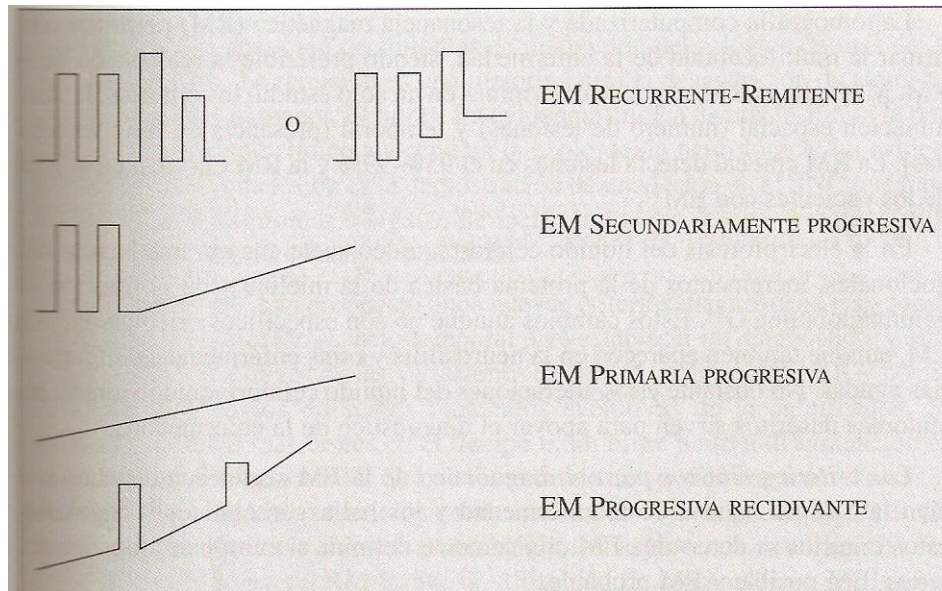


ANEXOS

ANEXO 1. FORMAS CLÍNICAS DE LA EM (2)



ANEXO 2. MEC DE LOBO (7)

ORIENTACIÓN	Puntos
¿En qué día de la semana estamos?	1
¿Qué día (nº) es hoy?	1
¿En qué mes estamos?	1
¿En qué estación del año estamos?	1
¿En qué año estamos?	1
¿Dónde estamos?	1
Provincia	1
País	1
Ciudad o pueblo	1
Lugar, centro	1
Planta, piso	1

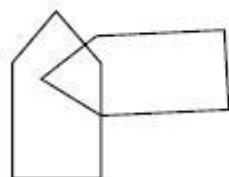
FIJACIÓN	Puntos
Repita estas tres palabras: peseta – caballo- manzana	3
<i>Repetirlas hasta que las aprenda</i>	

CONCENTRACIÓN Y CÁLCULO	Puntos
Si tiene 30 pesetas y me las va dando de 3 en 3, ¿cuántas le van quedando?. Hasta 5	5
Repita 5-9-2. Hasta que los aprenda. Ahora hacia atrás	3

MEMORIA	Puntos
¿Recuerda las tres palabras (objetos) que le he dicho antes?	3

LENGUAJE Y CONSTRUCCIÓN	Puntos
Señalar un bolígrafo y que el paciente lo nombre. Repetirlo con el reloj.	2
Que repita: "En un trigal había cinco perros"	1
"Una manzana y una pera son frutas, ¿verdad?" ¿Qué son el rojo y el verde?	1
¿Qué son un perro y un gato?	1
Coja este papel con su mano derecha, dóblelo por la mitad y póngalo en la mesa	3
"Lea esto, haga lo que dice: CIERRE LOS OJOS"	1
"Escriba una frase cualquiera"	1

Copie este dibujo.



