



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



# Proyecto de vida independiente en la casa domótica del CRMF-Ceapatsf y Resultados de la 1ª Edición 2018 (Febrero-Mayo)

*“Experiencia de vida autónoma basada en la  
cooperación”*

**Proyecto de la Delegación del Ceapat del CRMF del  
Imsero en San Fernando**

Carmen Barbero *(Coordinadora del Proyecto)*

José Manuel Mera *(Arquitecto Técnico del Ceapatsf)*

Manuela Ruiz *(Coordinadora del Ceapatsf en funciones)*

C/ Pintor Fernando Vela, s/n.  
11100 – San Fernando (Cádiz)

956 487 904  
956 487 954

crmfsanfernando@imerso.es  
www.crmfsanfernando.es  
www.ceapat.es

## ÍNDICE

# CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROYECTO

I.	JUSTIFICACIÓN.....	5
II.	EL PROYECTO DE VIDA INDEPENDIENTE EN LA CASA DOMÓTICA DEL CRMFSF.....	5
III.	OBJETIVOS.....	6
	Objetivos específicos .....	6
IV.	DESTINATARIOS .....	7
V.	METODOLOGÍA .....	7
	Elegir a los participantes .....	7
	Apoyo del Servicio de Cuidadores.....	7
	Compromisos de los participantes .....	8
	Respecto a su alimentación.....	8
	Gestión del dinero .....	8
	Mantener en buen estado la vivienda .....	8
	Asistencia a actividades programadas .....	8
	Medidas disciplinarias .....	8
	Adaptación y simplificación del entorno .....	8

# AVANZANDO HACIA UN HOGAR DIGITAL ACCESIBLE Y FUNCIONAL

VI.	CARACTERÍSTICAS DE LA VIVIENDA DOMÓTICA DEL Crmfsf.....	10
VII.	ELEMENTOS TÉCNICOS: CONFIGURACIÓN Y CONTROS DEL SISTEMA KNX.....	10
	Pantalla táctil .....	11



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



	Pantalla de Inicio.....	11
	Control de Vivienda.....	11
	Pantalla Configuración .....	11
	Visualización móvil (APP vivienda domótica) .....	12
	Acceso para alumnado .....	12
	Acceso para profesionales.....	12
	Alarmas Técnicas.....	12
VIII.	FUNCIONALIDADES DE LA VIVIENDA DOMÓTICA DEL Crmfsf .....	13
	Exterior.....	13
	Luz exterior.....	13
	Timbre de Entrada.....	13
	Lector de tarjetas.....	13
	Hall de Entrada .....	13
	Puerta de Entrada .....	13
	Pantalla Táctil .....	14
	Luz.....	14
	Salón.....	14
	Cocina .....	14
	Baño .....	15
	Dormitorios .....	15
IX.	INFOGRAFÍA: VIDA AUTÓNOMA BASADA EN LA COOPERACIÓN DEL Ceapatsf .....	16
X.	GRUPO DE TRABAJO VIVIENDA INTELIGENTE: “DESARROLLO DE TECNOLOGÍAS Y SOLUCIONES ACCESIBLES EN EL HOGAR” .....	17
	Plan de acción .....	17
XI.	INTERVENCIÓN DE PROFESIONALES Y SERVICIOS .....	20
	Terapia ocupacional.....	20
	Servicio de atención psicosocial.....	20
	Arquitecto técnico .....	20
	Cocina.....	20
	Cuidadores.....	20
	Servicio de recuperación médico-funcional .....	21
	Socios colaboradores en el diseño y mejora de soluciones accesibles para el hogar .....	21
XII.	PERIODO DE ADAPTACIÓN .....	21



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



# 1º EDICIÓN 2018: “VIDA AUTÓNOMA BASADA EN LA COOPERACIÓN CRMF-Ceapatsf”

XIII.	PARTICIPANTES .....	22
XIV.	RECURSOS MATERIALES .....	22
XV.	TEMPORALIZACIÓN .....	22
XVI.	PROGRAMAS DE FORMACIÓN .....	23
XVII.	PLAN DE ACCIÓN: IMPLEMENTACIÓN DE LA 1ª EDICIÓN .....	24
	Grupo Trabajo Experiencia "Vida autónoma basada en la cooperación" del Ceapatsf .....	24
	Plan de acción: .....	24
XVIII.	RESPONSABLES DEL PROYECTO .....	30
XIX.	PLAN DE ACTIVIDADES 1ª EXPERIENCIA FEBRERO-MAYO 2018.....	30
XX.	SISTEMA DE EVALUACIÓN .....	32
	Evaluación inicial.....	32
	Recogida de datos: cuestionario inicial: Experiencia de vida autónoma del ceapatsf.....	34
	Seguimiento del proyecto.....	34
	Recogida de datos: cuestionario de incidencias .....	35
	Evaluación Final.....	35
	Recogida de datos: cuestionario final: Experiencia de vida autónoma del ceapatsf.....	35

## VALORAR 1º EDICIÓN 2018: “VIDA AUTÓNOMA BASADA EN LA COOPERACIÓN CRMF-Ceapatsf” (Febrero-Mayo)

XXI.	ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	36
------	------------------------------	----



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



Sobre la participación y asistencia del alumnado.....	36
Sobre la autonomía alcanzada .....	37
Puntuaciones al inicio de la experiencia.....	37
Puntuaciones al finalizar la experiencia.....	38
Comparativa de puntuaciones ABVD .....	39
Comparativa de puntuaciones AIVD.....	39
Sobre las expectativas iniciales del alumnado participante .....	39
Resultados encuesta inicial.....	39
Sobre la valoración final del alumnado participante .....	41
Resultados encuesta final .....	41
Sobre las incidencias recibidas.....	42
Sobre la satisfacción de los profesionales implicados.....	43
Testimonio del personal técnico y propuestas de mejora .....	43
Testimonio del personal de atención residencial.....	44
Testimonio del personal del servicio de limpieza.....	45
Testimonio del personal del cocina .....	46
<b>XXII. SUGERENCIAS DE MEJORA.....</b>	<b>48</b>
Propuestas de mejora aportadas por el equipo técnico del Ceapatsf.....	48
Propuestas para mejorar la cocina de la vivienda domótica aportadas por la Jefa de Cocina.....	48
<b>XXIII. PROGRAMA DE COCINA SOBRE RUEDAS (VIDA INDEPENDIENTE) ...</b>	<b>49</b>
Objetivo general .....	49
Objetivos específicos.....	49
Metodología.....	50
Temporalización.....	50
Recursos.....	50
<b>XXIV. ELEMENTOS GRÁFICOS PARA EL RECUERDO .....</b>	<b>50</b>
Álbum de fotos .....	51
Momentos de la experiencia .....	51
<b>XXV. OTRA DOCUMENTACIÓN.....</b>	<b>52</b>

# CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROYECTO

## JUSTIFICACIÓN

---

El programa de vida independiente es el colofón al proceso de rehabilitación y capacitación del usuario que reside en el centro, en las áreas de desempeño ocupacional, una vez conseguidas o estabilizadas las destrezas necesarias dentro de las áreas de actividades de la vida diaria, tanto básicas como instrumentales, educación, trabajo, tiempo libre y participación social. Llevar una vida Independiente y edificar su propio proyecto de vida basándose en criterios y valores personales, es la aspiración de cualquier ser humano.

En el caso de personas con discapacidad, es una tarea aún pendiente en este siglo la demanda y el derecho a vivir sin sentirse dirigidos ni discriminados y a decidir su forma de vida, un camino complejo aunque lleno de conquistas sociales, ya que a lo largo de la historia las personas con discapacidad han sido tratadas y concebidas en función del momento histórico y sobre la base de la ideología, valores, conocimientos y necesidades que la sociedad les otorgaba.

El objetivo no es que las personas con discapacidad puedan acceder a estas tecnologías, porque en sí mismas no constituyen un objetivo, sino un medio. Su objetivo es favorecer la autonomía personal pues se ha podido comprobar que aumentan la independencia en un 80% de las personas que la han probado.

Destacar que este programa se concibe como paso previo a la inserción comunitaria de nuestros usuarios y requiere el concurso de distintos profesionales y su esfuerzo coordinado para poder llevar a cabo las actividades programadas dentro y fuera del Centro y en definitiva, conseguir una buena experiencia y lo más cercana posible a la realidad de los participantes.

## EL PROYECTO DE VIDA INDEPENDIENTE EN LA CASA DOMÓTICA DEL CRMFSF

---

El CRMFSF dispone de una Vivienda Domótica cuyo beneficio radica en una red de seguridad y confort, encargada de proteger tanto los bienes como la seguridad de las personas que en ella habitan, donde poder realizar un acercamiento a la vida independiente y así adquirir los aprendizajes necesarios para conquistar este tipo de vida e ir interiorizándolos, sin apresurarse a enfrentar situaciones excesivamente desconcertantes, al iniciar la experiencia con objetivos de menor dificultad e ir incluyendo los de mayor dificultad según vayan superando situaciones. En definitiva, un lugar idóneo dotado de instalaciones y profesionales que facilitan la integración social de las personas que, por causas congénitas o adquiridas, presentan una discapacidad física y/o sensorial.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



El proyecto de vida independiente en la Vivienda domótica del Crmfsf, forma parte del plan de trabajo de la unidad del Ceapatsf del CRMF de San Fernando, que además de coordinar las actividades de la vida diaria de los participantes, lleva a cabo el asesoramiento en materia de accesibilidad universal y diseño para todos, tanto en el ámbito de la vivienda como en los entornos y espacios, equipamientos, productos y tecnologías de apoyo, y desarrolla iniciativas orientadas a facilitar la interacción digital y asegurar la participación activa de los usuarios y demás profesionales implicados en el proyecto.

## OBJETIVOS

El objetivo principal de este proyecto es la potenciación máxima de las destrezas requeridas para desempeñar una vida autónoma e independiente, así como la realización de una valoración y subsanación de las dificultades que pudiesen surgir durante el proceso. Adquirir responsabilidades y control de acciones, actos y pensamientos de forma personal y no en los demás, teniendo asimilado una serie de habilidades y destrezas que deben ser aprendidas a lo largo de nuestro periodo evolutivo, ya sean de forma intencional o no.

En cuanto a la potenciación de destrezas necesarias para llevar una vida independiente, se debe posibilitar al alumno con diversidad funcional una vida diaria dotada de mayor autonomía, a través de la potenciación de las destrezas necesarias para organizar e integrar en rutinas las diversas actividades requeridas para una vida independiente, ya estimuladas previamente durante el proceso de intervención en el servicio de terapia ocupacional. Se potenciarán igualmente las destrezas relacionadas con las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria que no hayan llegado a desarrollarse por completo durante el proceso de intervención.

En cuanto a la valoración y subsanación de dificultades técnicas para la autonomía, éstas surgirán durante la ejecución autónoma en las diferentes actividades de autocuidado, manejo del hogar y el entorno, en relación al entrenamiento y uso de productos de apoyo, material adaptado, etc.

Como objetivos específicos a conseguir en esta experiencia, nos planteamos los siguientes:

### Objetivos específicos

1. Entrenar destrezas relativas a la autonomía personal: habilidades domésticas y gestión del dinero.
2. Desarrollar habilidades de la propia salud: cuidado de sí mismo, higiene y apariencia personal, hábitos de cuidado e higiene y seguridad personal.
3. Adquirir independencia en la calle, utilización de los transportes públicos, uso de los recursos comunitarios, seguridad vial, participación en su entorno.
4. Integrar y favorecer el trabajo en equipo y la convivencia responsable a través de la participación y la cooperación.
5. Gestionar de forma adecuada los recursos disponibles para el consumo en la vivienda.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



Dicha experiencia se debe hacer extrapolable al medio habitual del usuario, si deseamos que la actividad desarrollada sea totalmente satisfactoria.

## DESTINATARIOS

---

Este proyecto está destinado a usuarios del CRMF los cuales se encuentran próximos a finalizar su programa individualizado de recuperación y a través de la experiencia de vida independiente realizarán la simulación, con todo lo que ello conlleva, de vivir de forma autónoma e independiente.

## METODOLOGÍA

---

El primer paso de este proyecto se basa en la selección cuidada y madurada de los alumnos que van a incorporarse a realizar la consecución del proyecto. Para ello, se analiza con los propios alumnos y también contamos con la innegable participación de los diferentes profesionales que se encuentran en el Centro, como profesores, diferentes profesionales etc. que nos proponen, orientan y consideran una serie de alumnos los cuales estarían muy interesados en formar parte de esta aventura, y a los que sin duda sería para ellos un reto y un gran logro para su subsistencia, una vez se encuentren fuera de nuestro Centro.

### Elegir a los participantes

Se selecciona a los alumnos apoyándonos en sus perfiles personales, su grado de discapacidad, independencia en la Actividades de la Vida Diaria, intereses y algo muy importante y significativo es poder respetar siempre que sean o puedan ser grupos naturales, es decir, que entre los mismos existan intereses, ambiciones o cosas en común para compartir, ya que les hará la convivencia más cómoda y agradable.

En comisión técnica de orientación se determinarán los candidatos y el orden de entrada en el programa. En base a una lista de espera se irá programando la inclusión de los usuarios en el programa.

### Apoyo del Servicio de Cuidadores

El servicio de cuidadores, colaborará en el proyecto como un Servicio de Ayuda a Domicilio (SAD) durante momentos puntuales y con un horario fijo, aunque siempre dentro de una flexibilidad para posibles “asistencias” o “apoyos” a los alumnos.





Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



## Compromisos de los participantes

### *Respecto a su alimentación*

Los alumnos serán los encargados de realizar los menús para la semana. Esa actividad será supervisada por el departamento Médico y DUE, el cual también se encargará de proporcionar a los alumnos la información necesaria sobre primeros auxilios y necesidades médicas individualizadas.

### *Gestión del dinero*

Por parte de la Encargada de Tareas Asistenciales y Rehabilitadoras (ETAR), semanalmente se les entregará una cantidad de dinero para gastos y se recogerán las facturas que se hayan provocado durante la semana.

### *Mantener en buen estado la vivienda*

El usuario deberá mantener el orden y limpieza adecuados durante su estancia en la vivienda. Al inicio de la experiencia se les entregará a los participantes una tarjeta de aproximación para la apertura de la puerta de entrada, mediante un impreso de recepción que deberá ser firmado por cada alumno. Dichas tarjetas serán devueltas tras finalizar la experiencia de vida independiente.

### *Asistencia a actividades programadas*

Será responsabilidad y obligación del usuario la asistencia a los cursos formativos o tratamientos programados, sin que el paso por este programa suponga ninguna modificación en este sentido. Del mismo modo podrá llevar a cabo las actividades de ocio a las que asistía previamente.

### *Medidas disciplinarias*

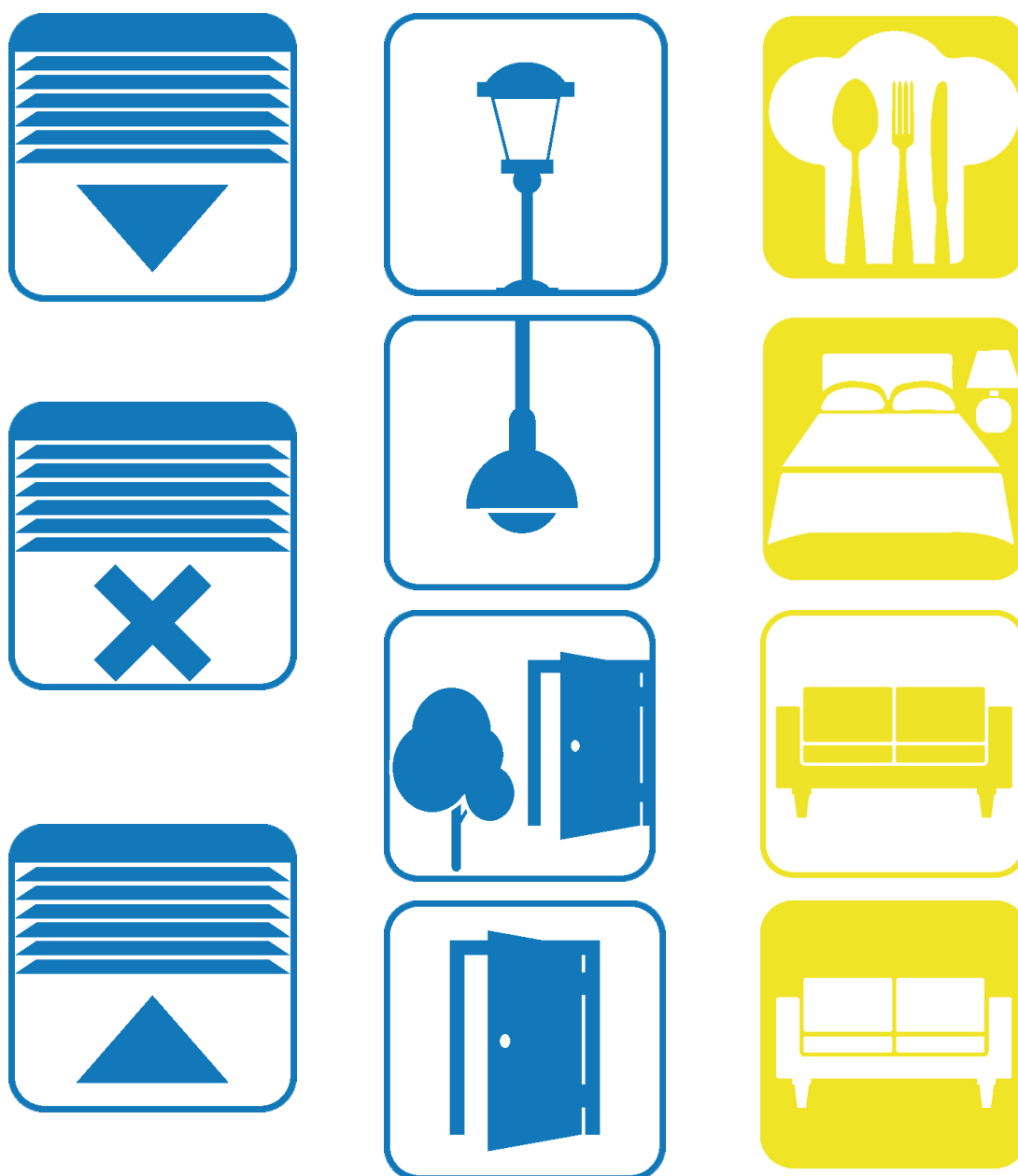
En el caso de que el usuario no cumpla con los objetivos propuestos o su participación en el programa se considere que no es la adecuada, podrá ser considerado no apto, y su permanencia en el programa se dará por finalizada.

### *Adaptación y simplificación del entorno*

Para el desarrollo de la experiencia de vida autónoma, se establecen una serie de intervenciones basadas en el estudio, la valoración y la modificación de las actividades, la adaptación y simplificación cuando sea posible y la modificación del entorno social, teniendo siempre en cuenta las expectativas que se tienen en relación con el desarrollo de habilidades del usuario y sus propias competencias, sin dejar atrás por ser de suma importancia, la modificación del entorno físico a través de la eliminación de barreras arquitectónicas y haciendo uso de los productos de apoyo

necesarios para lograr un entorno controlado y adecuado para el usuario, tal y como manifiesta la Organización de las Naciones Unidas en el artículo 19 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de 13 de Diciembre de 2006.

El desarrollo de la experiencia de vida independiente está basado en la utilización de la vivienda domótica ubicada en el centro como residencia del usuario, de modo que viva de forma autónoma e independiente durante un periodo determinado de tiempo, con algún apoyo externo, por parte del personal del centro, si fuera necesario, simulando de esta manera la prestación de ayuda a domicilio que tendría el usuario mediante la Ley de Dependencia.



# AVANZANDO HACIA UN HOGAR DIGITAL ACCESIBLE Y FUNCIONAL

La característica principal de esta iniciativa es desarrollar experiencias significativas con diversos perfiles de usuarios del CRMF, con el objetivo de lograr el máximo nivel de su autonomía personal e independencia en el hogar asistido por el uso de las tecnologías y soluciones accesibles y transferirlo a la sociedad.

Paralelamente al inicio de esta 1ª experiencia de vida independiente del año 2018, llevaremos a cabo, en colaboración con la empresa Electromecánica, el objetivo es ir avanzando hacia un hogar digital accesible que mejore la autonomía y el confort de los usuarios, así como la habitabilidad de la vivienda. Para ello se implementará un interfaz de acceso a los diferentes recursos de la vivienda, a través del smartphone. Previamente, se actualiza y reprograma el software KNX, para lo que contamos con el apoyo técnico de los profesionales de la empresa Electromecánica, que nos está permitiendo mantener el sistema actualizado, a la vez que iremos avanzando en la adaptación de la tecnología del “hogar digital accesible”

## CARACTERÍSTICAS DE LA VIVIENDA DOMÓTICA DEL Crmfsf

La vivienda domótica del Crmfsf-Imsero está destinada a favorecer la autonomía e independencia del alumnado del Centro, mediante su participación en las experiencias de vida autónoma que se vienen organizando en el Crmfsf desde el año 2008. La vivienda consta de 3 dormitorios, salón, cocina y un cuarto de baño.

Mediante los diferentes productos de apoyo existentes en la vivienda y la integración de numerosas funciones en el sistema KNX, los usuarios pueden realizar de forma sencilla tareas cotidianas como cerrar la puerta del baño y/o bloquearla con solo pulsar un botón, subir/bajar persianas mediante pulsador o desde la APP instalada en su móvil, encender/apagar la campana extractora de la cocina desde un pulsador convencional accesible, controlar mediante voz los diferentes elementos de la vivienda, abrir la puerta exterior por proximidad o mediante la APP, utilizar la función despertador que sube la persiana a la hora programada, etc.

## ELEMENTOS TÉCNICOS: CONFIGURACIÓN Y CONTROS DEL SISTEMA KNX

El sistema cuenta con diferentes visualizaciones y niveles de acceso, en función de la persona que accede (alumno/a que utiliza una determinada habitación, personal de apoyo o responsables del



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



proyecto). Como novedad, en esta primera experiencia conducida desde la Unidad del Ceapatsf y mediante el proyecto de colaboración con la empresa Electromecánica –Ikidom, nuestro alumnado cuenta con una aplicación del móvil, APP de la vivienda domótica, desde la que tiene acceso individualizado a su dormitorio y a las zonas comunes de la vivienda.

## Pantalla táctil

Está situada en la entrada de la vivienda y cuenta con diferentes niveles de acceso según el perfil del usuario.

Permite realizar tareas generales como subida/bajada de persianas o apagado de iluminación de toda la vivienda con solo pulsar un botón o se puede programar su encendido/apagado automático.

El personal del Centro puede controlar desde esta pantalla los diferentes dispositivos de la vivienda, para lo que se requiere clave de acceso.

## Pantalla de Inicio

Permite realizar acciones generales como:

- Subida / Bajada de todas las persianas de la vivienda.
- Apagado general de luces, salvo el baño, hall de entrada y pasillo que al ser automáticas se apagarán finalizado el tiempo programado.
- Apertura forzada de la puerta de entrada.

## Control de Vivienda

Es de acceso restringido al personal responsable y desde esta opción podemos controlar de forma individual todos los elementos de la vivienda, para ello pulsamos sobre la habitación deseada y los iconos inferiores mostrarán el estado de los elementos de dicha habitación. Pulsando sobre él cambiaremos su estado.

## Pantalla Configuración

Se trata de un espacio restringido para el personal técnico y desde aquí podemos acceder a:

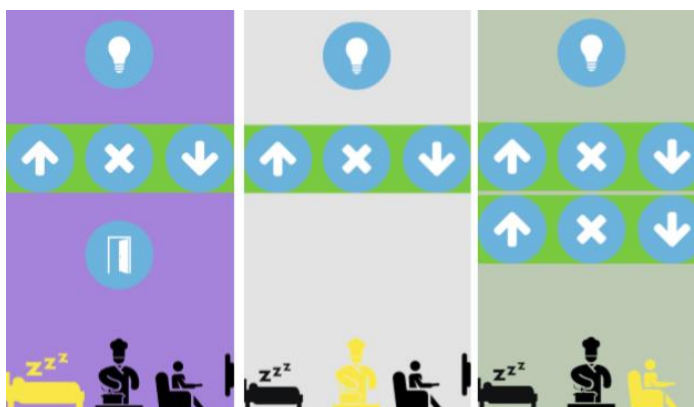
- Lista de Alarmas: Muestra una lista con las 100 últimas alarmas que se han producido en la vivienda.
- Luz Exterior: Permite crear diferentes programaciones horarias de encendido / apagado de la luz exterior.
- Ajustes: Accedemos a diferentes configuraciones de la pantalla.

## Visualización móvil (APP vivienda domótica)

Configuración de acceso con dos perfiles de usuarios: alumnado participante en la experiencia de vida autónoma y profesionales responsables del proyecto.

### Acceso para alumnado

Para que el alumnado pueda acceder a la visualización de control desde Tablet, móvil, ordenador, etc., es necesario abrir un explorador web (se recomienda NO usar Microsoft Explorer, Microsoft Edge) e introducir en la barra de direcciones la siguiente dirección: 10.75.213.102 y las claves que le facilitarán los responsables del proyecto, de acuerdo a la habitación asignada. Se mostrará una pantalla donde se podrá elegir entre las dos diferentes visualizaciones:



- Visualización panorámica con imágenes
- Visualización textual, especial para móviles con poca potencia gráfica.

### Acceso para profesionales

Al acceder con el perfil de Centro, la visualización nos permite ver en una única pantalla el control de todos los elementos, así como conocer el estado de las alarmas técnicas.



## Alarmas Técnicas

- Alarma técnica de fuga de agua en cocina y baño.
- Alarma de humo en cocina.
- En caso de alarma, parpadeo de todas las luces excepto dormitorios 1 y 3 (lado cocina y fondo)

# FUNCIONALIDADES DE LA VIVIENDA DOMÓTICA DEL Crmfsf

---

## Exterior

### *Luz exterior*

Se puede encender mediante la visualización vía móvil, PC, Tablet, etc. y desde la pantalla táctil situada en la entrada de la vivienda, se puede programar su encendido/apagado automático. Para ello es necesario acceder al menú de configuración de la pantalla táctil (botón engranajes), y en el menú de “Luz Exterior” configurar el encendido/apagado.

### *Timbre de Entrada*

Cuando alguien llama a la puerta, las luces de pasillo, salón, dormitorio 2 y baño comienzan a parpadear durante 15 segundos, tras los cuales las luces vuelven a su estado anterior. Debido a las características del actuador que controla las luces de dormitorio 1 y 3 esta función no puede realizarse en estos dos dormitorios.

