

Trabajo Fin de Grado

Título del trabajo

Beneficios de participación social en entornos verdes: terapia ocupacional para usuarios de salud mental. Estudio piloto

Benefits of social participation in Green environments: Occupational therapy for mental health users. Pilot study

Autor

Oksana Makhotina Vakhonina

Director/es

Ignacio Olivar Noguera
Marta Hernando Pina

Facultad de Ciencias de la Salud
Curso Académico 2024-2025

Índice

| | |
|--------------------------|-----------|
| Resumen..... | 3 |
| Abstract..... | 4 |
| Introducción..... | 4 |
| Objetivos:..... | 7 |
| Metodología..... | 7 |
| Resultados..... | 15 |
| Conclusión..... | 30 |
| Bibliografía..... | 31 |
| ANEXOS..... | 33 |

Resumen

Esta propuesta de estudio piloto destaca la importancia de la terapia ocupacional en la promoción de la participación ocupacional, para mejorar la salud mental de los adultos mayores con trastornos mentales. Se utilizan como herramienta los jardines terapéuticos como espacios diseñados, para fomentar la salud mental a través de la conexión con la naturaleza y la jardinería. Se basa en el Modelo de Ocupación Humana (MOHO) y tiene como objetivos potenciar el bienestar emocional, socialización y autonomía personal, estableciendo unos hábitos saludables.

Participan cinco usuarios del centro Rehabilitación Psicosocial Ntra. Sra. del Pilar de Zaragoza y se desarrolla en el jardín terapéutico de la Facultad de Ciencias de la Salud. Se realizan cinco sesiones en los meses de febrero y marzo. Para evaluar la participación ocupacional se ha utilizado, al inicio y al final del proyecto, la escala observacional de MOHOST; para averiguar la opinión y satisfacción personal de los participantes se utilizaron dos encuestas.

El jardín terapéutico permite una participación activa en las ocupaciones significativas para los participantes. Las actividades de jardinería grupales les permiten sentirse parte de una comunidad. Aunque existen ciertas limitaciones como número reducido de participantes o de sesiones realizadas, según los resultados recogidos muestran clara evidencia de impacto positivo del contacto con la naturaleza y la ocupación significativa en la salud mental.

Para futuros estudios se recomienda ampliar el número de muestras y duración de sesiones para evaluar sus efectos a largo plazo.

Palabras claves: Terapia Ocupacional, Rutinas, Participación social, Jardín terapéutico, Espacios verdes, Salud Mental, Trastorno mental.

Abstract

This pilot study proposal highlights the importance of occupational therapy in promoting occupational participation to improve the mental health of older adults with mental disorders. Therapeutic gardens are used as a tool—designed spaces intended to foster mental health through connection with nature and gardening. The study is based on the Model of Human Occupation (MOHO) and aims to enhance emotional well-being, socialization, and personal autonomy by establishing healthy habits.

Five users from the Ntra. Sra. del Pilar Psychosocial Rehabilitation Center in Zaragoza participated, and the project was carried out in the therapeutic garden of the Faculty of Health Sciences. Five sessions were held during the months of February and March. To assess occupational participation, the MOHOST observational scale was used at the beginning and end of the project. Two surveys were used to gauge participants' opinions and personal satisfaction.

The therapeutic garden enables active participation in meaningful occupations for the participants. Group gardening activities help them feel part of a community. Although there are some limitations—such as the small number of participants or sessions conducted—the collected results clearly show evidence of the positive impact of contact with nature and meaningful occupation on mental health.

For future studies, it is recommended to increase the sample size and session duration to assess long-term effects.

Keywords: Occupational Therapy, Routines Social, Participation, Therapeutic Garden, Green Spaces, Mental Health, Mental Disorder.

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define *"La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, aprender y trabajar adecuadamente e integrarse en su entorno. La salud mental tiene un valor intrínseco y fundamental, y forma parte de nuestro bienestar general"*(1).

Según el DSM-5 *"Un trastorno mental es un síndrome caracterizado por una alteración clínicamente significativa del estado cognitivo, la regulación emocional o el comportamiento del individuo que refleja una disfunción de los procesos psicológicos, biológicos o del desarrollo que subyacen en su función mental"* (2).

En 2019, uno de cada ocho individuos a nivel global (equivalente a 970 millones de individuos) sufría de un trastorno mental y ha aumentado en 2020 como consecuencia de la pandemia de COVID19. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce que los trastornos mentales como la depresión, la demencia o la ansiedad son una de las principales causas de discapacidad en el mundo, siendo especialmente significativos en los adultos mayores (3).

La Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales (WFOT) define a la terapia ocupacional como *"Una profesión de salud centrada en el cliente que se ocupa de promover la salud y el bienestar a través de la ocupación. El objetivo principal de la terapia ocupacional es permitir que las personas participen en las actividades de la vida cotidiana. Los terapeutas ocupacionales logran este resultado trabajando con personas y comunidades para mejorar su capacidad de participar en las ocupaciones que quieren, necesitan o se espera que hagan, o modificando la ocupación o el entorno para apoyar mejor su compromiso ocupacional"* (4).

Las personas mayores con diferentes trastornos mentales que viven en un centro psicogeriátrico de larga estancia suelen recibir escasas visitas de sus familias, amigos o cuidadores. Incluso habrá usuarios que no reciben ninguna visita al mes. A pesar de que están en el centro rodeados de diferentes profesionales sanitarios y de sus compañeros es muy habitual que se sientan solos. Una baja calidad de relaciones sociales percibe la aparición de la soledad. El aislamiento social puede empeorar los síntomas de depresión y ansiedad, lo cual provoca aún más el sentimiento de inseguridad para relacionarse con las demás personas. Las personas mayores con trastorno depresivo diagnosticado, muestran una falta de

interés en realización de actividades de la vida diaria, baja autoestima, fatiga, debilidad, pensamientos negativos, etc... Asimismo, al no tener constantes visitas de sus seres queridos y no realizar actividades relevantes, suele provocarles una sensación de inutilidad. Por otra parte, en el proceso de envejecimiento, las personas mayores disminuyen los roles activos, pasando a una transición de etapa pasiva que puede aumentar la sintomatología de los trastornos psiquiátricos. Para mejorar o prevenir estas sensaciones es necesario establecer unas rutinas saludables que ayudan a promover la participación social (5,6).

Los jardines terapéuticos son una de las herramientas de intervención que dispone la terapia ocupacional para este tipo de población, utilizando el desarrollo de una actividad cotidiana como es la jardinería para fomentar la inclusión social, mejorar la funcionalidad de los usuarios y crear entornos significativos en sus vidas (7,8).

Un jardín terapéutico es un espacio diseñado para promover la salud mental y emocional mediante la interacción con la naturaleza y actividades como la jardinería. Los primeros jardines terapéuticos aparecen en hospitales psiquiátricos a finales del siglo XIX, integrando los tratamientos de pacientes con trastornos mentales. Aportan beneficios como la realización de una actividad física y el desarrollo de habilidades cognitivas o de socialización, además de sus propiedades relajantes. También contribuyen a promover la sensación de bienestar y la autonomía del paciente, lo cual redundará en una mejoría de su salud mental (9,10,11).

Las actividades de jardinería en colectividad dentro de un jardín terapéutico en el ámbito de la terapia ocupacional es especialmente beneficiosa y efectiva, contribuyendo a reducir la sensación de aislamiento y soledad, que es particularmente dañina y frecuente en ese sector poblacional. Los usuarios se relacionan unos con otros y cooperan entre ellos, lo cual redundará en un mayor bienestar emocional y en una sensación de comunidad y de conexión personal que puede extenderse más allá del propio ámbito del jardín terapéutico (12,13,14).

Los jardines terapéuticos favorecen, a través de las actividades de jardinería que en ellos se desarrollan, la recuperación de los usuarios. En el caso concreto de personas mayores que hayan trabajado o vivido en el mundo rural y se hayan dedicado al campo durante toda o parte de su vida anterior, los efectos

beneficiosos y la conveniencia de acudir a estos jardines terapéuticos son aún mayores, ya que para ellos es una actividad muy significativa, retomar el contacto con la jardinería es una forma de revivir ese pasado y de volver a conectarlos con él (15).

Además, los jardines terapéuticos son una herramienta más para la creación de rutinas diarias en la vida de las personas, algo especialmente útil y beneficioso en adultos mayores. Eso les proporciona una sensación de control en su vida, reduciendo su ansiedad y los vuelve más autónomos e independientes. Así mismo, el acudir al jardín terapéutico contribuye a la creación de otras rutinas cotidianas como: levantarse, asearse, usar transporte público, etc,... La ejecución de actividades diarias favorece al desarrollo de habilidades fundamentales para la inclusión social (16,17,18).

También, el hecho de desarrollar una actividad como la jardinería, que implica el cuidado de otros seres vivos como son las plantas y que no se asocia a ningún prejuicio negativo, contribuye a que estas personas pasen de sentirse dependientes de terceras personas a tener rol de cuidadores y sentirse responsables de otros seres vivos. Lo cual puede repercutir positivamente en su autoestima y en hacerlos sentirse útiles en la sociedad (19).

Este proyecto tiene como objetivo investigar cómo la interacción social en un jardín terapéutico a través de actividades como la jardinería, contribuye a incrementar la autonomía y mejorar el bienestar emocional y la salud mental de los usuarios de unidad de psicogeriatría del centro Rehabilitación Psicosocial o del CRP Ntra. Sra. del Pilar de Zaragoza. Los usuarios deben trasladarse a la Facultad de Ciencias de la Salud que está situada en la misma ciudad, para realizar dicha actividad, dado que su centro no dispone de un espacio similar. Éste es uno de los principales problemas a los que hay que hacer frente en esta investigación: la falta de recursos económicos en los centros psicogeriátricos, para crear entornos adecuados para el desarrollo de actividades que favorezcan el bienestar y la interacción social de los usuarios.

Objetivo general:

Analizar el impacto de la jardinería terapéutica grupal en la salud mental de los usuarios de un centro psicogeriátrico. En términos de bienestar emocional, socialización y autonomía personal.

Objetivos Específicos:

1. Evaluar la influencia de la jardinería en la socialización y autoestima de los participantes.
2. Establecer unas rutinas y hábitos saludables.

Metodología

Para poder desarrollar este proyecto he solicitado y obtenido el permiso de la dirección del CRP Ntra. Sra. del Pilar de Zaragoza (ANEXO 1), CUSTOS (ANEXO 2), Comité de Ética de la Investigación de la Comunidad de Aragón (Ceica) (ANEXO 3) (Ver Tabla 1).

