

# Mejora la vida de las personas



**Los terapeutas ocupacionales utilizan diversas técnicas como la expresión corporal o la estimulación precoz para mejorar la calidad de vida de las personas que padecen algún tipo de trastorno mental o físico, bien por enfermedad, discapacidad física, problemas de aprendizaje o traumatismos, con el objetivo de que alcancen el mayor grado de independencia posible en su vida diaria.**

Entre Estudiantes

**A**unque esta profesión existe desde hace más de medio siglo, la terapia ocupacional es todavía una actividad desconocida por gran parte de la sociedad, lo que ha provocado en numerosas ocasiones que se confunda la labor de estos profesionales con la que realizan los fisioterapeutas, enfermeros o auxiliares de clínica.

En sus orígenes, esta profesión se orientó al tratamiento de enfermos mentales. Es a partir de la primera guerra mundial cuando comenzó a emplearse para restaurar la función física en personas que habían sufrido enfermedades o traumatismos.

En la actualidad, la labor que realizan los terapeutas abarca todas las facetas en las que se desenvuelve cada día el paciente, y su fin es conseguir que obtenga el mayor grado de autonomía e integración.

La formación universitaria que reciben los terapeutas consta de tres partes: una fase médica, en la que aprenden las ciencias médicas básicas, las afecciones o procesos que deben tratarse; una segunda parte en la que se estudian las destrezas o actividades terapéuticas que se utilizan en el tratamiento de rehabilitación; y una tercera parte de prácticas clínicas durante la cual tratan a los diferentes tipos de pacientes y patologías (físicas, psíquicas, sociales...) bajo la supervisión de un terapeuta ocupacional experimentado.

## La carrera al desnudo

- **Área:** Ciencias de la Salud
- **Estudios:** Grado en Terapia Ocupacional
- **Duración:** Cuatro cursos (240 créditos)
- **Acceso:** Aunque el acceso de Grado es posible desde cualquiera de las vías de bachillerato, prima la modalidad de Ciencias y Tecnología.  
**Desde Formación Profesional:** Cuando la demanda supere la oferta de plazas tendrán preferencia los técnicos superiores procedentes de la familia de Actividades Físicas y Deportivas, Química y Sanidad.
- **Perfil del estudiante:** Para cursar los estudios de Terapia Ocupacional es importante tener capacidad para las relaciones interpersonales, capacidad de interactuar y comunicarse e interés para ayudar a las personas teniendo en cuenta y respetando los valores y culturas diferentes. El hecho de trabajar con colectivos vulnerables requiere estabilidad emocional y capacidad para resolver problemas y tomar decisiones. La facilidad para trabajar en equipo, la capacidad de análisis, la responsabilidad, la adaptación al entorno y la creatividad son cualidades importantes para el futuro desarrollo profesional.
- **Objetivos:** La Terapia Ocupacional es una profesión sociosanitaria que se ocupa de la promoción de la salud y el bienestar de las personas, a través de la ocupación. El objetivo fundamental de este grado es formar terapeutas ocupacionales generalistas, con la suficiente preparación académica, científica y clínica para poder describir, identificar, detectar, prevenir,

tratar y comparar los problemas de salud a los que se puede dar respuesta desde la Terapia Ocupacional, a través de la adquisición de competencias profesionales, con el fin de:

- Mejorar, mantener o restaurar el mayor nivel de independencia funcional y autonomía personal, considerando tres ejes fundamentales de la actividad humana: el propio individuo, la actividad y el entorno, en sus distintas dimensiones.
- Mejorar la calidad de vida de un individuo empleando una ocupación, con un abordaje holístico.

- **Dónde trabajarás:** El terapeuta ocupacional trabaja en coordinación con otros profesionales (médicos, enfermeros, psicólogos, fisioterapeutas, logopedas, trabajadores sociales) principalmente en el sector socio-sanitario, pero también en el medio ocupacional y de reinserción laboral, así como en el área de la educación especial. En concreto, desempeñan su labor en hospitales, en residencias geriátricas, en centros y clínicas privadas de rehabilitación, en centros psiquiátricos, centros de día, mutuas laborales, asociaciones de afectados, empresas de atención domiciliaria, centros de menores, instituciones penitenciarias y colegios.
- **Donde se estudia:** Universidad de Málaga, Universidad Complutense de Madrid, Universidad de Granada, Universidad Rey Juan Carlos, Universidad de A Coruña, Universidad de Zaragoza, Universidad Miguel Hernández de Elche, Universidad de Salamanca, Universidad de Extremadura, Universidad de Burgos, Universidad de Castilla-La Mancha, Universidad Autónoma de Barcelona, Universidad Autónoma de Madrid, Universidad de Oviedo, Universidad de Vic, Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir y UCAM de Murcia.

La Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales (WFOT) define esta profesión como la que se ocupa de la promoción de la salud y el bienestar a través de la ocupación. El principal objetivo de la terapia ocupacional es capacitar a las personas para participar en las actividades de la vida diaria. Los terapeutas ocupacionales logran este resultado mediante la habilitación de los individuos para realizar aquellas tareas que optimizarán su capacidad para participar, o mediante la modificación del entorno para que éste refuerce la participación.

Los terapeutas poseen una formación extensa que les proporciona las habilidades y los conocimientos para trabajar con aquellos individuos o grupos de población que sufren la afectación de una estructura corporal o función, debida a algún cambio de salud, y que por tanto hace que experimenten limitaciones en



su participación. La Terapia Ocupacional se ejerce en una gran variedad de ámbitos de actuación, incluidos hospitales, centros de salud, domicilios particulares, lugares de trabajo, escuelas, centros de menores y resi-

dencias de ancianos. Los clientes están involucrados activamente en el proceso terapéutico y los resultados de la terapia ocupacional son diversos, dirigidos al cliente y medidos en términos de participación o satisfacción derivadas de su participación.

### Formación complementaria

Como en otras profesiones relacionadas con el ámbito sanitario, los cursos de especialización y actualización de conocimientos son fundamentales para mantenerse al día en las nuevas técnicas que se aplican. También es importante el conocimiento de otros idiomas, especialmente inglés y francés, porque algunos de los mejores cursos de especialización se imparten en el extranjero.

## «El 86% de profesionales terapeutas son mujeres»

### Diferentes perfiles laborales

El trabajo del terapeuta –o mejor dicho de la terapeuta, pues el 86% de profesionales que ejerce esta profesión son mujeres– se centra, sobre todo, en la aplicación de terapias que ayudan a los pacientes a recuperar o potenciar funciones consideradas esenciales para su vida diaria, como el aseo personal, la limpieza del hogar, la preparación de alimentos, vestirse, mantener el estado de salud, comunicarse con otras personas, trabajar o buscar formas alternativas de ocio.

Pero también están preparados para actuar dentro del área de la formación, en colegios y centros de educación especial, donde se encargan de la estimulación sensorial y cognitiva de niños con problemas como el autismo o la parálisis cerebral. Asimismo, si bien algunos terapeutas encuentran su sitio como asesores en mutuas, empresas de seguros y de fabricación de productos ortopédicos, su presencia en estos sectores es mucho menor.

Aun con todo, el aumento de personas lesionadas por accidentes de tráfico y accidentes laborales, así como el progresivo envejecimiento de la población ha provocado un aumento en la demanda de estos profesionales en los últimos años, por lo que, como la mayoría de los profesionales del sector de la salud, presentan muy buena empleabilidad. ✨

### Plan de estudios (UGR)

#### Primer curso

- Anatomía general
- Estadística
- Sociología
- Psicología General
- Fundamentos de la Terapia Ocupacional
- Fisiología
- Ética y Legislación profesional
- Neuroanatomía
- Afecciones médico-quirúrgicas
- Psicopatología

#### Segundo curso

- Afecciones médico-quirúrgicas: Aparato locomotor
- Biomecánica
- Psicología social
- El análisis ocupacional y la actividad técnico-terapéuticas
- Metodología de investigación
- Afecciones médico quirúrgicas: Sistema nervioso y sensorial
- Geriatría
- Pediatría
- T.O. para la autonomía personal
- Salud pública

#### Tercer curso

- Psiquiatría en terapia ocupacional
- Intervención de T.O. en discapacidad músculo-esquelética del adulto
- Intervención de T.O. en discapacidad músculo-esquelética y neurológica del niño y del anciano
- T.O. en órtesis, ayudas técnicas y adaptación del entorno
- Intervención de T.O. en salud mental en infancia, adolescencia y personas mayores
- Intervención de T.O. en discapacidad neurológica del adulto
- Intervención de T.O. mediante elaboración de programas
- Intervención de T.O. en salud mental
- Dos asignaturas optativas

#### Cuarto curso

- Prácticas tuteladas
- Dos asignaturas optativas
- Trabajo fin de grado

#### Algunas optativas

- Drogodependencias
- Intervención y terapias psicológicas
- Historia de las Ciencias de la Salud
- Neuropsicología cognitiva aplicada a T.O.

