



ENTREVISTA A BÁRBARA ROLLER
Presidenta de la Asociación para el Desarrollo de Basale Stimulation

Acompañamiento Basal es una forma de comunicación global

Tras abordar la vejez en profundidad en este trimestre Premium, hemos querido ir un paso más allá y conocer un modelo de intervención en personas mayores basado en la comunicación y en la atención directa. El Acompañamiento Basal ha conseguido hacerse un hueco importante en la geriatría y en la Terapia Ocupacional en los últimos años.

Hemos hablado con Barbara Roller, Diplomada en Terapia ocupacional y enfermería, formadora

de Acompañamiento Basal y presidenta de la [Asociación para el desarrollo de Basale Stimulation](#).

Nacida en el sur de Alemania. Empezó su carrera profesional en Stuttgart, donde se formó como enfermera. Tras ejercer como tal, se dio cuenta de la importancia de ver al paciente con sus necesidades, más allá de los cuidados de la salud y que, tratando al cuerpo, siempre se llega a lo psico-emocional. De este modo, empezó a estudiar Terapia Ocupacional, lo cual la hizo co-

nocedora de Basale Stimulation como una técnica para trabajar con niños pluridiscapacitados. En 1995 empieza, junto con Carlos Pérez, a formar profesionales del ámbito educativo en el concepto de Basale Stimulation y en el 2003 amplían las actividades formativas a profesionales de la salud y rehabilitación.

Hoy Barbara Roller nos habla sobre este tipo de acompañamiento y cómo puede beneficiar a las personas en la tercera edad.

LO QUE DEBES SABER SOBRE EL ACOMPAÑAMIENTO BASAL

IAW: ¿En qué consiste la estimulación basal?

BR: Según la definición del Dr. Prof Andreas Fröhlich y Christel Bienstein, los fundadores del concepto, sirve para estimular a personas que se encuentran en situaciones vitales críticas, en las cuales sus competencias de intercambio y regulación son reducidas.

El concepto permite y facilita entrar en contacto con personas con discapacidades graves o dificultades de orientación a partir de técnicas básicas. El Acompañamiento Basal es una forma de comunicación global.

Cualquier actividad, como asear a alguien, se puede convertir en comunicación. En el centro está la persona, el respeto a su ser diferente y la intención de crear caminos hacia la persona independientemente de su discapacidad o su problema. Además, este acompañamiento ayuda a dar orientación en la vida diaria a nuestros usuarios y facilita así la participación y la autonomía.

¿Qué tipo de personas son las que más necesitan este tipo de estimulación y por qué?

El término "estimulación" despista un poco. Mejor hablamos de un acompañamiento basal.

Perfecto. Hablemos de acompañamiento basal.

Todas aquellas personas que dependen de otros/as para poder participar en este mundo y en las actividades de la vida diaria. Por ejemplo, aquellos/as que han perdido la orientación, algo que ocurre en personas con demencias; después de un trauma craneoencefálico o niños que han nacido con una discapacidad importante que dificulta su desarrollo.

Basale Stimulation (BS) ofrece recursos, que dan orientación en lo cotidiano, ayudan a sentir el

propio cuerpo y, cuando uno se siente, es más fácil tomar conciencia de sí mismo y del otro y del entorno.

Basale Stimulation es una forma de comunicación global.

¿Cuáles son los pilares en los que se basa el Acompañamiento Basal?

Son varios los pilares o bases de este tipo de acompañamientos:

- ▶ El centro de todo es la comunicación.
- ▶ Respeto hacia la persona que vive en dependencia.
- ▶ No "tratamos", sino que acompañamos a estas personas.
- ▶ La profunda creencia de que son ellos quienes nos indican y enseñan el camino en este acompañamiento.
- ▶ Una frase clave es "Cada uno es el actor de su propio desarrollo". No podemos curar o rehabilitar a alguien según nuestra idea y nuestros objetivos.

▶ La percepción, como algo que nos orienta en la vida, y el movimiento son pilares imprescindibles. El movimiento facilita la percepción. Sin movimiento es difícil sentirse a uno mismo. Si no me siento, no tengo conciencia de mí mismo. Esto dificulta el contacto con el otro y así también la comunicación.

Hay que averiguar las necesidades de las personas en cuestión.

El cuerpo tiene un papel fundamental. Es el punto cero de nuestra percepción. El profesional usa su cuerpo como herramienta en el trabajo.

“

Uno de los objetivos de este tipo de acompañamiento es desarrollar nuevos procesos de comunicación. ¿Podrías ponernos un ejemplo de estos procesos?