Tabla 1

| CRONOGRAMA DEL PROYECTO | |
|--|---|
| Título: Beneficios de participación social en entornos verdes:Terapia ocupacional para usuarios de salud mental. Estudio piloto. Benefits of social participation in green environments:Occupational therapy for mental health users. Pilot study. | |
| Septiembre | - Elección del tutor para Trabajo Fin de Grado (TFG) |
| Octubre | - Tutoría - Solicitud de propuesta final del TFG |

| | |
|------------------|---|
| Noviembre | <ul style="list-style-type: none"> - Tutoría - Preparación: Introducción, Objetivos, Metodología, Bibliografía. - Solicitud para el Centro de Rehabilitación Psicosocial (CRP) Ntra. Sra. del Pilar de Zaragoza (Presentada y aprobada) (ANEXO 1) |
| Diciembre | <ul style="list-style-type: none"> - Tutoría - Solicitud CUSTOS (presentada y aprobada con N^oref^a.: RAT 2024 - 310) (ANEXO 2) - Tutoría (Tema: Ceica) - Solicitud Ceica (Presentada) |
| Enero | <ul style="list-style-type: none"> - Tutoría - Solicitud de Ceica (Aprobada C.I. PI24/617) (ANEXO 3) |
| Febrero | <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo del proyecto |
| Marzo | <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo del proyecto - Tutoría - Recoger resultados (MOHOST y encuestas) (ANEXO 4 - 8) - Conclusión |

| | |
|--------------|--|
| Abril | <ul style="list-style-type: none"> - Resumen - Tutoría - Revisión de TFG |
| Mayo | <ul style="list-style-type: none"> - Poster - Tutoría - Enviar el proyecto a la coordinadora - Presentación de TFG |

Se trata de un estudio piloto, en el cual han participado cinco participantes desarrollando actividades de jardinería. En total se han realizado cinco sesiones de duración una hora cada una de ellas, durante el mes de febrero y marzo. Este estudio tiene varias limitaciones que pueden afectar la validez y la generalización de los resultados. Algunas principales limitaciones incluyen a la hora de obtener conclusiones:

1. Muestra pequeña: Cinco participantes
2. Tiempo limitado: Cinco horas
3. Posible falta de variedad en las tareas de jardinería

Lugar de realización: Este proyecto se ha realizado en un jardín terapéutico situado en la Facultad de Ciencias de la Salud en Zaragoza. Durante el primer trimestre de 2025 todos los lunes de 11:00h a 12:00h.

Número de sesiones: El proyecto con un total de cinco sesiones, los días tres de febrero; diez de febrero; diecisiete de febrero ; veinticuatro de febrero y tres de marzo (Ver Tabla 3).

Número de usuarios: Cinco participantes de la Unidad de Psicogeriatría del CRP Ntra. Sra. del Pilar de Zaragoza.

Población: Adultos mayores con diferentes trastornos mentales.

Inclusión: Adultos mayores con un diagnóstico de trastorno de salud mental. Estar hospitalizado en el Centro de Rehabilitación Psicosocial Ntra. Sra. del Pilar recibiendo tratamiento hospitalario, pertenecientes al grupo de personas que realizan una actividad rehabilitadora en entorno comunitario que es en la Facultad de Ciencias de la Salud en Zaragoza.

Exclusión: No cumplir todos los criterios de inclusión.

La intervención se basa en el Modelo de Ocupación Humana (MOHO)

Es un modelo propio de Terapia Ocupacional que se centra tanto en la ocupación como en la persona y en el entorno que se desarrolla dicha ocupación.

Tiene en cuenta tres componentes interrelacionados de una persona completa:

1. Volición: Es donde las personas eligen sus ocupaciones que quiere realizar conforme a su motivación personal que experimenta (según sus valores, intereses y causalidad personal).
2. Habitación: Los patrones repetitivos de comportamiento (rutinas) que las personas siguen en su vida cotidiana permiten desarrollar diferentes roles (identidad social) y hábitos (son rutinas aprendidas que se realizan de manera instantánea).
3. Capacidad de desempeño: Habilidades físicas y mentales de la persona para realizar una ocupación (20).

Evaluación

Se utiliza el instrumento de evaluación observacional MOHOST es una herramienta de evaluación validada y propia del MOHO. El MOHOST mide las fortalezas relativas, destacando el impacto de la volición, la habitación, las habilidades y el entorno en la participación ocupacional. Esta herramienta consta de 24 ítems y cada ítem es puntuado en una escala de cuatro puntos (20) (ANEXO 4).

También se pasaron dos encuestas (inicial y de cierre) que constaban de cinco preguntas cortas sobre satisfacción y opinión personal, elaboradas cada una de ellas en una hoja de papel (ANEXO 5 y 6).

Una vez que realizaron la encuesta se ha realizado un análisis estadístico, recogiendo datos de manera grupal y seudónima de satisfacción y opinión de los

participantes sobre la actividad. Para contestar a estas preguntas se estima cinco minutos.

Por otro lado, la alumna se informa preguntando al participante, tutor o cotutora sobre perfil y necesidades del participante, para poder adaptar las actividades del proyecto si lo precisa.

Para desarrollar actividades de jardinería, se usaron las siguientes herramientas (Ver Tabla 2):

Tabla 2

| Herramientas para desarrollar actividades de jardinería: | |
|---|---------------------|
| Guantes | Cubos de basura |
| Escoba | Regaderas |
| Recogedor | Macetas |
| Paneles | Piedras |
| Bancos | Tijeras de poda |
| Sillas | Hachas |
| Azadas | Carteles de madera |
| Manguera | Carro de jardinería |

Cronograma y plan de trabajo

Se ha realizado el proyecto en el Jardín terapéutico de Facultad de Ciencias de la Salud. Cada sesión ha tenido unos objetivos, actividades y evaluaciones específicas (Ver tabla 3).

Tabla 3

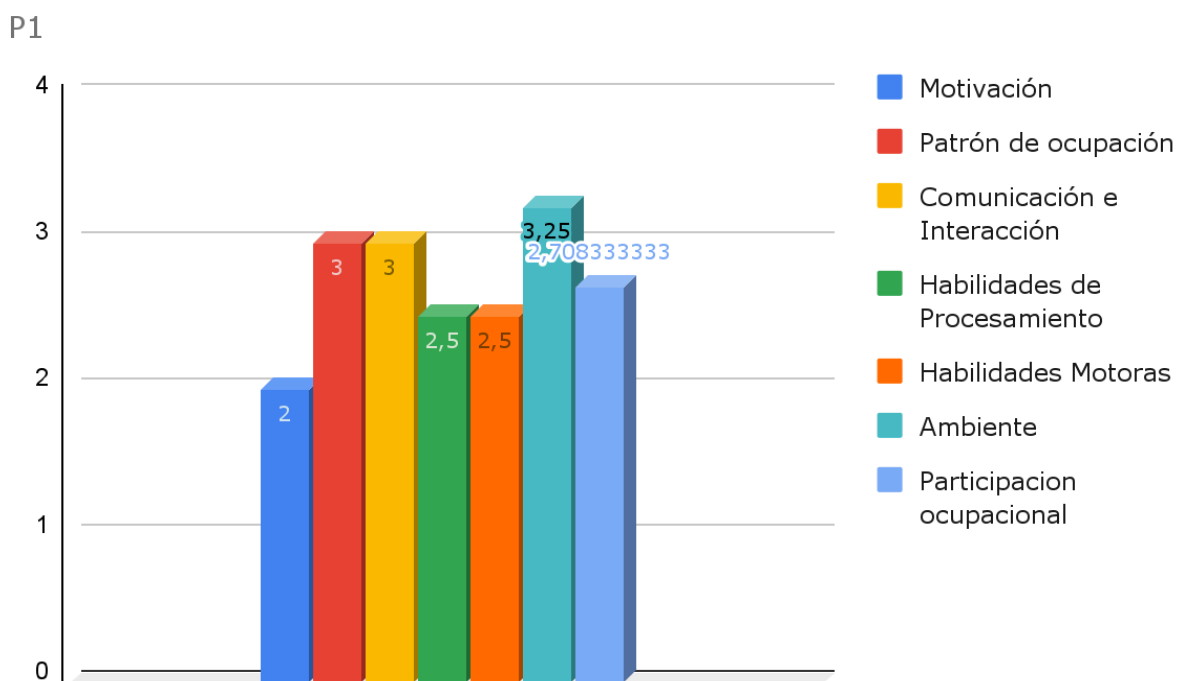
| Fecha | Objetivos | Actividad | Evaluación |
|-----------------|---|--|--|
| 03/02/25 | Presentación del jardín terapéutico y la actividad que se va a desarrollar en él. | <ul style="list-style-type: none">• Explicación del proyecto que se va a desarrollar a los participantes• Contacto directo con la naturaleza (jardín terapéutico)• Reconocer/Conocer diferentes plantas que hay en el jardín terapéutico, cavar tierra para poder posteriormente plantar plantas y quitar malas hierbas en las plantas de las macetas. | MOHOST evaluación inicial de la participación ocupacional (ANEXO 7) |
| 10/02/25 | Fomentar la socialización y autoestima en el trabajo grupal | <ul style="list-style-type: none">• Realizar trabajo de jardinería en grupo o en pareja (mantenimiento de jardín cómo: plantar o replantar las plantas que crecen muy juntas, | Encuesta para saber cómo han percibido el proyecto (opinión) que se va a desarrollar (ANEXO 5) |

| | | | |
|-----------------|---|---|--|
| | | preparación de tierra para sembrar, etc...) | |
| 17/02/25 | Crear rutinas y hábitos saludables | <ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividades físicas como: mover la tierra, recoger hojas caídas, regar y plantar plantas, quitar malas hierbas y hojas amarillentas y marrones, recoger espacio y herramientas al acabar actividad, etc... • Realizar actividad de relajación: por medio de estimulación sensorial a través del uso de diferentes plantas aromáticas que hay en el jardín, etc. | |
| 24/02/25 | Fomentar la socialización y autoestima en el trabajo grupal | <ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividades como decoración de macetas, piedras, señalar con carteles diferentes plantas y el espacio en general. | |

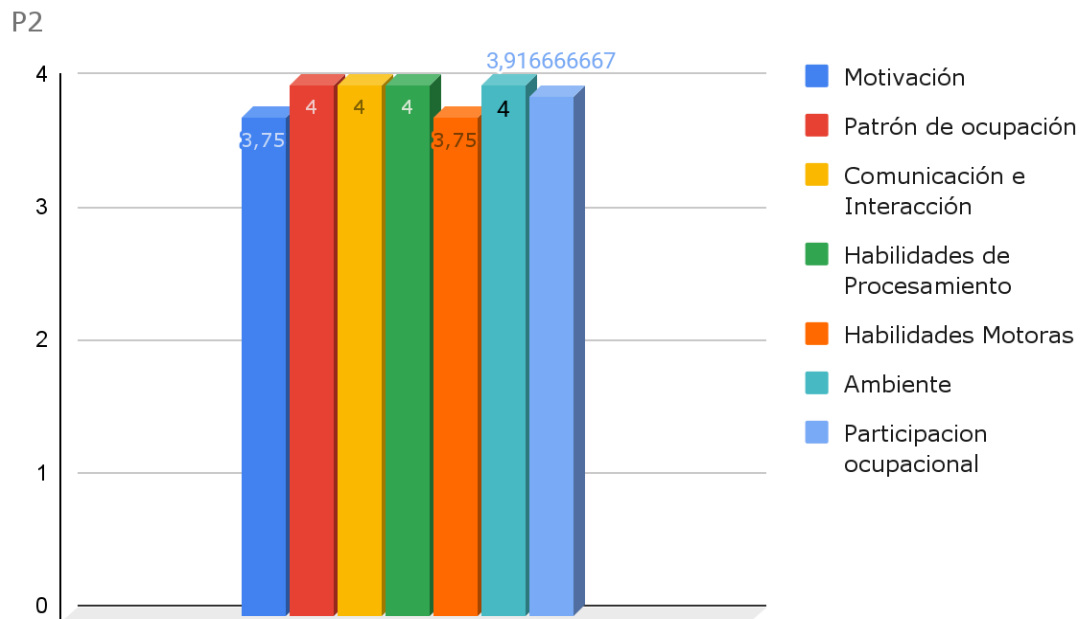
| | | | |
|-----------------|--|---|--|
| 03/03/25 | Mantener las rutinas saludables y realizar un análisis final de los objetivos propuestos | <p>Realizar las mismas actividades de rutinas saludables y al final se realizará un cierre del proyecto donde se comentará entre todos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Análisis de lo que hemos hecho y aprendido <p>El fin de las sesiones</p> | <p>MOHOST: Evaluación final de la participación ocupacional (ANEXO 8)</p> <p>Encuesta de cierre: satisfacción personal al participar en este proyecto (ANEXO 6).</p> |
|-----------------|--|---|--|

Resultados

Escala de MOHOST (Evaluación Inicial) (ANEXO 7).

