

## TEMA 20

# ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD. MODELOS PARA EL ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD. LA GRADUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Elaborado por Julia González García  
Terapeuta ocupacional

## ÍNDICE

### INTRODUCCIÓN

#### 1. ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD

- 1.1. Objetivos del análisis de la actividad
- 1.2. Habilidades del terapeuta para el análisis de la actividad
- 1.3. Ventajas del análisis de la actividad

#### 2. MODELOS DEL ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD

- 2.1. Modelos de análisis generales de la actividad
- 2.2. Modelos de análisis específicos de la actividad
- 2.3. Modelos de análisis completo de la actividad
- 2.4. Modelos de análisis aplicados de la actividad

#### 3. GRADUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Formación Alcalá

## INTRODUCCIÓN

Sánchez. A (2015) afirma que la ocupación y la actividad son el axioma fundamental de la TO y lo que define al ser humano en multitud de situaciones. Este concepto ha sido definido de múltiples formas por los terapeutas ocupacionales, pero todas estas definiciones tienen en común la idea de que las actividades de la vida diaria son relevantes y significativas para los sujetos. La identidad personal surge de las acciones que llevamos a cabo y en muchas ocasiones son nuestras acciones (ocupaciones) las que nos definen. Cuando participamos en ocupaciones no solo definimos nuestras identidades, sino que adquirimos un sentido de competencia y de las acciones que llevamos a cabo y en muchas ocasiones son nuestras acciones (ocupaciones) las que nos definen. Cuando participamos en ocupaciones no solo definimos nuestras identidades, sino que adquirimos un sentido de competencia y de satisfacción que nos aporta sentimientos de realización personal. Aunque los términos ocupación y actividad propositiva se utilizan de manera indiferente por la mayoría de los terapeutas ocupacionales.

Margallo. G<sup>a</sup> (2005) afirma que es cierto que entre los mismos profesionales existen a veces dificultad para diferenciar y definir términos que utilizamos habitualmente, tales como: ocupación, actividad significativa o con propósito... Ha habido bastante discusión al respecto dependiendo de la época que analicemos. Algunos terapeutas argumentan que la ocupación y actividad son sinónimas porque hay una tendencia a usarlos indistintamente, pero la evidencia actual demuestra que no es así.

De ahí que se halla considerado necesario en la elaboración de este tema aclarar y desarrollar brevemente la descripción que hacen algunos autores sobre estos términos.

La ocupación, actividad y tarea han sido objeto de estudio por parte de varios autores (Turner, Hagedorn) los cuales llegan a la conclusión de que dichos términos no son lo mismo, aunque en ocasiones se utilicen como sinónimos. Se sabe que operan de distinta manera y con diferentes propósitos; además, el proceso propio del tratamiento está centrado en uno u otro nivel: ocupación, actividad o tarea. Hagedorn establece de hecho una jerarquía en la que integra todos los elementos y que nos puede servir para entenderlos después con mayor profundidad y visualizar su interrelación.

**Tabla 1. Jerarquías de Hagedorn.** Fuente: Margallo, P, Navas, I  
El análisis de la actividad en terapia ocupacional. Aytóna 2005.

<b>OCUPACIÓN</b>	Habitual, estado de equilibrio del ser humano, describiendo el propósito y la forma de mantener la salud a través del ciclo vital.		
<b>ACTIVIDAD</b>	Acción productiva y hacer cosas específicas.		
<b>TAREA</b>	Un elemento, componente, dimensión de una actividad.		
<b>HABILIDAD</b>	Capacidad adquirida, la cual, una vez aprendida puede ser modificada por el entorno e influenciada por hábitos y roles.	<b>SECUENCIA</b>	Cadena de elementos, componentes, dimensiones en un orden lógico, con una o más secuencias formando una tarea.

En el anexo I se muestran distintas definiciones del término *actividad*.

Sin embargo el marco de trabajo para la práctica de la TO (AOTA, 2014) diferencia estos dos conceptos en base al concepto de significación:

- *Ocupaciones*: Forman parte de la identidad personal de cada sujeto e influyen en cómo tomamos decisiones y organizamos nuestro día a día.
- *Actividades propositivas*: Son un tipo de acción humana que va dirigida a un objetivo y permite a la persona desarrollar habilidades que le capacitan para participar en ocupaciones aunque estas no definan su forma de ser o su identidad.

Todas las definiciones tienen en común las siguientes *consideraciones*: participante, propósito, producto, procedimiento, requerimientos prácticos y demandas de la ejecución. Poseen además una serie de elementos cambiantes o circunstanciales que hacen que sea relevante para un participante particular en una ocasión particular.

Así pues, la diferencia básica entre *ocupación* y *actividad* es que una persona presenta ocupaciones y roles ocupacionales y sociales, mientras que ejecuta actividades y tareas. Además una actividad es llevada a cabo con un propósito específico en una ocasión particular, y se identifica por una frase corta que indica la acción primaria y el objetivo. O como dice Romero. D (2003) ... *La ocupación, se debe distinguir de la actividad porque está "enmarcada" dentro de un contexto propio, distinto al teórico, pertenece al mundo real y su ejecución o realización proporciona hábitos (distintos a las rutinas, que pueden ser adquiridas por repetición en el nivel de tareas)...*

No obstante, Sánchez, A (2015) hace hincapié en que *cada ocupación estará compuesta de varias actividades propositivas estando circunscritas a unas demandas concretas con el fin de responder a unas necesidades particulares llevadas a cabo en contextos específicos y utilizadas terapéuticamente para facilitar o producir cambios en presencia de limitaciones funcionales...*

Este autor afirma que *la ocupación se utiliza para crear o promover la salud con el fin de recuperar las alteraciones o restaurar las habilidades y capacidades mediante la modificación o adaptación de la forma de llevar a cabo las actividades de la vida diaria, para mantener el funcionamiento o prevenir las restricciones en la participación.*

## 1. ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD

Según Crepeau el análisis de la actividad *trata de las demandas típicas que supone una actividad, la gama de habilidades involucradas en su ejecución, y los distintos significados culturales que pueden atribuirse a ella.*

El análisis de la actividad que se basa en la ocupación coloca a la persona en primer lugar, atendiendo a sus metas, intereses, habilidades y contextos, así como las demandas de la actividad en sí. Para Crepeau todas estas consideraciones forman los esfuerzos del profesional para ayudar a la persona a alcanzar sus metas a través de un proceso de evaluación e intervención cuidadosamente diseñado.

Romero, D. y Moruno, P., lo defienden como *una herramienta de análisis y razonamiento clínico a través del cual se descompone una actividad en pasos, secuencia adecuada, elementos, materiales y herramientas, significados, capacidades y habilidades físicas, cognitivas y socioemocionales necesarias para realizarlas.*

Sánchez, A (2015) afirma que para poder seleccionar las ocupaciones adecuadamente el terapeuta debe ser capaz de llevar a cabo el correcto análisis de la actividad, ya que es necesario para conocer si el paciente con determinadas características va a poder llevar a cabo una actividad y si la actividad puede estimular las capacidades y habilidades que queremos entrenar e este paciente. Mediante el análisis de la actividad pueden definirse como el proceso por el que las propiedades de una determinada actividad son definidas con el fin de dar respuesta a las necesidades de un sujeto para poder completar una ocupación.

El análisis de la actividad comienza estableciendo su propósito y las demandas de la tarea, es decir, las variables que permitirán o impedirán su realización. Algunas características como el tamaño y el tipo de objetos, la colocación de los mismos con respecto al paciente, la velocidad o el ritmo de la actividad, su complejidad y el entorno físico y social donde tenga que llevarse a cabo son parámetros que, de ser modificados, implican cambios en las demandas de la actividad y por lo tanto requieren de análisis diferentes y adaptación por parte del sujeto. Es importante identificar las habilidades y capacidades que son prerrequisito para poder llevar a cabo la actividad de manera completa.

Sánchez, A (2015), afirma que existen diferentes *tipos de análisis de actividad*<sup>1</sup>, siendo:

- a.** Análisis basado en la actividad.
- b.** Análisis basado en el sujeto
- c.** Análisis basado en el entorno

El modelo del que partimos los terapeutas ocupacionales es un modelo de salud-ocupación, que dista del tradicional modelo médico o de los modelos psicológicos o sociales. Desde nuestra perspectiva, una persona se considera sana si realiza actividades con un propósito, sea cual sea este, y es capaz de realizarlas en un espacio y tiempo adecuados; además de poseer una capacidad de adaptación a diferentes circunstancias.