ANEXO 3. ÍNDICE DE BARTHEL (7)

ALIMENTACIÓN	– Es capaz de utilizar cualquier instrumento, pelar, cortar, desmenuzar (la comida se le puede poner a su alcance). – Necesita ayuda. – Necesita ser alimentado.	10 5 0
BAÑO	– Es capaz de lavarse entero solo, incluyendo entrar y salir de la bañera. – Necesita cualquier ayuda.	5 0
VESTIDO	– Es INDEPENDIENTE: capaz de quitar y ponerse ropa, se abrocha botones, cremalleras, se ata zapatos... – NECESITA AYUDA, pero hace buena parte de las tareas habitualmente. – DEPENDIENTE: necesita mucha ayuda.	10 5 0
ASEO	– INDEPENDIENTE: se lava la cara y las manos, se peina, se afeita, se lava los dientes, se maquilla... – NECESITA ALGUNA AYUDA.	5 0
USO DE RETRETE	– Es INDEPENDIENTE: entra y sale del retrete, puede utilizarlo solo, se sienta, se limpia, se pone la ropa. Puede usar ayudas técnicas. – NECESITA AYUDA para ir al WC, pero se limpia solo. – DEPENDIENTE: incapaz de manejarse sin asistencia.	10 5 0
DEFECACIÓN	– Es CONTINENTE e INDEPENDIENTE: usa solo el supositorio o el enema. – Tiene ALGUNA DEFECACIÓN NO CONTROLADA: ocasionalmente algún episodio de incontinencia o necesita ayuda para administrarse supositorios o enemas. – INCONTINENTE o necesita que le suministren el enema.	10 5 0
MICCIÓN	– Es CONTINENTE o es capaz de cuidarse la sonda. – Tiene ESCAPE OCASIONAL: máximo un episodio de incontinencia en 24 horas. Necesita ayuda para cuidarse la sonda. – INCONTINENTE.	10 5 0
DEAMBULACIÓN	– Es INDEPENDIENTE: camina solo 50 metros. – NECESITA AYUDA o supervisión física o verbal, para caminar 50 metros. – INDEPENDIENTE EN SILLA DE RUEDAS, sin ayuda 50 metros. Capaz de girar esquinas. – DEPENDIENTE: incapaz de manejarse sin asistencia.	15 10 5 0
SUBIR Y BAJAR ESCALERAS	– Es INDEPENDIENTE. Sube y baja solo. Puede barandilla o bastones. – NECESITA AYUDA física o verbal. – INCAPAZ de manejarse sin asistencia.	10 5 0
TRANSFERENCIA (Trasladarse de la silla a la cama o viceversa)	– Es INDEPENDIENTE. – NECESITA MÍNIMA o POCA AYUDA (un poco de ayuda física o presencia y supervisión verbal). – NECESITA MUCHA AYUDA (una persona entrenada o dos personas), pero se puede permanecer sentado sin ayuda. – Es INCAPAZ, no se mantiene sentado.	15 10 5 0
TOTAL		

ANEXO 4. LAWTON Y BRODY (7)

A. Capacidad para usar el teléfono

- | | |
|---|---|
| 1. Utiliza el teléfono a iniciativa propia. Busca y marca los números, etc. | 1 |
| 2. Marca unos cuantos números conocidos | 1 |
| 3. Contesta el teléfono pero no marca | 1 |
| 4. No usa el teléfono en absoluto | 0 |

B. Ir de compra

- | | |
|---|---|
| 1. Realiza todas las compras necesarias con independencia | 1 |
| 2. Compra con independencia pequeñas cosas | 0 |
| 3. Necesita compañía para realizar cualquier compra | 0 |
| 4. Completamente incapaz de ir de compras | 0 |

C. Preparación de la comida

- | | |
|--|---|
| 1. Planea, prepara y sirve las comidas adecuadas con independencia | 1 |
| 2. Prepara las comidas adecuadas si se le dan los ingredientes | 0 |
| 3. Calienta, sirve y prepara comidas o las prepara pero no mantiene dieta adecuada | 0 |
| 4. Necesita que se le prepare y sirva la comida | 0 |

D. Cuidar la casa

- | | |
|--|---|
| 1. Cuida la casa solo o con ayuda ocasional | 1 |
| 2. Realiza tareas domésticas ligeras | 1 |
| 3. Realiza tareas domésticas ligeras pero no mantiene un nivel de limpieza aceptable | 1 |
| 4. Necesita ayuda con todas las tareas de la casa | 0 |
| 5. No participa en ninguna | 0 |

