

Actividad cubo fino para la intervención de personas con artritis reumatoide desde Terapia Ocupacional

Julieth Roxana Calderón Cifuentes

Profesora de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Jennifer Vanessa Burbano Oviedo

Estudiante de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

De acuerdo con el Marco de Trabajo para la práctica de Terapia Ocupacional de la Asociación Americana de Terapia Ocupacional (AOTA, 2020), el proceso de intervención consiste en la colaboración entre profesionales y clientes para mejorar la participación en actividades relacionadas con la salud y el bienestar. Se basa en la evaluación inicial y los principios teóricos para seleccionar y proporcionar intervenciones centradas en la ocupación; estas buscan promover el bienestar físico, mental y social, así como identificar y alcanzar metas establecidas. Las intervenciones pueden incluir ocupaciones y actividades, apoyo para la educación y promoción, entre otras. Los enfoques de intervención pueden variar, desde la creación o promoción, hasta la prevención, adaptándose a las necesidades específicas de cada cliente y contexto. Los terapeutas ocupacionales trabajan con diversas poblaciones que enfrentan barreras para participar en actividades saludables debido a factores como la pobreza o la discriminación; el proceso de intervención se divide en tres etapas: planificación, implementación y revisión.

En virtud de lo anterior, desde la práctica formativa de Terapia Ocupacional se realizó una actividad llamada 'Cubo fino', para un caso con artritis reumatoide ya diagnosticado, por medio del cual se implementó una serie de actividades; el cubo, al tener varias caras, permite ejecutar más de una actividad de intervención; lo mejor de esta idea es que los materiales son de fácil acceso; por ende, su elaboración es sencilla y, sus piezas, en caso de deteriorarse, son reemplazables; cada actividad cuenta con su propio objetivo y, se priorizó las características del cliente y sus necesidades, aclarando que, en la que se encuentra el caso asignado es la inicial.

Es importante aclarar que la intervención se basó principalmente en los movimientos de muñeca y falanges, donde también se involucró un componente mínimo de fuerza. A continuación, se menciona el plan de tratamiento, el objetivo general y la descripción de cada actividad con su objetivo específico, sumado a una imagen para mejor comprensión.

Plan de tratamiento

Objetivo general

Favorecer la movilidad de muñeca y falanges a través de actividades terapéuticas de motricidad fina que permitan el deterioro de la enfermedad.

Cubo fino

Actividad 1

Objetivo: favorecer el agarre a mano llena a través de la actividad donde se requiere la manipulación de un recipiente.

Descripción de la actividad: en esta cara del cubo se encontrará un recipiente, el cual contiene una serie de ligas y bandas para realizar otras actividades de intervención, en donde deberá abrir y cerrar la tapa del recipiente, el cual ayuda a la fuerza y la destreza de la mano.

Figura 1

Cara 1 cubo fino



Nota. Jennifer Burbano

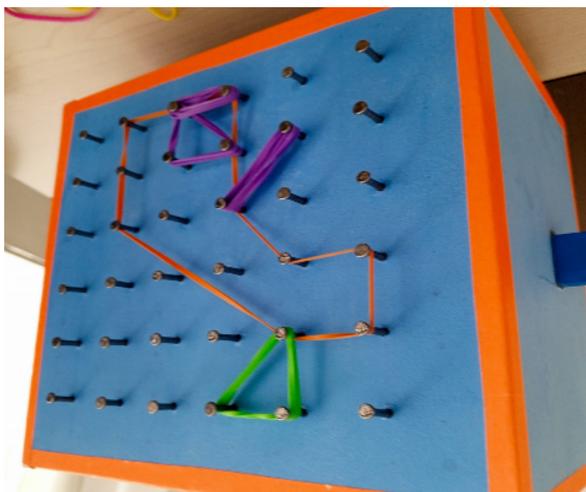
Actividad 2

Objetivo: Promover motricidad fina a través de la actividad ensartado, mostrándole imágenes dónde deberá replicar la figura en el cubo.

Descripción de la actividad: En la siguiente cara encontramos varios clavos, en donde con las ligas que se entregó deberá realizar la figura que se indica, en este caso son 3, una es un conejo, otra es un ratón y la siguiente es una estrella. Deberá seguir el orden que está en la imagen para replicarla de la misma manera.