### *Lector de tarjetas*

A la derecha de la puerta se encuentra un lector de tarjetas que facilita la apertura de la misma. Todas las tarjetas tienen la misma codificación, por lo que al momento actual no podemos saber quién entra en la vivienda.

### *Hall de Entrada*

En la entrada están situados dos cuadros eléctricos que contienen la mayor parte de los dispositivos KNX para el control de la vivienda.

### *Puerta de Entrada*

Para la apertura de la puerta, se puede utilizar el pulsador convencional situado a la derecha de la puerta y el pulsador especial para silla de ruedas. Además, **la puerta de entrada puede bloquearse** para que se quede abierta y así facilitar la entrada salida de personas, como personal de limpieza y visitas. Para activar esta opción, hay que seleccionar este modo de funcionamiento en la pantalla táctil situada en el hall de entrada “Bloqueo Puerta”.

## Pantalla Táctil

Como se ha explicado en el apartado “Elementos técnicos sobre configuración y control del sistema KNX “, nos permite realizar tareas generales de la vivienda y el control a los diferentes dispositivos por parte del personal del responsable del Centro.

## LUZ

Encendido/Apagado automático a través del detector de movimiento y en función de la luz natural. Es posible modificar en el propio detector, tanto el tiempo de espera para apagar la luz desde que se deja de detectar movimiento, como el nivel de oscuridad.

## Salón

Botonera de ocho pulsadores: Ubicada a la entrada del salón con la siguiente configuración:

Localización	Acción que realiza
Pulsador Superior Izquierdo	Luz Cocina
Pulsador Superior Derecho	Luz Salón
Pulsador Superior Medio Izquierdo	Subir Persiana Derecha Salón
Pulsador Superior Medio Derecho	Bajar Persiana Derecha Salón
Pulsador Inferior Medio Izquierdo	Subir Persiana Izquierda Salón
Pulsador Inferior Medio Derecho	Bajar Persiana Izquierda Salón
Pulsador Inferior Izquierdo	Abrir Puerta Entrada vivienda
Pulsador Inferior Derecho	Abrir Puerta Entrada Vivienda

También es posible el control individual de cada persiana mediante pulsadores convencionales situados a la derecha de cada una de las ventanas.

## Cocina

En la entrada de la cocina disponemos de un pulsador con doble funcionalidad:

- Pulsando en la parte superior encendemos/apagamos el extractor de la cocina
- Pulsando en la parte inferior controlamos la luz de la cocina

Junto a la persiana también hay un pulsador convencional para el control de la misma.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



Los enchufes (encimera, lavadora y lavaplatos, horno y microondas, vitrocerámica, frigorífico, campana extractora), pueden conectarse / desconectarse desde la pantalla táctil situada en la entrada o desde la visualización para móvil, PC.

## Baño

### Luz

La luz del baño funciona de manera automática gracias al detector situado encima de la puerta, los tiempos de espera para el apagado, así como la luminosidad se configuran en el propio detector.

### Puerta

La puerta del baño se abre y cierra mediante los pulsadores situados en la entrada y salida del baño. Y para realizar la función “pestillo” es necesario usar el pulsador situado junto al W.C. Cuando la puerta está cerrada y con “pestillo echado” la luz blanca situada en el pasillo se enciende, junto con el parpadeo de los leds rojos de los pulsadores que abren y cierran la puerta parpadean indicando que el baño está bloqueado.

## Dormitorios

En los tres dormitorios se da la misma configuración, a la entrada disponemos de una botonera de 8 pulsadores con la siguiente configuración:

Localización	Acción que realiza
Pulsador Superior Izquierdo	Luz Techo Dormitorio
Pulsador Superior Derecho	Luz Techo Dormitorio
Pulsador Superior Medio Izquierdo	Subir Persiana Dormitorio
Pulsador Superior Medio Derecho	Bajar Persiana Dormitorio
Pulsador Inferior Medio Izquierdo	Subir Persiana Dormitorio
Pulsador Inferior Medio Derecho	Bajar Persiana Dormitorio
Pulsador Inferior Izquierdo	Abrir Puerta Entrada vivienda
Pulsador Inferior Derecho	Abrir Puerta Entrada Vivienda

Además de los controles individualizados a través de pulsadores de la luz y la persiana del correspondiente dormitorio, el dormitorio 3, el situado al final del pasillo y que dispone de puerta motorizada, dispone de una función añadida, la de abrir/cerrar puerta desde el pulsador del pasillo y desde el dormitorio a través del pulsador convencional situado a la derecha de la puerta y el pulsador especial para silla de ruedas. Para bloquearla y que quede abierta es necesario hacer una doble pulsación sobre el pulsador especial para silla de ruedas



# INFOGRAFÍA: VIDA AUTÓNOMA BASADA EN LA COOPERACIÓN DEL Ceapatsf



**Crmsf-Imsero**

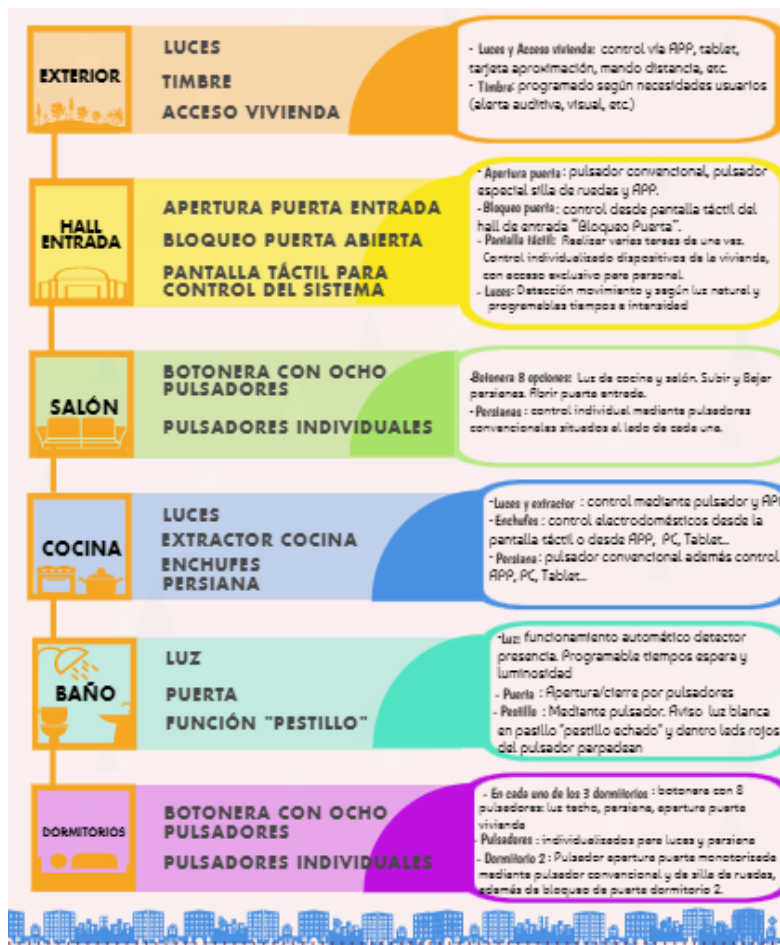
## Proyecto de VIDA AUTÓNOMA basado en la cooperación Ceapatsf - 2018

**VIVIENDA DOMÓTICA DEL CRMFSF-IMSERSO**

**FUNCIONALIDAD**  
Avanzando hacia un hogar digital accesible y funcional

**ELEMENTOS TÉCNICOS:**  
 - PANTALLA TÁCTIL CONTROL SISTEMA KNX  
 - ALARMAS TÉCNICAS  
 - VISUALIZACIÓN MÓVIL (APP)

**Funcionalidades:**  
 - Aviso (led) intrín. avisos generales de control: presiones, apagues general: luz, energía, hall, puerta y apertura forzada de puerta entrada.  
 - Control vivienda: Acceso restringido. Configuración individual de todos los elementos de la vivienda.  
 - Perfil de configuración: Lista de alarmas, luz exterior, apague de diferentes configuraciones.  
 - Acceso remoto: Luz de aguas calientes y baño. Humo exterior (parques de Luz).  
 - Visualización móvil: opción personaliza con imágenes o fotos, especial para móviles con poca potencia gráfica.  
 - Soledad y aislamiento: familia digital acompañada entre participantes y profesionales responsables.



<https://create.piktochart.com/output/26389215-vida-autonoma-basada-en-el-cooperacion-del-ceapatsf>

<https://create.piktochart.com/output/26389215-vida-autonoma-basada-en-el-cooperacion-del-ceapatsf>



**ENSAYANDO Y DESCUBRIENDO NUEVAS CAPACIDADES**

**OBJETIVOS**

- Entrenar destrezas relativas a la autonomía personal.
- Desarrollar hábitos saludables de cuidado, higiene y seguridad personal.
- Adquirir independencia en el uso de los recursos comunitarios
- Favorecer el trabajo en equipo y la convivencia responsable a través de la participación y la cooperación.
- Gestionar adecuadamente los recursos disponibles para el consumo en la vivienda.

**COOPERACIÓN**

Cooperación y Diversidad

Un proyecto colaborativo coordinado por el Ceapatsf, dirigido a favorecer la autonomía personal del alumnado participante, en el que está implicado un amplio número de profesionales del Crmfst.

**FEEDBACK**

Retroalimentación y aprendizaje

La información recogida de la experiencia de vida autónoma del alumnado, nos sirve para seguir avanzando en la accesibilidad y funcionalidad de la vivienda domótica del Crmfst.

**PARTICIPAR**

**APRENDER**

#VidaAutónomaCeapatsf

Proyecto de la Unidad del Ceapatsf-Crmfst

by @ManuelaRuiz

## GRUPO DE TRABAJO VIVIENDA INTELIGENTE: “DESARROLLO DE TECNOLOGÍAS Y SOLUCIONES ACCESIBLES EN EL HOGAR”

### Plan de acción

**Proyecto Ceapatsf-Electromecánica- HDA**

**PLAN DE ACCIÓN Proyecto "Hogar Digital Accesible" (HDA)**

**Grupo Trabajo Vivienda Inteligente: "Desarrollo de tecnologías y soluciones accesibles en el hogar"**

FA SE	OBJETIVO ESPECIFICO	ACTIVIDADES / ESTRATEGIAS	RESPONSAB LES	INDICADORES	PRODUCTO	FECHA	
						Inicio	Fin
EJECUCIÓN	1.Aprobación presupuesto para Reforma y ampliación del Sistema KNX de la vivienda domótica del Ceapatsf y creación de App para acceso a las funciones de la vivienda a través del móvil.	1A. Programación y puesta en marcha de los 43 dispositivos incluida pantalla de visualización FP701-CT, ya instalados en la vivienda domótica 1.B. Programación control mediante app móvil 1.C. Mantenimiento del sistema KNX	CB-Ceapatsf	Que el documento contenga, al menos, los apartados acordados (según propuesta de modelo <a href="https://docs.google.com/document/d/1fpTfjh9kmAV__BnVIKT7hSCvqjoaHR4GgLmlxY48djs/edit#">https://docs.google.com/document/d/1fpTfjh9kmAV__BnVIKT7hSCvqjoaHR4GgLmlxY48djs/edit#</a> ), la planificación y distribución temporal de acciones referidas a la Planificación-Diagnóstico- Ejecución y Evaluación	Documento: Proyecto de Vida Independiente en el CRMF- Ceapatsf - VICeapatsf172	12/09/2017	17/11/2017
	2.Recogida de información y definición de funciones	2A. (28Nov.) Reunión del equipo técnico de Electromecánica (Luis y Jose), junto equipo profesionales Ceapatsf (JM MR y CB) donde se establecen las bases para iniciar el proyecto. 2. B. Presentación de cronograma. Finalización prevista el 26Enero18	CB y colabora equipo Ceapatsf	Asignación de tareas, responsables y fechas de inicio y finalización	Cronograma: <a href="https://drive.google.com/file/d/1YlgOuOKUcAULi_oDW8h0TQB46Lco3bzT/view?usp=sharing">https://drive.google.com/file/d/1YlgOuOKUcAULi_oDW8h0TQB46Lco3bzT/view?usp=sharing</a>	28/11/2017	28/11/2017
	3. Reunión Técnicos Electromecánica y Ceapatsf para Definición visualización, funcionalidades, usuarios y accesos	3.1. Definir visualización para la pantalla que está en la entrada de la vivienda, por ejemplo: pantalla de inicio con tres botones grandes para que cada usuario pueda apagar su habitación cuando deja la vivienda y no tener que volver para apagarla, junto con otro botón para abrir la puerta. 3.2. Otro pulsador más pequeño para poder acceder al resto de las funciones (luces, persianas) protegido por contraseña para los cuidadores y dirección. 3.3. También se puede dejar que el control de luces y persianas de toda la casa también lo puedan manejar los usuarios, aunque puede producir problemas ¿los usuarios anteriores utilizaban la pantalla a menudo? ¿qué usaban o qué echaban en falta?	Equipo Ceapatsf y Electromecánica	Dejar apunte en el diario de actividades del Ceapatsf y documento en la intranet indicando el contenido de lo que se nos pide por parte de los técnicos de Electromecánica. 16 de Enero Definida estructura para la visualización a través de móvil, tablet u ordenador	Anotación en diario apartado Desarrollo de tecnologías y soluciones accesibles en el hogar: <a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/14FRgilfAvdJ8HKTt9GzL0P4G4wgyg4nIv8syWkfp7ug/edit#gid=964070192">https://docs.google.com/spreadsheets/d/14FRgilfAvdJ8HKTt9GzL0P4G4wgyg4nIv8syWkfp7ug/edit#gid=964070192</a> y sucesivo diario 2018. También dejar documento en la intranet espacio Ceapatsf	18/12/2017	01/02/2018