E. Lavado de ropa

- | | |
|---|---|
| 1. Realiza completamente el lavado de ropa personal | 1 |
| 2. Lava ropas pequeñas, aclara medias, etc. | 1 |
| 3. Necesita que otro se ocupe de todo el lavado | 0 |

F. Medio de transporte

- | | |
|--|---|
| 1. Viaja con independencia en transportes públicos o conduce su propio coche | 1 |
| 2. Capaz de organizar su transporte utilizando taxi, pero no usa otros transportes público | 1 |
| 3. Viaja en transportes públicos si le acompaña otra persona | 1 |
| 4. Sólo viaja en taxi o automóvil con ayuda | 0 |
| 5. No viaja en absoluto | 0 |

G. Responsabilidad sobre la medicación

- | | |
|---|---|
| 1. Es responsable en el uso de la medicación (dosis correctas, horas correctas) | 1 |
| 2. Toma la medicación si se le prepara con anticipación en dosis separadas | 0 |
| 3. No es capaz de responsabilizarse de su propia medicación | 0 |

H. Capacidad de utilizar el dinero

- | | |
|--|---|
| 1. Maneja los asuntos financieros con independencia
(presupuesta, rellena cheques, paga recibos, va al banco), recoge y conoce sus ingresos | 1 |
| 2. Maneja los gastos cotidianos pero necesita ayuda para ir al banco, grandes gastos | 1 |
| 3. Incapaz de manejar dinero | 0 |

Grado de dependencia:

- 0-1 puntos dependencia total
- 2-3 puntos dependencia severa
- 4-5 puntos dependencia moderada
- 6-7 puntos dependencia ligera
- 8 autónomo

ANEXO 5. FUNCIONAL INDEPENDENCE MEASURE (FIM) (10)

CATEGORIAS	DOMINIO	FIM TOTAL
Autocuidado 1. Alimentación 2. Arreglo personal 3. Baño 4. Vestido hemicuerpo superior 5. Vestido hemicuerpo inferior 6. Aseo perineal	Motor <i>91 puntos</i>	<i>126 puntos</i>
Control de esfínteres 7. Control de la vejiga 8. Control del intestino		
Movilidad 9. Traslado de la cama a silla o silla de ruedas 10. Traslado en baño 11. Traslado en bañera o ducha		
Ambulación 12. Caminar/desplazarse en silla de ruedas 13. Subir y bajar escaleras		
Comunicación 14. Comprensión 15. Expresión	Cognitivo <i>35 puntos</i>	
Conocimiento social 16. Interacción social 17. Solución de problemas 18. Memoria		
Grado de dependencia	Nivel de funcionalidad	
Sin ayuda	7	Independencia completa
	6	Independencia modificada
Dependencia modificada	5	Supervisión
	4	Asistencia mínima (mayor del 75% de independencia)
	3	Asistencia moderada (mayor del 50% de independencia)
Dependencia completa	2	Asistencia máxima (mayor del 25% de independencia)
	1	Asistencia total (menor del 25% de independencia)

ANEXO 6. MODELOS (11,12,13, 14)

- **Modelo de ocupación humana:** en el servicio de terapia ocupacional se considera al paciente como a un ser complejo que necesita estar motivado en su tratamiento para hacer suyos los objetivos de rehabilitación acorde con sus intereses; que tiene unos hábitos y unos roles a considerar; y que consta de una serie de habilidades y destrezas que hemos de conocer para potenciar y rehabilitar.
- **Modelo cognitivo:** Trabajaremos un área puramente cognitiva como es la memoria y utilizaremos todas las interrelaciones que se crean a nivel cerebral para mantenerla y potenciarla haciendo uso de todas las capacidades cognitivas para trabajar la memoria o recursos que la suplan pero que ayuden a llevar una vida normalizada.
- **Modelo cinesiológico/biomecánico:** Utilizaremos este modelo porque explica los principios de la contracción muscular, los tipos y la fatiga. Teniendo esto en cuenta trabajaremos en estrategias para evitar la fatiga o con ejercicios para conservar la energía cuyo último objetivo es que la persona pueda realizar actividades de su vida diaria de manera más autónoma.
- **Modelo Neurológico – Evolutivo:** Utilizamos este modelo porque basándonos en sus principios de desarrollo de capacidades físicas, unidas a capacidades mentales en el niño, vemos que para llegar a los siguientes niveles hay que tratar los componentes más elementales, y que éstos sean correctos, para poder desarrollar con éxito las tareas más complejas como la coordinación.