# Curar a través de técnicas especializadas

Los títulos de grado en Terapia Ocupacional forman a profesionales con preparación científica y capacitación suficiente para que puedan describir, identificar, prevenir, tratar y comparar problemas de salud a los que se puede dar respuesta aplicando ciertas técnicas. Para ello, la carrera se adentra en el conocimiento de las enfermedades típicas del sistema nervioso, respiratorio, cardiovascular y del aparato locomotor, pero se centra sobre todo en las técnicas de ayuda que se pueden poner en práctica para la recuperación de pacientes con lesiones o secuelas producidas por diversas patologías, accidentes o enfermedades que les impiden desenvolverse en su vida diaria.

Los terapeutas diseñan actividades a medida de las necesidades de cada individuo: les enseñan a bañarse, a vestirse, a comer, a medicarse responsablemente, a comunicarse... También realizan ejercicios para facilitar su recuperación y les ayudan a adaptarse a las prótesis que necesitan utilizar.

Las técnicas que se utilizan en la terapia ocupacional incluyen la realización de actividades tales como la estimulación precoz, la relajación, la ludoterapia, las técnicas de expresión corporal y artística o la psicomotricidad.

Estos profesionales realizan esta labor en colaboración con psicólogos, fisioterapeutas, logopedas, pedagogos y trabajadores sociales. Entre sus labores se encuentran también la adaptación del hogar y del puesto de trabajo a las circunstancias de cada paciente, el asesoramiento a las familias y la búsqueda de actividades de ocio y tiempo libre adaptadas.

## MATERIAS DESTACADAS

De forma general, cada grado contiene un mínimo de 60 créditos ECTS de formación básica. De ellos, 36 ECTS corresponden específicamente a materias de su rama de conocimiento y el resto a áreas afines.

Con estas materias cada universidad diseña las asignaturas que formarán parte de sus planes de estudio para los grados que imparten. Partiendo del plan de estudios de la Universidad de Granada, que es el que hemos tenido en cuenta para este reportaje, cabe destacar las siguientes materias:

**Anatomía general:** La Anatomía es la ciencia que estudia la organización estructural del cuerpo humano en estado de salud

y a lo largo del desarrollo, relacionando la forma con la función y valorando los cambios de dicha estructura como respuesta a todos aquellos agentes que, en condiciones de normalidad, actúan sobre ella. Dentro de este grado, se estudia una anatomía funcional, descriptiva, sistémica y topográfica, orientada a fomentar la capacidad de descripción y de orientación espacial. Estudio de la morfología y estructura macroscópica de los aparatos locomotor, respiratorio y cardiovascular.



**Fisiología:** En esta asignatura se aborda de forma intensiva el estudio de los sistemas nervioso y muscular, así como los órganos de los sentidos. También se da una visión de conjunto de los sistemas cardiovascular, sanguíneo y linfático, así como del urinario, respiratorio, digestivo y endocrino. Por último, se plantean las bases fisiopatológicas de las diversas enfermedades.

**Geriatría:** Esta materia se centra en aprender a examinar al paciente geriátrico, en su completo entorno bio-psico-social, contemplando los cambios (morfológicos, psicológicos, funcionales y sociales) que origina el proceso de envejecimiento individual. Continúa con la prevención y el manejo de las diferentes situaciones en enfermedad e incapacidad y culmina con la actuación interdisciplinaria conjunta en los distintos niveles asistenciales, tanto sanitarios como sociales.

**Pediatría:** Aprender a examinar y evaluar la capacidad del niño para desempeñar con éxito las actividades de la vida cotidiana e intervenir cuando dicha capacidad está en riesgo o dañada por cualquier causa. El terapeuta ocupacional utiliza este tipo de terapia como acción preventiva y/o asistencial, dirigida al niño/a, familia y entorno, fundamentando esta intervención en los aspectos relacionales, lúdicos y funcionales.

**Ética y legislación profesional:** La asignatura pretende sentar las bases del desempeño profesional basado en una práctica ética de la profesión. Así el alumnado conocerá y aprenderá a respetar los derechos y obligaciones de los usuarios de los servicios de Terapia Ocupacional, las regulaciones deontológicas de la profesión en el ámbito nacional e internacional, los principales conflictos éticos con los que se puede encontrar y cómo afrontarlos, así como la normativa de ámbito nacional en materia de salud, enfermedad, discapacidad, incapacidad, dependencia y autonomía.