En la intervención del terapeuta ocupacional es frecuente que se entrelacen medios y procesos. Según el Marco de Trabajo de la Terapia Ocupacional de la AOTA (2014) hay diversos aspectos y elementos a tener en cuenta en el análisis de la actividad y que interactúan entre ellos. En la práctica actual de la TO, los profesionales nos guiamos por 3 principios fundamentales:

- 1.** Práctica centrada en la persona.
- 2.** Práctica centrada en la ocupación.
- 3.** Práctica centrada en la evidencia.

---

<sup>1</sup> Véase Anexo II: Cuadro de los tres tipos de análisis de la actividad descritos por Sánchez. Cabezas. A. Fuente: Cabeza, Á. S. (2015). *Terapia ocupacional en disfunciones físicas. Síntesis*.

Según la AOTA, el terapeuta ocupacional realiza las actividades de la vida diaria (AVD), el trabajo y el ocio como actividades con un propósito definido. Un análisis de la actividad efectivo posibilitará que el terapeuta identifique las diferentes partes de las que se compone.

### 1.1. Objetivos del análisis de la actividad

El terapeuta ocupacional hará un análisis de la actividad que le permita utilizar después dicha actividad como tratamiento. Para ello, es recomendable que haya experimentado con la actividad previamente, dado que esa experimentación le dotará de conocimiento y una visión global de todos los componentes que la integran, lo que facilitará el análisis y posterior intervención.

- Durante, P. y Noya, B., consideran que el análisis de la actividad persigue los siguientes *objetivos*:
  1. Dar al terapeuta ocupacional una comprensión profunda de la actividad y así asegurar una base de conocimiento para la instrucción de la actividad mediante directrices, la simplificación o la adaptación.
  2. Dar hechos para que el terapeuta mire al equipo, las ayudas, materiales; el coste, el tiempo, espacio y personal requeridos para ejecutar la actividad.
  3. Generar conocimiento para que el terapeuta juzgue el usos de la actividad, dando respuesta a las cuestiones: Para quién, cuándo, dónde, porqué y en qué circunstancias sería terapéutica la actividad.
  4. Equipar al terapeuta con una justificación para utilizar la actividad con los pacientes o usuarios, detallando los beneficios terapéuticos de la actividad tal y como se definen mediante el análisis.
  5. Proporcionar información al terapeuta, que puede ser usada para documentar el progreso del paciente en destrezas y capacidades, niveles de consecución, áreas de dificultad y puntos de referencia para la intervención del terapeuta.
- García-Margallo, P., define los *objetivos* del análisis de la actividad como sigue:

1. *Observar y comprender*: Los elementos, tareas y secuencias que forman una actividad completa.
2. *Determinar un uso potencial de la actividad*: Como un medio de tratamiento.
3. *Establecer viabilidad y valorar las necesidades del servicio en términos*: De costes, tiempo para preparar la actividad y conseguir los resultados, requisitos de salud y seguridad, materiales, espacio y experiencia del personal disponible.
4. *Valorar los niveles requeridos de ejecución*: Determinar las destrezas necesarias para la ejecución de la actividad.
5. *Dividir la actividad en tareas*: Así podrá analizar la tarea y decidir si es necesario hacer cambios.
6. *Identificar los componentes más requeridos*: Para diseñar las tareas y actividades específicas.
7. *Identificar el potencial de modificación de la actividad*: Considerar las áreas funcionales necesarias para la ejecución de la actividad, las habilidades y las limitaciones del individuo.

→ Por tanto, la actividad propositiva se construye sobre las habilidades del sujeto y con la finalidad de alcanzar el objetivo terapéutico propuesto, el propósito, por tanto, se debe analizar desde dos puntos de vista:

- Cómo se ejecutaría de manera *normal*.
- Qué componentes específicos requiere una actividad y qué necesidades tiene el paciente.

## 1.2. Habilidades del terapeuta para el análisis de la actividad

El terapeuta ocupacional conjuga sus conocimientos con habilidades especiales. Según García-Margallo, P., las *habilidades* necesarias para llevar a cabo son:

- La habilidad para establecer relaciones terapéuticas basadas en la comprensión y la autenticidad.
- La habilidad para conocer las mejores técnicas y aproximaciones.
- El conocimiento de teorías médicas, psicológicas y sociales.
- El profundo conocimiento del valor terapéutico de la ocupación y su importancia en el proceso de adaptación de la persona a lo largo de su vida.
- Los conocimientos metodológicos: Evaluación, planificación, análisis y adaptación de la actividad.

Polonio, B., Durante, P. y cols., afirman que independientemente del tipo de modelo elegido para hacer el análisis de actividad, el terapeuta ocupacional tendrá que ser *capaz de*:

- Comprender las cualidades inherentes encontradas en las actividades propositivas y el efecto sobre la salud del individuo al participar en las mismas.
- Expresar las actividades en términos descriptivos, separando las acciones utilizadas para ejecutarla en la correspondiente secuencia de tareas.
- Analizar una actividad en términos de las destrezas que se requieren para ejecutarla y de las áreas de ejecución ocupacional que están implicadas en hacerla.
- Listar los requerimientos físicos, psicológicos y ambientales para la ejecución de una actividad, incluidas las precauciones y/o contraindicaciones, y los criterios aceptables para determinar una realización satisfactoria de la misma.
- Formular medios alternativos de ejecutar una actividad de forma aceptable mediante la adaptación o la modificación del equipo, del entorno o de la actividad.
- Seleccionar actividades que satisfagan las necesidades específicas de un individuo concreto que reciba servicios de TO.
- Proponer objetivos de tratamiento para la terapia basados en el uso de una actividad con un paciente o usuario determinado, aplicable a las áreas de destrezas de la ejecución.
- Aplicar a ser posible, una terminología uniforme para describir, analizar y documentar el uso de las actividades en la práctica de la terapia ocupacional.

### **1.3. Ventajas del análisis de la actividad**

Sea cual sea el análisis de la actividad que realicemos *no debemos* perder de vista que una actividad es un proceso paso a paso, secuenciado, de una forma concreta. El análisis utilizado en las fases de evaluación y tratamiento, nos permitirá determinar qué habilidades y/o destrezas del tipo que sean afectan al paciente o usuario para realizar una actividad con normalidad.



Las actividades han de ser sujeto de análisis para determinar su potencial terapéutico y de síntesis para facilitar la adaptación de la misma. Otras ventajas que representan el análisis de la actividad son, según García-Margallo, P.:

- Proporciona conocimiento sobre los componentes más necesarios para un desempeño satisfactorio.
- Ofrece conocimiento acerca de cómo organizar rutinas y destrezas para lograr el equilibrio entre las áreas ocupacionales.
- Determina qué habilidad es necesario dominar, integrar diversos componentes, etc.
- Comprensión sobre qué tareas componen una actividad.
- Ofrece conocimiento sobre qué capacidades se requieren para la realización de una actividad.
- Anticipa dónde estarán las dificultades de la persona para ejecutar una determinada actividad.
- Aporta información para lograr una adaptación de la actividad adecuada.
- Permite diseñar tareas específicas para desarrollar capacidades específicas que se puedan aplicar a diferentes actividades.

## 2. MODELOS DEL ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD

Hay muchos modelos de análisis de actividad, algunos bastante sencillos, otros más complejos y largos. En el tema se detallarán algunos de ellos.

El objetivo del análisis de la actividad es identificar la idoneidad de dicha actividad para el paciente o usuario en cuanto a sus dificultades y necesidades. Sea cual sea el modelo elegido para el análisis, el objetivo será conjugar el valor de la actividad como su uso terapéutico.

Según García-Margallo, P., *un buen terapeuta ocupacional tiene que ser capaz de analizar las actividades que utiliza como tratamiento, y poder identificar las tareas incluidas en dichas actividades, cómo pueden realizarse, qué habilidades esenciales son precisas para desempeñarla, y cómo se combinan dichas tareas para conformar la actividad.*

A pesar de que pueda ser un proceso largo y difícil, es fundamental para aplicar la actividad de forma terapéutica, y que ésta beneficie a la persona con la que trabajamos. Habilidades de análisis, creatividad, así como una buena base teórica, propiciarán que el terapeuta seleccione las actividades apropiadas para cada persona, modificándola, adaptándola, según requiera.