ANEXO 7.VALORACIÓN OCUPACIONAL

- **MEC:** 32/35. No existe deterioro cognitivo. Tiene dificultad a la hora de restar en el área de cálculo ayudándose de los dedos y falla en la última resta, así mismo, cuando le pedimos que diga al revés 5 – 9 – 2, le cuesta pero lo hace bien. Tiene mucha dificultad para recordar las tres palabras en el área de memoria, solo recuerda “caballo”. El dibujo lo hace pero no del todo correcto, ya que no se contemplan todos los ángulos.
- **BARTHEL:** 95/100 Dependencia leve. Precisa de la ayuda de un bastón para la deambulaci3n.
- **LAWTON Y BRODY:** 8. Aut3nomo. Nos comenta que le vendr3a bien una ayuda para el cuidado de la casa ya que no lo realiza como antes, necesita ir m3s despacio. En cuanto al manejo del dinero, nos comenta que se le olvida recoger los cambios y no se fija en lo que le devuelven. Añade que a la hora de coser necesita ayuda para que le enhebben la aguja y que se le escapa continuamente de los dedos.
- **FIM:** 115/126. Necesitar3a m3s ayuda y emplea un tiempo mayor que el normal para el vestido de la parte superior e inferior sobretodo con las camisas, medias y zapatos, para el control de los esf3nteres, las transferencias a las sillas y a la ducha debido al cansancio y a problemas de seguridad. Usa apoyo para la locomoci3n y para subir y bajar escaleras. En cuanto a la compresi3n y expresi3n tiene dificultades en seguir conversaciones complejas o abstractas y en expresar ideas complejas o abstractas. Emplea m3s tiempo del normal en tomar decisiones o solucionar problemas y tiene dificultades a la hora de recordar rutinas diarias y encargos de otras personas, necesitando apuntar en un papel.

❖ HISTORIA OCUPACIONAL

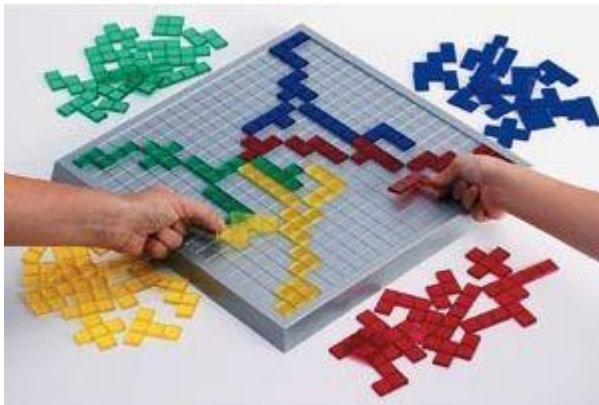
- Nivel cultural / de escolarizaci3n: Con dos ańos emigr3 con su familia a Francia y estudi3 all3 hasta los 13 ańos. Acab3 los estudios en Zaragoza. Tiene el graduado escolar.

- Profesión: Actualmente parada. Trabajó con 15 años en Galerías Primero hasta los 16 años. A los 17 años empezó en Textil hasta los 27 años.
- Estado civil: Casada.
- Hijos: 2 hijas.
- Situación familiar: Vive con su marido y su hija de 21 años.
- Capacidad visual: Presbicia.
- Capacidad auditiva: Preservada.
- Roles ocupacionales: Madre, mujer y amiga.
- Rutina diaria: Se levanta sobre las 8h, desayuna, se asea, se viste y baja a tomar café con sus amigas. Después va a comprar. Recoge la casa y hace la comida. Come sobre la 13h. Ve las noticias, lee, cena a las 20:30h y ve la televisión. Se acuesta sobre las 23h. Una vez cada tres semanas acude al Hospital Miguel Servet para recibir el tratamiento Natalizumab.
- Aficiones actuales: Leer, ver la televisión (deporte, noticias, series y películas) y tomar café con sus amigas.
- Aficiones pasadas: Pasear. Se cansa mucho.
- Proyectos: Ninguno.
- Actitud de la familia ante la enfermedad: Buena.
- Persona más significativa: Su familia.
- Persona confidente: Ninguna.