ESTHER SÁNCHEZ SAIZ, TERAPEUTA OCUPACIONAL

# «No ha sido fácil encontrar trabajo, pero nunca me desanimé»

**E**sther Sánchez tiene 25 años y es titulada en Terapia Ocupacional en la Universidad Complutense de Madrid. Aunque le ha costado adentrarse en el mundo laboral, por fin lo ha conseguido, aunque reconoce que no ha sido tarea fácil.

## —¿Qué es la terapia ocupacional?

—La Terapia Ocupacional es una profesión socio-sanitaria que valora las capacidades de la persona junto con las dificultades de la misma, a nivel físico, psíquico, sensorial y social; para así adecuar el tratamiento y capacitarle para alcanzar el mayor grado de independencia posible en su vida diaria. El principal objetivo de la Terapia Ocupacional es capacitar a las personas y fomentar su autonomía para participar en las actividades de la vida diaria. La atención del terapeuta ocupacional va dirigida a personas de cualquier edad con dificultades en las actividades que realiza en su día a día, puesto que el interés central de nuestra profesión es lograr el máximo nivel posible de autonomía y satisfacción en el desempeño ocupacional.

## —¿Qué te motivó estudiarla?

—Mi motivación para ser terapeuta ocupacional vino tras ver la película "Patch Adams", inspirada en un hecho real. Mientras veía a ese doctor hacer felices a los niños que sufrían enfermedades terribles, solo pensaba que quería ser como él. Pero existían algunos problemitas para esto: no me daba la nota para medicina ni tenía la vocación para ello, por lo que empecé a mirar la nota de corte para enfermería, aunque tampoco

## «La motivación me llegó tras ver la película 'Patch Adams'»

era mi vocación real. Cuando le describía a mi madre que yo quería trabajar con las personas haciéndolas felices como "Patch Adams", ella me decía que la enfermería lleva una carga médica importante y que creía que me estaba equivocando de carrera. Efectivamente, así era y tras indagar mi madre por el universo web, un buen día me habló de la Terapia Ocupacional. A partir de entonces empecé a leer todo lo relacionado con esta maravillosa profesión y descubrí mi auténtica vocación.

## —¿Existe una terapia ocupacional concreta según el tipo de paciente?

—Cada persona es un mundo, por lo que no existe un tratamiento único adaptado a una patología concreta. Como terapeutas ocupacionales debemos ser creativos y adaptar siempre las actividades atendiendo a las necesidades de cada persona. Por poner un ejemplo, no hay un juego que sea útil para el autismo. Hay un juego que ayuda a Juan (con autismo) a mejorar la atención y la motricidad fina, pero a Pepe (con autismo) no le funciona porque le molesta el sonido.

## —¿Ha sido difícil encontrar empleo?

—Cuando salí de la carrera, estaba motivadísima y convencida de que me iba a salir trabajo y mandé por lo menos 500 currículos dentro y fuera de España.

Tan solo me llamaron para hacer dos entrevistas, de las cuales me descartaron por carecer de experiencia. Mi ilusión fue descendiendo y empecé a trabajar como comercial aunque nunca me desmotivé. Probé a cambiar el currículum mil veces, mis cartas de presentación cada vez eran más ocurrentes y seguía mandando dos currículos diarios de media. Actualmente, tengo dos trabajos como terapeuta ocupacional, y entre los dos realizo una jornada de 22 horas semanales. Con todo esto, quiero decir que no es fácil en absoluto, conseguir trabajo. Solo salen sustituciones y piden dos años de experiencia como mínimo. Aun así, viva la Terapia Ocupacional. ¡No nos desanimemos!

## —¿Qué has aprendido trabajando y no te enseñaron en la carrera?

—El aprendizaje que quiero resaltar es la fuerza que tienen las personas con diversidad funcional para luchar cada día. Trabajo sobre todo con niños con algún tipo de dificultad en distintos niveles y es asombroso todo lo que trabajan y no se quejan de nada. Un ejemplo: niño que por las mañanas va al cole y por las tardes acude a fisioterapia dos veces por semana, a fisioterapia respiratoria una vez por semana, a terapia ocupacional una vez por semana, al psicólogo una vez por semana y a terapia vojta una vez por semana. ¿Qué hueco le queda a este niño para ser niño y jugar como los demás? También aplaudo a sus familias porque vuelcan su vida en sus hijos y hacen todo lo que está en sus manos, luchando sin parar para que el día de mañana sus hijos sean lo más autónomo posibles.