Es importante reconocer los signos comunicativos de nuestros usuarios en cualquier situación cotidiana. Por ejemplo, me acerco a alguien y le quiero ayudar a levantarse. En lugar de usar una técnica protocolizada y aprendida para llegar a mi fin, observo a la persona implicada. Observo si ha entendido la situación, si está dispuesto a levantarse. A partir de aquí, procedo. A lo mejor, registro un aumento de tono y una resistencia corporal en el inicio del acompañamiento. Esto es un claro signo comunicativo no verbal. Paro y formulo una hipótesis como "X tiene miedo o me he acercado demasiado rápido, no entiende que se le pide".

En vez de proceder en mi acción, paro y pruebo otra manera de acercamiento. Al parar hago entender a la persona que he entendido su lenguaje corporal. Espero que se pueda entender aquí el proceso comunicativo.

¿Qué aportaciones ha realizado el Acompañamiento Basal?

Ha devuelto la dignidad a personas que viven en dependencia. En España se habla mucho del concepto centrado en la persona, en la atención en las residencias geriátricas. BS es una concreción práctica de esta idea. Debemos centrarnos en cada individuo, qué necesita en cada momento, qué hábitos ha adquirido en su vida, cómo podemos reactivar o ayudarle a orientarse, qué es aquello que le preocupa, cómo le podemos dar seguridad en un entorno desconocido...

Ver y aprovechar las capacidades y no ver la discapacidad o los déficits es muy novedoso para los profesionales.

En BS, nos acercamos a la persona y la aceptamos tal como es. No esperamos nada del otro. Lo



recogemos donde está en ese momento. Si aparentemente no hace nada más que respirar, entramos en comunicación con él a través de su respiración. Lo acompañamos con nuestras manos respirando. A lo mejor percibe que hay alguien, a lo mejor toma conciencia de su respiración, se calma o abre los ojos y nos mira... de este modo, vamos construyendo poco a poco el acompañamiento.

¿Cuáles son las áreas perceptivas con las que trabaja el acompañamiento basal?

En el fondo con todas las áreas perceptivas (vista, oído, gusto y olfato), pero en la hipótesis inicial Andreas Fröhlich definió tres áreas básicas de percepción como la base del desarrollo humano.

La primera área es la somática -con la piel como órgano perceptivo. Después tenemos la vibratoria. En esta área, no hay órgano perceptivo, pero a través de los huesos y nuestras "cajas sonoras", como el tórax y la cabeza, percibimos vibraciones que llegan de fuera o de dentro a través de la propia voz. Estas vibraciones ayudan a tomar conciencia del aparato esquelético, que nos da la posibilidad de sentir el interior, la profundidad y la estabilidad de nuestro cuerpo. La tercera área es la vestibular y el órgano perceptivo es el oído interno. Nos ayuda a sentir el movimiento de nuestro cuerpo y nos hace percibir nuestra postura en relación con el espacio. Algo fundamental para sentirnos en equilibrio.

¿Qué método empleáis para hacer una valoración inicial de esas áreas antes de empezar con los distintos ejercicios?

Lo más importante es la observación sin interpretación. Una herramienta de evaluación es el esquema de la globalidad desarrollado por Ursula Haupt y Andreas Fröhlich como punto de partida. Allí observamos 7 aspectos:

- 1/ Cómo se comunica la persona.
- 2/ Cómo se mueve.
- 3/ Qué vivencia tiene de su propio cuerpo.
- 4/ Qué percibe y cuáles son sus canales perceptivos más habituales.
- 5/ Cómo siente y expresa emociones.
- 6/ Cómo y qué comprende (reconoce a las voces, a personas, una situación en concreto, objetos de la vida diaria...).
- 7/ Qué experiencias tiene con otras personas.

Al tratarse de personas con grandes discapacidades, el catálogo de lo que no sabe hacer es largo. Nosotros intentamos describir estos aspectos siempre desde sus capacidades. Todo el mundo tiene capacidades.

A partir de esta descripción intentamos descubrir sus necesida-

des. Tenemos dos herramientas conceptuales que nos ayudan a acercarnos a sus necesidades y a partir de allí planteamos como acompañar la persona (formulamos los objetivos).

EL ACOMPAÑAMIENTO BASAL EN GERIATRÍA

¿Y aplicada en geriatría?

Se aplican los mismos principios. Lo importante es tener en cuenta la historia de vida de esta persona. Los aspectos biográficos son fundamentales para reanudar con su realidad y sus vivencias. A veces, ayudan a conseguir la orientación en momentos difíciles. Además, si conocemos sus hábitos de la vida diaria y los respetamos en la medida posible, les brindamos respeto a su forma de vivir y a su dignidad. Por ejemplo, ducharse con su jabón y una manopla, tal como siempre lo ha hecho, en lugar de usar una esponja enjabonada que no conoce y el olor y el tacto no le despiertan nada.