En la literatura existen numerosos modelos para analizar una actividad de forma apropiada. Dependiendo de diversos factores, el terapeuta ocupacional aplicará uno u otro. En este momento de la intervención, los marcos de referencia tendrán una gran influencia. Para Hopkins, H. y cols., las *dimensiones* de cualquier actividad que analicemos deben incluir:

1. El análisis de destrezas adaptativas requeridas.
2. Nivel de destrezas necesarias para lograr la actividad en un nivel mínimo.
3. La graduación de la actividad en términos del nivel de destrezas.
4. Tiempo para la ejecución y repetición.
5. Flexibilidad en términos de espacio, equipamiento y elementos necesarios.
6. Participación cultural.
7. Adecuación a la edad.
8. Consideraciones de seguridad y costo.

Independientemente del método usado para el análisis de la actividad, el terapeuta deberá ser capaz de diseñar actividades que ofrezcan las personas con las que trabaja una experiencia y oportunidad de acción que sea efectiva para ella.

Foster. M y Pratt. J (2005) afirman que hay una serie de *modelos de análisis de la actividad*. El análisis básico simple tiene en cuenta el propósito esencial de la actividad y cómo y dónde puede llevarse a cabo. Los análisis complejos más detallados exploran las habilidades específicas requeridas para desempeñar cada tarea individual, y considera variaciones que pueden darse y la forma en que éstas modifican las habilidades básicas necesarias.

Hagerdon (2000) denomina a este formato *análisis de la demanda*. Además, el análisis puede utilizarse para considerar la aplicación específica de la actividad a las necesidades del individuo o con fines terapéuticos *análisis aplicados*. El terapeuta utiliza todas las formas de análisis en diferentes momentos, dependiendo de la situación. Si se piensa introducir la actividad en una unidad determinada, el terapeuta ha de considerar los requisitos de la actividad en términos de materiales y equipo, así como el potencial específico de la actividad en términos de qué habilidades puede ofrecer, y relacionar esto con las necesidades del individuo con el que el terapeuta está trabajando, el objetivo de sus intervenciones y el marco de referencia, abordaje y técnica que pueda usar. En la siguiente sección se tratará una forma simple y otra más compleja de análisis, y se terminará considerando el análisis aplicado en la práctica.

Polonio. B y Romero. D (2003) cita a Turner (Turner, Foster y Johnson, 2003)<sup>2</sup>, describe tres *modelos de análisis de actividad para discapacitados físicos* (básico, complejo y aplicado):

1. **Modelo básico:** Consiste en la relación de un análisis simple, con la intención de obtener información general acerca del propósito de la actividad, respondiendo a preguntas como: ¿qué?, ¿por qué?, ¿cuándo? y ¿cómo? y ¿quién?, en relación con el desempeño de la actividad.
2. **Modelos complejos:**<sup>3</sup> Existen variados métodos de análisis detallados de la actividad en función de los diferentes tipos de habilidades relacionadas con su ejecución, de las secuencias y componentes necesarios para la realización satisfactoria de la misma o de las demandas de la actividad.
3. **Modelos aplicados:** Considera la aplicación terapéutica de la actividad. Consiste en la utilización de fórmulas de análisis simples

---

<sup>2</sup> Nota aclaratoria: G<sup>a</sup> Margallo (2005) cita a Turner (1992) reconoce que esta autora describe dos tipos de análisis de actividad: sencillos y detallados. *Importante:* Pratt y Foster (2003) incluyen la siguiente clasificación: básicos, complejos y aplicados. Como estos autores escriben en el libro de Turner, Foster y Johnson (*Terapia ocupacional en disfunción física*, 2005). En algunas ocasiones este hecho ha llevado a la confusión de que es Turner quien hace esta clasificación siendo realmente Pratt y Foster.

<sup>3</sup> Nota aclaratoria: Dentro de los modelos de análisis complejo o detallado (análisis de la actividad según su aplicación específica) Polonio. B y Noya. D (2003), incluyen: Análisis perceptivo-cognitivo, análisis biomecánico, análisis del neurodesarrollo, análisis emocional y de interacción social. Fuente: López, B. P. (2003). 2<sup>a</sup> ed. *Terapia ocupacional en discapacitados físicos: teoría y práctica*. Ed. Médica Panamericana.

o complejas, conjuntamente con aspectos relacionados con el entorno de la práctica (necesidades generales de los pacientes, marcos de referencia y/o modelos utilizados preferentemente, espacio y equipamiento disponibles, presupuesto, etc.)

Durante. P y Noya. B (2001) y Margallo. P (2005) citan a Hagedorn (1997); esta autora describe tres *tipos de modelos de análisis de actividad*: análisis básico, funcional y aplicado.

1. *Modelo básico*: Describe simplemente la ocupación, actividad o tarea con el fin de comprender su naturaleza y las bases para la participación.
2. *Modelo funcional*: Describe las características del individuo (habilidades, actitudes, roles, etc.).
3. *Modelo aplicado*: Describe y analiza las actividades para ser utilizadas como terapia de acuerdo al nivel del individuo.

Sin embargo, G<sup>a</sup> Margallo, (2005) describe los siguientes *modelos de análisis de la actividad* (modelos de análisis general, específicos, completo y aplicados):

A continuación se presenta un cuadro que incluyen los *subtipos* que contempla la citada autora.

<p><b>A. MODELOS DE ANÁLISIS GENERALES DE LA ACTIVIDAD</b></p>	<p>A.1 Modelo básico o simple.</p> <p>A.2 Modelo detallado (siguiendo a autores como Turner, Foster y Johnson, el modelo propone dos partes):</p> <p>a.2.1 Factores comunes de la actividad.</p> <p>a.2.2 Factores específicos de la actividad.</p>
<p><b>B. MODELOS DE ANÁLISIS ESPECÍFICOS DE LA ACTIVIDAD</b></p>	<p>B.1 Modelo centrado en la tarea.</p>
<p><b>C. MODELO DE ANÁLISIS COMPLETO DE LA ACTIVIDAD</b></p>	
<p><b>D. MODELO DE ANÁLISIS APLICADOS DE LA ACTIVIDAD</b></p> <p>Margallo presenta 4 modelos aplicables desde marcos físicos y psicosociales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis basado en el marco humanista (adaptado de Larnport, Coffey y Herch).</li> <li>• Análisis basado en el marco biomecánico (tiene en cuenta los postulados y teorías de Dutton y Trombly).</li> <li>• Análisis basado en el marco neurodesarrollo (Cuesta, C).</li> </ul>

Seguidamente desarrollaremos cada uno de estos puntos.

## 2.1. Modelos de análisis generales de la actividad

### A.1. Modelo básico o simple

García-Margallo, P., afirma que este modelo sencillo es un instrumento útil y fácil de aplicar en cualquier ámbito. Consta de 6 preguntas abiertas, estas cuestiones que plantea este análisis quedan resumidas en la tabla del anexo III. Métodos de análisis simple adaptado de Foster, M. y Pratt, J.

### A.2. Modelo detallado

Es un modelo ampliamente descrito en la literatura y varía según las preferencias de los autores. Se basa en que para realizar el análisis de la actividad, se tiene en cuenta las demandas de una actividad con respecto a diversos parámetros. Cuando se realiza el análisis de la actividad siguiendo este modelo, es fundamental que se haga respetando las necesidades, problemas y habilidades de la persona. Es un análisis que ayudará al terapeuta a hacer una adecuada elección del marco de referencia.

Esta manera de analizar tiene en cuenta las demandas de una actividad particular con respecto a una serie de *parámetros*: físicos, sensoriales, perceptuales, cognitivos, emocionales, sociales y culturales.

García-Margallo, P. cita a Turner, A. Foster, M. y Johnson, S.E., los cuales proponen la división del modelo en dos partes, atendiendo a la naturaleza de los *factores de la actividad*:

#### a.2.1. Factores comunes de la actividad

Son todos aquellos *elementos* que concurren en una actividad:

- *Entorno*: En el que se da la actividad, incluyendo el espacio y el equipamiento a utilizar. También constituye el valor dado por la persona y el grupo sociocultural al que pertenece.
- *Motivación*: El cómo la actividad facilita la evocación afectiva personal y cómo se relaciona con los intereses, roles y valores individuales.