LYDIA MARTÍN, PROFESORA DE TERAPIA OCUPACIONAL EN LA UNIVERSIDAD GRANADA

# «El terapeuta busca lograr la máxima autonomía del paciente»

**L**ydia Martín es profesora del Grado de Terapia Ocupacional de la Universidad de Granada, que se imparte en la Facultad de Ciencias de la Salud. En esta breve entrevista nos acerca un poco más a este grado y a la importancia que tienen estos profesionales en la sociedad actual.

—¿En qué consiste la terapia ocupacional?

—¿Te has planteado alguna vez qué pasaría si, de repente, no pudieras volver a caminar, levantarte de la cama, o no sintieras la mitad de tu cuerpo? Párate un momento y piensa en alguna de las cosas (ocupaciones) que haces en tu día a día. Ahora imagina, por ejemplo, ¿cómo te ducharías si tuvieras problemas de equilibrio o cómo pasarías las horas de clase sentado si no pudieras para quieto?

El terapeuta ocupacional es el profesional que interviene cuando existe una alteración en alguna de estas áreas a las que denominamos áreas de ocupación (actividades de la vida diaria, productivas y de ocio) debidas a alteraciones, limitaciones o interrupciones de la ocupación a causa de problemas físicos (lesiones medulares, esclerosis lateral amiotrófica, accidentes cerebrovasculares, traumatismos, fracturas...), psíquicos/psicológicos (trastorno bipolar, trastornos del espectro autista, esquizofrenia, etc.) o sociales (drogodependencias, exclusión social, evaluación del nivel de dependencia). El objetivo último del terapeuta ocupacional, es el de lograr los máximos niveles de independencia y autonomía de la perso-

na. Esta intervención incluye tanto el tratamiento directo con el paciente como la adaptación de tareas (por ejemplo el uso de ayudas técnicas que permitan a una persona con una amputación de miembro superior poder volver a vestirse y preparar la comida con un solo brazo), del ambiente (por ejemplo consiguiendo que una persona con Alzheimer se oriente en su propio domicilio) o la confección de férulas y órtesis.

—¿En qué campos de la salud se instruye a los alumnos?

—Los profesionales de Terapia Ocupacional están dotados de competencias socio-sanitarias muy amplias, debido a la visión holística de los tratamientos aplicados y al amplio campo de actuación. Por lo tanto, la formación universitaria del terapeuta ocupacional incluye áreas como traumatología, neurología, psiquiatría, fisiología, geriatría, pediatría, salud pública, psicología, etc., sin olvidar formación propia en técnicas de evaluación e intervención de la disciplina aplicada a cada ámbito.

—¿En qué sectores pueden trabajar los titulados en este grado?

—El terapeuta ocupacional puede trabajar tanto en el sector público como privado: educación sanitaria (promoción y prevención de salud), ámbito sanitario (hospitales, atención temprana, mutuas de accidentes), socio-sanitario (centros de día, evaluación de la dependencia), social (residencias, ayuda domiciliaria, atención a la drogadicción, rehabilitación laboral, penitenciarías), educación (centros de

## «Están dotados de competencias sociosanitarias muy amplias»

educación especial), asesoramiento (ortopedias, prevención de riesgos laborales), docencia e investigación, etc.

—¿En qué se diferencia de otras titulaciones sanitarias como la Fisioterapia o la Psicología Clínica?

—El objetivo principal de la Terapia Ocupacional es permitir que las personas participen y sean lo más independientes posibles en sus actividades de la vida diaria. Para ello, el medio que utiliza para lograr los objetivos de tratamiento es la actividad, entendida ésta como herramienta terapéutica. En este sentido, no hay ninguna otra disciplina sanitaria que trabaje desde este enfoque. Los terapeutas ocupacionales logran este resultado trabajando con las personas y las comunidades para mejorar su capacidad de participar en las ocupaciones que desean, necesitan o se espera que hagan. Esta percepción del "ser ocupacional" parte de la premisa de que "toda persona necesita ser capaz o estar disponible para comprometerse con la ocupación que necesite y seleccione para crecer a través de lo que hace y experimentar independencia o interdependencia, equidad, participación, seguridad, salud y bienestar" (Wilcock y Townsend).