5.9
Utilización de la consola Wii de Nintendo en mayores con deterioro cognitivo.

Laura Martín

Vitalia Centros de Día
www.vitalia.com.es
laura.martin@vitalia.com.es

Vitalia Centros de Día es una empresa de centros de día para mayores con una nueva metodología, el Método Hoffmann, un método registrado como obra científica que fue creado por Catalina Hoffmann.

En este capítulo se ofrece información de la utilización de la Consola Wii en 10 Centros de Día Vitalia con mayores con deterioro cognitivo. Se incluye información de indicaciones, contraindicaciones, beneficios, dificultades en su uso, profesionales que lo desarrollan, terapias individuales y grupales.

El método Hoffmann supone centrarse en prestar atención y cuidado a los mayores, creando un programa de intervención personalizado teniendo en cuenta las áreas físicas, cognitivas, afectivas y sociales. Entre otros requisitos, todos los profesionales que forman el equipo multidisciplinar están formados en el Método Hoffmann.

Siguiendo la consigna de Vitalia de innovar y proponer a sus mayores los tratamientos más novedosos, se llegó a un acuerdo con Nintendo para probar la efectividad de la consola Wii en los mayores.

Para ello, 10 de los centros Vitalia disfrutan de una cesión de esta consola, utilizando el juego Wii Fit Plus para trabajar con mayores con deterioro cognitivo, que varía según los casos de leve a severo y mayores sin deterioro cognitivo.

Antes de comenzar el trabajo en los centros desde Vitalia central, en concreto el área de contenidos y formación, dada la organización de las actividades y el carácter terapéutico del uso de la consola, decidió quién sería el profesional que coordinara estas actividades, y se decidió que el Fisioterapeuta y/o el Terapeuta Ocupacional eran los profesionales más indicados para ello.

Otra consideración previa fue que para los mayores el uso de consolas y videojuegos es algo novedoso, ya que es un elemento que no han utilizado normalmente en sus vidas, esto supuso un reto para profesionales y mayores ya que todos ellos se enfrentaban a la experimentación con nuevos materiales.

A la hora de poner en marcha los programas de intervención cada centro creó sus horarios y criterios para la inclusión de los mayores en los grupos terapéuticos. A pesar de esta libertad de elección se comprueba que los resultados, las dificultades iniciales, la posterior aceptación y los beneficios, son similares en los todos los centros.

Al implantar las terapias con la Wii, en muchos casos los mayores se mostraban reacios a utilizar la consola por considerarlo algo infantil, por miedo a caerse, o simplemente por pensar que era demasiado complicado para ellos.

Al principio realizaban comentarios como “Yo esto no lo voy a saber hacer”, o “Mira que me pedís cosas difíciles”.

Con el tiempo, los esfuerzos de los profesionales permitieron que muchos mayores probaran el juego Wii Fit Plus, adaptándolo a sus necesidades, y comprobando como una vez que lo han usado, les gusta y notan sus beneficios. Los comentarios de los mayores fueron más positivos: “Me gusta mucho, quiero repetir”, “Es muy divertido, me gusta mucho” “Haciendo este tipo de ejercicio se favorece la salud” “Quiero seguir haciendo este tipo de gimnasia” “Esto es muy moderno” “Con esto seguro que se pierde mucho peso”…

Pero no hay que olvidar que hay un grupo reducido que se negaron al principio y no han querido participar de esta actividad a pesar de comprobar que sus compañeros la utilizan y disfrutan con ello. Lo justifican con frases “Esto es para que juegue mi nieto” o “No quiero porque me voy a caer”.

Las terapias se han realizado de forma grupal, con grupos pequeños entre 3 y 5 participantes, con una duración entre 45 y 60 minutos.

Aunque la actividad se realiza en grupo, el mayor que está utilizando la Wii siempre está acompañado por el profesional que dirige la actividad para evitar pérdidas de equilibrio y/o evitar caídas y ayudarles a comprender cómo deben realizar el ejercicio. Según las necesidades se facilita apoyo físico, indicaciones verbales o supervisión.

Durante esta actividad los mayores esperan su turno con la consola, reciben estimulación cognitiva, ya que deben recordar su turno, animan, aconsejan, realizan pequeñas competiciones… y descansan del esfuerzo que para ellos supone comprender que la figura que aparece en la pantalla son ellos, y que su movimiento se reflejará en ella.

También se han realizado tratamientos individuales con mayores sin apenas deterioro cognitivo que resistían más tiempo sin fatigarse física ni cognitivamente.

Los principales beneficios que han observado los profesionales y los mayores son una mejora del control postural, el equilibrio y la coordinación.

Los profesionales consideran esta actividad interesante y beneficiosa en todos los aspectos para los mayores, ya sea a nivel físico (que parece el más evidente), pero también a nivel cognitivo (atención, memoria, funciones ejecutivas) y sobre todo a nivel social.

Para el uso de la consola actualmente se trabaja únicamente con el juego Wii Fit Plus. Se están recogiendo las sugerencias de los profesionales para mejorar esta intervención. Las más destacables son:

- La necesidad de un segundo mando para fomentar la competición y/o el trabajo en equipo.

- Utilización de otros juegos, ya que se ha comprobado que este juego no permite el trabajo a personas que no pueden mantenerse en bipedestación y se desplazan en silla de ruedas, por lo que en numerosas ocasiones han sugerido la utilización de otros tipos de juegos que permitan "jugar" a los mayores que necesitan silla de ruedas o aquellos que no utilizan la consola por miedo a caerse.

Vitalia tras los resultados obtenidos, se plantea utilizar la consola como parte habitual de sus terapias en todos los centros, desarrollando e implantando un programa específico de Terapia con la Wii, en la que no solo se utilice el juego Wii Fit Plus, sino otros que no requieran el uso de la plataforma y permitan la participación de los mayores con problemas en la bipedestación. Se estudia utilizar entre otros el Wii Sport, Big Brain Academy para Wii o el Wii Party.