- *Adecuación a la edad y estado evolutivo:* A pesar de los problemas que presenta la persona, la actividad debe ser apropiada para capacitarle y aprender o reaprender habilidades y conductas adecuadas de un rol o de una edad.
- *Adecuación al sexo del individuo:* Que la actividad sea más o menos flexible dependiendo del medio sociocultural.
- *La adaptación de la actividad:* Es de gran importancia para hacer un uso óptimo de ella. Se profundizara en este aspecto en otro epígrafe.
- *El grado de aplicación vocacional:* Significa la aplicación de destrezas dentro de la actividad para trabajar, en el cuidado del hogar, el ocio, las relaciones sociales y la posibilidad de generalizarse a otros contextos.
- *Implicación de los costes:* Relacionado a los costes necesarios para la realización de la actividad, al tiempo del personal y a los recursos del departamento y servicio.
- *La seguridad:* El entorno debe estar libre de situaciones de riesgo tanto como sea posible y las técnicas de intervención tienen que ser seguras para el individuo y el terapeuta ocupacional.
- *El tiempo requerido* para completar la actividad. Se debe analizar el factor tiempo en relación con elementos particulares o situaciones.
- *El potencial* de la actividad para el trabajo individual o grupal.

#### a.2.2. Factores específicos que se requieren para realizar dicha actividad o tarea

##### ✓ Demandas motoras o fisiológicas

- a. Posición: De la actividad y del individuo
- b. Movimiento: Articulaciones grandes o pequeñas. Tipo de movimiento.
- c. Fuerzas: Grado de fuerza necesario. Esfuerzo continuo-intermitente. Grado de resistencias necesarios.
- d. Coordinación: Gruesa o fina. En el que los miembros tiene lugar la coordinación: Unilateral o bilateral.
- e. Función manual: Destrezas requeridas en la manipulación. Tipo de presa y agarre. Dominancia manual.

### ✓ Demandas sensoriales

Están relacionadas con las cualidades sensoriales y perceptivas de una actividad. Debemos considerar los cinco sentidos: Visual, auditivo, olfativo, gustativo y táctil/cinestésico.

### ✓ Demandas perceptuales

- a. Gnosia.
- b. Praxia.
- c. Relaciones espaciales.
- d. Autoconciencia.
- e. Propiocepción y estereognosias.

### ✓ Demandas cognitivas

Se refieren al nivel de función que requiere la *actividad* en relación con:

- a. Nivel de aprendizaje requerido.
- b. Resolución de problemas.
- c. Pensamiento lógico.
- d. Capacidad de organización.

### ✓ Demandas emocionales

La actividad demanda u ofrece *oportunidades* para:

- a. La destructibilidad o la agresividad.
- b. La gratificación, la expresión del estado de humor presente.
- c. Actitudes, la percepción, la exploración de sentimientos.
- d. El control de los impulsos, afrontar sentimientos o emociones.
- e. La independencia o la dependencia.
- f. Valorar la realidad.

### ✓ Demandas sociales

- a. Precisa la capacidad de comunicación verbal.
- b. Relevancia de la audición y la visión.

- c. Se realiza en grupo o individualmente.
  - d. Favorece la cooperación, la dependencia, compartir ideas, materiales o herramientas.
  - e. Fomenta la competitividad, la negociación.
- ✓ **Demandas de independencia**
- a. Capacidades para planificar y organizar.
  - b. Capacidades de usar la iniciativa.
  - c. Toma de decisiones.
  - d. Independencia de otros.

## 2.2. Modelos de análisis específicos de la actividad

### A. Modelo centrado en la tarea

El objetivo de este tipo de análisis es saber lo más posible sobre una actividad, desde las habilidades particulares que se requieren para realizarla de una manera competente hasta su relación con la participación (integración) en el mundo (Cynkin, 95). Cuando analizas actividades desde este modelo, te planteas *cuestiones* como:

- ¿Cuáles son las habilidades que la gente normalmente utiliza para hacer esta actividad del modo normal, habitual?
- ¿Cuál es el significado cultural de esta actividad?
- ¿Cómo podría utilizarse esta actividad de manera terapéutica?

*Utilización:* El análisis de la actividad centrado en la tarea comienza con una parte descriptiva de (pasos, 1-6) de la tarea. Para completar estos pasos, hay que empezar por involucrarse en la exploración de la actividad, incluyendo sus significados, su contexto de desempeño y los pasos utilizados para completarla. En paso 7 se debe llegar a definir los componentes de desempeño más o menos importantes y en el 8, como graduar y adaptar la actividad. Véase anexo IV. Análisis de la actividad centrada en la tarea.



## 2.3. Modelos de análisis completo de la actividad

El *análisis completo* sería aquel que incluyera las particularidades y demandas de la actividad a nivel de componentes de desempeño, teniendo en cuenta las áreas de desempeño de aplicación y el entorno, junto con las necesidades y particularidades del individuo que la va a desempeñar. M. Drake presenta un modelo que, aunque denomina *básico*, se considera el más completo, puesto que recoge todos los aspectos anteriormente apuntados. De ahí que Margallo, P se atreva a llamarlo *modelo de análisis completo de la actividad*. Consta de 12 partes. Véase anexo V. Análisis completo de la actividad (Desarrollo de las 12 partes de las que consta).

## 2.4. Modelos de análisis aplicados de la actividad

Margallo, P (2005), afirma que existe la posibilidad de crear modelos de análisis adscritos a un marco de referencia concreto: psicosocial, biomecánico, neurodesarrollo, etc. Estos modelos ayudan a planificar el tratamiento desde la perspectiva de unas teorías prácticas particulares. Estas teorías se seleccionan sobre la base de los problemas de las personas que estamos tratando, sus creencias profesionales y la perspectiva filosófica y teórica del centro donde trabajemos. En algunos casos, podremos combinar varias teorías para proporcionar una mayor aproximadamente a los problemas de nuestros clientes. Cada teoría (marco de referencia), modela y da una visión particular de la función, disfunción y del uso de la actividad para capacitar a los clientes con el fin de aumentar y mejorar su desempeño ocupacional. Véase anexo VI. Combinación de Margallo, P (2005) y Polonio. P (2003) análisis basados en marcos de referencia.

Los análisis de actividad dependerán de su aplicación específica en el ámbito donde desarrollemos nuestra intervención. Los *componentes* a tener en cuenta en el modelo aplicado de análisis de actividad según Polonio, B., son:

- Breve descripción de la actividad y objetivo general de la misma.
- Tipos de habilidades necesarias para completar la actividad a nivel perceptivo, sensorial, cognitivo, motor, interpersonal, etc.
- Grado de complejidad de la actividad.
- Grado de estructuración de la actividad.

→ Como se ha citado anteriormente, es importante aclarar al lector que ante el **modelo de análisis complejo** Polonio, B (2003) tiene en cuenta en el análisis de la actividad según su aplicación específica basándose en los siguientes *Marcos de referencia*: marco biomecánico, marco de neurodesarrollo, perceptivo-cognitivo y marco de referencia humanista (emocional e interacción social); sin embargo G<sup>a</sup> Margallo, reconoce la posibilidad de crear modelos de análisis adscritos a un marco de referencia concreto, dentro de los *modelos de análisis aplicados de la actividad*. Análisis basados en el marco humanista, Análisis basados en el marco en el de neurodesarrollo y Análisis basados en el marco biomecánico.

→ Es conveniente hacer patente que el análisis de la actividad es necesario para el terapeuta en prácticamente todas las fases del proceso de terapia ocupacional: evaluación, diagnóstico, planificación, implementación, etc.

- Definición de las tareas que comprenden la actividad
- Secuencia de ejecución de las tareas y si ésta es fija o flexible.
- Tiempo necesario para realizar la actividad.
- Precisión requerida y facilidad para corregir errores.
- Factores de riesgo, contraindicaciones, y precauciones necesarias.
- Herramientas, mobiliario, materiales, espacios requeridos para completar la actividad.
- Coste de realización de la actividad.
- Adecuación al ciclo vital.
- Posibilidades de elección.
- Aspectos sociales y culturales.

### 3. GRADUACIÓN DE LA ACTIVIDAD<sup>4</sup>

En muchos de los casos clínicos abordados en TO, es necesario adaptar o graduar la actividad con el fin de presentarla en un nivel requerido adecuado a las capacidades de la persona y al objetivo terapéutico que se persigue. Esto significa según afirma Polonio. B y Romero D (2003) que debemos modificar algunos aspectos del procedimiento, los materiales, las herramientas, el equipo o la posición en que, en condiciones normales, se realiza la actividad, con objetivo de convertirla en una actividad terapéutica a la vez que significa para la persona que la realiza. Algunos autores se refieren a este proceso como adaptación de actividades (Pedretti y Early, 2001), otros, como graduación (Turner, Foster y Johnson, 2002) y otros utilizan de forma diferente uno y otro término (Trombly y Radomski, 2002; Durante y Noya, 2001; Hagedorn, 1995).