	<p><b>4. Recursos conectividad y red de comunicación:</b> Necesidad: cable de red ethernet, para poder conectar:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Pantalla FP 701 CT ya instalada en la entrada.</li> <li>KNX IP Router ya instalado en cuadro de entrada.</li> <li>Logic Machine nuevo a instalar en cuadro entrada.</li> </ol>	<p><b>4A.</b> Características red: Cableado es de categoría 5, conecta con un Switch del centro gestionable que está en la red de formación, donde podemos hacer cualquier tipo de acción de red (reservas dhcp, apertura de puertos...) La casa tiene Wifi incorporado: SSID: formac_sf Clave: crmfsf00 El terminal de la vivienda está configurado con una ip interna al centro. (10.75.213.101) Dispone de un Switch de 4 puertos con 3 puertos libres para cualquier conexión RJ45 dentro de la misma vivienda.</p>	Técnico informático Crmfsf	Reserva de direcciones IP para el <b>16 de enero.</b> +	Anotación en diario apartado Desarrollo de tecnologías y soluciones accesibles en el hogar: <a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/14FRgilAvdJ8HKT9GzL0P4G4wgyg4nIv8syWkfp7ug/edit#gid=964070192">https://docs.google.com/spreadsheets/d/14FRgilAvdJ8HKT9GzL0P4G4wgyg4nIv8syWkfp7ug/edit#gid=964070192</a> y sucesivo diario 2018. También dejar documento en la intranet espacio Ceapatsf	18/09/2017	01/02/2018
	5. Reprogramación sistema KNX	5A. Ver planning en: <a href="https://drive.google.com/file/d/1YlgOuOKUcAUI_oDW8h0TQB46Lco3bzT/view?usp=sharing">https://drive.google.com/file/d/1YlgOuOKUcAUI_oDW8h0TQB46Lco3bzT/view?usp=sharing</a>	Empresa Electromecánica (Ikidom)	Cumplir programación del 11 Noviembre 2017 al 1 de Febrero 2018	Interfaz acceso vivienda y elementos de la misma mediante móvil	30/11/2017	01/02/2018
	6. Contar con socios colaboradores	6A. Servicio de Mantenimiento, Servicio Informática 6.B Empresa tecnología	equipo Ceapatsf	Participar 2 o más departamentos	Desarrollar proyectos colaborativos para ir avanzando hacia un hogar digital accesible del Crmfsf en el que los usuarios del Centro puedan experimentar nuevas oportunidades de autonomía personal.	30/11/2017	21/5/2018
EVALUACIÓN	1. Crear documentos de evaluación y seguimiento	7A. Formulario de incidencias	equipo Ceapatsf	Analizar incidencias y propuestas de mejora de los participantes en la experiencia de vida independiente y profesionales relacionados con dicha experiencia	Formulario incidencias: <a href="https://goo.gl/forms/BpCWaRq2O6oNwTrk1">https://goo.gl/forms/BpCWaRq2O6oNwTrk1</a> Formulario evaluación final EVI: <a href="https://goo.gl/forms/Z0ou82unENmqHaAB2">https://goo.gl/forms/Z0ou82unENmqHaAB2</a>	05/02/2018	21/5/2018
	2. Transferir y compartir conocimientos adquiridos	8A. Tabular encuestas evaluación. 8B. Elaborar memoria final 8C. Informar a la CTO y grupos de interés sobre resultados experiencia VICeapatsf172	CB junto a equipo Ceapatsf	A) Resumen datos Experiencia. B) Documento Memoria final proyecto C) Presentar resultados al menos a la CTO y a algún otro grupo de interés mediante publicación reseña, artículo, post, etc.	Memoria final experiencia - Reseña en acta CTO información resultados - Una publicación, al menos en Boletín del Crmfsf o Blog del Crmfsf. 15 publicaciones en RRSS, al menos, sobre la experiencia utilizando el hashtag #VidaAutónomaCrmfsf	05/02/2018	30/6/2018

Ver documento del plan de trabajo en proceso: <https://goo.gl/qvbjNE>



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



## INTERVENCIÓN DE PROFESIONALES Y SERVICIOS

Estamos ante un proyecto transversal del Centro cuyo objetivo es dotar del mayor grado de autonomía a las personas participantes. Por este motivo, además de la intervención del servicio de terapia ocupacional, intervendrán otros servicios y profesionales del centro como son: cuidadores, trabajadora social, psicóloga, enfermeros, cocina, personal de limpieza, etc.

### Terapia ocupacional

La intervención del terapeuta se basará en las AVD básicas y AVD instrumentales dependiendo de las características del usuario que deberá realizar de modo independiente todas las actividades posibles enmarcadas dentro de este apartado. En el caso de necesitar apoyos será necesaria la colaboración de diferentes profesionales y/o ayudas externas con el fin de hacer lo más similar posible a la realidad la participación del programa de vida independiente.

### Servicio de atención psicosocial

Será necesaria la intervención de la trabajadora social y la psicóloga sobre los aspectos individuales y sociales del usuario que permitan su integración en el Centro y el mejor desarrollo de la experiencia.

### Arquitecto técnico

La participación del arquitecto técnico se iniciará con una sesión informativa a los participantes en la experiencia, donde se les dará a conocer las características y funcionamiento del sistema domótico de la vivienda, con el fin de que hagan un adecuado uso del mismo y se optimicen las posibilidades que dicho sistema ofrece.

### Cocina

Será labor de la jefa de cocina la implementación de la formación necesaria relativa a la preparación de alimentos. Se establecen reuniones periódicas semanales con el resto del equipo del CEAPAT para llevar a cabo el seguimiento de la experiencia de vida independiente. Dichas reuniones se llevarán a cabo los lunes y viernes en horario de 8:30 a 9:00.

### Cuidadores

El servicio de cuidadores acudirá a la vivienda puntualmente y en la franja horaria establecida, con la finalidad de atender las necesidades de ayuda puntual que tuviera el usuario relativa a la correcta consecución de sus actividades básicas de la vida diaria.

## Servicio de recuperación médico-funcional

Participará siempre que la situación del usuario lo requiera.

## Socios colaboradores en el diseño y mejora de soluciones accesibles para el hogar

Con el objetivo de avanzar en el diseño y mejora de un hogar digital accesible para las personas con discapacidad, contaremos con la colaboración de los socios colaboradores del proyecto Ceapatsf-Electromecánica y los compañeros de Mantenimiento del Centro, especialmente.

## PERIODO DE ADAPTACIÓN

Se establecerá un periodo de adaptación donde los usuarios participantes en la experiencia de vida independiente podrán hacer uso de los recursos del centro, como puede ser el comedor, donde se prestará apoyo y supervisión por parte del terapeuta ocupacional.



# 1º EDICIÓN 2018: “VIDA AUTÓNOMA BASADA EN LA COOPERACIÓN CRMF- Ceapatsf”

## PARTICIPANTES

---

En esta edición los alumnos seleccionados son:

- J.E.A.N: diagnosticado de artrogriposis. Limitación funcional de mmss y mmii 87% discapacidad.
- C.M.L. diagnosticada de PCI. 86% discapacidad.
- M.I.M.R. diagnosticada de PCI mixta. Hemiparesia izquierda. 79% discapacidad.

## RECURSOS MATERIALES

---

Se contará con material específico de domotización, como son mandos, tarjetas de aproximación para apertura de puerta, control del ordenador, pulsadores, sensores, etc., así como gran diversidad de recursos materiales, muchos de los cuales están disponibles ya en la actualidad como son los utensilios y dotación de cocina, electrodomésticos, mobiliario, y en general todo lo necesario y no perecedero para poder realizar una vida autónoma e independiente dentro de la vivienda. El usuario necesitará también materiales fungibles que debe conseguir de forma habitual, como son los alimentos o los productos de limpieza.

## TEMPORALIZACIÓN

---

El tiempo de permanencia del usuario en el programa, se adaptará en todo momento a sus necesidades, según sus características, debiendo oscilar entre 3 a 6 meses, en función de la valoración que realice el equipo técnico, las necesidades específicas del usuario y la evolución y resultados de su entrenamiento (Programa para la Promoción de la Autonomía Personal en los Centros de Recuperación de Personas con Discapacidad Física. IMERSO. 2016).

Este tiempo se fijará al inicio del programa durante la valoración previa, pero se podrá volver a determinar en la medida que se avance en el programa. Durante el seguimiento se determinará que se acorte o se prolongue la duración de dicho programa.

En esta edición, los participantes en la experiencia de vida independiente basada en la cooperación, comenzarán el día 5 de febrero y finalizarán el 18 de mayo de 2018.

FEBRERO 2018						
L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

ABRIL 2018						
L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

MARZO 2018						
L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

MAYO 2018						
L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Los días señalados en color gris se impartirá el Taller "Cocina sobre ruedas".

## PROGRAMAS DE FORMACIÓN

Carmen Andreu (Jefa de cocina del CRMF SF) dedicará un total de 3 horas semanales a impartir la formación relativa al manejo y preparación de alimentos a los candidatos que participarán en la experiencia de vida independiente, a través de un taller denominado "Cocina sobre ruedas" con un total de 27 horas, impartidas los lunes y martes de 15:30 a 17 horas, desde el 5 de febrero al 3 de abril 2018. Ver contenido del programa en ANEXO 1



El contenido de la formación sobre preparación de alimentos se incluirá durante el proceso, simultaneando la adquisición de conocimientos relativos al **cuidado y manejo de la ropa**, que les impartirá terapia ocupacional, los días asignados a la unidad del Ceapatsf.

## PLAN DE ACCIÓN: IMPLEMENTACIÓN DE LA 1ª EDICIÓN 2018

---

### Grupo Trabajo Experiencia "Vida autónoma basada en la cooperación" del Ceapatsf

*Plan de acción:*



**CRMf-Ceapatsf**

**PLAN DE ACCIÓN: IMPLEMENTACIÓN "Experiencia vida independiente en la casa domótica del Crmf: #VidaAutónomaCeapatsf"**

**Grupo Trabajo Experiencia "Vida autónoma basada en la cooperación" del Ceapatsf**

FA SE	OBJETIVO ESPECIFICO	ACTIVIDADES / ESTRATEGIAS	RESPONS ABLES	INDICADORES	PRODUCTO	FECHA	
						Inicio	Fin.
PLANEACIÓN	1.Elaborar proyecto	1A. Estado de la cuestión (revisar documentos de anteriores proyectos)	CB-Ceapatsf	Que el documento contenga, al menos, los apartados acordados (según propuesta de modelo <a href="https://docs.google.com/document/d/1fpTfjh9kmAV__BnVikt7hScVqjoaHR4GgLmlxY48dJs/edit#">https://docs.google.com/document/d/1fpTfjh9kmAV__BnVikt7hScVqjoaHR4GgLmlxY48dJs/edit#</a> ), la planificación y distribución temporal de acciones referidas a la Planificación-Diagnóstico- Ejecución y Evaluación	Documento: Proyecto de Vida Independiente en el CRMf-Ceapatsf - VICEapatsf172	18/09/2017	17/11/2017
	2.Elaborar documentos recogida información	2A. Crear formulario digital en Drive 2A. Otros itms	CB y colabora equipo Ceapatsf	Formulario realizado y contrastado - Nivel funcionalidad: Grado de dependencia de 0-100 (Barthel) y 0-8 (Lawton y Brody)	Cuestionario inicial: <a href="https://goo.gl/forms/etulzOvPTMHJHbFj2">https://goo.gl/forms/etulzOvPTMHJHbFj2</a> - Items entrevista (resumen) - Informe sobre nivel funcionalidad	18/09/2017	11/10/2017
	3. Acondicionar la vivienda para ser habitada por el grupo de participantes	3.1. Mandos de acceso. 3.2 Limpieza 3.3. Pintura 3.4. Desague cuarto de baño	CB y colabora equipo Ceapatsf	CB: Dejar apunte en el diario de actividades del Ceapatsf indicando que se ha comprobado que todos los partes de ejecución abiertos (mantenimiento, almacén, proveedores, etc.) están realizados	Anotación en diario apartado Vivienda Inteligente: <a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/14FRgilfAvdJ8HKTi9GzL0P4G4wgyg4nIv8syWkfp7ug/edit#gid=964070192">https://docs.google.com/spreadsheets/d/14FRgilfAvdJ8HKTi9GzL0P4G4wgyg4nIv8syWkfp7ug/edit#gid=964070192</a>	18/09/2017	21/12/2017