Figura 2

Cara 2 cubo fino



Nota. Jennifer Burbano

Actividad 3

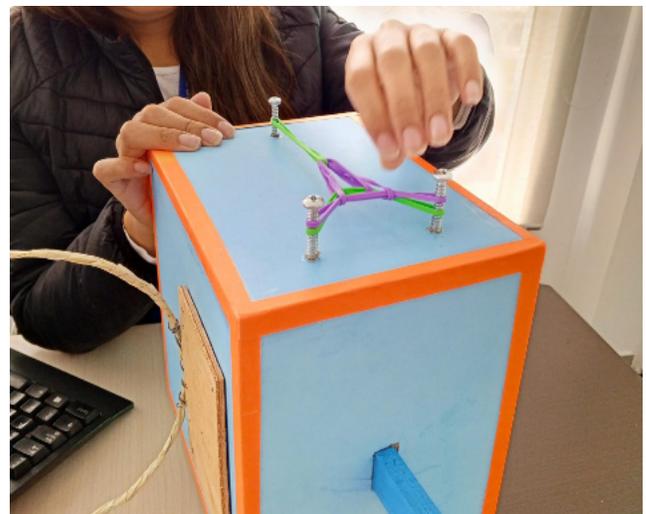
Objetivo: mejorar la coordinación mano ojo, a través de la actividad entrelazada, siguiendo un patrón para la realización de un collar.

Descripción de la actividad:

- La primera liga de la pulsera es la única que va cruzada en el centro y la ensartamos en los dos lápices para que quede como en la figura.
- Después vamos a poner otras dos ligas sobre la primera para empezar a tejer nuestra pulsera
- Pasa uno de los lados de la primera liga (la cruzada) por encima de las otras dos ligas, y después pasa el otro extremo del mismo modo.
- Sigue tejiendo tu pulsera de ligas.
- Ahora, este es el paso que vas a repetir hasta que termines tu pulsera: coloca una sola liga sobre la que ya tienes montadas en los lápices. Toma la goma o liga hasta abajo y pasa un extremo sobre la nueva liga que has puesto y después pasa el otro extremo.
- Repite este paso hasta que la pulsera sea del largo que desees.

Figura 3

Cara 3 cubo fino



Nota. Jennifer Burbano

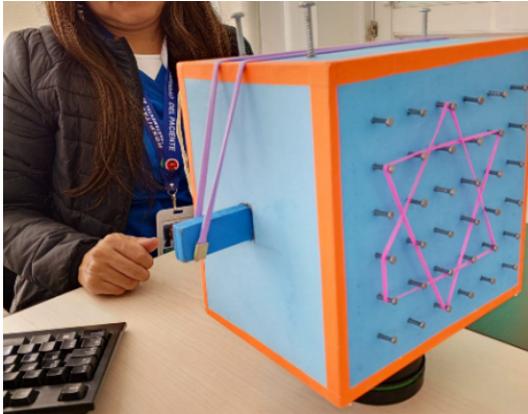
Actividad 4

Objetivo: mantener la fuerza muscular de miembros superiores, a través de una actividad con banda elástica.

Descripción de la actividad: se involucra dos caras del cubo, las cuales tienen un madero que tendrá que ensartar una banda elástica que pase de un lugar a otro.

Figura 4

Cara 4 Cubo fino



Nota. Jennifer Burbano

Actividad 5

Objetivo: fomentar los movimientos articulares de la muñeca a través de encastrar una pelota.

Descripción de la actividad: en la siguiente cara encontrará un aro en el cual deberá encastrar la pelota, teniendo en cuenta una distancia específica.

Figura 5

Cara 5 cubo fino



Nota. Jennifer Burbano

Materiales

- Caja de madera
- Clavos de diferentes tamaños
- Ligas de colores
- Bandas elásticas
- Lana para decorar (opcional)
- Tríplex pequeño
- Alambre
- Cinta para enrollar
- Dos pelotas
- Recipiente con tapa
- Dos palos de madera gruesos
- Tres impresiones de diferentes figuras y animales (conejo, ratón y una estrella)
- Silicona
- Colbón
- Pintura
- Pegante instantáneo para asegurar los clavos o cualquier otra cosa que requiera
- Cartulina para los fillos del cubo.

Conclusión

Desde Terapia Ocupacional se puede plantear diferentes actividades creativas que favorezcan el desempeño ocupacional de una persona, ayudando a sus características y necesidades, teniendo en cuenta que el uso de recursos para el proceso de intervención de esta disciplina es infinito, ya que la creatividad es propia y nata del profesional.

El fin de este cubo es demostrar que, con pocos recursos se puede generar una actividad con varias posibilidades en un mismo material, de manera fácil y accesible; así que, con compromiso y creatividad, se puede realizar una intervención significativa para nuestros clientes.

Referencias

Asociación Estadounidense de Terapia Ocupacional (AOTA). (2020). *Marco de Trabajo para la práctica de terapia ocupacional: dominio y proceso* (4. ed.). <https://es.sliderhare.net/FRANCYMIRLEY/aota-2020-espaol-revisada-y-corregida>