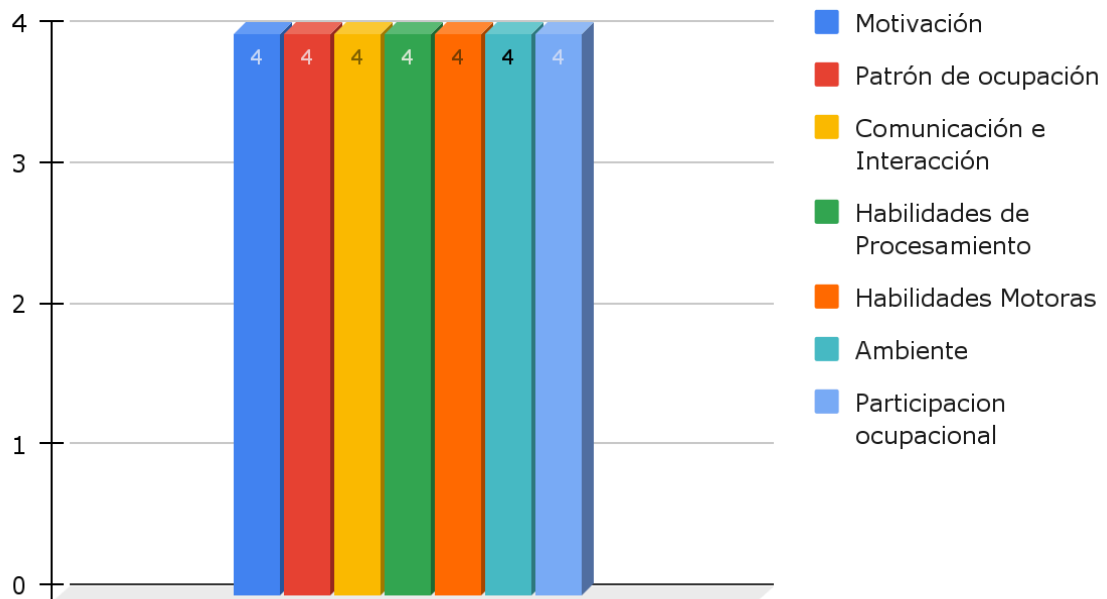


Según la evaluación observacional de escala Mohost, el participante P1 muestra baja motivación para realizar actividades de jardinería, perdiendo interés y prefiriendo cambiar del entorno. Realiza escaso número de tareas y sin entusiasmo, dejando herramientas por recoger. Aunque tiene oportunidades de comunicación e intervención, no se relaciona con el resto del grupo. A pesar de necesitar apoyo para completar tareas y de su falta de interés, asiste al jardín lo que le ayuda en la integración de hábitos saludables y socialización. Es esencial reforzar la estructura de actividades y el apoyo para aumentar su compromiso.



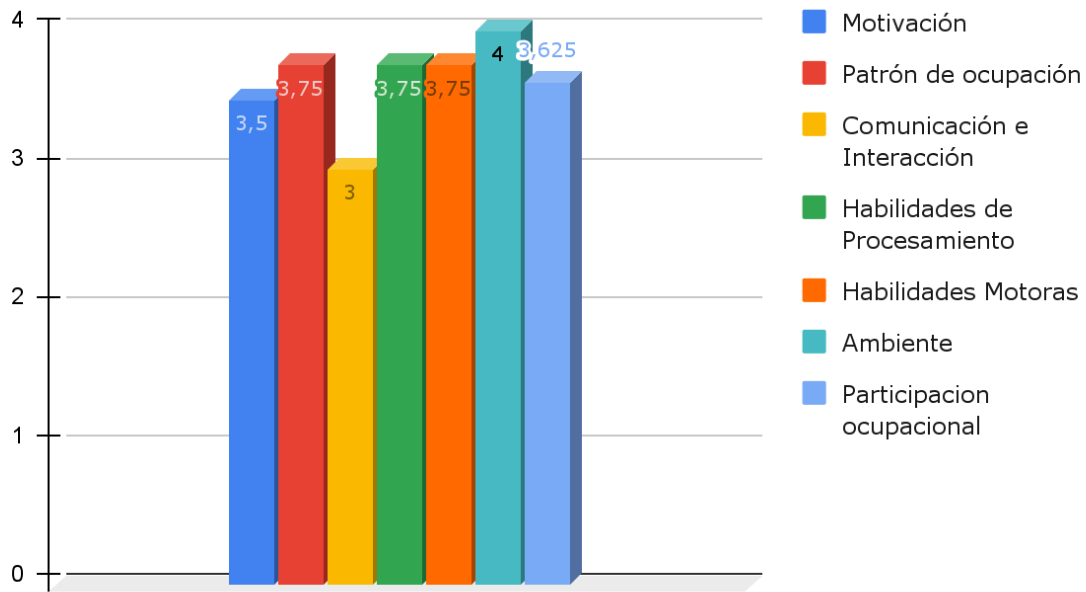
El participante P2 en el área de motivación, muestra esperanza de éxito y confianza adecuada, pero duda en dar el próximo paso. En habilidades motoras, mantiene postura y movilidad independientemente que le permite la participación activa. En general, todas las áreas le facilita la participación ocupacional en el contexto de jardín terapéutico, lo que evidencia un buen compromiso y favorece en socialización e integración de hábitos saludables.

P3

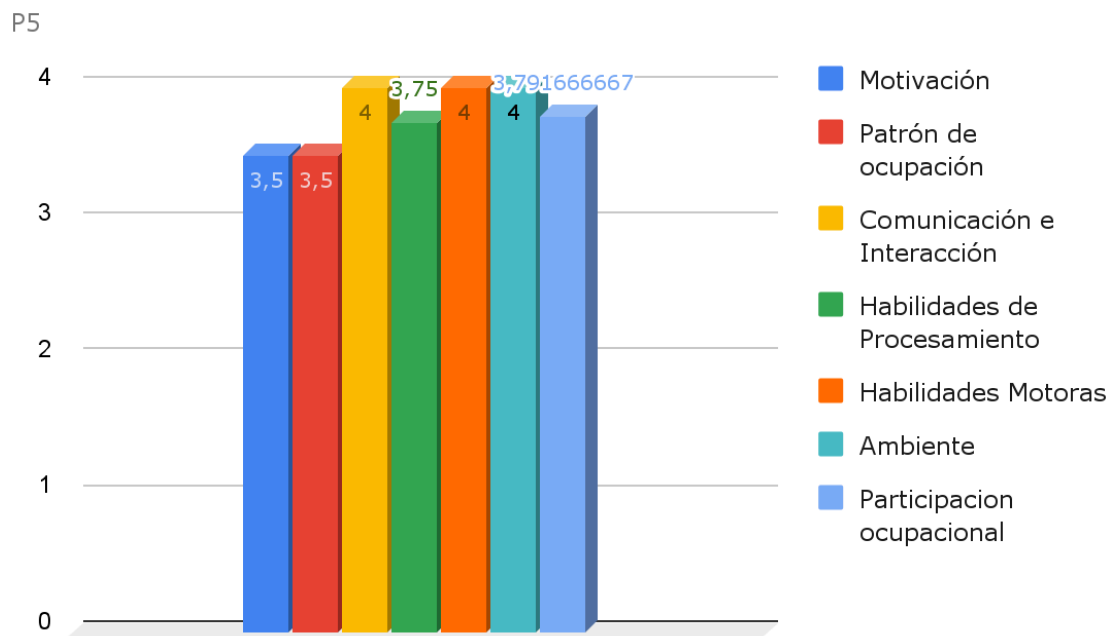


Al participante P3 todas las áreas le facilitan la participación ocupacional. Se involucra activamente en los cambios y en las tareas de grupo. También se comunica e interacciona adecuadamente con los participantes. El ambiente en el cual se desarrolla dicha actividad, se sentía satisfecho, las herramientas que ha utilizado estaban en buenas condiciones y la demanda de actividad en ese entorno era compatible con sus habilidades e interés, que finalmente le produjo una satisfacción personal. Podemos ver que el participante tiene alto grado de compromiso y eso le favorece para mantener unos hábitos saludables.

P4

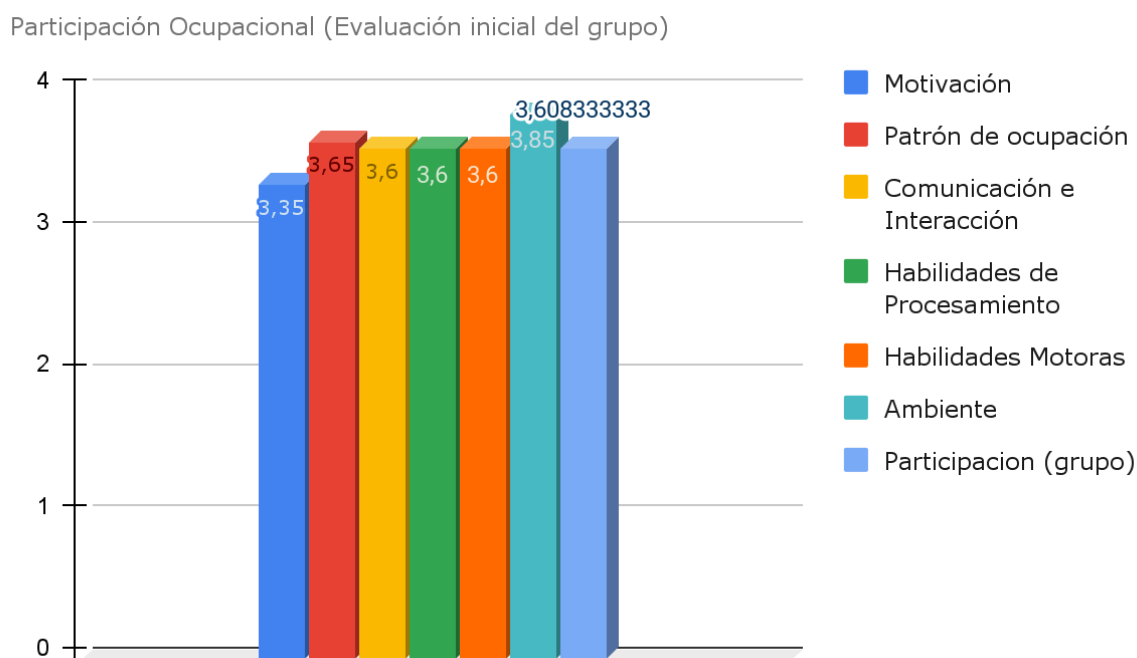


El participante P4 muestra conciencia de sus fortalezas y limitaciones, mostrando curiosidad y experimenta placer en una nueva actividad. A pesar de tener dudas, mantiene esperanza y confianza. En comunicación, mantiene atención y se relaciona con otros, aunque tiene dificultades para iniciar conversaciones. En general, todas las áreas le permiten la integración de hábitos saludables y mejorar en socialización.