	4. Contar con recursos de evaluación final funcional	4A. Revisar contenido cuestionario evaluación final	CB y colabora equipo Ceapatsf	Cumplimentar el cuestionario de evaluación digital B) Contar con evidencias gráficas (fotografías, vídeos..) sobre diferentes fases de la experiencia "Vida Autónoma basada en la cooperación"	Cuestionario: <a href="https://goo.gl/forms/QAbsr17eqfaeMlw93">https://goo.gl/forms/QAbsr17eqfaeMlw93</a> Colección de imágenes en Flickr con la etiqueta #VICeapatsf172	18/09/2017	11/10/2017
	5. Elegir candidatos VICeapatsf 172	5A. 1º Consultar con equipo TO-2º Hablar con alumnos-3º Informar y contrastar en la CTO	Ceapatsf-CTO	Decisión, sobre el grupo participante, recogida en acta CTO	Grupo: Javi-Charlotta-Mª Isabel	20/09/2017	05/10/2017
	6. Contar con socios colaboradores	6A. Servicio de Cocina (Meli) 6.A Empresa tecnología	CB y equipo Ceapatsf	Participar 2 o más departamentos	Compromiso por escrito: programa de contenidos y temporalización y/o contrato empresa	02/10/2017	02/11/2017
	7. Crear y compartir el cronograma con los agentes implicados	7A. Crear cronograma. 7A. Informar y acordar en la CTO	CB junto a equipo Ceapatsf	A) Cronograma (documento) B) Reuniones CTO, ¿Ceapatsf?		05/10/2017	05/10/2017
	8. Transferir y compartir conocimientos adquiridos	8A. Tabular encuestas evaluación. 8B. Elaborar memoria final 8C. Informar a la CTO y grupos de interés sobre resultados experiencia VICeapatsf172	CB junto a equipo Ceapatsf	A) Resumen datos Experiencia. B) Document Memoria final experiencia VICeapatsf172 finalizado el 28 Marzo o 2 de abril 2017 C) Presentar resultados al menos a la CTO y a algún otro grupo de interés mediante publicación reseña, artículo, post, etc.	Memoria final experiencia - Reseña en acta CTO información resultados - Una publicación, al menos en Boletín del Crmfsf o Blog del Crmfsf. 15 publicaciones en RRSS, al menos, sobre la experiencia utilizando el hashtag #VidaAutónomaCeapatsf	18/05/2018	Sep-Oct2018
<b>DIAGNÓSTIC</b>	Conocer las expectativas de los participantes	Aplicar el cuestionario inicial y recogida de datos mediante el uso de escalas estandarizadas (Balther a los tres participantes de la experiencia	CB	Recogida de datos:	<a href="#">Resultados cuestionario</a>		17/11/2017

	Conocer el grado de autonomía del grupo de participantes	- Aplicar escalas estandarizadas para actividades instrumentales de la vida diaria de Lawton y Brody -	CB	Escala de 0-8 Dependencia 0-1 Total / 2-3 Severa / 4-5 Moderada / 6-7 Ligera / 8 Independencia	Informe		1/2/18
	Valoración funcional de los participantes en la experiencia	Aplicar escala de Barthel	CB	Escala de 0-100 <20 Dependencia total 21 – 60 Dependencia severa 61 – 90 Dependencia moderada 91 – 99 Dependencia leve 100 Independencia	Informe		1/2/18
<b>EJECUCIÓN/EVALUACIÓN</b>	Información sobre características de la vivienda	Sesión informativa al grupo de participantes	JM, CB		Relación de participantes	01/02/2018	01/02/2018
	Entrega de material y recursos	Firma documento y custodia ( pendiente de incluirlo en BD de PA - Ceapatsf)	CB, JM, MR	Cumplimentar formulario (modelo): <a href="https://drive.google.com/file/d/1VJMRtApyxo89SYT4wYok_YpIPXUnHQQi/view?usp=sharing">https://drive.google.com/file/d/1VJMRtApyxo89SYT4wYok_YpIPXUnHQQi/view?usp=sharing</a>	Documentación experinecia	05/02/2018	05/02/2018
	Comienzo de la experiencia	Crear documento Plan final de actividades previas al inicio de la experiencia.	CB, JM, MR	Informados e implicación de todos	<a href="https://drive.google.com/file/d/1OdcYFoMjpbJ_8GIfx4vJOo63wL_Yfjy/view?usp=sharing">https://drive.google.com/file/d/1OdcYFoMjpbJ_8GIfx4vJOo63wL_Yfjy/view?usp=sharing</a>	05/02/2018	21/5/2018
	Seguimiento experiencia	Diario Ceapatsf / Información RRSS / Incidencias,	CB, JM, MR		Durante toda la expereincia	05/02/2018	21/5/2018

Documento compartido por miembros del Ceapatsf: <https://goo.gl/BGyLdt>

## CRMf-Ceapatsf

### CRONOGRAMA IMPLEMENTACIÓN "Experiencia vida independiente en la casa domótica del Crmfsf"

#### Grupo Trabajo Ceapatsf "Experiencia de vida autónoma basada en la cooperación" #VidaAutónomaCeapatsf

SEMANAS: 1 a 14 Diseño y preparación // SEMANAS 15 a 22 Realización // SEMANAS 23 a 30 Evaluación

FASE	ACTIVIDADES / ESTRATEGIAS	RESPONSABLE	INDICADORES	FECHA		% Cmpl.	Totales		
				Inicio	Fin.		Realizadas	Pendientes	Aplazadas
PLANEACIÓN	1A. Estado de la cuestión (revisar documentos de anteriores proyectos)	CB-Ceapatsf	Que el documento contenga, al menos, los apartados acordados (según propuesta de modelo <a href="https://docs.google.com/document/d/1fpTfjh9kmAV__BnVIKT7hSCVqjoaHR4GgLmlxY48dJs/edit#">https://docs.google.com/document/d/1fpTfjh9kmAV__BnVIKT7hSCVqjoaHR4GgLmlxY48dJs/edit#</a> ), la planificación y distribución temporal de acciones referidas a la Planificación-Diagnóstico- Ejecución y Evaluación	18/09/2017		100,00			
	2A. Crear formulario digital en Drive 2A. Otros ítems	CB y colabora equipo Ceapatsf	Formulario realizado y contrastado - Items entrevista?recogindo nivel funcionalidad,	18/09/2017		100,00			
	3.1. Mandos de acceso. 3.2 Limpieza 3.3. Pintura 3.4. Desague cuarto de baño	CB y colabora equipo Ceapatsf	Informar / seguimiento partes de mantenimiento	18/09/2017		100,00			
	4A.Revisar contenido cuestionario evaluación final	CB y colabora equipo Ceapatsf	Cumplimentar el cuestionario de evaluación digital B) Contar con evidencias gráficas (fotografías, vídeos..) sobre diferentes fases de la experiencia VICEapatsf172	18/09/2017		100,00			
	5A.1º Consultar con equipo TO-2º Hablar con alumnos-3º Informar y contrastar en la CTO	Ceapatsf-CTO	Decisión, sobre el grupo participante, recogida en acta CTO	18/09/2017	26/01/2018	100,00			
	6A.Servicio de Cocina (Meli)	CB y colabora equipo Ceapatsf	Participar 2 o más departamentos	02/10/2017	43122	100,00			
	7A. Crear cronograma. 7A. Informar y acordar en la CTO	CB junto a equipo Ceapatsf	A) Cronograma (documento) B) Reuniones CTO, ¿Ceapatsf?	01/11/2017		100,00			
	8A. Tabular encuestas evaluación. 8B. Elaborar memoria final 8C. Informar a la CTO y grupos de interés sobre resultados experiencia VICEapatsf172	CB junto a equipo Ceapatsf	A) Resumen datos Experiencia. Documento: Memoria final experiencia VICEapatsf172 C) Presentar resultados al menos a la CTO y a algún otro grupo de interés mediante publicación reseña, artículo, post, etc.	5/2/2018		100,00			
D						0,0			

	Conocer punto de partida y grado de autonomía del grupo de participantes	CB	Cuestionario inicial: <a href="https://goo.gl/forms/etulzOvPTMHJHbFj2">https://goo.gl/forms/etulzOvPTMHJHbFj2</a> - Items entrevista (resumen) - Informe sobre nivel funcionalidad. Grado de dependencia de 0-100 (Barthel) y 0-8 (Lawton y Brody)	31/1/2018			100,00			
							0,0			
							0,0			
							0,0			
REALIZACIÓN/EVALUACIÓN	Informar al alumnado del inicio de la experiencia de vida independiente	CB junto a equipo Ceapatsf	a) Informar al alumnado: Javier, Ana Isabel y Charlotta b) realizar cuestionario inicial	30enero2017			100,00			
	Preparativos experiencia vida independiente: Reunión con alumnos participantes y profesionales	CB junto a equipo Ceapatsf	a) Correo b) Explicación práctica del sistema de acceso y control de la vivienda	1/2/2018	5/2/2018		100,00			
	Explicación funcionamiento de la vivienda: alumnado y profesionales	CB junto a equipo Ceapatsf y técnico de ikidom	a) Entregar tarjeta de acceso y claves b) explicación funcionamiento c) firma entrega elementos de la vivienda.	5/2/2018			100,00			
							0,0			
							0,0			
							0,0			

## RESPONSABLES DEL PROYECTO

El terapeuta ocupacional asignada a la unidad del Ceapatsf-Crmfsf, será la coordinadora de este proyecto y tendrá la responsabilidad de supervisar y controlar los avances de cada usuario participante en la experiencia de vida autónoma, así como las dificultades surgidas, ofreciendo solución a las mismas siempre que sea necesario conforme a los objetivos del programa.

Los diferentes miembros de la unidad del Ceapat apoyarán y realizarán las acciones propias de su especialidad técnica, según se especifica en el plan de acción para la implementación del proyecto.

La terapeuta ocupacional, coordinadora del proyecto, se encargará, igualmente, de la supervisión y control de los diferentes recursos utilizados. Con el fin de lograr este objetivo, el terapeuta podrá entrar en la vivienda cuando sea necesario, así como recabar del usuario toda la información que se considere oportuna.

Con carácter previo al inicio de la experiencia de vida independiente se informará a todos los agentes implicados a través de correo electrónico (Responsables de las diferentes áreas técnicas, Sº médico-funcional, Sº Atención Psicosocial, Gobernanta, Cocina, Sº limpieza, ETAR y OAES, de la fecha de inicio de la misma. Se comunicará, también mediante correo electrónico a la persona responsable de la atención residencial, las necesidades de ayuda puntual por parte de OAES que se deberán prestar a los participantes en la experiencia, acotando una franja horaria determinada, en la que se prestará el apoyo requerido para la correcta consecución de las AVD en los casos en los que no exista la total autonomía para el desarrollo de dichas actividades.

## PLAN DE ACTIVIDADES 1ª EXPERIENCIA 2018 FEBRERO-MAYO

ACTIVIDADES	FECHA/TIEMPO O ESTIMADO	ACCIONES/PERSONAS IMPLICADAS	OBSERVACIONES
Proponer y elegir a los participantes	22 Sep2017	Decisión de la CTO: JA, MI y CH	La propuesta inicial era empezar la experiencia en nov. o dic.17, pero se tuvo que aplazar por necesidades técnicas de acondicionamiento de la vivienda domótica.
Acondicionamiento de la vivienda	30Nov17-al Febrero18	1 Proyecto Ceapatsf- Electromecánica	Finaliza implementación nueva programación e instalación dispositivo para control de la vivienda a través del móvil



ACTIVIDADES	FECHA/TIEMPO ESTIMADO	ACCIONES/PERSONAS IMPLICADAS	OBSERVACIONES
Evaluación y diagnóstico	Diciembre 2018	Escalas - Balthert, Lawton y Brody	TO del Ceapatsf
Nueva fecha de inicio y finalización de la experiencia de la “experiencia de vida autónoma basada en la cooperación”	5 de febrero al 18 de mayo de 2018	Informar a la CTO en reunión 26/1/2018 del inicio de la experiencia	Una vez comprobado que los sistemas de acceso y control de la vivienda funcionan, se decide la fecha más inmediata posible.
Informar al alumnado participante	30 enero 2018	Reunión con los tres participantes	
Evaluación inicial (expectativas)	30 enero 2018	Cumplimentar cuestionario inicial y expectativas	<a href="https://goo.gl/forms/etulzOvPTMHJHbFj2">https://goo.gl/forms/etulzOvPTMHJHbFj2</a>
Comprobación final interfaz vivienda	1 de Febrero 2018	Miembros del Ceapatsf, Electromecánica (Ikidom)	Desde las 8:30 a 12:30 h. aprox.
Informar a todos los implicados de la experiencia de “vida autónoma ...”	2 de Febrero	Informar vía correo al resto de participantes: Responsables, Junta dirección, Cocinera, GobernantaOA ES, ETAR,	Relación de temas: OAES Mantenimiento (calefacción ¿?) Calendario taller cocina
Actividad informativa del funcionamiento de la vivienda	5 febrero 2018 (previa convocatoria vía correo electrónico) (horario 11 a 12)	Todas las personas implicadas:	Es necesario convocar a todos los participantes vía correo. Se propone las 11 h. del día 5 Febrero 2018
Entrega de recursos al alumnado participantes	5 febrero	TO Ceapatsf	Firma documento de entrega
Informar del plan de actividades al alumnado	5 febrero	TO Ceapatsf	(documento)
Informar sobre uso de productos de apoyo y habilidades manipulativas para tareas de cocina	5 febrero	TO Ceapatsf, Jefa de cocina	Explicación presencial y práctica con los participantes



ACTIVIDADES	FECHA/TIEMPO ESTIMADO	ACCIONES/PERSONAS IMPLICADAS	OBSERVACIONES
Establecer el calendario aproximado en el que los usuarios de la vivienda realizarán desayuno, almuerzo, merienda y cena en el comedor o en la vivienda	5 Febrero al 18 de mayo 2018	TO Ceapatsf	Previsión: 1º semana en comedor (todas las comidas) 2º Semana (desayuno en la vivienda) 3º semana (desayuno+cena en la vivienda) 4º semana todo en la vivienda
Taller de cocina	Empieza el 6 de febrero hasta completar las 27 horas	Jefa de cocina	Total 27 horas repartidas en sesiones de 1,5 horas los lunes y martes de 15,30 a 17,00 h.
Determinar con el administrador el presupuesto que se establece para la experiencia	En la semana del 12-16 febrero 2018	TO Ceapatsf y Jefa de Cocina	El menú que harán en la vivienda será el más parecido posible al establecido en el Centro
Calendario de limpieza	5 Febrero al 18 de mayo 2018	TO Ceapatsf y Gobernanta	-Previsión: las limpiadoras intervendrán cada 10 días, pero se podrán realizar ajustes sobre la marcha, según necesidades.
Prestación de ayuda puntual por parte de OAES a dos participantes de la experiencia	En la franja horaria de 8:30 9:00 h	TO Ceapats, OAES	Se coloca en la tabla compartida Cuidadores-TO, las necesidades de JA y CH

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

Se llevará a cabo un proceso de evaluación continua de cada usuario participante en la experiencia de vida independiente, por medio de instrumentos estandarizados de valoración específicos y la observación directa, pudiendo distinguirse varias fases, según se especifica en los apartados de Diagnóstico y Evaluación del documento: PLAN DE ACCIÓN: IMPLEMENTACIÓN "Experiencia vida independiente en la casa domótica del Crmfsf

### Evaluación inicial

Nos permitirá valorar la idoneidad del usuario para participar en la experiencia, sus capacidades y potenciales, así como los recursos y/o apoyos específicos que pueda necesitar. Se realizará valoración del potencial y capacidades del usuario en relación al programa.