Margallo, P., Navas, I. et cols. también afirman haber encontrado estas diferencias en cuanto la utilización de los términos adaptación y gradua-

<sup>4</sup> Definición de graduación y adaptación de la actividad según el diccionario de la Lengua Española:

- *Adaptación*: Acomodación al medio en el que se vive. Es un fenómeno universal que implica la acomodación interna del individuo al medio.
- *Graduación*: Dar el grado de intensidad correspondiente a una cosa. Hacer que una cosa disminuya o aumente en grados.

ción, por ello se ha considerado necesario definirlos, de tal modo se evitará confusión entre ambos conceptos.

## Adaptación

La adaptación de la actividad cumple un *triple objetivo*: en primer lugar, convierte en terapéutica actividades que, ordinariamente, no lo son; en segundo lugar, permite adecuar la tasa de exigencia de habilidades de la actividad a lo largo del continuo terapéutico para satisfacer los objetivos y en tercer lugar, permite que la persona con discapacidad física realice tareas o actividades que, de otro modo, sería incapaz de realizar (Polonio, B y Romero, D, 2003).

Sánchez, A (2015) expone que *la adaptación de la actividad es el proceso por el que una AVD, básica, instrumental, ocupación, tarea o actividad es modificada con el fin de poder ser realizadas por el sujeto de forma segura y con fines terapéuticos*. Una adaptación correcta debe ir dirigida a un objetivo específico, sin solicitar movimientos, gestos o posturas innecesarios, ser llevada a cabo de forma segura sin implicar riesgos para sujeto, y demandar de forma inherente una respuesta específica para su puesta en práctica.

Uno de los objetivos de la adaptación de las actividades consiste en hacer terapéutica aquellas que originalmente no tienen por qué serlo. En la práctica clínica, para el tratamiento de las disfunciones físicas se producen numerosos ejemplos, como al realizar una actividad que consiste en introducir fichas en un tablero agujereado a determinada distancia en sedestación para trabajar la extensión del codo, apertura y cierre de la mano con presión.

La adaptación según este autor, también nos permite graduar la actividad ofreciendo diferentes posibilidades terapéuticas con la misma actividad en una progresión continua en función de la evolución hacia la recuperación que presenta el sujeto, por ejemplo, si el objetivo es mejorar la destreza mediante la manipulación de fichas introducidas en un tablero de diferentes calibres, esta progresión de mayor o menor calibre nos permitirá trabajar en progresión terapéutica.

## Graduación

El concepto de graduación es importante en muchos aspectos. Comprende el incremento o disminución gradual de uno o más de los

criterios medibles de una actividad, por ejemplo, la postura la resistencia, la complejidad, la interacción social, etc. Es decir, aumentando o disminuyendo las demandas de una actividad podemos estimular la mejora o el progreso de la función o responder a la disminución de las capacidades funcionales de nuestros clientes.

Por lo tanto, la graduación de la actividad es una forma de adaptación e intensifica la ejecución mediante la incrementación de elementos seleccionados por el profesional. Su objetivo es aumentar la capacidad de los pacientes o usuarios para llevar a cabo tareas en incrementos tolerables y así conseguir un mayor nivel de ejecución según sus circunstancias. Según Durante, P. y Noya, B., existen diversos *elementos* a tener en cuenta en la graduación de la actividad:

- *Resistencia*: Para trabajarla podemos intervenir en la gravedad, anulándola o aumentándola. Podemos añadir pesos en los mecanismos e instrumentos de la actividad para que la persona tenga que intensificar sus esfuerzos. También seleccionar materiales más o menos pesados, texturas que ofrecen una mayor resistencia son otras formas de incrementarla. Otra manera sería aumentar de forma progresiva las repeticiones que el paciente o usuario tienen que hacer e ir disminuyendo el descanso (este método ha de realizarse cuidadosamente, para evitar sobrecargas).
- *Tolerancia a la actividad*: Podemos comenzar con un trabajo ligero e ir aumentando progresivamente acorde con sus necesidades. También se puede aumentar la duración o la frecuencia de las sesiones.
- *Organización e integración de las actividades*:
  - » Selección de la actividad en base a las necesidades, edad, cultura, entorno y objetivos propios de la persona.
  - » Estructuración de la actividad para que sea terapéutica, y que incluye estadios de aprendizaje sistemáticos, secuenciación y posibilidad de modificación, monitorización del progreso y la priorización de objetivos.
  - » Temporizar las actividades para que se integren en la rutina diaria de la persona.
  - » Interacción entre el terapeuta y el paciente o usuario, siendo el primer un modelo de competencia.

- *Técnicas y herramientas:* La graduación de las técnicas ha de integrarse con las necesidades físicas y psicológicas de la persona, que tenga sentido para el/ella y tener relación con las actividades y situaciones de su entorno. La graduación de las herramientas abarca: el equipo, el entorno y los objetos importantes para la persona.
- *Grado de desarrollo:* Es muy importante si intervenimos con personas con alteraciones en el sistema nervioso central. Hace referencia al nivel de desarrollo neuromotriz.
- *Posicionamiento:* La posición de la persona, de la actividad y de los accesorios utilizados se puede cambiar para conseguir los requerimientos terapéuticos determinados que deseamos trabajar.
- *Tolerancia a la bipedestación y la marcha:* La realización de muchas actividades proporcionan una buena oportunidad para aumentar el tiempo de bipedestación, las transferencias, el equilibrio. Podemos apoyar la ejecución de la actividad con mobiliario ajustable o colocar los materiales a cierta distancia para que la persona tenga que alcanzarlo.
- *Coordinación y control muscular:* Se logra aumentando de forma progresiva los movimientos fino, el control y la coordinación mientras se va reduciendo la movilidad gruesa.
- *Destreza:* Se trabajará junto con la velocidad de realización. Hay trabajos de tipo manual que permitirán trabajar de forma manual y son una oportunidad para ejercitar la motricidad fina, la velocidad o la precisión.
- *Complejidad:* La intervención en este sentido presenta dos líneas principales. O bien utilizar actividades que están formadas por muchos pasos y la persona trabajará en una de las tareas o pasos aumentando gradualmente el número de ellos. O bien, usar tareas con una mayor o menor demanda de las habilidades que deseamos trabajar en la ejecución.
- *Interacción social:* Podemos empezar trabajando de forma individual para luego pasar a intervenir de forma grupal en función de las necesidades del paciente o usuario.
- *A nivel grupal,* hay que tener en cuenta diversas variables:
  - » El trabajo podrá ser competitivo o cooperativo.
  - » Individual, en grupo o colectivo.
  - » El nivel de responsabilidad del grupo, etc.

- *Participación*: El nivel de participación puede variar e ir desde una participación pasiva a una más activa (esta tiene diferentes grados de participación).
- *Creatividad*: Los terapeutas pueden suprimir aquellas actividades repetitivas o estereotipadas con el fin de estimular la creatividad y la autoexpresión de la persona.

Con independencia del método de graduación que se utilice, el terapeuta ocupacional siempre tiene que tener en cuenta las siguientes *reglas*:

- El cliente debe saber y comprender el por qué se le pide realizar una actividad de una forma que pueda ser diferente a lo normal.
- La actividad debe mejorar y mantener una buena postura y posición durante su ejecución.
- El terapeuta ocupacional debe asegurarse que las graduaciones provocan un efecto positivo y no negativo para el individuo (ojo: la seguridad).
- El terapeuta ocupacional tiene que tener en cuenta el tiempo necesario para la modificación y supervisión de las actividades graduadas y adaptadas.
- El terapeuta ocupacional puede decidir si el método de graduación se va a focalizar más en la actividad (en cuyo caso la misma tarea es graduada para intentar cubrir una necesidad particular) o si está focalizada en la persona (en cuyo caso lo que se gradúa es la posición del individuo, su procesamiento cognitivo, etc. para hacer posible realizar la actividad).

El profesional considerará el tiempo que empleará en la modificación y el mantenimiento de actividades adaptadas.

