



El programa busca mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual que tienen más de 45 años

La Comunidad promueve el envejecimiento activo de personas con discapacidad intelectual

- A través de un programa que se desarrolla en cinco centros ocupacionales con residencia, con 50 usuarios participantes
- Incluye sesiones semanales de hora y media de duración que conjugan la actividad física, la cognitiva y la diversión

20 de noviembre de 2016.- La Comunidad de Madrid está desarrollando un programa específico de envejecimiento activo dirigido a los usuarios mayores de 45 años o en proceso de envejecimiento de los cinco centros ocupacionales con residencia de la Agencia Madrileña de Atención Social (AMAS).

En los últimos años, los centros de atención a personas con discapacidad intelectual de la AMAS han experimentado un aumento progresivo de la edad media de sus usuarios (actualmente es de 43,94 años), debido, entre otras variables, a los avances científicos y la calidad de la atención.

Ante esta realidad se han puesto en marcha numerosas acciones, tanto formativas como programas específicos de atención, destinados a garantizar el mayor bienestar de las personas con discapacidad intelectual. Bajo la premisa “Dotar de vida a los años y no solamente de años a la vida”, se ha tomado como referente a la Organización Mundial de la Salud, que contempla el envejecimiento activo como “el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida”.

El Programa de envejecimiento para personas con discapacidad intelectual tiene como principales objetivos promover los hábitos saludables en personas mayores de 45 años o en proceso de envejecimiento; prevenir su deterioro físico y psíquico; mejorar la calidad de vida y la salud, y potenciar las capacidades personales y las posibilidades de participación social, independientemente de la discapacidad y la edad.

Con este fin, el programa se desarrolla en sesiones semanales de una hora y media de duración, estando prevista su finalización a finales del mes de noviembre para proceder a su evaluación y programación para el próximo año.



El programa emplea una metodología participativa, fundamentalmente a través de actividades físico-deportivas adaptadas, para lo que se buscan aquellas técnicas y procedimientos que favorecen la mayor implicación y participación de los usuarios, activando el cuerpo y con un alto nivel psicomotriz.

Entre las actividades que más éxito alcanzan entre los participantes se pueden destacar juegos de códigos, búsqueda del tesoro, juegos de pases y lanzamientos, bingos de colores y formas, puzzles gigantes, o muecas y espejos. En suma, un abanico de actividades que conjugan la actividad física, la cognitiva y la diversión.

PROMOCIÓN DE LA CALIDAD DE VIDA

El Programa de envejecimiento activo para personas con discapacidad intelectual se encuentra recogido dentro de las numerosas medidas incluidas en el Plan Estratégico 2016-21 de la AMAS para los centros de personas con discapacidad intelectual, centradas en conseguir su mayor bienestar y calidad de vida.

Entre esas medidas, diseñadas desde una planificación integral que tiene en cuenta todas las esferas de las personas con discapacidad intelectual, se incluyen programas de promoción deportiva, programas de integración laboral, social y cultural, programas de autogestores, sexualidad o comunicación aumentativa.

El conjunto de estas medidas pone de manifiesto el firme compromiso de la Comunidad de Madrid con el bienestar de las personas con discapacidad intelectual y sus familiares, asegurando una atención gratuita y de la máxima calidad, dirigida a dotar a estas personas del mayor número de oportunidades.