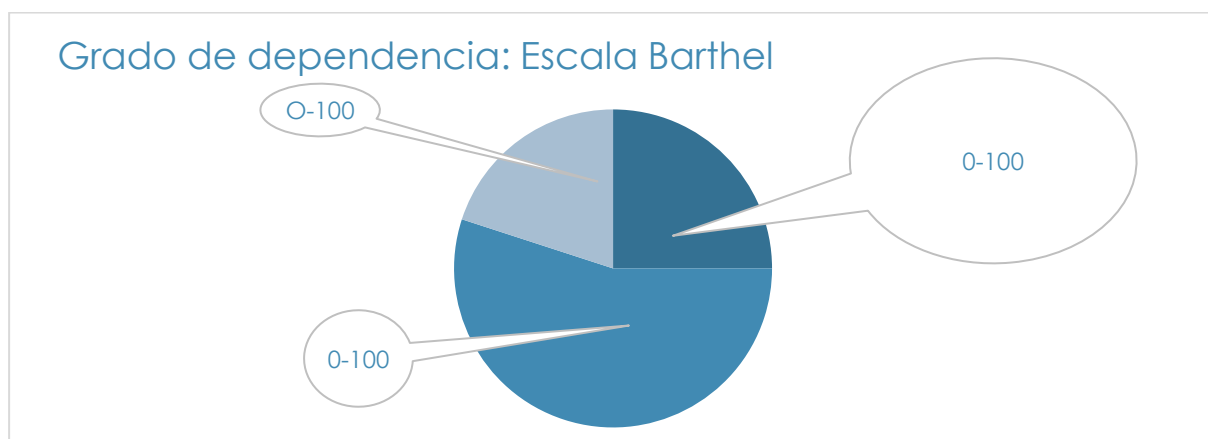
<b>DIAGNÓSTICO</b>	Conocer las expectativas de los participantes	Aplicar el cuestionario inicial y recogida de datos mediante el uso de escalas estandarizadas (Balthert a los tres participantes de la experiencia	CB	Recogida de datos:
	Conocer el grado de autonomía del grupo de participantes	- Aplicar escalas estandarizadas para actividades instrumentales de la vida diaria de Lawton y Brody -	CB	Escala de 0-8 Dependencia 0-1 Total / 2-3 Severa / 4-5 Moderada / 6-7 Ligera / 8 Independencia
	Valoración funcional de los participantes en la experiencia	Aplicar escala de Barthel	CB	Escala de 0-100 <20 Dependencia total 21 – 60 Dependencia severa 61 – 90 Dependencia moderada 91 – 99 Dependencia leve 100 Independencia



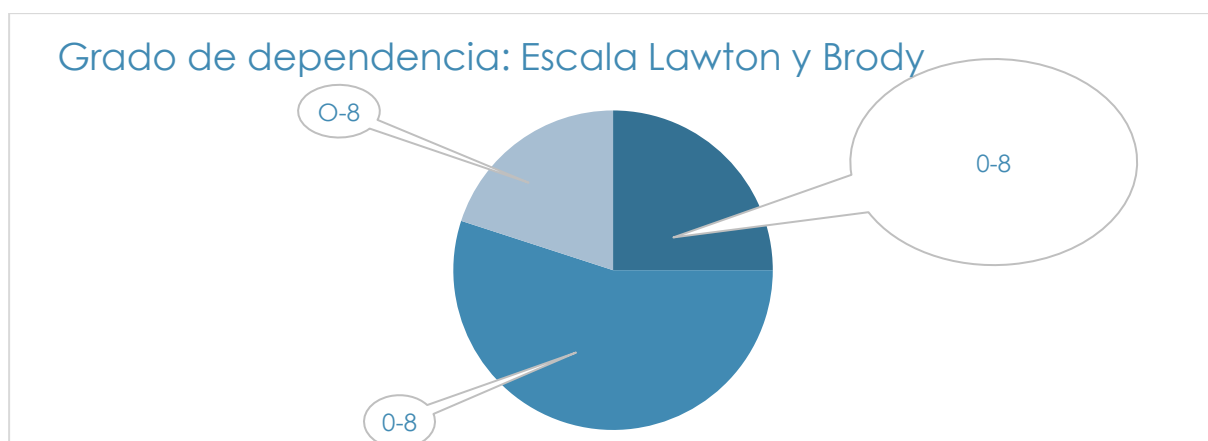
<https://goo.gl/forms/DY11ZWNBUX2G8acl1>

## Recogida de datos: cuestionario inicial: Experiencia de vida autónoma del ceapatsf

**Índice de Barthel:** con el que mediremos la capacidad individual de realizar las actividades básicas de la vida diaria, obteniéndose una estimación cuantitativa del grado de independencia. La puntuación obtenida se verá reflejada en la propia base de datos del Centro.



**Índice de Lawton:** con el que valoraremos la capacidad de la persona para realizar las actividades instrumentales necesarias para vivir de manera independiente en la comunidad (hacer la compra, preparar la comida, manejar dinero, usar el teléfono, tomar medicamentos, etc.). Evalúa actividades más elaboradas y que, por tanto, se pierden antes que las actividades básicas de la vida diaria.



## Seguimiento del proyecto

A lo largo del desarrollo de la experiencia de vida independiente, la evaluación continuada facilitará la observación del progreso de los usuarios participantes y así determinar la necesidad de utilización de nuevos productos de apoyo o recursos, modificar las estrategias de ejecución de las diferentes

PROYECTO DE VIDA INDEPENDIENTE EN LA CASA DOMÓTICA DEL CRMF-CEAPATSF Y RESULTADOS DE LA 1ª EDICIÓN 2018 (FEBRERO-MAYO)

actividades y conocer cómo se está llevando a cabo la adaptación del usuario a la vida autónoma e independiente, así como el nivel de consecución de los objetivos propuestos. Durante este periodo, el control, la supervisión e intervención por parte del terapeuta ocupacional se verá disminuida, restringiéndose a lo estrictamente imprescindible para avanzar en los objetivos establecidos.

Las incidencias que surjan en el funcionamiento de la vivienda se informarán a través del siguiente formulario: <https://goo.gl/forms/D61a7Cv6dCjEdDXM2> pudiendo acceder al mismo desde la interfaz del móvil creada para el acceso y control de la vivienda.

### *Recogida de datos: cuestionario de incidencias*



<https://goo.gl/forms/CAhjZ6zWZtnND4zi2>

### **Evaluación Final**

La valoración final nos ofrecerá la información necesaria para determinar el grado de cumplimiento de los objetivos establecidos y determinará las propuestas de nuevas intervenciones si fuesen necesarias. Ver Encuesta final “Experiencia vida independiente”.

Los usuarios serán evaluados de forma independiente, mediante los siguientes instrumentos:

### *Recogida de datos: cuestionario final: Experiencia de vida autónoma del ceapatsf*



<https://goo.gl/forms/GFFbTao4N6liPA2D2>

# VALORAR 1ª EDICIÓN 2018: “VIDA AUTÓNOMA BASADA EN LA COOPERACIÓN CRMF-Ceapatsf” (Febrero-Mayo)

## ANÁLISIS DE RESULTADOS

### Sobre la participación y asistencia del alumnado



El grupo de alumnos a lo largo del desarrollo de la experiencia ha sabido adoptar un papel proactivo, con interés y predisposición por el aprendizaje. De esta manera se han favorecido dos aspectos fundamentales:

**La motivación:** conocer los objetivos, el proceso y los resultados de cualquier tarea resulta más estimulante que realizar ejercicios sin saber por qué ni para qué.

**La autonomía:** la autonomía permite al alumno trabajar correctamente por su propia cuenta, mejorar ciertos aspectos sin la necesidad de supervisión continua y tomar decisiones correctas cuando la situación lo requiera.

Para conseguir que nuestros alumnos adoptaran un rol plenamente consciente y activo ha sido necesario aplicar las siguientes pautas en el proceso de entrenamiento:

- Establecer los objetivos de forma conjunta con los alumnos.
- Dejar que el alumno participe en la planificación aportando su opinión y sus criterios.

- Explicar brevemente antes de cada entrenamiento los objetivos de la sesión y las tareas que se van a realizar para conseguirlos.
- Permitir al alumno realizar algunos trabajos de forma independiente y sin supervisión.
- Proponerle retos o problemas (motrices o de comportamiento) para que los resuelva de forma autónoma.
- Realizar evaluaciones con el alumno para que sea consciente de sus puntos fuertes y débiles, de sus aciertos y sus errores, y que sepa valorar su propio rendimiento.
- Adaptar la complejidad de las explicaciones y el lenguaje al nivel de comprensión y madurez de cada alumno.

Cabe destacar que la implicación en el programa de los alumnos **J.E.A.N.** y **C.M.L.** fue mayor que la implicación de la alumna **M.I.M.R.** debido a las pequeñas interrupciones en la experiencia, causadas por ausencias justificadas a su lugar de residencia, para la realización de gestiones de tipo médico.

## Sobre la autonomía alcanzada

### *Puntuaciones al inicio de la experiencia*

En esta experiencia que se inicia con fecha 5 de febrero de 2018, la valoración tanto en la consecución de las actividades básicas de la vida diaria como las actividades instrumentales, nos han ofrecido las siguientes puntuaciones:

- **J.E.A.N:** diagnosticado de artrogriposis. Limitación funcional de MMSS y MMII 87% discapacidad. Puntuación en la escala de Barthel al inicio: 85. Se constata la necesidad de ayuda para la realización de transferencias desde la cama a la SR de ducha y viceversa, así como vestido de miembros inferiores. Puntuación en el índice de Lawton: 5. La limitación en las actividades instrumentales se hace patente en las actividades relacionadas con las compras, la preparación de comidas y el correcto manejo de la ropa.
- **C.M.L:** diagnosticada de PCI. 86% discapacidad. Puntuación en la escala de Barthel al inicio: 80. Semidependiente para las actividades de arreglo personal. Puntuación en el índice de Lawton: 5. La limitación en las actividades instrumentales se hace patente en las actividades relacionadas con las compras, la preparación de comidas y el correcto manejo y lavado de la ropa.
- **M.I.M.R:** diagnosticada de PCI mixta. Hemiparesia izquierda. 79% discapacidad. Puntuación en la escala de Barthel al inicio: 100. Independiente para la realización de actividades básicas de la vida diaria. Puntuación en el índice de Lawton: 7. La usuaria presenta limitación funcional para las actividades relacionadas con las compras. Es capaz de realizar pequeñas compras de índole personal, pero necesita ayuda para planificar y realizar compras mayores.

## *Puntuaciones al finalizar la experiencia*

En el momento de finalización de la experiencia de vida autónoma basada en la cooperación, con fecha 21 de mayo, se volvieron a aplicar los instrumentos estandarizados de medida utilizados al inicio, obteniendo las siguientes puntuaciones:

- **J.E.A.N:** Puntuación en la escala de Barthel: 85. El usuario se ha mantenido estable en la puntuación destinada a la consecución de actividades básicas de la vida diaria, aunque es destacable que la ayuda de OAES se haya visto reducida, eliminando la prestación de ayuda para la transferencia desde la cama a la SR de ducha, a las dos semanas de comenzar la experiencia. Puntuación en el índice de Lawton: 8.

A la finalización de la experiencia el alumno presenta total autonomía en la realización de las actividades instrumentales de la vida diaria, pudiendo realizar la compra semanal de manera independiente, así como solicitar factura y realización de compra online.