El participante P 5 en todo momento se interesa por las actividades de jardinería, pero no lo llega realizar sin apoyo verbal. Las áreas de habilidades motoras y de procesamiento al igual que comunicación e interacción con el resto del grupo le facilitan la participación en ocupaciones e integración de hábitos saludables.

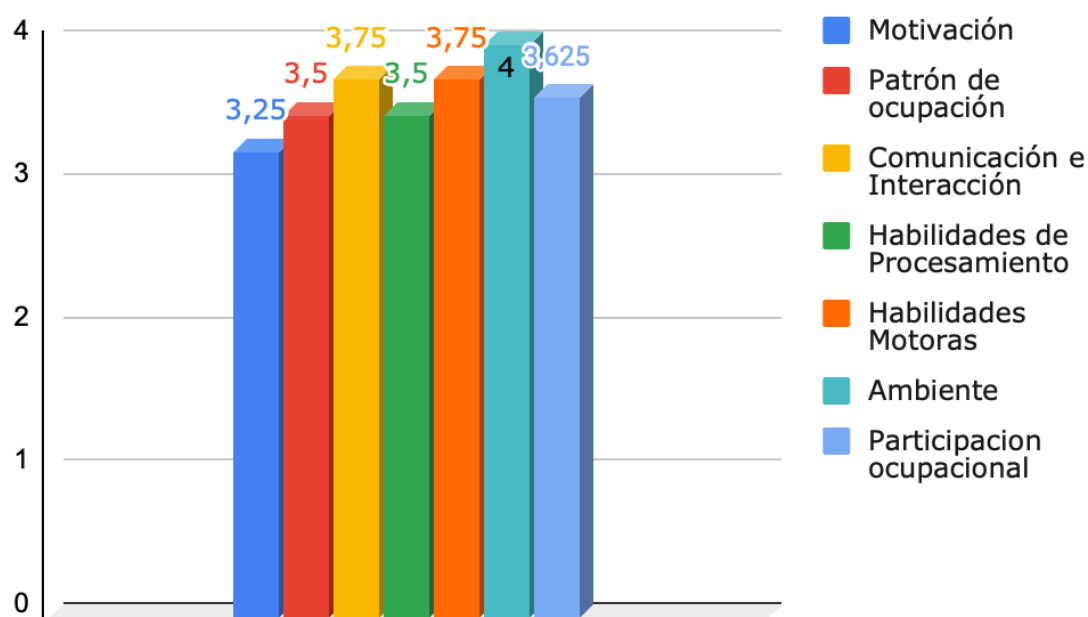
Resultados Cuantitativos (del grupo) obtenidos de la evaluación inicial con la escala MOHOST en el inicio del proyecto son los siguientes:



La evaluación observacional inicial basada en la escala MOHOST, muestra que la participación ocupacional del grupo en jardinería terapéutica ha tenido un impacto positivo en la socialización y autoestima de los participantes, con una buena puntuación en general de comunicación e interacción. En cuanto a los hábitos saludables, las puntuaciones en patrón de ocupación y habilidades de procesamiento indican una adaptación adecuada a las tareas, mientras que las habilidades motoras y el ambiente han favorecido la participación activa. Sin embargo, la motivación del grupo es baja.

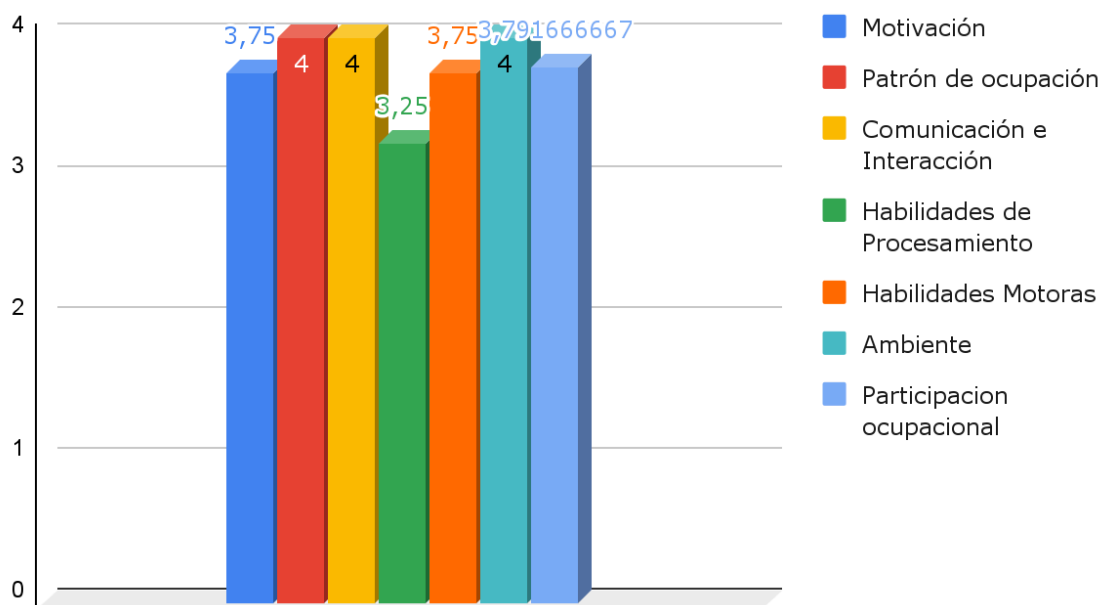
Escala MOHOST (Evaluación final) (ANEXO 8)

P1 (FINAL)



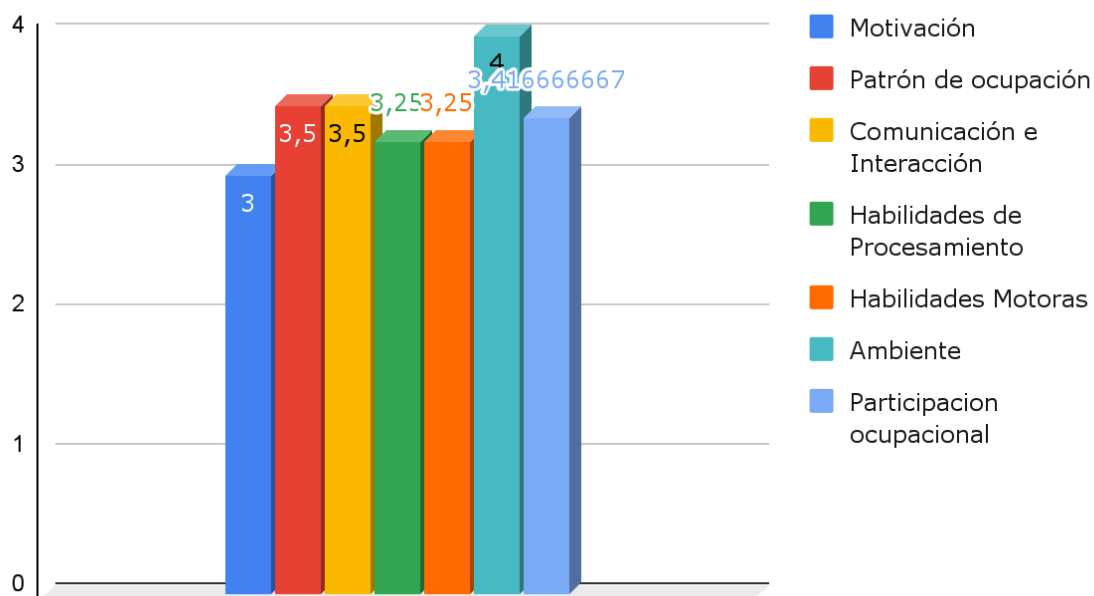
Los resultados de seguimiento del participante P1 indican que ha mejorado la participación en las competencias en la mayoría de las áreas analizadas, sobresaliendo en comunicación, habilidades motoras y entorno, que favorece en la socialización. También evidencia una motivación moderada, lo que podría sugerir que la persona presenta un interés o disposición, aunque no de forma continua o en todas las situaciones. Esto le podría afectar en su involucramiento y adaptación en hábitos saludables.

P2 (FINAL)



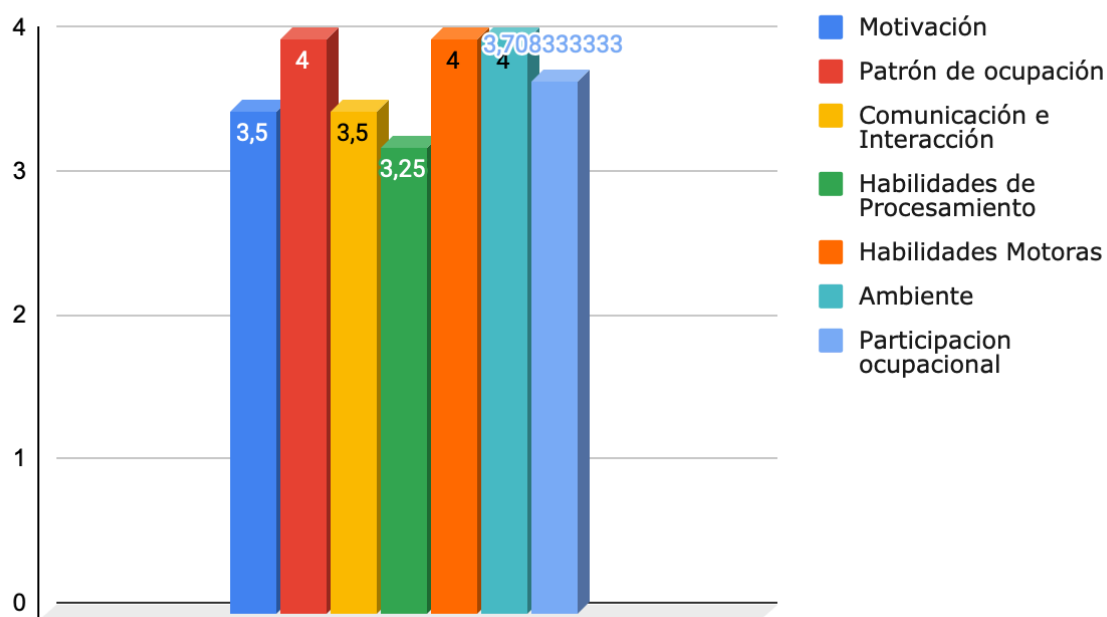
El participante P2 posee un adecuado nivel de motivación al igual que al inicio del proyecto, capacidades de comunicación e interacción y un entorno favorable que facilita la participación y socialización. Sin embargo, tiene una puntuación más baja en habilidades de procesamiento al realizar diferente actividad que la de inicio, aunque le permite participar en actividades adecuadamente, pero puede dificultar el afianzamiento de hábitos saludables.