¿Qué resultados se aprecian en aquellas personas mayores que acompañáis con el Acompañamiento Basal? ¿Qué feedback os dan?

Muchas veces no nos pueden dar un feedback verbal, pero se nota cuando están más tranquilos y confiados porque duermen mejor, reconocen situaciones cotidianas y disfrutan con ellos, vuelven a fiarse e, incluso, se muestran más autónomos en algunas actividades como comer o lavarse parte del cuerpo.

Cuando se dan comportamientos extraños, también podemos darles un sentido y aceptarlos como actividad propia sin preguntarnos si esto se considera "normal".

¿Cómo se trabajan o potencian la autodeterminación y el bienestar emocional de las personas mayores?

Hay muchas formas de hacerlo. Pensar en la seguridad de la persona, no cambiar el personal constantemente, establecer la figura del cuidador de referencia, contar con ella y su opinión en cualquier momento, respetar el ser diferente...

Dar opciones de poder elegir y no decidir por ellos, pensar que pueden hacer por ellos mismos y no hacerlo yo todo porque tiene alguna dificultad. Hay que adaptarse a su ritmo y no obligarlos a participar en actividades que no les apetecen.

¿Podrías hablarnos de la atención directa? ¿Qué es y cómo entra en juego?

El equipo de gerocultores es fundamental para el bienestar de la gente mayor en la residencia. Pero también hay que decir que las estructuras en las residencias a veces son muy poco flexibles para los cambios que propone BS. Los profesionales se quejan mucho de falta de tiempo. Solamente un buen trabajo en equipo ayuda a valorar qué es lo imprescindible y cómo repartir el tiempo de una manera más útil y adaptada a las necesidades reales. Una

buena atención basada en las necesidades reduce resistencias y esto permite aprovechar mejor el tiempo.

Ojalá algún día lleguemos a la situación de respetar y valorar más las vidas de personas mayores, aunque hayan perdido la orientación y algunas capacidades cognitivas.

¿Y, con personas con demencia, cómo trabajáis la percepción corporal y en su orientación con el entorno?

El cuerpo es el punto cero de la orientación. Si se puede sentir el propio cuerpo, tomar conciencia de sus partes y fomentar la conciencia corporal, podemos hacer surgir la conciencia del yo subjetivo. Sentirse como una persona única, irreplicable y especial.

Cuando uno siente su cuerpo, puede sentir y percibir al otro (cuerpo). La conciencia corporal es el inicio de la posibilidad de interacción. BS ofrece técnicas como masajes para sentirse a uno mismo. Esta técnica somática se puede integrar en los cuidados como el asearse, el vestirse... muchas veces, hemos podido observar que una persona con demencia, después de un lavado bien estructurado teniendo en cuenta como tocar y cómo proceder en la interacción constante, tiene momentos de conexión consigo misma y con el otro y demuestra algún tipo de orientación. Es precioso vivenciar esto a partir de la comunicación.

¿Nos podrías dar algunos ejemplos prácticos en los que se implemente el Acompañamiento Basal con personas mayores?

Este acompañamiento se tiene en cuenta en todas las actividades del día. Empieza con cómo despierto a alguien por la mañana, cómo le ayudo a orientarse en ese momento, qué le ayuda a saber dónde está, qué momento del día vive ahora y acaba por la noche... Si se despierta y tiene miedo porque no reconoce dónde está, le puede ayudar estar a nuestro lado, hablarle, susurrarle, acompañarle en su respiración para que note que no está solo y alguien se preocupa por él.

Es nuestra actitud la que cambia sus vidas.

En BS se aprenden técnicas que se tienen que convertir en recursos adaptados a cada persona en cada momento. El profesional tiene que ser capaz de ofrecer una cercanía profesional. Somos nosotros quienes cuidamos a personas muy frágiles. Es nuestra actitud la que cambia sus vidas.

Antes de acabar, ¿algo que te gustaría añadir a la entrevista?

Sí, un poema del Dr. Andreas Fröhlich, el fundador del concepto y que he traducido yo misma.

*Me tienes que explicar,
aquello, que me hace
estar triste,
no me siento bien,
no sé por qué.*

*Dame tus manos,
quiero que estén conmigo,
que me expliquen,
que pronto me pueda
sentir mejor.*

*Necesito tus caricias,
necesito sentir la firmeza.*

*Estate muy quieta,
no me hables,
déjame tu mano,
ponla sobre mi abdomen
y respira conjuntamente
conmigo.*

Preocupación, por Andreas Fröhlich

“

*Se sienten entendidos,
reconfortados y tranquilos.*