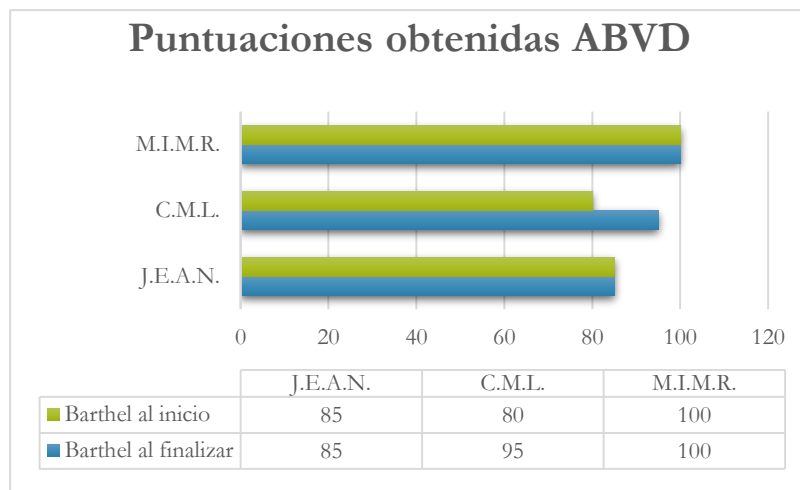
A lo largo de la experiencia el alumno ha mostrado gran interés y actitud proactiva en la realización de las actividades propuestas. Ha sido capaz de extrapolar los conocimientos adquiridos y llevar a cabo la preparación de comidas en su domicilio, aunque no en su totalidad, debido a la falta de accesibilidad que presenta la cocina del domicilio donde reside. Ha constatado así, que es capaz de vivir de forma independiente, contando con una pequeña ayuda equiparable a la que obtendría por la Ley de Dependencia.

- **C.M.L:** Puntuación en la escala de Barthel: 95. La alumna ha logrado aumentar su nivel global de autonomía en las actividades básicas de la vida diaria, concretamente en el área de arreglo personal durante el desarrollo de la experiencia. Puntuación en el índice de Lawton: 7.

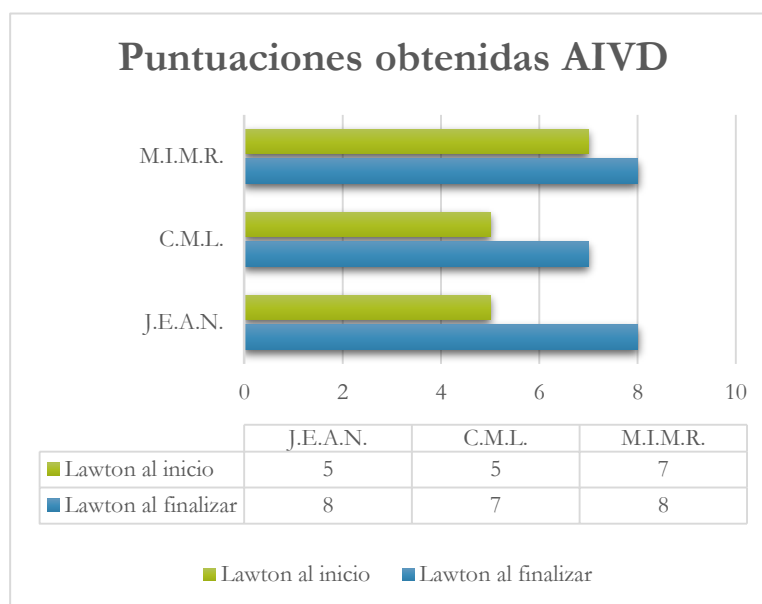
En el momento de finalización de la experiencia, la alumna es capaz de realizar prácticamente la totalidad de las actividades instrumentales de la vida diaria; En el caso concreto de la compra semanal de alimentos, la alumna aunque es una persona muy responsable y organizada, muestra poca iniciativa, siendo capaz de realizar la compra siempre y cuando tenga el listado de productos previamente preparado.

- **M.I.M.R:** Puntuación en la escala de Barthel: 100. Independencia total para la consecución de las actividades básicas de la vida diaria. Puntuación en el índice de Lawton: 8. Independencia total para la realización de las actividades de carácter instrumental.

## Comparativa de puntuaciones ABVD



## Comparativa de puntuaciones AIVD



## Sobre las expectativas iniciales del alumnado participante

### Resultados encuesta inicial



## Encuesta Inicial Experiencia de Vida Autónoma



*¿Qué objetivos pretendes alcanzar tras la participación en la experiencia de vida independiente? ¿Qué expectativas tienes?*

- Aprender de esta experiencia, vivir independientemente. Aprender a lavar y cocinar.
- La vida independiente buena así puedo desempeñarme por misma y sin ayuda. Mis expectativas son muy buenas.
- Ser independiente en las labores domésticas.

*¿Has sido informado/a en lo relativo a la organización de la experiencia de vida independiente?*

El 100% del alumnado participante ha respondido afirmativamente.

*¿Has detectado deficiencias en la vivienda en el momento de comenzar la experiencia?*

El 100% del alumnado participante ha respondido negativamente.

*Si lo deseas, puedes indicar otra información sobre la experiencia de vida independiente que acaba de comenzar:*

Solamente ha respondido uno de los alumnos participantes. “me parece una gran oportunidad esta experiencia que voy a comenzar”.

¿Utilizas algún producto de apoyo para la realización de ABVD?

- Cuchillo Nelson
- Cuchillo Mecedora
- Silla de ruedas para ducha autopropulsable.

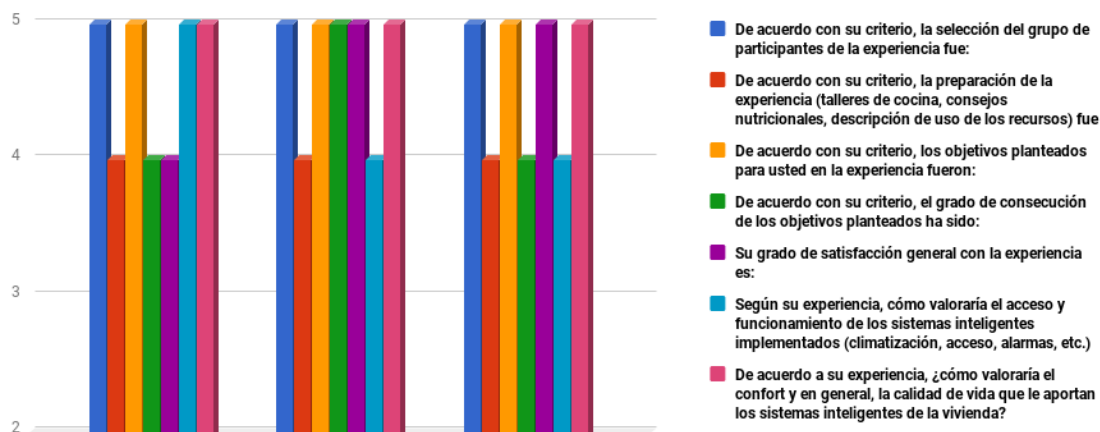
¿Existe necesidad de ayuda por parte de OAES en alguna ABVD (principalmente vestido e higiene)?

- En mi caso, no.
- Ayudar para vestir la parte inferior del cuerpo y supervisar la transferencia a la silla de ducha.
- Solo cosas puntuales.

## Sobre la valoración final del alumnado participante

### Resultados encuesta final

Encuesta final Experiencia de Vida Autónoma



¿Ha detectado deficiencias en la organización de la experiencia?

El 100% del alumnado participante ha respondido negativamente.

¿Ha detectado deficiencias en la vivienda?

El 100% del alumnado participante ha respondido negativamente.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



*¿Ha detectado deficiencias en el personal implicado en la organización de la experiencia?*

- No.
- No.
- Sí.

*Si has respondido Sí, en la pregunta anterior, por favor, enumere las dificultades que ha observado:*

- Personal cuidador.

*Si lo desea, puede indicar otra información sobre la experiencia de vida independiente que acaba de finalizar:*

Ninguno de los alumnos participantes realiza aportaciones en este apartado.

*¿Has utilizado algún producto de apoyo nuevo para tí? Indica cuál y para el desarrollo de qué actividad:*

- No he utilizado.
- Tabla de cortar, Themomix.
- Tabla de corte, thermomix y los utensilios de cocina adaptados. En la cocina.

*La experiencia de vida independiente, ¿ha cumplido tus expectativas?*

- Sí las ha cumplido.
- Por supuesto que sí.
- Si, sin ninguna duda.

## **Sobre las incidencias recibidas**

Las incidencias observadas y recibidas a través del formulario habilitado <https://goo.gl/forms/wWUVxuza8JIwZl2v2> (ver apartado [Sistema de evaluación](#) de este Proyecto), han estado centradas en aspectos relacionados con la funcionalidad de la vivienda como es el caso de persianas que se suben en horario no adecuado, luces exteriores que no se han encendido, puerta de entrada que se cierra con excesiva fuerza, etc. Inconvenientes todos ellos solventados a través de la correcta programación en la app por parte de la persona responsable de los elementos domóticos y el servicio de mantenimiento de nuestro Centro.

Ha existido algún episodio aislado en que OAES no ha podido acudir a la hora programada a la prestación de la ayuda puntual al alumno J.E.A.N. por falta de personal en residencia. Este hecho ha reflejado el nivel de cooperación existente entre los alumnos participantes en la experiencia,



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



prestando ellos mismos la ayuda puntual al alumno en cuestión y han sido capaces de demostrar su competencia a la hora de afrontar un contratiempo.

## Sobre la satisfacción de los profesionales implicados

Con el fin de determinar el grado de satisfacción tanto de los alumnos participantes en el programa como de los diferentes profesionales implicados en el desarrollo del mismo, a la finalización de la experiencia hemos mantenido una serie de entrevistas semiestructuradas, cuyos resultados se recogen a continuación. Las sesiones de trabajo se llevan a cabo el día que finaliza la experiencia de vida autónoma, el día 21/05/18.

### *Testimonio del personal técnico y propuestas de mejora*

Asisten a la sesión de trabajo el técnico de Ikidom y el equipo del Ceapatsf, junto al alumnado participante en la experiencia de vida autónoma que estamos analizando.

Agradecemos vuestra colaboración a través de la realización de una reseña en la que se recoja la valoración de los siguientes aspectos

#### *Pregunta 1: Vuestra impresión acerca de la coordinación de la experiencia/otros aspectos que consideréis relevantes*

En cuanto a la aplicación de control de la vivienda se considera accesible, de fácil uso y con iconos adecuados tanto en tamaño, diseño y contraste figura/fondo. Con la modificación realizada en los pictogramas se ha conseguido mayor claridad. Los fallos observados en diversos elementos como la subida de persianas a horas no adecuadas, han sido subsanados correctamente. Los alumnos participantes en la experiencia de vida autónoma consideran que la coordinación ha sido satisfactoria.

#### *Pregunta 2: Acerca de la funcionalidad de la vivienda domótica*

Jose I. (técnico de Ikidom) acuerda de cara a la próxima experiencia, la creación de un registro de alarmas.

#### *Pregunta 3: Aprendizajes*

Los alumnos participantes en la experiencia han aprendido el manejo de la app sin dificultad alguna, convirtiéndose dicha app en el sistema único de acceso a la vivienda, ya que prácticamente no han hecho uso de mando de apertura de puerta ni tarjetas de aproximación.

#### *Pregunta 4: ¿Cómo mejorar la funcionalidad de la vivienda domótica?*

Los alumnos junto a los técnicos proponen las siguientes acciones de mejora en la vivienda:

- Ensanchar pasillo, ya que se torna difícil la circulación en el mismo por usuarios de silla de ruedas dotada de motor.
- Instalar lavavajillas y locero a una altura adecuada para usuarios de silla de ruedas.

- Crear espacio de almacenaje destinado a despensa.
- Crear superficies de trabajo para la preparación de alimentos.
- Construir techo en el recorrido desde residencia a la vivienda domótica, para evitar mojarse los días de lluvia.
- Revisar panel de llamada a cuidadores de la segunda habitación situada a la derecha, debido a que aunque se ha cambiado el pulsador en tres ocasiones, siguen produciéndose llamadas de forma involuntaria incluso cuando la alumna no se encuentra en la habitación.

## *Testimonio del personal de atención residencial*

Asisten a la sesión de trabajo 1 OAES, ETAR, equipo Ceapat, junto al grupo de alumnos participantes en la experiencia.

### *Pregunta 1: Acerca de las llamadas para la prestación de ayuda.*

Las llamadas que se han producido para la prestación de ayuda puntual por parte de los alumnos a OAES, ¿han sido las previstas al inicio de la experiencia?

La OAES confirma que sólo se han producido las llamadas planificadas al inicio de la experiencia, para la prestación de ayuda puntual. En cuanto a si las llamadas se han producido en el horario establecido, se confirma que se ha cumplido el plan previsto y no se han realizado llamadas fuera del horario establecido. Dicho horario era similar al que llevaban en residencia en cuanto a la prestación de ayuda puntual.

### *Pregunta 2: La prestación de ayuda puntual ¿se ha mantenido a lo largo de la experiencia?*

La OAES corrobora que dicha prestación se ha mantenido durante el desarrollo de la experiencia de vida autónoma, aunque nos ponen en conocimiento que en ediciones anteriores ha habido grupos de alumnos que han necesitado una ayuda mayor que la requerida por los alumnos participantes en esta experiencia.

### *Pregunta 3: ¿Se ha dejado de prestar algún tipo de ayuda o parte de la ayuda programada, debido a la ganancia de autonomía por parte del alumno?*

Se corrobora que efectivamente, la prestación de ayuda puntual al alumno J.E.A.N. ha disminuido a lo largo de la experiencia.