P4 (FINAL)



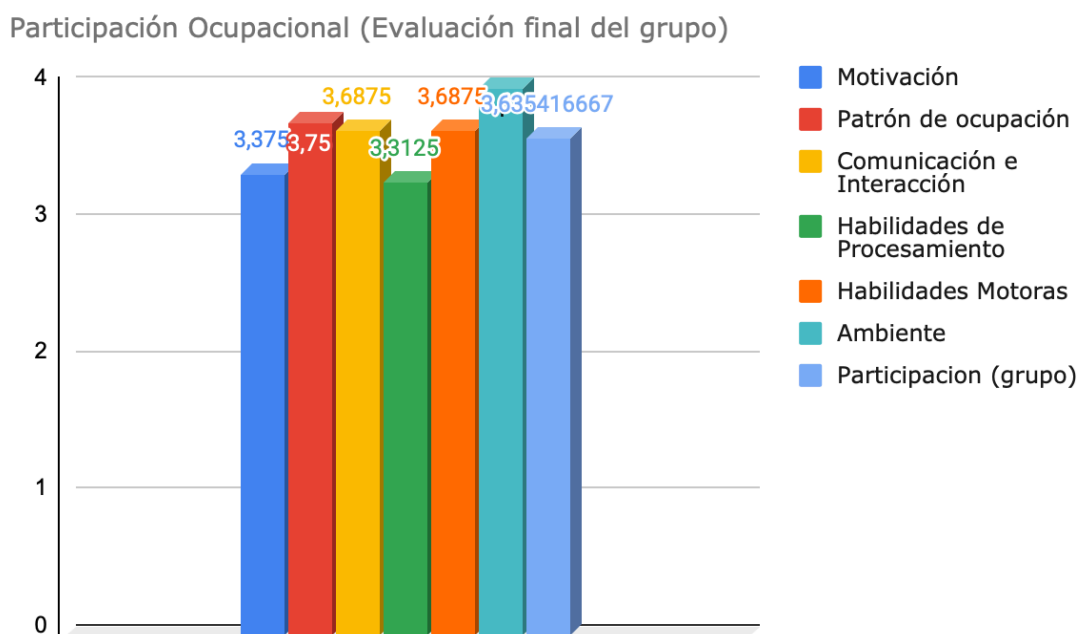
El participante P4 tiene una leve disminución en la motivación, es consciente de sus limitaciones y a veces duda de su capacidad para actividades grupales de jardinería. A pesar de ello, puede comprometerse con apoyo. Ha bajado en patrones de ocupación y habilidades, pero ha mejorado en comunicación e interacción con el grupo, favoreciendo su socialización.

P5 (FINAL)



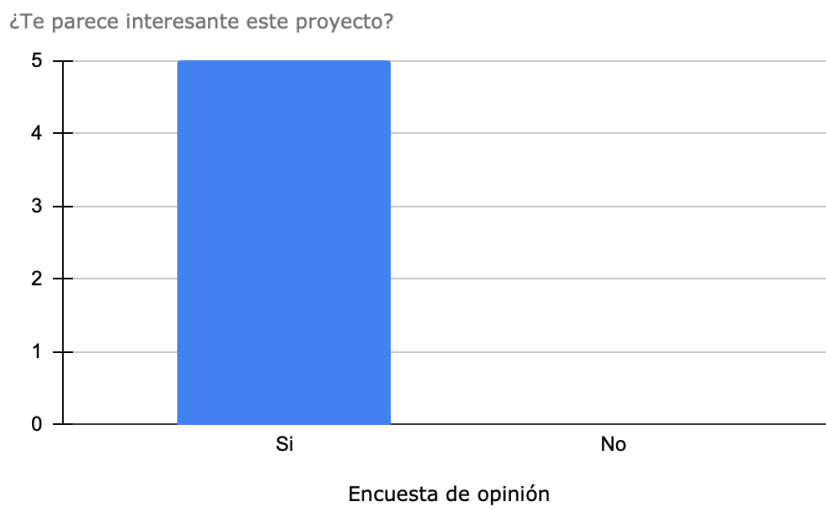
El participante P 5, participa activamente en actividades de jardinería, aunque en algunos momentos necesita apoyo verbal para seguir realizando actividades. En el área de la comunicación e interacción le permite participación ocupacional aunque en ocasiones no se le entiende el mensaje claramente y usa tono de voz bajo. Las habilidades motoras, procesamiento, patrón de ocupación y el ambiente donde realiza la actividad, le facilita en la integración de los hábitos saludables de socialización.

Resultados Cuantitativos (del grupo) obtenidos de la evaluación final con la escala MOHOST en el inicio del proyecto son los siguientes:

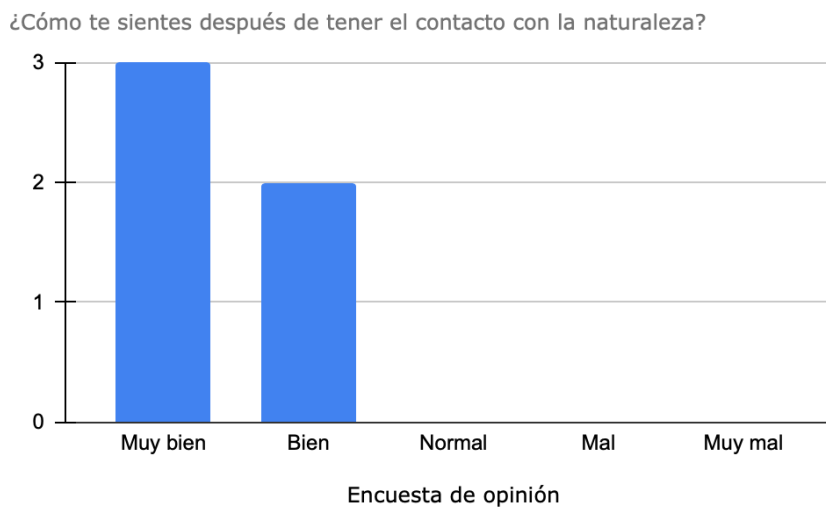


El grupo en la evaluación observacional de seguimiento presenta una participación ocupacional moderada-alta, lo que sugiere un buen grado de compromiso. Existe evidencia de que existe una buena puntuación en ambiente, indicando que el entorno facilita su participación y rendimiento. En cambio las áreas de motivación, comunicación e interacción y las habilidades motoras, se encuentran igual que al inicio del proyecto. Por otro lado, el área de habilidades de procesamiento ha bajado un poco, pero permite desarrollar adecuadamente las actividades en grupo. El área de patrón ocupación ha mejorado, el grupo sigue una rutina estructurada, demostrando lealtad y compromiso, eso facilita mucho la integración de los hábitos saludables.

Resultados de la encuesta de opinión del proyecto (ANEXO 5):

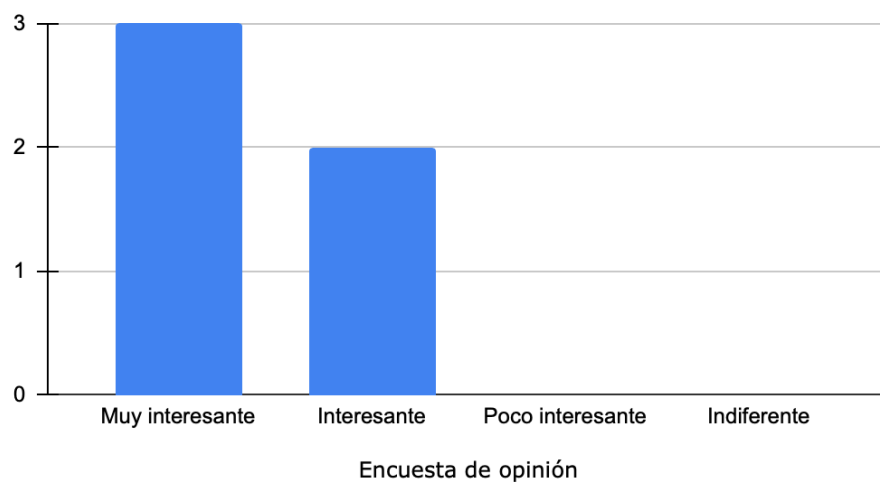


A los cinco participantes les parece este proyecto interesante.



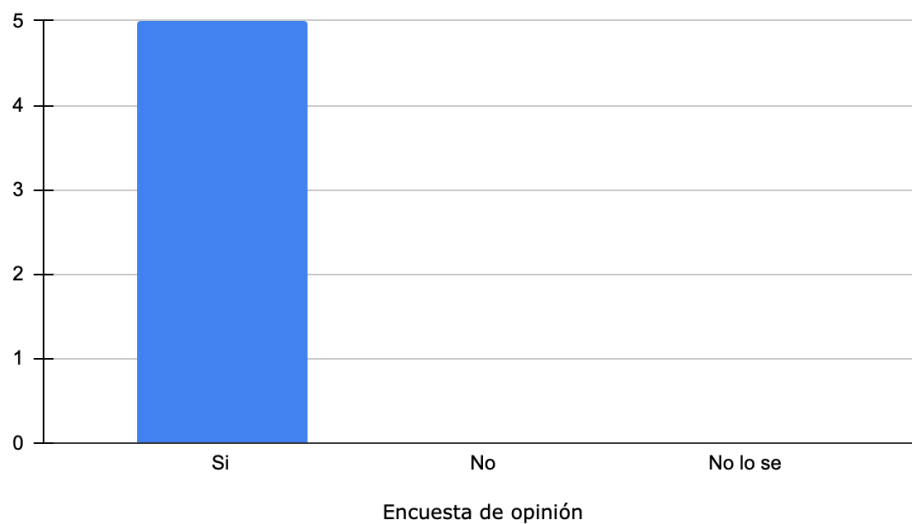
Después de haber tenido contacto con la naturaleza, de los cinco participantes, tres se sienten muy bien y dos bien.

¿Cómo de interesante te ha resultado conocer información adicional sobre distintos tipos de plantas?



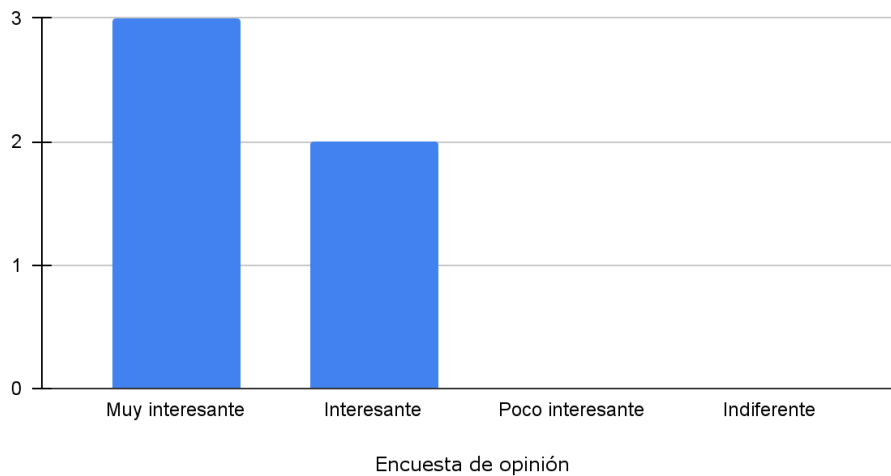
De los cinco de los participantes, a tres les pareció muy interesante y a dos interesante conocer información adicional sobre distintos tipos de plantas.