→ Tanto la graduación como la adaptación de la actividad son aspectos esenciales de la práctica de la TO, porque a través de ellos producimos cambios terapéuticos o damos soporte cuando la función declina. Desde un punto de vista sistémico, estos cambios en el entorno producen un input en el individuo, quien puede ser capaz de modificar su conducta, de cambiar y producir a su vez output cada vez más ajustados.

Formación Alcalá

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- de Terapia Ocupacional, A. A. (2014). 3ª ed. Marco de Trabajo para la Práctica de la Terapia Ocupacional: dominio y proceso. Revista Americana de Terapia Ocupacional (AJOT).
- Hopkins, H. L., Smith, H. D., Willard, H. S., & Spackman, C. S. (2001). Terapia ocupacional. Panamericana.
- López, B. P., Molina, P. D., & Arnaiz, B. N. (2001). Conceptos fundamentales de terapia ocupacional. Ed. Médica Panamericana.
- López, B. P. (2003). 2ª ed. Terapia ocupacional en discapacitados físicos: teoría y práctica. Ed. Médica Panamericana.
- Cabeza, Á. S. (2015). Terapia ocupacional en disfunciones físicas. Síntesis.
- Senra, L. A. (2012). Análisis de una actividad ocupacional: marco de trabajo para la práctica de terapia ocupacional de la Asociación Americana de Terapia Ocupacional: dominio y proceso. Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG, (16): 13-15.
- Turner, A., Foster, M., & Johnson, S. E. (2003). Terapia ocupacional y disfunción física: Principios, técnicas y práctica. Elsevier España.
- Garcia-Margallo, P., San Juan Jiménez, M., Jonquera Cabrera, S., & Navas Morales, I. (2005). El análisis y la adaptación de la actividad en terapia ocupacional. Madrid: Aytóna Editores.



Formación Alcalá

## ANEXO I. ANÁLISIS DE ACTIVIDAD

DISTINTAS DEFINICIONES DEL TÉRMINO ACTIVIDAD	
AUTOR	DEFINICIÓN
<b>MOSEY (1981)</b>	<i>Las actividades significativas con llevan los procesos de hacer que requieren el uso del pensamiento y la energía, y que están dirigidos hacia un fin intencionado y deseado.</i>
<b>TURNER</b>	<i>Implica acción productiva, esto es, ser activo y hacer cosas particulares, por ejemplo hacer un sándwich a la plancha y después comerlo.</i>
<b>TROMBLY (1990)</b>	<i>Cualquier cosa que requiere el procesamiento mental de datos, la manipulación física de los objetos o el movimiento dirigido.</i>
<b>REED Y SANDERSON (1992)</b>	<i>Una acción específica, función o esfera de acción que implica aprender a hacer por experiencia directa.</i>
<b>YOUNG Y QUINN (1992)</b>	<i>El estado que es esencial para el mantenimiento y la continuación de la vida.</i>
<b>HAGEDORN</b>	<i>Utilizada tanto como un verbo que describe la acción de ser activo y como un nombre para indicar un ejemplo específico de ser activo. Las actividades son generalmente vistas como divisibles en tareas.</i>

## ANEXO II. CUADRO DE LOS TRES TIPOS DE ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD<sup>1</sup>

Cuadro 1. Análisis basado en la actividad
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir la actividad.</li> <li>• Describir las demandas de la actividad:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>» Objetos utilizados: Qué propiedades tienen los objetos, herramientas y materiales y su localización con respecto a la persona.</li> <li>» Demandas del entorno: Qué características tiene el lugar donde se producirá la actividad. Detectar las barreras y los facilitadores del entorno.</li> <li>» Características sociales: se realiza de una manera individual o grupal. Está asociada a algún rol social.</li> <li>» Demandas contextuales.</li> <li>» Secuenciación y tiempo de ejecución.</li> <li>» Acciones requeridas: Cuáles son los pasos necesarios para contemplarla.</li> <li>» Prerrequisitos relacionados con las capacidades, habilidades y procesos necesarios (cognitivos, perceptivos, sensoriales, motores, emocionales, relacionales).</li> <li>» Seguridad: Posibles riesgos inherentes a la actividad.</li> </ul> </li> </ul>

<sup>1</sup> Fuente: Cabeza, Á. S. (2015). *Terapia ocupacional en disfunciones físicas. Síntesis*.



### Cuadro 1. Análisis basado en la actividad

- Identificar los aspectos terapéuticos principales de la actividad / sus posibilidades de adaptación / determinar los *objetivos terapéuticos*:
  - » *Sensoriomotores*: Rango articular de movimiento, fuerza, control motor, control postural, resistencia, destreza y coordinación. Si el análisis necesitará de un análisis específico muscular, deben añadirse todos los componentes biomecánicos (MET, tipo de contracción, mínima fuerza requerida, músculos principales, efecto de la gravedad, movimientos, etc.).
  - » *Perceptivos*: Rastreo visual, percepción de objetos, conciencia espacial, etc.
  - » *Cognitivos*: Atención, memoria, funciones ejecutivas, resolución de problemas, conciencia sobre las limitaciones, praxias, etc.
  - » *Emocionales*: Humor, colaboración e interacción social, habilidades sociales, etc.
- Modificar las demandas de la *actividad* para determinar el nivel de dificultad:
  - » Materiales utilizados.
  - » Demandas espaciales.
  - » Demandas contextuales.
  - » Secuenciación y tiempo de realización.
  - » Demandas sociales.

### Cuadro 2. Análisis basado en el sujeto

- Especificar el *objeto principal* que la actividad implica para el desempeño ocupacional del sujeto.
- Especificar cuáles son las principales *habilidades y capacidades* que la actividad puede modificar.
  - » Rango articular de movimiento/fuerza/conducta motora/praxis/sensibilidad/percepción/cognición/otras.
- Evaluar el valor terapéutico en función de estas *características*:
  - » Inherente evoque de un deseo de respuesta.
  - » Que sea graduable en progresión para mejorar la función del paciente.
  - » Que esté dentro del rango de capacidades del sujeto.
  - » Que sea significativa.
  - » Que tenga posibilidades de repetición.
- Especificar los *parámetros* de la actividad para definir los niveles de dificultad:
  - » Tipos de instrucciones.
  - » Naturaleza y nivel de ayuda.
  - » Objeto y sus prioridades.
  - » Demandas de entorno.
  - » Demandas sociales.
  - » Secuenciación y tiempo de realización.
  - » Acciones y habilidades requeridas.
  - » Demandas de estructuras y funciones corporales.
  - » Influencia del contexto y del entorno.

### Cuadro 3. Análisis basado en el entorno

- Especificar la actividad que la persona quiere o necesita llevar a cabo en un entorno dado.
- Definir las características del entorno donde tendrá lugar la actividad (sala de tratamiento, domicilio del paciente, etc).
- Evaluar las barreras y los facilitadores para la actividad debido a ese entorno:
  - » Sujeto.
  - » Actividad.
  - » Entorno.
- Determinar las soluciones que permitirán completar la actividad:
  - » Sujeto.
  - » Actividad.
  - » Entorno.
- Definir los *parámetros* de la actividad y el entorno para determinar los niveles de dificultad:
  - » Tipos de instrucciones.
  - » Naturaleza y niveles de ayuda.
  - » Objetos y sus propiedades.
  - » Demandas de espacio.
  - » Demandas sociales.
  - » Secuenciación y tiempo de realización.
  - » Acciones requeridas y habilidades desarrolladas.
  - » Funciones corporales requeridas.
  - » Entorno o actividad nueva o familiar.
- Conocer posibles adaptaciones o diseños específicos y desarrollar las adaptaciones necesarias.