### *Pregunta 4: En caso de respuesta afirmativa, indique qué ayuda o qué parte de la misma se ha dejado de prestar y por qué:*

Se estableció al inicio de la experiencia que dicho alumno recibiría ayuda por parte de OAES para la realización de transferencias desde la cama a la silla de ruedas para ducha y viceversa, así como vestido de miembros inferiores. El alumno ha conseguido realizar de forma autónoma y satisfactoria el paso de la cama a la silla de ruedas para ducha diariamente, manteniendo el resto de las ayudas previstas.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



*Pregunta 5: Considera adecuada la franja horaria establecida al inicio de la experiencia para la prestación de la ayuda puntual?*

La OAES confirma que la franja horaria ha sido la adecuada, evitando la interferencia con el trabajo de residencia.

Ha existido algún episodio aislado en que OAES no ha podido acudir a la hora programada por falta de personal en residencia. Este hecho ha reflejado el nivel de cooperación existente entre los alumnos participantes en la experiencia, prestando ellos mismos la ayuda puntual al alumno en cuestión y han sido capaces de demostrar su competencia a la hora de afrontar un contratiempo.

*Pregunta 5: Como profesional en el campo de la atención residencial, en esta experiencia he aprendido...*

Tanto la OAES como ETAR manifiestan que aunque inicialmente tenían sus dudas, los alumnos participantes han sabido coger las riendas de la experiencia y han gestionado de forma autónoma e independiente los tiempos de asistencia de OAES a la vivienda; con objeto de poder levantarse más tarde los fines de semana, los alumnos han prescindido de la presencia de OAES para prestación de ayuda puntual y entre la cooperación de los tres participantes en la experiencia, se ha prestado la ayuda necesaria.

## *Testimonio del personal del servicio de limpieza*

Asisten a la sesión de trabajo Gobernanta, equipo Ceapat, junto al grupo de alumnos participantes en la experiencia

*Pregunta 1: ¿Considera adecuada la frecuencia (cada 10 días) con la que se ha intervenido en la limpieza de la vivienda?*

El servicio de limpieza ha acudido cada 7 días en lugar de cada 10, especialmente para realizar labores de limpieza en la cocina.

*Pregunta 2: ¿Ha tenido que intervenir fuera de la frecuencia establecida al inicio de la experiencia?*

La gobernanta manifiesta que no se ha tenido que acudir a la vivienda con carácter urgente por encontrarse la vivienda en condiciones no adecuadas.

En ocasiones precisas se le ha solicitado al servicio de limpieza acudir a la vivienda, debido a la asistencia de visitas externas programadas de forma puntual.

*Pregunta 3: Al acudir a la vivienda, ¿considera que el nivel de limpieza encontrado en la misma era el adecuado?*

La gobernanta indica que en todo momento el nivel de limpieza de la casa fue adecuado a las capacidades funcionales que presentaban los alumnos participantes en la experiencia.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



#### *Pregunta 4: ¿Considera que la vivienda ha sido cuidada de forma apropiada?*

Se corrobora que efectivamente los alumnos han sido cuidadosos con la vivienda, destacando el nivel de orden encontrado en la misma cuando el personal de limpieza ha acudido a prestar sus servicios

#### *Pregunta 5: En relación a otras experiencias qué destacaría...*

La gobernanta manifiesta que: “Son los mejores inquilinos que han pasado por la vivienda”. Destacamos el nivel de orden y limpieza”. En cuanto a la realización de camas, los alumnos se han ayudado entre ellos, consiguiendo realizar esta actividad, que no habían desarrollado a lo largo de su estancia en la residencia. **“Se ha notado la armonía del grupo”**.

### *Testimonio del personal del cocina*

Asisten a la sesión de trabajo Jefa de Cocina, equipo Ceapat, junto al grupo de alumnos participantes en la experiencia

#### *Pregunta 1: Los alumnos participantes en la experiencia, ¿han conseguido utilizar adecuadamente el utillaje adaptado?*

La jefa de cocina corrobora que efectivamente no sólo han conseguido manejar con satisfacción los productos de apoyo destinados a la preparación de alimentos, sino que han utilizado utillaje que no estaba previsto, como es el caso del robot de cocina traído por uno de los alumnos de su propio domicilio.

#### *Pregunta 2: ¿Han sido capaces de identificar problemas y saber cómo afrontarlos?*

Han sido capaces de afrontar adecuadamente los contratiempos inevitables que se han ido encontrando. “Han descubierto un potencial oculto que les ha facilitado las herramientas necesarias para desarrollar la actividad”.

#### *Pregunta 3: ¿Han sabido gestionar el presupuesto destinado a la preparación de comidas adecuadamente?*

Trabajar en colaboración con la jefa de cocina en la elaboración de menús semanales les ha facilitado poder gestionar el presupuesto de forma satisfactoria. Se ha reducido a la mitad (75 euros semanales) el presupuesto destinado a la compra de alimentos en esta edición de la experiencia de vida independiente.

#### *Pregunta 4: ¿Han sabido desarrollar los diferentes métodos y técnicas para el desarrollo de la actividad de Cocinar según la limitación funcional que presentan?*

Los alumnos participantes en la experiencia han sabido desarrollar los métodos y técnicas necesarios para la elaboración de alimentos mediante la utilización de los medios existentes. No obstante, la jefa de cocina ha hecho hincapié en ciertas mejoras a realizar en la cocina de la vivienda, que se recogen al final de su intervención.



Centro de Referencia Estatal  
de Autonomía Personal  
y Ayudas Técnicas



*Pregunta 5: ¿Consideras adecuado el número de horas que se ha destinado a la formación de los alumnos en cocina?*

La jefa de cocina corrobora que el tiempo destinado a la formación con la impartición del taller denominado “cocina sobre ruedas” ha sido adecuado, debido al alto grado de implicación que han mostrado los alumnos participantes en la experiencia en la actividad. Quizás en otras ediciones se necesite revisar la duración del taller.

*Pregunta 6: ¿Han mostrado iniciativa a la hora de elaborar un menú?*

Los alumnos han sabido extrapolar los conocimientos adquiridos sobre las diferentes técnicas utilizadas en la preparación de alimentos. “Han sido creativos; han aprendido a alimentarse sin la necesidad de estar encorsetados en la elaboración de un menú tipo”.

*Pregunta 7: ¿Han tenido una asistencia regular a la formación que han recibido?*

La asistencia en general ha sido regular, exceptuando alguna falta puntual debido a obligaciones de tipo formativo que tenían carácter ineludible. No obstante, la jefa de cocina ha estado en comunicación constante vía whatsapp con el alumnado, facilitando la resolución de dudas de los mismos.

*Pregunta 8: ¿Han mostrado un adecuado grado de motivación por la formación recibida?*

Los alumnos muestran total satisfacción con la impartición del taller “Cocina sobre ruedas”. Al tratarse de una actividad que no habían desarrollado en su día a día, el alto grado de motivación ha sido un factor asegurado.

*Pregunta 9: Como profesional de la cocina... ¿qué has aprendido y qué aspectos añadirías/mejorarías a esta experiencia?*

La Jefa de Cocina ha reitera la necesidad de mejorar las instalaciones de la cocina, un aspecto que redundaría en una experiencia mucho más satisfactoria, en el apartado [“Propuestas para mejorar la cocina de la vivienda domótica aportadas por la Jefa de Cocina”](#), se especifican sus propuestas.

Destaca como aprendizajes importantes, “Lo enriquecedor que es trabajar con personas con diferentes capacidades. A lo largo de esta experiencia he ido descubriendo pequeños detalles a tener en cuenta para futuras ediciones”

La Jefa de Cocina ha constatado la necesidad de hacer extensiva la formación en la preparación de alimentos a todos los usuarios de nuestro Centro. “Las personas necesitan satisfacer sus necesidades primarias. Saber alimentarse es una de ellas y los alumnos participantes en la experiencia ya tienen las herramientas necesarias”.



## SUGERENCIAS DE MEJORA

### Propuestas de mejora aportadas por el equipo técnico del Ceapatsf

- A lo largo del desarrollo de la experiencia de vida independiente, la evaluación continuada nos ha permitido detectar la necesidad de los siguientes elementos que redundarían en la mejora de la calidad de las próximas ediciones:
- Sería necesario estudiar la posibilidad de ensanchar el pasillo de la vivienda, ya que se torna difícil la circulación a través del mismo por usuarios de silla de ruedas dotada de motor.
- Sería conveniente eliminar el tabique existente entre la cocina y el salón para dar más espacio a la cocina. Se torna complicado que dos usuarios en silla de ruedas puedan trabajar juntos en la cocina.
- Instalar lavavajillas y locero a una altura adecuada para usuarios de silla de ruedas.
- Crear espacio de almacenaje destinado a despensa.
- Crear superficies de trabajo para la preparación de alimentos.
- Es necesario construir un techo en el recorrido desde la residencia a la vivienda domótica, para evitar que los alumnos con limitaciones para los desplazamientos se mojen los días de lluvia, más aún cuando van cargados con la compra.
- Revisar panel de llamada a cuidadores de la segunda habitación situada a la derecha, debido a que aunque se ha cambiado el pulsador en tres ocasiones, siguen produciéndose llamadas de forma involuntaria incluso cuando la alumna no se encuentra en la habitación.

### Propuestas para mejorar la cocina de la vivienda domótica aportadas por la Jefa de Cocina

- Sería conveniente eliminar el tabique entre cocina y salón para dar más espacio a la cocina. Se torna complicado que dos usuarios en silla de ruedas puedan trabajar en la cocina
- Se necesita más superficie de trabajo para la preparación de alimentos.
- Tanto el lavavajillas como el locero se encuentran a una altura inadecuada para usuarios de silla de ruedas.
- Despensas inexistentes.
- El frigorífico es muy alto. Los usuarios en silla de ruedas no acceden a los estantes superiores.



## ANEXOS

### PROGRAMA DE COCINA SOBRE RUEDAS (VIDA INDEPENDIENTE)

---

El programa de cocina lo desarrollará la jefa de cocina del Crmf Sf, Carmen Andreu.

#### Objetivo general

Dotar a los alumnos del C.R.M.F. de las habilidades y destrezas básicas para conseguir el máximo nivel de autonomía e independencia en la actividad de Cocina.

#### Objetivos específicos

1. Aprender métodos y técnicas para el desarrollo de la actividad de Cocinar según la discapacidad funcional que presenten.
2. Entrenamiento en el manejo del utillaje adaptado.
3. Aprender a identificar problemas y saber cómo afrontarlos.
4. Conocer las barreras arquitectónicas que pueda presentar la cocina y adquirir habilidades que les permitan corregirlas.
5. Aprender normas de educación en la mesa: saber poner una mesa, el protocolo a la hora de comer, etc...
6. Aprender a manejar el presupuesto destinado a cocinar.
7. Aprender a comprar en general y en temporada.
8. Aprender a almacenar y congelar los alimentos.
9. Aprender la limpieza en general del utillaje y la cocina.
10. Aprender el tratamiento en crudo y cocinado de:
11. Carnes.
12. Pescados.
13. Frutas, verduras y legumbres.
14. Cereales y pastas.
15. Huevos
16. Aprender a aprovechar los restos.

17. Aprender a elaborar dietas.

## Metodología

- Adaptación de los contenidos del curso a cada alumno en función de sus habilidades
- Impartición del curso en sesiones teórico-prácticas.
- El nº de alumnos no será superior a 3 por cada sesión.

## Temporalización

El taller tendrá una duración de 27 horas repartidas en sesiones de 1,5 horas los lunes y martes de 15,30 a 17,00 hasta completar el total.

## Recursos

- **Humanos:** será impartido por La jefa de Cocina. Se contará con el apoyo de Terapia Ocupacional tanto para el asesoramiento como para la consecución de los materiales adaptados necesarios.
- **Materiales:** Materias primas propias de la elaboración de los menús (tomando como referencia el que se publica en el centro, revisado por la Doctora Jimena).
- **Equipamiento** adecuado de utillaje a las necesidades del grupo.



## ELEMENTOS GRÁFICOS PARA EL RECUERDO

### Álbum de fotos

#### Proyecto del #Ceapatsf: "Vida autónoma basada en la cooperación" en la casa domótica del #Crmfsf

2 dic. 2015–23 feb. 2018



Proyecto del Ceapatsf: "Vida autónoma basada en la cooperación" en la casa domótica del #Crmfsf: <https://photos.app.goo.gl/6HZBCnm1T7KRYtGT2>

### Momentos de la experiencia

Algunas publicaciones en Twitter de los propios protagonistas y otros profesionales del CRMF, que hemos organizado a modo de pequeña historia de la experiencia.

Momento en Twitter: "Vida autónoma basada en la cooperación" en casa domótica del #Crmfsf" <https://twitter.com/i/moments/1046294163539546114>

## "Vida autónoma basada en la cooperación" en casa domótica del #Crmfsf

 **Manuela Ruiz**

@ManuelaRuiz · Hace 6 minutos

Proyecto coordinado por el #Ceapatsf en el que 3 usuarios del CRMF con discapacidad física, junto al apoyo de diversos profesionales del Centro, descubren el poder de sus capacidades e interactúan con la tecnología de un hogar accesible y funcional.

1 Me gusta 

Editar

Gustado

Twitter



## OTRA DOCUMENTACIÓN

- Documento entrega material (firma de entrega material y custodia documento generado en la base de datos de productos de apoyo del Ceapatsf)
- Comunidad del Ceapatsf en G+: <https://plus.google.com/u/0/communities/101228459375416149777>
- [Escala de valoración funcional, psicoafectiva y sociofamiliar de la Junta de Andalucía](#)
- Hahstag [#VidaAutónomaCeapatsf](#)