¿Consideras que el contacto con la naturaleza mejora tu estado emocional?



Los cinco participantes consideran que el contacto con la naturaleza mejora su estado emocional.

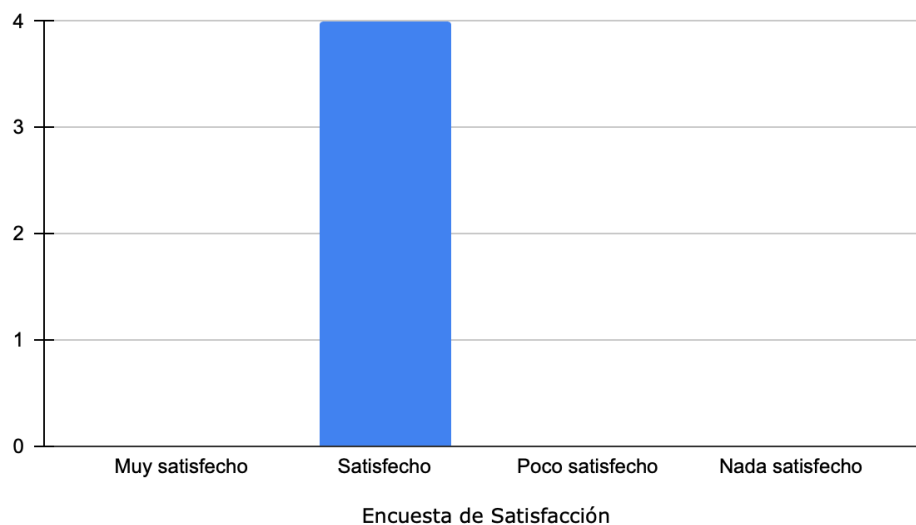
¿Cómo de interesante te parece la idea de participar en actividades de jardinería en grupo con otros participantes?



A los tres de los cinco participantes les parece muy interesante y a los dos les parece interesante la idea de participar en actividades de jardinería en grupo.

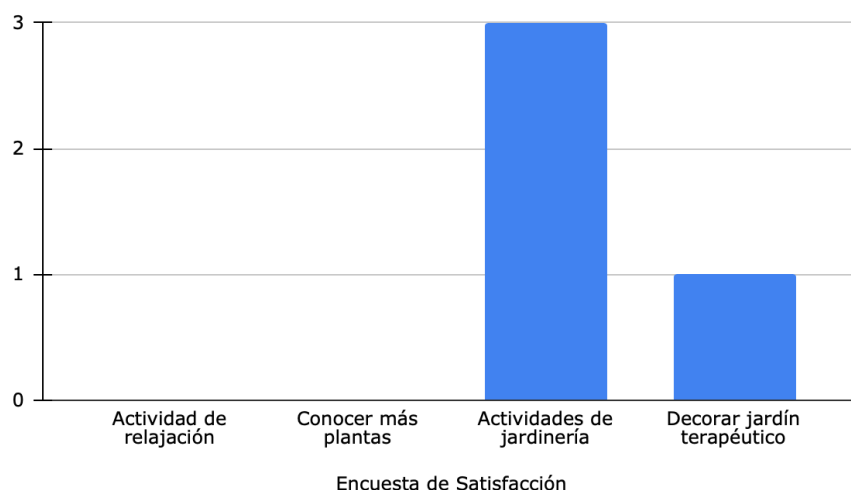
Al pasar la encuesta de satisfacción del proyecto he obtenido los siguientes resultados (ANEXO 6):

¿Cómo evaluarías tu grado de satisfacción al realizar este proyecto?



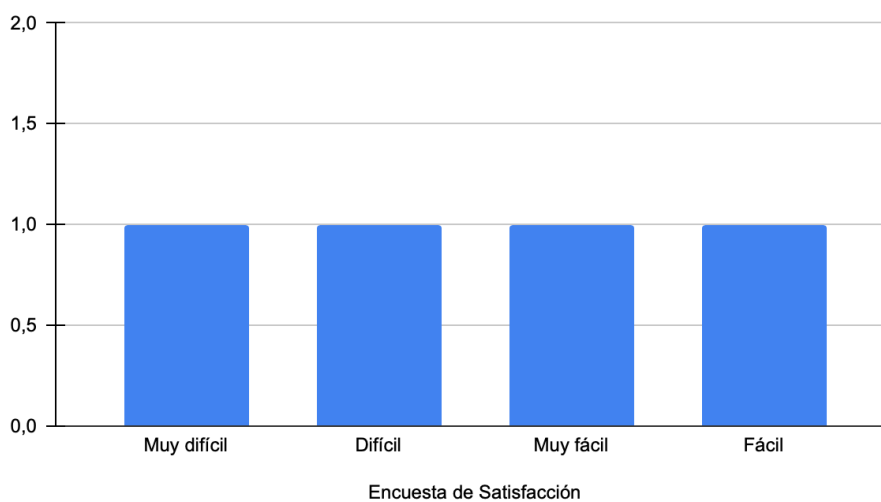
Los cuatro participantes que han participado en el proyecto están satisfechos al realizar este proyecto.

¿Qué tipo de actividad te gustaría volver a realizar?



De los cuatro participantes, tres prefieren realizar actividades de jardinería y uno decorar jardín terapéutico

¿Cómo de fácil te ha resultado realizar actividades de jardinería en grupo?



De los cuatro participantes, a uno le pareció muy difícil, a otro difícil, a otro fácil y a otro muy fácil realizar actividades de jardinería en grupo.

Conclusión

El jardín terapéutico es una herramienta valiosa, en el ámbito de terapia ocupacional, ya que proporciona un entorno significativo para los participantes y en el cual permite desarrollar las actividades de jardinería. Esta práctica hace que los participantes fortalezcan el sentido de pertenencia al grupo y se sienten parte de una comunidad, también desarrollan sus rutinas y asumen roles de cuidador, aceptando unas responsabilidades específicas. Asimismo, el trabajo comunitario les ha permitido adquirir patrones de desplazamiento, organización y socialización con la comunidad.

La evaluación basada en la escala de Mohost se ha aplicado al inicio y al final del proyecto. Los resultados recogidos han mostrado progresos en diferentes áreas de participación ocupacional, lo que respalda la eficacia de esta intervención. Se ha observado que la jardinería terapéutica en un grupo de adultos con trastornos mentales, facilita la socialización y el bienestar emocional de los participantes, además de un refuerzo de las habilidades motoras y comunicativas. Asimismo, el hecho de prepararse y acudir al jardín terapéutico todos los lunes, ha mejorado su patrón ocupacional, creando una rutina saludable.

Según encuestas, hay clara evidencia de que todos los participantes se han mostrado satisfechos en participar en el proyecto, y lo recomendarían a otras personas con trastornos de salud mental, ya que según sus experiencias, el contacto con naturaleza mejora su bienestar. Además, las actividades grupales contrarrestan la sensación de soledad y aislamiento y les ayuda a dar sentido a sus vidas, se sienten valiosos y con mayor grado de autoestima, ya que de ellos depende el estado del jardín.

Aunque los resultados son positivos, existen ciertas limitaciones en este estudio piloto. Como podemos observar, ha sido evaluada una pequeña muestra con escala de Mohost. Al inicio del proyecto había solo cinco participantes, de los cuales cuatro fueron los que llegaron a completar todas las sesiones programadas. De estos cuatro, dos de ellos venían todos los martes a la universidad para apuntar las tareas que se iban a desarrollar la semana siguiente en el jardín terapéutico. Este hecho refleja un claro compromiso en la participación ocupacional. A pesar de que es un número reducido de participantes, cabe destacar que había más personas del mismo centro que han

asistido al jardín terapéutico durante todas las sesiones, de manera continuada, para desarrollar las actividades de jardinería.

También hay que tener en cuenta que este proyecto se desarrolló en cinco sesiones lo que no permite ver efecto de resultados a largo plazo, ya que es un tiempo muy limitado. También hay que tener en cuenta los meses de invierno, en los cuales el tiempo meteorológico variaba mucho, había días nublados, lluviosos, soleados etc..., todos estos factores externos han podido influir negativamente en el estado de ánimo de los participantes reflejándose en su participación ocupacional.

Por otra parte, esta intervención terapéutica fomenta la aplicación de los ODS: 12 Producción y Consumo Responsable y 13 Acción por Clima. A través de esta práctica, se aumenta la calidad de vida, dado que la comunidad se favorece de un entorno verde y saludable. También promueve la sensibilización acerca de la protección del medio ambiente. Además favorece la creación de una cultura que es conveniente para el desarrollo sostenible, ayudando a los participantes a tomar conciencia de sus propias acciones tanto en su vida diaria como en su relación con el medio ambiente.

Para futuros estudios, se recomienda aumentar la muestra y el número de sesiones de la intervención, lo cual permitirá una evaluación más completa de los efectos a largo plazo. Así mismo, se podría extrapolar parte de objetivos y contenido de las sesiones al CRP Ntra. Sra. del Pilar de Zaragoza para hacer un seguimiento institucional.