Formación Alcalá

## ANEXO III. MÉTODOS DE ANÁLISIS SIMPLE (adaptado de Foster, M y Pratt, J)<sup>1</sup>

PREGUNTAS	CONTENIDOS
<b>¿QUÉ?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grado de complejidad</li> <li>• Posibilidad de dividirse en tareas</li> <li>• Relación con otras actividades</li> </ul>
<b>¿POR QUÉ?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Objetivo, finalidad esencial</li> <li>• ¿Indicada para un objetivo terapéutico específico?</li> <li>• ¿Fundamental para la vida diaria?</li> </ul>
<b>¿DÓNDE?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Tiene que llevarse a cabo en un lugar específico?</li> <li>• La adaptación y elección del entorno ¿puede influir en el éxito de la actividad?</li> </ul>
<b>¿CUÁNDO?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accesibilidad, ubicación material, etc.</li> <li>• ¿Se suele realizar en un momento determinado del día o de la semana?</li> <li>• ¿Es ocasional?</li> <li>• ¿Son necesarias otras acciones antes/después de la actividad para que ésta tenga éxito?</li> </ul>
<b>¿CÓMO?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tareas, fases, secuencias esenciales dentro de la actividad.</li> <li>• Tiempo que se tarda en realizar.</li> <li>• Proceso continuo o con interrupciones o descansos.</li> <li>• Capacidades (motoras, sensoriales, cognitivas o psicológicas) más necesarias para llevarlo a cabo.</li> <li>• Posibles riesgos.</li> </ul>
<b>¿QUIÉN?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Quién está implicado?</li> <li>• Se necesita de una o más personas?</li> <li>• Si necesita de varias ¿qué parte desempeña cada una en la ejecución de la actividad?</li> </ul>

<sup>1</sup> Fuente: García-Margallo, P., San Juan Jiménez, M., Jonquera Cabrera, S., & Navas Morales, I. (2005). *El análisis y la adaptación de la actividad en Terapia Ocupacional*. Madrid: Aytóna Editores.

## ANEXO IV. ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD CENTRADO EN LA TAREA<sup>1</sup>

1. Descripción breve de la actividad (1 o 2 frases).
2. Rango de edad típico para esta actividad.
3. Aspectos ambientales del entorno:
  - 3.1. Físico
  - 3.2. Social
  - 3.3. Cultural
4. Materiales y equipamientos necesarios para llevar a cabo esta actividad.
5. Riesgo seguros inherentes a esta actividad.
6. Pasos secuenciales de esta actividad (entre 10-20 pasos, dependiendo de la actividad). Cada paso no debe llevar más de 2 frases de explicación.
7. Análisis de los componentes de la actividad:
  - 7.1. Componentes de desempeño más necesarios para esta actividad.
  - 7.2. Componentes de desempeño menos necesarios para esta actividad.
8. Graduación y adaptación de esta actividad:
  - 8.1. Describir varios componentes de desempeño que pueden desarrollarse utilizando esta actividad.
  - 8.2. Seleccionar dos componentes de desempeño de la lista y describir cómo podría ser graduada la actividad para incrementar la función de los mismos (cada componente separado).
  - 8.3. Seleccionar otros dos componentes de desempeño de la lista y describir cómo podría graduarse la actividad para que una persona, cuya función declina, pueda seguir desempeñándola.
  - 8.4. Seleccionar otros dos componentes y describir cómo podría adaptarse la actividad para una persona con una discapacidad estable.

<sup>1</sup> Fuente: García-Margallo, P., San Juan Jiménez, M., Jonquera Cabrera, S., & Navas Morales, I. (2005). *El análisis y la adaptación de la actividad en terapia ocupacional*. Madrid: Aytona Editores.

## ANEXO V. ANÁLISIS COMPLETO DE LA ACTIVIDAD (12 PARTES)<sup>1</sup>

1. Nombre de la actividad/ocupación.
2. Contextos de desempeño (para un cliente hipotético):
  - 2.1. Edad/sexo del cliente.
  - 2.2. Diagnóstico/nivel de gravedad de la discapacidad (situación en el continuo de discapacidad; lesión aguda, cronicidad, etc.).
  - 2.3. Entorno residencial (accesibilidad a la ejecución dentro del entorno físico).
  - 2.4. Situación familiar/amigos (disponibilidad y expectativas de las personas significativas).
  - 2.5. Identificación cultural/étnica (costumbres, patrones de actividades, niveles de comportamiento y expectativas de la sociedad).
  - 2.6. Nivel económico/trabajo.
  - 2.7. Nivel educativo.
  - 2.8. Espacio de tratamiento:
    - Tamaño de la habitación.
    - Zona de trabajo por persona.
    - Disposición de muebles (utiliza un diagrama si fuera necesario).
    - Iluminación.
    - Equipamiento y aparatos.
    - Ventilación y temperatura.
3. Objetivo de tratamiento que pretende la actividad.
4. Materiales y herramientas necesarias; costes.
5. Preparación de la sesión:
  - Por quién (ayudante, terapeuta, cliente).
  - Pasos en la preparación.
  - Tiempo requerido.
6. Colocación/disposición de las herramientas. Por ejemplo en un armario, mesa, estantería, etc.
7. Pasos de la actividad (enumerar en orden y escribir en cada paso; incluir el tiempo requerido).



<sup>1</sup> Fuente: García-Margallo, P., San Juan Jiménez, M., Jonquera Cabrera, S., & Navas Morales, I. (2005). *El análisis y la adaptación de la actividad en terapia ocupacional*. Madrid: Aytón Editores.

8. Método de instrucciones (por ejemplo, demostración directrices verbales, ayudas auditivas o visuales).
9. Oportunidades para la graduación de la actividad:
  - De más simple a más compleja.
  - De compleja a más simple.
10. Precauciones (por ejemplo, equilibrio, riesgo de suicidio o heridas).
11. Áreas de desempeño: ¿en cuáles de éstas se podría catalogar la actividad y por qué?
  - Mantenimiento de la salud.
  - Manejo del hogar.
  - Cuidados de otros.
  - Nivel educacional (uso de cada edad o nivel graduado de expectativas de desempeño).
  - Vocacional/jubilación (oportunidades para la práctica de habilidades relacionadas con el trabajo):
    1. Seguir instrucciones.
    2. Aceptación de la autoridad.
    3. Ser capaz de adaptarse.
    4. Establecer objetivos.
    5. Planificación y desempeño de manera independiente y cooperativa.
    6. Práctica de las habilidades de manejo del estrés.
    7. Demostración de nuevos mecanismos corporales.
    8. Saber ser oportuno/capacidad de espera.
    9. Cálculo.
    10. Toma de decisiones.
    11. Autoevaluación.
  - Exploración del ocio/juego.
  - Desempeño del ocio/juego.
12. Componentes del desempeños:
  - Sensoriomotor.
  - Neuromusculoesqueletico.
  - Motor.
  - Cognición.
  - Psicosocial.

## ANEXO VI. COMBINACIÓN DE MARGALLO, P (2005) Y POLONIO. P (2003). ANÁLISIS BASADOS EN MARCOS DE REFERENCIA

POLONIO. B (2003) <sup>1</sup>	MARGALLO. P (2005) <sup>2</sup>
<b>ANÁLISIS DE ACTIVIDAD BASADO EN EL MARCO DE REFERENCIA BIOMECÁNICO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocación exacta de las herramientas.</li> <li>• Identificación de los pasos de una actividad.</li> <li>• Separación de cada paso de actividad en movimientos.</li> <li>• Tipo de movimientos requeridos (activos, pasivos y asistidos).</li> <li>• Gama de cada uno de esos movimientos.</li> <li>• Número de repeticiones potenciales de cada movimiento.</li> <li>• Tipo de patrones motores exigidos intrínsecamente por las actividades (unilaterales, bilaterales o recíprocas).</li> <li>• Necesidad de estabilizar materiales, las herramientas o asistir a la persona.</li> <li>• Tipo de contracción para cada movimiento (concéntrica, excéntrica o estática).</li> <li>• Análisis de cada movimiento para determinar que músculos intervienen, potencia mínima y resistencias requeridas.</li> <li>• Niveles de consumo metabólicos exigidos por la actividad (MET).</li> <li>• Precauciones a tener en cuenta.</li> <li>• Cómo graduar la actividad para aumentar:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» La gama de movimientos activos y/o pasivos.</li> <li>» La fuerza.</li> <li>» La resistencia.</li> <li>» La coordinación y destreza.</li> </ul> </li> </ul>	<p>El modelo de análisis biomecánico que presenta esta autora consta de 9 puntos y lo ha adaptado de Trombly.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nombre de la actividad.</li> <li>2. Descripción de la posición de la persona y de los materiales, especialmente su relación entre sí.</li> <li>3. Precauciones que hay que tener en cuenta.</li> <li>4. Articulaciones implicadas.</li> <li>5. Grupos musculares implicados.</li> <li>6. Estabilizaciones necesarias para llevar a cabo esta actividad.</li> <li>7. Pasos de la actividad.</li> <li>8. Características esenciales de la actividad.</li> <li>9. Graduaciones posibles de la actividad para aumentar:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• La fuerza</li> <li>• La gama de movimientos</li> <li>• La coordinación</li> <li>• La resistencia</li> </ul> </li> </ol>

<sup>1</sup> Fuente: López, B. P. (2003). *Terapia ocupacional en discapacitados físicos: teoría y práctica*. Ed. Médica Panamericana.