ANEXO 8. BLOKUS (18)

La base de juego es un tablero de 20 x 20 de casillas cuadradas. Los jugadores reciben al inicio de la partida un mismo grupo de 21 piezas de diferentes formas y tamaños, formadas por pequeños cuadrados, de un color diferente (azul, rojo, amarillo y verde). Comenzando cada jugador desde una de las cuatro esquinas del tablero, van colocando por turnos sus piezas en los espacios vacíos del tablero con la única regla que cada pieza que coloquen debe tocar por alguna esquina a alguna de las piezas ya colocadas, nunca de forma adyacente. La partida finaliza cuando un jugador consigue colocar todas sus piezas (lo que le da la victoria) o cuando ningún jugador puede colocar ninguna ficha más.

Es un juego de planteamiento puramente estratégico en el que el objetivo es abrirse el máximo espacio posible desde el principio para evitar quedar cerrado, lo que dificultaría enormemente el despliegue.



ANEXO 9. DIARIO

	ACTIVIDAD	MODO DE REALIZACIÓN	MOMENTO EN QUE NECESITA DESCANSAR	TIEMPO DE DESCANSO
LUNES	Limpieza de salón (todos los muebles que forman parte de salón, barrer y fregar el suelo)	De pie y agachada	Cuando limpia las sillas agachada	Más de 30 min al terminar o 10 min 2 veces.
MARTES	Limpieza del dormitorio (todos los muebles, barrer y fregar el suelo)	De pie	A los 5 min aprox	5-10 min 3 veces
MIÉRCOLES	Limpieza de puertas	De pie y agachada	Con la limpieza de la 2ª puerta	5 min 2 o 3 veces
JUEVES	Visita médica	Andando	A mitad de camino	No descansa. Va más despacio
VIERNES	Comprar (siempre acaba muy cargada y necesita ir acompañada por el reparto de bolsas)	Andando	A mitad de camino	Descansa a mitad de camino en la vuelta, 5 min
SÁBADO	Planchar	De pie	A los 5 min aprox	5-10 min varias veces
DOMINGO	Limpieza del baño (todos los muebles, ducha, wc, barrer y fregar el suelo)	De pie y agachada	A los 5 min aprox	5 min 2 veces

Es importante destacar que M.I.L.S nos recalca que ya se siente cansada antes de realizar cada actividad, por lo que cuando descansa durante la misma, es el momento en el que ya no puede más. Nos hemos basado en una semana de su rutina diaria y la hemos observado mientras realizaba las actividades arriba citadas. Hemos comprobado que M.I.L.S suele intentar aguantar el cansancio y descansar cuando ya no puede seguir, es decir, apura hasta el máximo. En cuanto a la tarea de limpieza del salón, dormitorio y baño, nos comenta que las ventanas y cristales las limpia su marido.

Con la información recogida en la tabla, le damos una serie de consejos como método de ahorro energético:

1. Planificar las labores, no organizar demasiadas tareas a la vez, realizarlas despacio y descansando con frecuencia.
2. Realizar todas las actividades que se puedan en sedestación, como por ejemplo el planchado, algunos momentos en la limpieza del dormitorio, salón o baño.
3. Utilizar productos de apoyo especialmente para cuando haga trayectos largos como comprar o visitar al médico.
4. Las áreas de trabajo deben estar organizadas y con los objetos al alcance de la mano.
5. Se alternarán actividades pesadas con actividades ligeras. Una opción sería dejar la limpieza de las sillas, que supone un gran gasto energético para M.I.L.S, a realizar en otro momento o día distinto, o que en vez de limpiarlas agachada se le suban a la mesa y las limpie de pie.
6. Se le aconsejó comprar un carro para llevar la compra. Al principio se mostró reacia. Actualmente va a comprar con él aunque como suele ir acompañada, quien lo lleva es su marido o su hija ya que dice que le pesa. Desde que ya no lleva la compra como antes, dice sentirse mucho mejor.