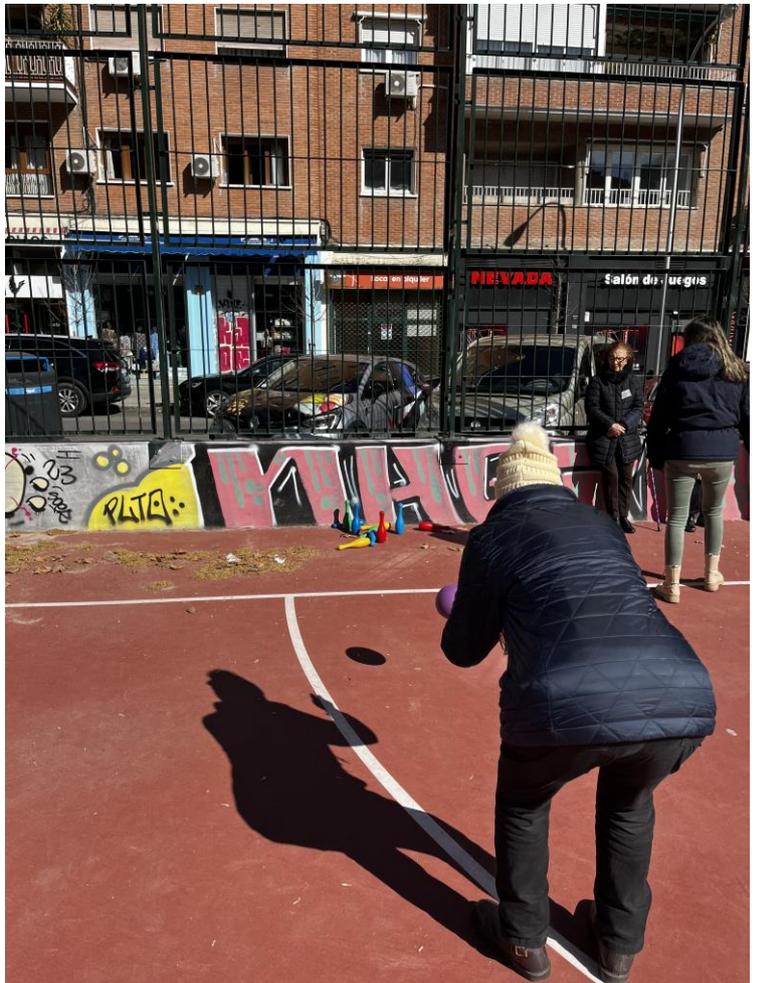
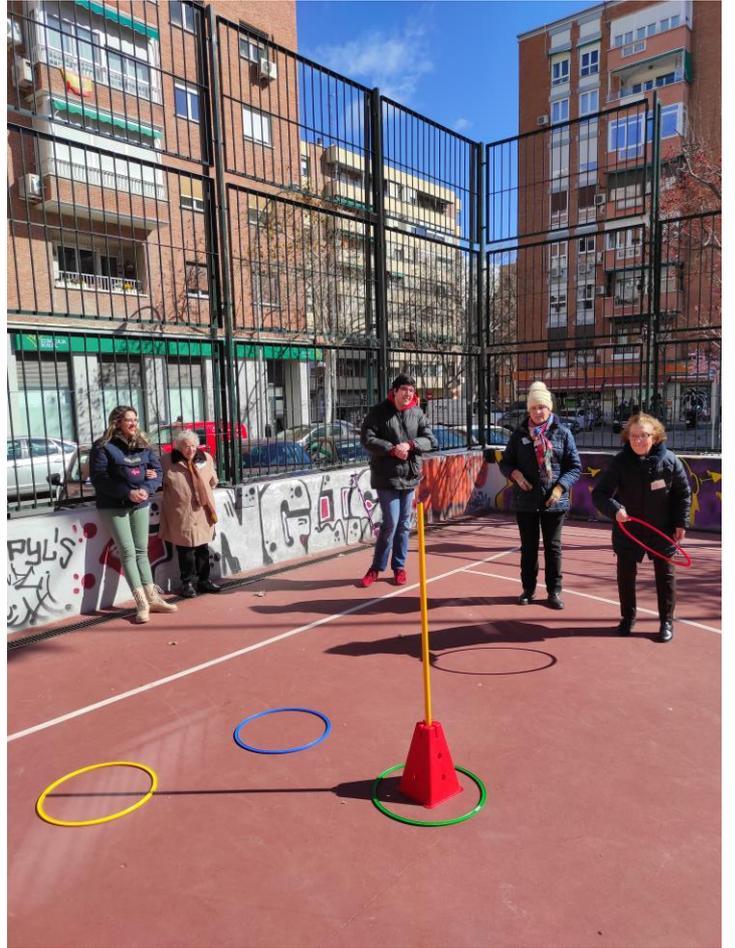
## Testimonios

De manera general los usuarios acabaron satisfechos con la actividad queriendo repetir en futuras sesiones.  
El grado de satisfacción se objetiva en la escala que se pasó desde el centro (ANEXO II).

## ANEXOS

### ANEXO I.







ANEXO II.

Por favor, valore su grado de satisfacción con las actividades intergeneracionales que se realizan en su centro, Utilizando una escala donde "0" significa que está muy insatisfecho y "10" que está completamente satisfecho.

J.P.P

	Muy insatisfecho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Muy satisfecho	NS/NC
Actividades intergeneracionales											<del>X</del>	

Por favor, valore su grado de satisfacción con las actividades intergeneracionales que se realizan en su centro, Utilizando una escala donde "0" significa que está muy insatisfecho y "10" que está completamente satisfecho.

L.S.C

	Muy insatisfecho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Muy satisfecho	NS/NC
Actividades intergeneracionales										<del>X</del>		

Por favor, valore su grado de satisfacción con las actividades intergeneracionales que se realizan en su centro, Utilizando una escala donde "0" significa que está muy insatisfecho y "10" que está completamente satisfecho.

T.F.H

	Muy insatisfecho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Muy satisfecho	NS/NC
Actividades intergeneracionales											<del>X</del>	

Por favor, valore su grado de satisfacción con las actividades intergeneracionales que se realizan en su centro, Utilizando una escala donde "0" significa que está muy insatisfecho y "10" que está completamente satisfecho.

C.S.M

	Muy insatisfecho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Muy satisfecho	NS/NC
Actividades intergeneracionales											<del>X</del>	

Por favor, valore su grado de satisfacción con las actividades intergeneracionales que se realizan en su centro, Utilizando una escala donde "0" significa que está muy insatisfecho y "10" que está completamente satisfecho.

C.M.B

	Muy insatisfecho	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Muy satisfecho	NS/NC
Actividades intergeneracionales										<del>X</del>		