<sup>2</sup> Fuente: Garcia-Margallo, P., San Juan Jiménez, M., Jonquera Cabrera, S., & Navas Morales, I. (2005). *El análisis y la adaptación de la actividad en terapia ocupacional*. Madrid: Aytón Editores.

POLONIO. B (2003) <sup>1</sup>	MARGALLO. P (2005) <sup>2</sup>
<b>ANÁLISIS DE ACTIVIDAD BASADO EN EL MARCO DE REFERENCIA DE NEURODESARROLLO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir cómo se coloca en la persona, los materiales, especialmente en su relación en sí.</li> <li>• Qué tipo de respuestas motoras demanda principalmente la actividad: Movilidad, estabilidad distal con movilidad proximal o estabilidad proximal con movilidad distal).</li> <li>• Movimientos y posiciones implicados en la actividad, para determinar si los reflejos primitivos están siendo reforzados y si están propiciando adecuadamente las reacciones de equilibrio y enderezamiento.</li> <li>• Qué articulaciones exige la actividad que sean estabilizadas y/o movilizadas.</li> <li>• Relación de las posturas y movimientos exigidos por la actividad teniendo en cuenta el nivel y la secuencia de desarrollo normal.</li> <li>• Determinación de la velocidad y asistencia (movimiento dirigido) requeridos para la realización de los movimientos exigidos por la actividad.</li> <li>• Tipos de patrones exigidos por la actividad: Patrones sinérgicos de los miembros u opuestos a las sinergias. En caso afirmativo, determinar que sinergia es la que está implicada.</li> <li>• Definir si el movimiento requerido es global, de todo el miembro, o exige el control aislado de determinadas articulaciones con movimientos selectivos. Describirlos.</li> <li>• Grupos musculares que se ponen en acción y tipo de activación de estos grupos musculares: Refleja, automática o control voluntario.</li> <li>• Describir el tipo de estimulación sensitiva controlada que ofrece la actividad, a que grupos musculares y si el efecto producido es facilitador o inhibidor.</li> <li>• Nivel de control de respuesta exigida por la actividad: Cortical o subcortical.</li> <li>• Cantidad de atención requerida y si se dirige hacia el movimiento en sí mismo o hacia el objetivo final de la actividad.</li> <li>• Posibilidad de adaptar esta actividad para que el paciente avance hacia el siguiente nivel de desarrollo del control motor. Definir la forma de llevar a cabo la adaptación.</li> </ul>	<p>Esta autora se basa en el trabajo de César Cuesta, el cual presentó un análisis de una actividad de la vida diaria donde se pueden valorar todos estos aspectos de manera integral.</p> <div style="background-color: #e0e0e0; padding: 10px; border: 1px solid #ccc;"> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Postura inicial.</li> <li>2. Pasos de la actividad: análisis de la actividad, análisis de los patrones posturales y sinergias de movimiento (para cada paso).</li> <li>3. Componente sensorial.</li> <li>4. Planificación motora cognitiva</li> <li>5. Graduación de la actividad.</li> <li>6. Adaptación del entorno.</li> <li>7. Problemas clave.</li> <li>8. Problemas que pueden aparecer al realizar esta actividad y posibles soluciones.</li> </ol> </div>

<sup>1</sup> Fuente: López, B. P. (2003). *Terapia ocupacional en discapacitados físicos: teoría y práctica*. Ed. Médica Panamericana.

<sup>2</sup> Fuente: Garcia-Margallo, P., San Juan Jiménez, M., Jonquera Cabrera, S., & Navas Morales, I. (2005). *El análisis y la adaptación de la actividad en terapia ocupacional*. Madrid: Aytóna Editores.



<p><b>Análisis de actividad basado en el marco de referencia humanista (análisis emocional y de interacción social)</b></p>	<p><b>Análisis de actividad basado en el marco de referencia humanista</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir si la actividad requiere de interiorización o autoexpresión.</li> <li>• Determinar si existen valores y actitudes inherentes a la actividad.</li> <li>• Determinar si la actividad permite expresar emociones y sentimientos, comprobar la realidad, identificar roles y conductas sociales, etc.</li> <li>• Requerimientos de autocontrol, manejo de impulsos, paciencia, etc.</li> <li>• Definir si es una actividad individual, a realizar en parejas, el grupo, etc.</li> <li>• Tipo de interacción requerida: Formal, informal, cooperativa, competitiva, etc.</li> <li>• Formas de comunicación requeridas por la actividad: Simple/compleja, verbal/no verbal, expresiva (escrita, hablada o con equipo), comprensión (de información o instrucciones verbales escritas).</li> </ul>	<p>Este adaptado de Lamport, Coffey y Hersch que lo denominan <i>Activity Awareness Form</i>. Consta de 6 preguntas abiertas, centradas en la vivencia de la realización de la actividad que se acaba de hacer.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Durante la actividad pensaba que...</li> <li>2. Mientras hacía la actividad me sentía...</li> <li>3. Cuando estaba haciendo la actividad, recuerdo haber utilizado las siguientes partes del cuerpo...</li> <li>4. Para hacer esta actividad, necesito (mental, emocional, físicamente)...</li> <li>5. Cuando vuelva a hacer esta actividad de nuevo, haré...</li> <li>6. Después de hacer esta actividad me ha dado cuenta de...</li> </ol>
<p style="text-align: center;"><b>Análisis de actividad basado en el marco de referencia perceptivo – cognitivo</b></p>	
<p><b>Demandas de reconocimiento y procesamiento perceptivo.</b></p> <p><i>Requerimientos visuales de la actividad:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agudeza visual.</li> <li>• Visión cercana-lejana.</li> <li>• Reconocimiento de objetos.</li> <li>• Colores.</li> <li>• Distinción figura-fondo.</li> <li>• Cierre visual.</li> <li>• Constancia de la forma</li> <li>• Reconocimiento de palabras, etc.</li> </ul> <p><i>Requerimientos táctiles:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Requerimiento de forma.</li> <li>• Tamaño</li> <li>• Peso</li> <li>• Volumen</li> <li>• Textura</li> <li>• Temperatura, etc.</li> </ul>	



### **Análisis de actividad basado en el marco de referencia perceptivo – cognitivo**

Requerimientos de discriminación derecha/izquierda, esquema corporal, reconocimiento de caras, expresiones, etc.

*Requerimientos espaciales de la actividad:*

- Percepción de la profundidad, de ángulos y niveles.
- Posición del material en el espacio, de las herramientas, equipos y del paciente o usuario.
- Relaciones espaciales.
- Evaluación del tamaño la posición y el volumen.
- Orientación topográfica, etc.
- Habilidades propioceptivas, cinestésicas y vestibulares requeridas.
- Praxias ideomotoras o ideatorias.

*Requerimientos de identificación o discriminación de sonidos determinados, volumen, tono, etc.:*

- Determinar si la actividad implica habilidades de identificación o discriminación de olores o sabores.
- Demandas cognitivas.
- Demandas de la orientación de la actividad: temporal, espacial, personal y topográfica.

*Requerimientos de atención (dividida y simultánea simple) y concentración de la actividad y determinación de si estos son constantes o cambiantes.*

- Tipos de requerimientos mnemónicos para llevar a cabo la actividad: Memoria de trabajo, memoria a largo plazo, declarativa, episódica, implícita, explícita, procedimental, cotidiana o prospectiva.
- Asociación de ideas, conceptos y objetos requerida.
- Nivel de pensamiento concreto y/o abstracto requeridos por la actividad.
- Habilidades de organización requeridas por la actividad: Pensamiento lógico, planificación, clasificación, resolución de problemas, toma de decisiones, aprendizaje, formulación y logro de objetivos entre otras.
- Niveles específicos de lenguaje o cálculo demandados por la actividad.
- Exigencias de reconocimiento del tiempo y habilidades de gestión de la actividad.
- Iniciación y terminación de la actividad.
- Niveles de responsabilidad y control exigidos.
- Evaluación de riesgos.
- Oportunidad para la creatividad, el uso de la imaginación o la improvisación que proporciona la actividad.

Formación Alcalá