Bibliografía

1. Salud mental [Internet]. Who.int. [citado el 17 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/mental-health>
2. Asociación Americana de Psiquiatría. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales - DSM 5 [Internet]. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2014. Available from: <https://www.federaciocatalanadah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm-5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>

3. Trastornos mentales [Internet]. Who.int. [citado el 17 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
4. World Federation of Occupational Therapists. Homepage [Internet]. WFOT. 2024 [citado el 21 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://wfot.org>
5. Vicente Arruebarrena A, Sánchez Cabaco A. La soledad y el aislamiento social en las personas mayores. Studia Zamorensia (segunda etapa) [Internet]. 2020 [citado 2025 Abr 27];19:15-32. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7718190>
6. Montes Reula L. Soledad y salud mental en los adultos mayores: ámbito comunitario y ámbito residencial [Tesis doctoral en Internet]. Zaragoza: Universidad de Zaragoza; 2021 [citado 2025 Abr 27]. Disponible en: <https://zaguan.unizar.es/record/107365/files/TESIS-2021-262.pdf>
7. Medina-Cabrera P, Rueda-Castro L. La horticultura como herramienta de intervención en terapia ocupacional: experiencia con personas en situación de discapacidad de la comuna de Huechuraba, un estudio de caso en Chile. Rev Ter [Internet]. 10 de febrero de 2025 [citado 21 de abril de 2025];19(1):86-103. Disponible en: <https://revistaterapeutica.net/index.php/RT/article/view/217>
8. Castellón Daniel Ángela, Xifré Díaz N. Programa de jardinería para adultos mayores institucionalizados con deterioro cognitivo: Gardening program for institutionalized elderly adults with cognitive decline. TOG (A Coruña) [Internet]. 30 de mayo de 2019 [citado 27 de abril de 2025];16(29):118-22. Disponible en: <https://www.revistatog.es/ojs/index.php/tog/article/view/19>
9. Mulé C. Jardines terapéuticos. consensus [Internet]. 1 de diciembre de 2015 [citado 27 de abril de 2025];20(2):139-55. Disponible en: <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/consensus/article/view/412>
10. Barba Marqués A. Eficacia de la horticultura terapéutica en salud mental: una revisión bibliográfica [Internet]. Zaragoza: Universidad de Zaragoza; 2021 [citado 2025 abr 21]. Disponible en: <https://zaguan.unizar.es/record/107141/files/TAZ-TFG-2021-763.pdf?version=1>

11. Han A-R, Park S-A, Ahn B-E. Reduced stress and improved physical functional ability in elderly with mental health problems following a horticultural therapy program. *Complement Ther Med* [Internet]. 2018;38:19–23. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctim.2018.03.011>
12. Ocadiz Parra I, Carballo Martínez KC, López de la Cruz G, Rodríguez Gutiérrez AL. Terapia ocupacional en adultos mayores. *ESAT* [Internet]. 13 de febrero de 2017 [citado 17 de noviembre de 2024];4(7). Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/article/view/2211>
13. Laborda Soriano AA, Cambra Aliaga A, Morutan C, Martín Giménez E, Ramos Romero E, Calatayud Sanz E, et al. Los espacios verdes de la universidad: co-creando un huerto socio-terapéutico y un jardín sensorial [Internet]. Zaragoza: Universidad de Zaragoza; 2022 [citado 27 de abril de 2025]. Disponible en: https://zaguan.unizar.es/record/128515/files/memoria_PISOC_2022_662.pdf
14. Almea MDV, Camacho MTH, Game JGB, Garcia RGC. Ocupación y salud mental: una mirada desde la terapia ocupacional. *Polo del Conocimiento* [Internet]. 2025 [citado el 24 de abril de 2025];10(1):964–75. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/8724/html>
15. Scott TL, Masser BM, Pachana NA. Positive aging benefits of home and community gardening activities: Older adults report enhanced self-esteem, productive endeavours, social engagement and exercise. *SAGE Open Med* [Internet]. 2020;8. doi:[10.1177/2050312120901732](https://doi.org/10.1177/2050312120901732)
16. American Occupational Therapy Association. Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *Am J Occup Ther*. 2020;74(2):7412410010p1-7412410010p87. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
17. Pyatak EA, Carandang K, Rice Collins C, Carlson M. Optimizing occupations, habits, and routines for health and well-being with Lifestyle Redesign®: A synthesis and scoping review. *Am J Occup Ther*.

2022;76(5):7605205050.

Disponible:

<https://doi.org/10.5014/ajot.2022.049269>

- 18.Santos Yate JD, Tapias Tabora LS, Barreto Moreno BD, Reyes Varela CA. La huerta como modelo terapéutico complementario en salud mental hospital "La Estrella". REDIIS Rev Investig Innov Salud. 2024;4(1):1-12. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/382347385_La_huerta_como_modelo_terapeutico_complementario_en_salud_mental_hospital_La_Estrella
- 19.Bravo CMH. Horticultura como medio de intervención: Una mirada ecológica desde la terapia ocupacional. Revista Chilena de Terapia Ocupacional. 2017;17(2):169–74. Disponible en: <https://revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/48143/50767>
- 20.Kielhofner G. Terapia ocupacional. Modelo de Ocupación Humana. Teoría y aplicación. Buenos Aires, Editorial Médica Panamericana; 2011. ISBN: 9789500600996

ANEXOS

ANEXO 1



| | |
|--|--------------|
| RESOLUCIÓN DIRECCIÓN | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | FAVORABLE |
| <input type="checkbox"/> | NO FAVORABLE |
| <div><div>Fdo.: Director/a:</div><div>LAGUNA MARTINEZ CRISTINA - DNI 17734575B ...17734575B.....0040006-041005.....</div></div> <div><div>Fecha:</div><div>.....</div></div> | |

Anexo I: PE-03-1_Z3(X)_Rev.D_Solicitud para realizar Proyectos de Investigación en el Sector III.

ANEXO 2



Nº ref.: RAT 2024-310

Expte.: TFG "Beneficios de participación social en entornos verdes: Terapia ocupacional para usuarios de salud mental".

Trámite: ACUERDO a fecha de firma, del Gerente de la Universidad de Zaragoza, por la que se aprueba el Tratamiento de datos personales relativo a dicho TFG.

Examinada la solicitud formulada por Dª Oksana Makhotina Vakhonina, en calidad de autora del TFG arriba enunciado y la documentación que la acompaña,

De conformidad con lo establecido en el Reglamento (UE) 2016/679, General de Protección de Datos (RGPD) y en la Ley Orgánica 3/2018, de Protección de Datos de Carácter Personal y Garantía de Derechos Digitales (LOPDyGDD), **DISPONGO**:

- Autorizar el tratamiento de datos personales del Trabajo Fin de Grado "Beneficios de participación social en entornos verdes: Terapia ocupacional para usuarios de salud mental".**
- Designar al Profesor D. Ignacio Olivar Noguera, en su calidad de Director/Tutor del TFG, como responsable interno de este tratamiento a la estudiante, Dª Oksana Makhotina Vakhonina, autora del TFG, como encargada interna del mismo.**
- El tratamiento seguirá las determinaciones establecidas en este Acuerdo y, en lo que no se oponga a él, en el formulario propuesto por el solicitante.**
- Además, el tratamiento se llevará a cabo con respeto a los siguientes principios:

- Los datos personales serán tratados de manera lícita, leal y transparente en relación con los interesados** a quienes se les informará ampliamente de la finalidad de tratamiento («licitud, lealtad y transparencia»).

Se acompaña documento conteniendo la información a proporcionar a los participantes para obtención de su consentimiento que se estima suficiente.

Todo ello se presentará a informe del Comité Ético de la Investigación de la Comunidad de Aragón (CEICA).



Copia auténtica de documento firmado digitalmente. Puede verificar su autenticidad en <http://valide.unizar.es/csv/b91ef2445424668eea659834357a4695>

| | | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|---------------------|--|
| CSV: b91ef2445424668eea659834357a4695 | Organismo: Universidad de Zaragoza | Página: 1 / 3 | |
| Firmado electrónicamente por | Cargo o Rol | Fecha | |
| ALBERTO GIL COSTA | Gerente | 19/12/2024 12:37:00 | |



b91ef2445424668eea659834357a4695

Copia auténtica de documento firmado digitalmente. Puede verificar su autenticidad en <http://valide.unizar.es/csv/b91ef2445424668eea659834357a4695>

- b) Los datos personales serán recogidos con fines determinados, explícitos y legítimos como es obtener un conocimiento sobre los beneficios de la participación social que puede aportar un espacio como un jardín terapéutico, donde las personas con trastornos de salud mental realizaran las actividades grupales de jardinería. Además, con ello se pretende establecer unas rutinas y hábitos saludables y averiguar cómo influyen estos hábitos en el bienestar y la autonomía personal de los participantes (**«limitación de la finalidad»**).
- c) Los datos personales serán adecuados, pertinentes y limitados a lo necesario en relación con los fines para los que son tratados: nombre y apellidos, firma, datos relativos a la salud y datos de circunstancias sociales (**«minimización de datos»**).
- d) Los datos personales serán exactos y actualizados (**«exactitud»**).

Los datos serán proporcionados por los propios participantes.

- e) Los datos personales no se mantendrán por más tiempo del que sea estrictamente necesario conforme a lo explicitado en el protocolo de la investigación (**«limitación del plazo de conservación»**).

Los datos recogidos se conservarán durante el tiempo legalmente establecido y necesario para cumplir con la finalidad para la que se recabaron y para determinar las posibles responsabilidades que se pudieran derivar de dicha finalidad y del tratamiento de los datos.

Se estima que el marco temporal de conservación de los datos personales será hasta 31 de octubre del 2025. Una vez transcurrido este plazo, será preciso destruir los datos personales por medios seguros, sin perjuicio de que puedan conservarse los resultados anónimos de la investigación.

- f) Los datos personales serán tratados de tal manera que se garantice una seguridad adecuada de los mismos, incluida la protección contra el tratamiento no autorizado o ilícito y contra su pérdida, destrucción o daño accidental, mediante la aplicación de medidas técnicas u organizativas apropiadas (**«integridad y confidencialidad»**).


A los participantes se les asignará un seudónimo. La tabla Excel de seudonimización que contienen la relación de datos personales identificativos y su código correspondiente se cifrará con la opción de encriptación AES-256 de la herramienta 7Zip.

| | | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|---------------------|--|
| CSV: b91ef2445424668eea659834357a4695 | Organismo: Universidad de Zaragoza | Página: 2 / 3 | |
| Firmado electrónicamente por | Cargo o Rol | Fecha | |
| ALBERTO GIL COSTA | Gerente | 19/12/2024 12:37:00 | |

Al finalizar el estudio la tabla Excel de seudonimización, borradores, datos y ficheros no incorporados al estudio serán borrados de forma segura utilizando la herramienta de borrado seguro Eraser. La documentación en formato papel será destruida mediante una trituradora.

5. **Estos principios serán de obligado cumplimiento para todo el personal implicado en el tratamiento de datos**, correspondiendo al responsable y la encargada interna del tratamiento cumplirlos y hacerlos cumplir.
6. **Cualquier adición, modificación o exclusión posterior en el tratamiento de los datos deberá ser autorizada por el Gerente.**
7. **El responsable interno y la encargada interna del tratamiento** deberán documentar cuantas actuaciones tengan relación con la recogida, operaciones de acceso y tratamiento de los datos y medidas de seguridad.
8. **Cualquier vulneración de las medidas de seguridad aplicadas al tratamiento de los datos personales se notificará al Gerente**, al Responsable de Seguridad y a la Delegada de Protección de Datos con carácter inmediato y siempre dentro de las 24 horas siguientes, describiendo la naturaleza y alcance de la misma y las medidas de seguridad adoptadas o las que proponga adoptar. Deberá documentarse todo el procedimiento.
9. **El responsable interno del tratamiento** se obliga a comunicar en su día al Gerente la finalización de las actividades de tratamiento interesando de éste las instrucciones oportunas en orden a la supresión/destrucción de los datos.
10. **El responsable interno y la encargada interna del tratamiento** tendrán las funciones y responsabilidades establecidas con carácter particular en este Acuerdo y, con carácter general, en las Instrucciones de Servicio sobre tratamiento de datos de carácter personal aprobadas por Resolución de Gerencia de 30 de mayo de 2003.

El Rector. Por delegación (Resol. 15/01/2019. B.O.A. nº 31, de 14 de febrero) firmado electrónicamente y con autenticidad contrastable según el artículo 27.3.c) de la Ley 39/2015, por Alberto Gil Costa, Gerente de la Universidad de Zaragoza.

| | | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|---------------------|---|
| CSV: b91ef2445424668eea659834357a4695 | Organismo: Universidad de Zaragoza | Página: 3 / 3 |  |
| Firmado electrónicamente por | Cargo o Rol | Fecha | |
| ALBERTO GIL COSTA | Gerente | 19/12/2024 12:37:00 | |

ANEXO 3



Dictamen Favorable

C.I. PI24/617

28 de enero de 2025

CEIC Aragón (CEICA)

Dña. María González Hinjos, Secretaria del CEIm Aragón (CEICA)

CERTIFICA

1º. Que el CEIC Aragón (CEICA) en su reunión del día 28/01/2025, Acta N° 02/2025 ha evaluado la propuesta del Trabajo:

Título: Beneficios de participación social en entornos verdes: Terapia ocupacional para usuarios de salud mental. Estudio piloto.

Estudiante: Oksana Makhotina Vakhonina

Tutores: Ignacio Olivar Noguera, Marta Hernando Pina

Versión protocolo: 23/01/2025

Versión documento de información y consentimiento: 03/02/2025

2º. Considera que

- El proyecto se plantea siguiendo los requisitos de la Ley 14/2007, de 3 de julio, de Investigación Biomédica y los principios éticos aplicables.
- El Tutor/Director garantiza la confidencialidad de la información, la obtención de los consentimientos informados, el adecuado tratamiento de los datos en cumplimiento de la legislación vigente y la correcta utilización de los recursos materiales necesarios para su realización.

3º. Por lo que este CEIC emite **DICTAMEN FAVORABLE** a la realización del trabajo.

4º. El presente dictamen favorable sólo tendrá **validez hasta la fecha declarada de final del estudio (marzo de 2025)**, la modificación de esta fecha o cualquier otra modificación sustancial de las condiciones y/o metodología respecto de la versión arriba referenciada del protocolo o del documento de información debe presentarse de nuevo a evaluación por el comité.

Lo que firmo en Zaragoza, a fecha de firma electrónica

**GONZALEZ
HINJOS MARIA -
DNI 03857456B**

Firmado digitalmente por
GONZALEZ HINJOS
MARIA - DNI 03857456B
Fecha: 2025.01.31
18:53:50 +01'00'

María González Hinjos

ANEXO 4

"Registro de Observaciones MOHOST" se utiliza para evaluar la participación ocupacional de una persona en diversas áreas (9).

Cada aspecto se evalúa en términos de:

- Facilita la participación ocupacional **(F)**
- Permite la participación ocupacional **(P)**
- Restringe la participación ocupacional **(R)**
- Inhibe la participación ocupacional **(I)**
- No observado **(N/O)**

| Área | Aspectos de evaluar |
|-----------------------------------|---|
| Motivación | Conocimiento de potenciales y limitaciones Orgullo y búsqueda de desafíos Curiosidad e interés Identificación de preferencias y objetivos |
| Patrón de Ocupación | Mantenimiento de hábitos de rutina (ADL) Estabilidad y adaptación a cambios Participación activa en tareas y grupos Cumplimiento de responsabilidades en la sesión |
| Comunicación e Interacción | Uso de expresiones no verbales apropiadas Iniciación y mantenimiento de comunicación adecuada Uso de expresión verbal apropiada Relación y cooperación con otros |

| | |
|-------------------------------------|--|
| Habilidades de Procesamiento | <p>Elección y uso adecuado de objetos</p> <p>Mantenimiento de la atención durante la tarea</p> <p>Trabajo siguiendo un orden</p> <p>Modificación de acciones para superar problemas</p> |
| Habilidades Motoras | <p>Movilización independiente</p> <p>Manipulación de herramientas y materiales</p> <p>Uso adecuado de fuerza y esfuerzo</p> <p>Mantenimiento de energía y ritmo apropiado</p> |
| Ambiente | <p>Estímulo y comodidad del espacio</p> <p>Seguridad e independencia proporcionadas por los recursos</p> <p>Apoyo de la interacción social</p> <p>Compatibilidad de las demandas de la actividad con habilidades e intereses</p> |

ANEXO 5

ENCUESTA DE INICIO (OPINIÓN)

1. ¿Te parece interesante este proyecto?

☐ Si

☐ No

2. ¿Cómo te sientes después de tener el contacto con la naturaleza?

☐ Muy bien

☐ Bien

☐ Normal

☐ Mal

☐ Muy mal

3. ¿Cómo de interesante te ha resultado conocer información adicional sobre distintos tipos de plantas?

☐ Muy interesante

☐ Interesante

☐ Poco interesante

☐ Indiferente

4. ¿Consideras que el contacto con la naturaleza mejora tu estado emocional?

☐ Si

☐ No

☐ No lo se

5. ¿Cómo de interesante te parece la idea de participar en actividades de jardinería en grupo con otros participantes?

- ☐ Muy interesante
- ☐ Interesante
- ☐ Poco interesante
- ☐ Indiferente

Respuestas:

| Participante s | Pregunta 1 | Pregunta 2 | Pregunta 3 | Pregunta 4 | Pregunta 5 |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | Si | Muy bien | Muy interesante | Si | Muy interesante |
| 2 | Si | Muy bien | Interesante | Si | Muy interesante |
| 3 | Si | Bien | Interesante | Si | Interesante |
| 4 | Si | Bien | Interesante | Si | Interesante |
| 5 | Si | Muy bien | Muy interesante | Si | Muy interesante |

ANEXO 6

ENCUESTA DE CIERRE (SATISFACCIÓN)

1. ¿Cómo evaluarías tu grado de satisfacción al realizar este proyecto?

- ☐ Muy satisfecho
- ☐ Satisfecho
- ☐ Poco satisfecho
- ☐ Nada satisfecho

2. ¿Qué tipo de actividad te gustaría volver a realizar?

- ☐ Actividad de relajación
- ☐ Conocer más plantas
- ☐ Actividades de jardinería
- ☐ Decorar jardín terapéutico

3. ¿Cómo de fácil te ha resultado realizar actividades de jardinería en grupo?

- ☐ Muy difícil
- ☐ Difícil
- ☐ Muy fácil
- ☐ Fácil

4. ¿Realizar actividades de jardinería en grupo te ha ayudado a sentirte más conectado con otros participantes?

- ☐ Si mucho
- ☐ Mucho

☐ Poco

☐ Nada

5. ¿Recomendarías a otros usuarios o personas con trastornos de salud mental participar en un proyecto como este?

☐ Si

☐ NO

Respuestas:

| Participante s | Pregunta 1 | Pregunta 2 | Pregunta 3 | Pregunta 4 | Pregunta 5 |
|---------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | Satisfecho | Decorar jardin terapeutico | Muy difícil | Mucho | Si |
| 2 | Satisfecho | Actividad de jardinería | Fácil | Mucho | Si |
| 3 | - | - | - | - | - |
| 4 | Muy satisfecho | Actividad de jardinería | Muy fácil | Si mucho | Si |
| 5 | Satisfecho | Actividad de jardinería | Difícil | Mucho | Si |

ANEXO 7

| Participante | Motivación | | | | |
|--------------|--|--------------------------------|----------------------|--|-------------|
| | Conocimiento de potenciales y limitaciones | Orgullo y búsqueda de desafíos | Curiosidad e interés | Identificación de preferencias y objetivos | Promedio |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3,75 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3,5 |
| 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3,5 |

| Participante | Patrón de ocupación | | | | |
|--------------|--|------------------------------------|---|--|-------------|
| | Mantenimiento de hábitos de rutina (ADL) | Estabilidad y adaptación a cambios | Participación activa en tareas y grupos | Cumplimiento de responsabilidades en la sesión | Promedio |
| 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3,75 |
| 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3,5 |

| Participante | Comunicación e Interacción | | | | |
|--------------|---|---|-----------------------------------|----------------------------------|----------|
| | Uso de expresiones no verbales apropiadas | Iniciación y mantenimiento de comunicación adecuada | Uso de expresión verbal apropiada | Relación y cooperación con otros | Promedio |
| 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

| Participante | Habilidades de Procesamiento | | | | |
|--------------|------------------------------------|---|----------------------------|---|-------------|
| | Elección y uso adecuado de objetos | Mantenimiento de la atención durante la tarea | Trabajo siguiendo un orden | Modificación de acciones para superar problemas | Promedio |
| 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2,5 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3,75 |
| 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3,75 |

| Participante | Habilidades Motoras | | | | |
|--------------|----------------------------|---|-----------------------------------|--|-------------|
| | Movilización independiente | Manipulación de herramientas y materiales | Uso adecuado de fuerza y esfuerzo | Mantenimiento de energía y ritmo apropiado | Promedio |
| 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2,5 |
| 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3,75 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3,75 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

| Participante | Ambiente | | | | |
|--------------|----------------------------------|---|--------------------------------|--|-------------|
| | Estímulo y comodidad del espacio | Seguridad e independencia proporcionadas por los recursos | Apoyo de la interacción social | Compatibilidad de las demandas de la actividad con habilidades e intereses | Promedio |
| 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3,25 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

ANEXO 8

| Participante | Motivación | | | | |
|--------------|--|--------------------------------|----------------------|--|-------------|
| | Conocimiento de potenciales y limitaciones | Orgullo y búsqueda de desafíos | Curiosidad e interés | Identificación de preferencias y objetivos | Promedio |
| 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3,25 |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3,75 |
| 3 | N/O | N/O | N/O | N/O | N/O |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 |
| 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3,5 |

| Participante | Patrón de ocupación | | | | |
|--------------|--|------------------------------------|---|--|-----------------|
| | Mantenimiento de hábitos de rutina (ADL) | Estabilidad y adaptación a cambios | Participación activa en tareas y grupos | Cumplimiento de responsabilidades en la sesión | Promedio |
| 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3,5 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | N/O | N/O | N/O | N/O | N/O |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3,5 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

| Participante | Comunicación e Interacción | | | | |
|---------------------|---|---|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------|
| | Uso de expresiones no verbales apropiadas | Iniciación y mantenimiento de comunicación adecuada | Uso de expresión verbal apropiada | Relación y cooperación con otros | Promedio |
| 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3,75 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | N/O | N/O | N/O | N/O | N/O |
| 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3,5 |
| 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3,5 |

| Participante | Habilidades de Procesamiento | | | | |
|---------------------|-------------------------------------|---|----------------------------|---|-----------------|
| | Elección y uso adecuado de objetos | Mantenimiento de la atención durante la tarea | Trabajo siguiendo un orden | Modificación de acciones para superar problemas | Promedio |
| 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3,5 |
| 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3,25 |
| 3 | N/O | N/O | N/O | N/O | N/O |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3,25 |
| 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3,25 |

| Participante | Habilidades Motoras | | | | |
|--------------|----------------------------|---|-----------------------------------|--|-------------|
| | Movilización independiente | Manipulación de herramientas y materiales | Uso adecuado de fuerza y esfuerzo | Mantenimiento de energía y ritmo apropiado | Promedio |
| 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3,75 |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3,75 |
| 3 | N/O | N/O | N/O | N/O | N/O |
| 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3,25 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

| Participante | Ambiente | | | | |
|--------------|----------------------------------|---|--------------------------------|--|------------|
| | Estímulo y comodidad del espacio | Seguridad e independencia proporcionadas por los recursos | Apoyo de la interacción social | Compatibilidad de las demandas de la actividad con habilidades e intereses | Promedio |
| 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | N/O | N/O | N/O | N/O | N/O |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |