



Facultad de  
Ciencias de la Salud  
Universidad Zaragoza

**Universidad de Zaragoza  
Facultad de Ciencias de la Salud**

***Grado en Terapia Ocupacional***

Curso Académico 2019 / 2020

TRABAJO FIN DE GRADO

**Diseño de una intervención de Terapia Ocupacional a través de la danza para adultos con diversidad funcional**

Design of an Occupational Therapy intervention through dance for adults with functional diversity

**Autora:** Andrea Marquina Heredia

Directora: María Jesús Calvo Til

## Índice

Resumen.....	3
Abstract .....	4
Introducción .....	5
Objetivos .....	9
Metodología .....	10
Desarrollo .....	14
Conclusión.....	19
Bibliografía .....	20
Anexos .....	23



## Resumen

El programa que se desarrolla a continuación consiste en una intervención desde Terapia Ocupacional basada en la danza, como un recurso inclusivo para adultos entre 20 y 59 años con diversidad funcional.

Su condición de salud les confiere ciertas desventajas sociales entre las cuales destacan el acceso a actividades de ocio, de modo que esta propuesta artística tiene como objetivo promover la inclusión y potenciar la participación social en esta área ocupacional para mejorar la calidad de vida.

Principalmente, se basa en el Modelo Canadiense de Desempeño Ocupacional (CMOP) dado que ofrece una práctica centrada en las necesidades de la persona, para fomentar el desarrollo personal y la conexión con la sociedad.

La investigación previa de otros programas similares permite abarcar las distintas fases, desde la evaluación de necesidades hasta las acciones y los resultados esperados.

En la evaluación se emplean diferentes instrumentos de valoración para identificar los problemas y así construir estrategias a través del movimiento y el baile.

En la intervención se plantean actividades exploratorias de movimiento donde se usarán técnicas como la improvisación y la expresión corporal.

En cuanto a los resultados, no se disponen de datos reales debido a que no se pudo llevar a cabo la intervención por la pandemia producida por el COVID-19. Si se puede mencionar que tras participar en el programa la percepción de bienestar y satisfacción puede cambiar debido a que las dinámicas de creación y conciencia dan la posibilidad de conocerse, situarse, aceptarse y obligan a tomar decisiones.

Palabras clave: *Terapia Ocupacional, diversidad funcional, inclusión, participación social, ocio, danza y movimiento.*



## **Abstract**

The program that follows consists of an intervention from Occupational Therapy based on dance, as an inclusive resource for adults between 20 and 59 years old with functional diversity.

Their health condition confers them certain social disadvantages, among which the access to leisure activities stands out, so that this artistic proposal aims to promote inclusion and enhance social participation in this occupational area to improve the quality of life.

Mainly, it is based on the Canadian Occupational Performance Model (CMOP) since it offers a practice focused on the needs of the person, to promote personal development and connection with society.

The previous investigation of other similar programs allows covering the different phases, from the needs assessment to the actions and expected results.

In the evaluation, different assessment instruments are used to identify problems and thus build strategies through movement and dance.

In the intervention, exploratory movement activities are proposed where techniques such as improvisation and body expression will be used.

As for the results, no real data are available because the intervention could not be carried out due to the pandemic produced by COVID-19. If it can be mentioned that after participating in the program, the perception of wellbeing and satisfaction may change because the dynamics of creation and consciousness give the possibility of knowing, locating, accepting and forcing decisions making.

Key words: *Occupational Therapy, functional diversity, inclusion, social participation, leisure, dance and movement.*

## Introducción

El término diversidad funcional fue acuñado por el Foro de Vida Independiente a principios de 2005 para sustituir el concepto de discapacidad y proporcionar a este colectivo una nueva visión social. Se considera que las personas con diversidad funcional son aquellas que no pueden realizar las mismas actividades de igual manera que la mayoría de la población debido a sus diferencias orgánicas o funcionales.

Sus características les confieren ciertas desventajas sociales. La sociedad no contempla la posibilidad de integrar plenamente la diversidad en todos sus ámbitos creando limitaciones y barreras que impiden su participación social (1).

El modelo social toma como base la inclusión y para ello es necesario la igualdad de oportunidades. Sin embargo, no todo el mundo tiene la posibilidad de acceder y disfrutar de sus ocupaciones más significativas, quedando en una situación de exclusión (2).

Una de las áreas ocupacionales donde más dificultad presentan las personas con diversidad funcional es la de ocio y tiempo libre. El ocio es un derecho básico con múltiples beneficios, pero no siempre está garantizado en todas las personas. Son muchas las que no participan por temor a no encontrar actividades accesibles, sin barreras que obstaculicen su desarrollo personal y comunitario (3).

La *American Occupational Therapy Association (AOTA)*, lo define como “una actividad no obligatoria que está motivada intrínsecamente y en la cual se participa durante un tiempo discrecional o libre, es decir, un tiempo no comprometido con ocupaciones obligatorias tales como el trabajo, el autocuidado o dormir”. Por lo tanto, las actividades de ocio siempre son voluntarias y escogidas libremente según preferencias, gustos o deseos (4).

Cualquier actividad, bien sea deportiva, cultural o artística favorece los procesos de socialización, integración y cooperación. Su práctica ofrece espacios y tiempos que facilitan la convivencia entre personas con los mismos propósitos e intereses y a su vez, fomenta su calidad de vida (3).



La calidad de vida es un indicador que está relacionado con el nivel de bienestar y satisfacción global. Estos aspectos se manifiestan cuando el sujeto tiene la posibilidad de desarrollarse de forma integral, cumpliendo con sus expectativas, relacionándose con otros y participando con autonomía en la comunidad, la cual reconoce y da valor a su identidad personal, cultural y social (5).

A pesar de que el ocio es una necesidad fundamental, la participación de las personas con diversidad funcional en esta área todavía es escasa. Distintos profesionales de la salud utilizan la danza como una intervención social dirigida a comunidades en riesgo de exclusión, proporcionando la práctica artística para fomentar la participación y creación de redes sociales (6).

La danza es una disciplina artística que utiliza el movimiento corporal para la expresión interactiva y creativa del ser humano. A principios del siglo XX un grupo de bailarines se replantea el modelo convencional de la danza, iniciando grandes cambios en este ámbito. Así es como surge una nueva corriente artística denominada Danza Creativa o Danza Expresiva, la cual se centra en la expresión de sensaciones, sentimientos o emociones a través del cuerpo como principal canal de comunicación (7).

Se introducen nuevas formas de pensamiento y concepción de la danza que permiten la accesibilidad de personas con diversidad funcional. Los artistas hacen posible una mirada en la que prevalecen sus capacidades y no sus dificultades, dejando de lado los cánones estéticos que debía tener un bailarín. Poniendo énfasis en las cualidades de estas personas, las cuales aportan distintas formas de expresión y de movimientos.

La bailarina Pina Bausch: "no me interesa cómo se mueve el ser humano, sino aquello que le conmueve" (8).

En este momento, los profesionales de la danza inician su trabajo con personas con diversidad funcional. Aparecen compañías de danza clásica y contemporánea que centran su atención en la autonomía y la inserción social. En la actualidad existen tres referentes en danza inclusiva: Dance Ability (EEUU), Candoco Dance Company (Reino Unido) y Danza Mobile (España). Todas ellas pretenden cambiar



la imagen social de este colectivo facilitando su acceso a la cultura y educación artística (9).

Del mismo modo, los terapeutas ocupacionales buscan la construcción de comunidades donde todas las personas puedan desarrollar su potencial. Reconocen la importancia de crear entornos accesibles además de potenciar sentimientos de conexión y pertenencia a través de la inclusión en ocupaciones significativas (10).

La danza se puede percibir como una actividad psicomotriz que fortalece el desarrollo de habilidades para interactuar en un contexto psicosocial. La acción de bailar facilita una experiencia en la que es posible descubrir nuevas aptitudes ocultas que generan confianza en uno mismo. Además, produce una oportunidad para expresar los sentimientos de forma espontánea, natural y libre.

Una investigación sobre danza inclusiva reconoce el movimiento creativo como un factor importante que contribuye al crecimiento de la identidad personal. En dicho estudio se observaron cambios positivos en el desarrollo personal, las relaciones sociales y la calidad de vida de los participantes (11).

Otro trabajo de investigación en la Asociación Dan Zass menciona las mejoras en la calidad de vida que puede aportar la danza en las personas con diversidad funcional. Con su práctica los usuarios aprenden a usar y controlar su propio cuerpo; alcanzan una correcta formación del esquema corporal, mejoran el equilibrio, el tono muscular y la relación espacio-tiempo. Asimismo, se trabajan las habilidades sociales, la autoestima y el autoconcepto (8).

Marian Chance, pionera de la danza movimiento terapia (DMT), considera el movimiento como la unión entre el cuerpo y la mente. Los movimientos o gestos corporales se producen en consecuencia de la interacción entre las sensaciones internas como son las emociones, y los estímulos externos que hacen referencia al medio y a la relación con otros (12).

Incluso antes de nacer, los seres humanos se mueven para expresar y comunicar sus necesidades. Cuando bailan se relacionan con la comunidad y al mismo tiempo,



a través de la acción rítmica de la música comparten y transmiten sus sentimientos (13).

La danza en movimiento ofrece momentos de intimidad social que ocurren en situaciones como sentarse en círculo o tomarse de la mano. La terapeuta Ana Lucía Borges Da Costa propone el baile en círculo como una ocupación compartida de ocio que mejora el bienestar de las personas. Esta autora afirma que la danza en círculo fomenta la conexión con otros y proporciona un sentido de pertenencia.

Otro estudio sobre danza circular demuestra que se produjeron modificaciones positivas en la imagen corporal y la espiritualidad de los participantes. Este último concepto está relacionado con la realización y el enriquecimiento personal.

Otros terapeutas ocupacionales relacionan la danza con el bienestar como, por ejemplo, Connor con una iniciativa en el sistema de salud australiano para mujeres sanas de 50 a 80 años. Del mismo modo, Forgett y Little llevan a cabo un programa de baile en salud mental en el que se demostró que mejoraba el ánimo y facilitaba el compromiso cultural y social. Y Graham discutió sobre que la danza es una ocupación transformadora que activa múltiples funciones, desarrolla simultáneamente todo el ser y estimula las relaciones sociales (14,15).

La danza se compone de múltiples elementos corporales, emocionales, sociales, lúdicos y comunicativos que pueden ser útiles para la Terapia Ocupacional. Pero, ¿cómo influyen estos beneficios en la ocupación?

Entendiendo la ocupación como algo inherente al ser humano, como una construcción y un derecho básico, se ven influenciadas las características de la persona, los patrones y las destrezas de ejecución. También, se debe considerar el ambiente y las demandas de la actividad para potenciar o permitir la participación en las ocupaciones más significativas (4).

Siguiendo la filosofía del *Modelo Canadiense de Desempeño Ocupacional (CMOP)*, la ocupación relacionada en este caso con la danza, confiere un significado a la persona que refuerza su identidad personal proporcionándole salud y bienestar (10).



## **Objetivos**

### Objetivo general

- Promover la inclusión de personas con diversidad funcional mediante una propuesta de intervención a través de un taller de danza en Terapia Ocupacional, orientado a fomentar la participación de ocio como mejora de la calidad de vida.

### Objetivos específicos

- Potenciar la participación de personas con diversas capacidades dentro de la comunidad ofreciendo la oportunidad de compartir un espacio común y accesible.
- Incrementar la sensación de bienestar ocupacional y emocional de las personas participantes.
- Fomentar el desarrollo personal mediante el baile aumentando la autoestima y la motivación con el fin de conseguir una mayor autonomía.
- Activar potenciales afectivos y de comunicación que conecte a la persona consigo misma, con otros y con el entorno.
- Fortalecer la conexión del grupo desde la improvisación mejorando la expresión corporal y la comunicación no verbal.

## Metodología

El estudio tuvo inicialmente una fase de investigación cualitativa en la que se recopiló información de experiencias similares mediante una revisión bibliográfica.

Para la búsqueda de artículos se utilizaron distintas bases de datos; las más empleadas fueron Pubmed, Web of Science y Dialnet. Se buscó en revistas propias de terapia ocupacional como la American Journal of Occupational Therapy (AJOT), British Journal of Occupational Therapy (BJOT), Terapia Ocupacional de Galicia (TOG) y otras específicas de arteterapia y danza. También, se obtuvo información de libros online y consultados en la biblioteca de la Universidad de Zaragoza.

Los descriptores utilizados fueron los siguientes (en castellano e inglés): *diversidad funcional, ocio, danza inclusiva, expresión corporal, creatividad, bienestar, terapia ocupacional, etc.* Cuando no se obtenían resultados se modificaba la búsqueda introduciendo una sola palabra o combinándolas entre sí.

Por otro lado, esta investigación tuvo una fase exploratoria. Se participó en un taller de danza inclusiva impartido por la Asociación Pares Suelos de Zaragoza. En dicha experiencia personal, se llevó a cabo una observación sistemática que permitió un acercamiento a la realidad a estudiar y ayudó a refinar el proceso para la recolección de información.

### Población a la que va dirigida la intervención

El presente programa es una intervención hipotética que consiste en facilitar la participación de ocio mediante un taller de danza inclusiva, dirigido a un grupo de 8 a 10 adultos con diversidad funcional. Los participantes son personas de edades comprendidas entre los 20 y 59 años con diversas características intelectuales, físicas y sensoriales.

### Marcos y modelos elegidos

Para abordar el taller con éxito se valora y fomenta la heterogeneidad del grupo desde un enfoque denominado *Diseño Universal de Aprendizaje (DUA)*, el cual considera las diferencias como oportunidades de aprendizaje.



El DUA es un marco teórico-práctico, desarrollado por el Center Applied Special Technology (CAST), basado en el diseño universal de objetivos, métodos, materiales y evaluaciones educativas que permiten a todas las personas desarrollar conocimientos y habilidades de aprendizaje.

El programa se plantea desde esta perspectiva para atender las necesidades de todos los componentes del grupo. Se tendrán en cuenta los principios del DUA, proporcionando múltiples formas de representación, expresión e implicación que harán posible un taller accesible e inclusivo (ver anexo 1) (16).

Asimismo, se toma como referencia el *Modelo Canadiense de Desempeño Ocupacional (CMOP)*, ya que dicho programa se basa en el uso del self, así como en la mejora de las relaciones sociales y la conexión con la sociedad.

Siguiendo las pautas de este modelo, la práctica se centra en la persona desde un enfoque de colaboración y alianza, abogando por sus necesidades y determinando los objetivos específicos en relación con su desempeño ocupacional. Durante el proceso de intervención se intenta que los usuarios se involucren en la toma de decisiones a través del movimiento, utilizando la danza para comunicar y expresar como se sienten (10,17).

#### Recursos materiales y humanos

En cuanto a las demandas del espacio, las sesiones se llevarán a cabo en instalaciones públicas de fácil acceso. La actividad en sí se realizará en una sala amplia y cómoda, a poder ser con una pared cubierta de espejos y grandes ventanas que favorezcan la iluminación y la temperatura.

Para incentivar la creatividad serán necesarios distintos materiales que produzcan sensaciones y reacciones, como:

- Visuales: aros y pelotas de distintos colores, fotos, proyecciones.
- Auditivos: música, experiencias verbales, objetos para percutir.
- Táctiles: telas, cintas, papeles de distintas texturas.
- Olfativos: esencias, incienso.

Las sesiones serán guiadas por un terapeuta ocupacional y un asistente con diversidad funcional, que ayudará a mantener el ritmo de la clase apoyando a los usuarios que lo necesiten.

### Fases del programa

Las fases del programa son las siguientes (4,17,18):

#### **1. Evaluación**

En esta primera fase, se detectan las necesidades personales, qué necesitan o desean hacer. Es importante conocer de manera resumida la historia ocupacional de los usuarios, sus experiencias, patrones, intereses y valores.

Para la recolección de esta información se utilizan distintas herramientas de evaluación:

- Entrevistas o conversaciones causales.
- Medida Canadiense de Desempeño Ocupacional (COPM).
- Evaluación de habilidades de interacción (ESI).
- Registro adicional de comportamientos.

#### **2. Planificación e implementación de la intervención**

Cuando se planifica la intervención, se analizan los riesgos o problemas que puedan surgir, se definen las actividades y tareas para alcanzar los objetivos, se determinan los recursos y se establece un plan de seguimiento. Después, se ponen en marcha las actividades de expresión corporal e improvisación diseñadas en base a los objetivos planteados según las necesidades individuales y grupales.

#### **3. Reevaluación o evaluación de los resultados**

Los resultados reflejan el logro de los objetivos seleccionados en el proceso de intervención. Para estimar el progreso o el cambio, se vuelven a utilizar los mismos métodos de evaluación iniciales. El resultado principal engloba la participación plena y activa en el taller de danza para mejorar la calidad de vida de los usuarios.

Los resultados esperados se dirigen a:

- La promoción de la salud y el bienestar.

- Fomentar la participación social.
- El acceso y la justicia ocupacional.

*Tabla 1: Relación de las fases con los objetivos y la temporalidad.*

<b>FASES</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>TEMPORALIDAD</b>
<b>Evaluación</b>	Conocer el perfil ocupacional y las necesidades de la persona.	1 mes aprox.
	Identificar condiciones ambientales y fortalezas.	
	Observar y analizar el desempeño ocupacional.	
<b>Intervención</b>	Seleccionar metas y objetivos.	2 meses
	Determinar y llevar a cabo la intervención.	
	Establecer un vínculo terapéutico.	
<b>Resultados</b>	Dar respuesta a los objetivos.	1 mes aprox.
	Medir y comparar el progreso de terapia ocupacional.	

## Desarrollo

### Resultados de la evaluación inicial

Se realizará una evaluación a nivel general para identificar los problemas y así construir estrategias, por medio del movimiento y el baile, que permitan trabajar las dificultades o barreras que interfieren en el desempeño ocupacional y la calidad de vida.

El 16,5% de las personas con diversidad funcional manifiestan tener alguna barrera en la participación social. Esta población ve más limitada su participación en actividades de ocio y culturales debido a la distancia, la accesibilidad y la falta de confianza.

También, afirman haber sido discriminadas y tratadas de forma injusta por su condición de salud. Se percibe que la discriminación es mayor en jóvenes menores de 45 años.

Por lo contrario, donde menos problemas se detectan es en el contacto social con personas allegadas. Sin embargo, declaran tener poca o ninguna posibilidad de establecer nuevas amistades y a la mayoría les resulta imposible o casi imposible dirigirse a personas fuera de su entorno (18).

### Acciones y actuaciones del programa

#### **1. Fase de evaluación**

Las herramientas de evaluación son:

- *Medida Canadiense de Desempeño Ocupacional (COPM)*

Es un instrumento diseñado para conocer los cambios en las percepciones personales del cliente sobre su desempeño ocupacional en el tiempo, a nivel de realización y satisfacción. Se usa como medida de resultados para evaluar las áreas de autocuidado, productividad y ocio. Mediante una entrevista semiestructurada, el usuario identifica, valora y prioriza sus problemas, obteniendo dos puntuaciones de 0 a 10, que determinan el desempeño ocupacional y la satisfacción personal (ver anexo 2) (19).

- *Evaluación de habilidades e interacción (ESI)*  
Es un método observacional estandarizado que evalúa la calidad de interacción social de una persona. Incluye una entrevista para identificar los tipos de interacciones que la persona necesita o quiere, y sus preocupaciones. Durante el proceso de terapia ocupacional, se observan y puntúan 27 ítems sobre las habilidades ocupacionales de interacción social. Los resultados permiten reconocer fortalezas y limitaciones, planificar intervenciones efectivas, y medir el progreso o el cambio a lo largo del tiempo (ver anexo 3) (20).
- Adicionalmente se llevará un *registro de las sesiones* donde se recogen los movimientos y las expresiones corporales, las actitudes y el clima del grupo. Este formato aportará información sobre las situaciones que se desarrollarán durante el proceso y permitirá observar el comportamiento y la evolución del grupo durante la intervención.

## **2. Fase de intervención**

El programa consta de 15 sesiones organizadas una vez a la semana durante un periodo de 4 meses. La duración de cada una será de 60 minutos, tiempo en el que se llevarán a cabo las dinámicas de creación y conciencia corporal, en distintos espacios culturales de Zaragoza.

Los contenidos de este programa están inspirados en ejercicios de danza creativa. Se utilizan técnicas como la improvisación y la expresión corporal para la interpretación libre de movimientos.

En todas las sesiones se tendrán en cuenta los siguientes componentes: el cuerpo, la relación con los demás, el espacio y el tiempo.

Se utilizará el cuerpo como herramienta fundamental para la expresión, la comunicación y la conciencia corporal. Se facilitará la interacción social y el desarrollo de habilidades de comunicación trabajando en pareja o en grupos. Se creará un espacio para facilitar el movimiento en base a las necesidades de cada

individuo y se usará el tiempo para medir la velocidad de los movimientos junto con la música (21).

En cada una de ellas se utilizará la misma estructura y todos los objetivos del programa se centrarán en mejorar el bienestar físico, social, emocional y espiritual de las personas participantes.

Las sesiones se dividirán en **cuatro fases** bien diferenciadas (ver anexo 4):

- 1. Bienvenida.** Se dedicarán unos minutos para recibir a los participantes y explicarles brevemente en qué consiste el taller. Se proporcionarán las pautas generales de la sesión, resaltando que la participación es voluntaria. Posteriormente, se realizará una dinámica de presentaciones para fomentar la iniciativa, la seguridad y la autonomía, incidiendo en que cada integrante del grupo identifique sus emociones.
- 2. Calentamiento.** Se movilizarán las articulaciones en un orden que favorezca el movimiento de todas las partes del cuerpo. El calentamiento ayudará a reconocer el espacio, integrarse en el grupo y entrar en ritmo con la música, el movimiento y la respiración.
- 3. Dinámicas de creación y conciencia.** Las dinámicas se realizarán en grupos, parejas o de forma individual. Serán creativas para que los participantes puedan sentir, expresar, compartir e interactuar con los demás a través de la danza. Se trabajarán actividades exploratorias del movimiento donde se usarán diferentes estrategias como la improvisación o la expresión corporal para responder a los objetivos planteados. Estos objetivos serán:
  - Desarrollar capacidades comunicativas e interactivas.
  - Potenciar la conexión del grupo.
  - Mejorar el bienestar y la satisfacción personal.
  - Favorecer la expresión corporal y verbal.



**4. Relajación e integración.** Es muy importante acabar las sesiones con técnicas de relajación, respiración o masaje para que los participantes puedan asimilar todo lo captado a lo largo de la sesión, trabajando las bases sensitivas y su integración con lo experimentado, para después comentarlo con el resto del grupo.

Cabe destacar que todas las actividades se adaptarán a las características individuales de cada usuario. Si es necesario se buscarán estrategias para realizar los ejercicios de forma adecuada, evitando que se genere un sentimiento de frustración y con ello el posible abandono de la actividad.

Cualquier modificación deberá realizarse en función de la evaluación de las capacidades de la persona mediante la observación y el diálogo para consensuar el tipo de apoyo que necesite.

Para fomentar la participación e interacción dentro de la actividad se respetarán las elecciones de la persona y se ofrecerá escoger en la medida de lo posible la música más apetecible.

Ante cualquier situación de exclusión o aislamiento se utilizarán diversas tácticas creativas como, por ejemplo, crear grupos equitativos por el color de ropa o por las letras del nombre.

### **3. Fase de reevaluación**

Al terminar la intervención, se realizará una reevaluación para controlar los resultados obtenidos al principio y reconocer el impacto en el grupo tras la participación en el programa de danza. Para ello se utilizarán los instrumentos ya administrados al comienzo tales como la Medida Canadiense de Desempeño Ocupacional y la Evaluación de habilidades e interacción. Además, se añade un breve *cuestionario de satisfacción* para conocer las sensaciones y expectativas de cada uno de los sujetos (ver anexo 5).



## Resultados

Lo que se quiere conseguir con este programa es que se reconozca la importancia del papel de la terapia ocupacional, observando el impacto positivo que causa la participación en actividades artísticas y creativas.

Tras la implementación del programa y su evaluación, los resultados esperados se orientarán a:

- Promover el ocio y generar salud, bienestar y calidad de vida.
- Mejorar la puntuación en las escalas aplicadas en un 70% de los partícipes.
- Deseo de continuar participando en las sesiones en al menos un 70%.
- Fortalecer las habilidades de interacción y las relaciones sociales, creando una adecuada conexión en el grupo.
- Potenciar dimensiones como la afectividad y la creatividad.
- Estimular las habilidades de comunicación verbal, musical y corporal.
- Desarrollar aptitudes personales que favorezcan la autoestima y la motivación.



## Conclusión

Hoy en día el cambio hacia la inclusión está presente en este ámbito, pero todavía existen actitudes negativas hacia las personas con diversidad funcional que obstaculizan la participación en actividades de ocio. Dichas barreras sociales impiden su acceso generando un impacto directo en el desempeño ocupacional.

Este programa aporta una vivencia artística inducida por la danza en la que intervienen personas con diversidad funcional. Los procesos creativos y entre ellos la danza, mejoran la salud y el bienestar, incitan procesos de integración, así como la comunicación, el conocimiento cultural, la expresividad, la autoestima y la confianza. Por ello, estas propuestas se están implementando cada vez más en programas para la promoción de la salud.

Realizar esta investigación permite indagar en otras áreas de conocimiento que brindan herramientas para el ejercicio profesional de la Terapia Ocupacional con las cuales se puede intervenir. Se contrasta que la danza está siendo una forma de intervención cada vez más tenida en cuenta entre los distintos profesionales de la salud, pero se detecta que tanto la investigación como la formación en nuestro país no está lo suficientemente actualizada.

Por último, las limitaciones del programa radican en que la danza como terapia es relativamente nueva y está poco extendida, por lo que las fuentes de evidencia y las investigaciones aún son escasas. Otra gran limitación que ha impedido que el programa se lleve a cabo ha sido la actual pandemia por COVID-19 que se está viviendo en este año.



## Bibliografía

- (1) Foro de Vida Independiente [Internet]. Romañach J, Lobato M; 2005 [26 jul 2009; 5 abr 2020]. Disponible en: <http://forovidaindependiente.org/diversidad-funcional-nuevo-termino-para-la-lucha-por-la-dignidad-en-la-diversidad-del-ser-humano/>
- (2) Palacios Rizzo A, Romañach Cabrero J. El modelo de la diversidad: la bioética y los derechos humanos como herramientas para alcanzar la plena dignidad en la diversidad funcional [Internet]. Ediciones diversitas; 2006 [5 abr 2020]. Disponible en: [http://www.diversocracia.org/docs/Modelo\\_diversidad.pdf](http://www.diversocracia.org/docs/Modelo_diversidad.pdf)
- (3) Lorenzo Torrecillas J.J, Lozano Segura M.J. Influencia en la participación en actividades de ocio sobre la calidad de vida de las personas con diversidad funcional. Padilla Góngora D, Aguilar Parra J.M, López Liria R. Salud y ciclo vital. Madrid: Ed. Dykinson; 2019. 51-58.
- (4) American Occupational Therapy Association. Occupational therapy practice framework: Domain and Process. 3ª ed. Am J Occup Ther [Internet]. 2014; 68:1-48. Disponible en: <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1860439&resultClick=3>
- (5) Ytarte R.M, Cantero Garlito P.A, Vila Merino E.S. Ocio en el marco de la terapia ocupacional desde la perspectiva comunitaria. Moruno Miralles P. Ocio, bienestar y calidad de vida. Madrid: Ed. Síntesis; 2017. 31-37.
- (6) Mundet Bolós A, Beltrán Hernández A.M, Moreno González A. Arte como herramienta social y educativa. Rev. Complut. Ed [Internet]. 2015 [7 abr 2020]; 26(2):315-329. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/43060>
- (7) Rodríguez Jiménez M.R, Dueso Pla E. Consideraciones alrededor de la Danza Movimiento Terapia y sus aplicaciones en el ámbito social. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación [Internet]. 2015 [10 abr 2020]; 10:127-137. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/51687/47930>



- (8) Galiana Lloret. Danza e integración. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación [Internet]. 2019 [10 abr 2020]; 4:79-96. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ARTE0909110079A/8778>
- (9) Canalias N. Laboratorio de Educación Social. Danza Inclusiva. 1ªed. Barcelona: UOC, 2013.
- (10) Simó Algado S. El Modelo Canadiense del Desempeño Ocupacional I. TOG [Internet]. 2006 [13 abr 2020]; (3):1-27. Disponible en: <http://www.revistatog.es/num3/pdfs/ExpertoI.pdf>
- (11) Dinold M. The impact of dance and creative activities on the quality of life of individuals with disabilities. En: 7<sup>th</sup> International Scientific Conference on Kinesiology [Internet]. Opatija (Croatia); 2014 [15 abr 2020]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/280876993\\_THE\\_IMPACT\\_OF\\_DANCE\\_AND\\_CREATIVE\\_ACTIVITIES\\_ON\\_THE\\_QUALITY\\_OF\\_LIFE\\_OF\\_INDIVIDUALS\\_WITH\\_DISABILITIES](https://www.researchgate.net/publication/280876993_THE_IMPACT_OF_DANCE_AND_CREATIVE_ACTIVITIES_ON_THE_QUALITY_OF_LIFE_OF_INDIVIDUALS_WITH_DISABILITIES)
- (12) Abello J.D, Manzano N, Becerra L. La danza, el movimiento y la salud. Saludem Scientia Spiritus [Internet]. 2018 [12 abr 2020]; 4(1):65-67. Disponible en: <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/saludemscientiaspiritus/article/view/1950/pdf>
- (13) Wengrower H, Chaiklin S. La vida es danza: el arte y la ciencia en la Danza Movimiento Terapia. 1ªed. Barcelona: Gedisa; 2008.
- (14) Borges da Costa A.L, Cox D.L. The experience of meaning in circle dance. J Occup Sci [Internet]. 2016 [12 abr 2020]; 23(2):196-207. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14427591.2016.1162191>
- (15) Borges da Costa A.L. Circle dance, occupational therapy and wellbeing: the need for research. Brit J Occup Ther [Internet]. 2012 [12 abr 2020]; 75(2):114-116. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.4276/030802212X13286281651315>



- (16) Alba Pastor C, Sánchez Hipólita P, Sánchez Serrano J.M, Zubillaga del Río A. Documentos sobre las pautas del Diseño Universal para el Aprendizaje. [Internet] EDUCADUA. 2013 [13 jul 2020]. Disponible en: [https://www.educadua.es/html/dua/pautasDUA/dua\\_pautas.html](https://www.educadua.es/html/dua/pautasDUA/dua_pautas.html)
- (17) C.A.O.T. Enabling occupation: An occupational therapy perspective. Canadian Association of Occupational therapist, CAOT; 1997.
- (18) Encuesta de Integración Social y Salud. [Internet]. 2013 [1 jun 2020]. Disponible en: <https://www.ine.es/prensa/np817.pdf>
- (19) Simó S, Urbanowski R. El Modelo Canadiense del Proceso del Desempeño Ocupacional II. TOG [Internet]. 2006 [13 abr 2020]; (3):1-18. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num3/pdfs/ExpertoII.pdf>
- (20) Fischer G.A, Griswold L.A. Evaluation of Social Interaction. 4ª ed. Fort Collins, Colorado (USA): Ed. Three Strars Press Inc; 2018. [9 jul 2020]. Disponible en: <https://www.innovativeotsolutions.com/resource/esi-documents/>
- (21) Dinold M, Zitomer M. Creating opportunities for all in inclusive dance. Palaestra [Internet]. 2015 [12 abr 2020]; 29(4):45-50. Disponible en: <https://js.sagamorepub.com/palaestra/article/view/7180>

## Anexos

### Anexo 1: Principios y pautas del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)

DISEÑO UNIVERSAL PARA EL APRENDIZAJE. Principios y pautas. CAST.2018. Traducción EDUCADUA (educadua.es)			
	Proporcionar múltiples formas de implicación	Proporcionar múltiples formas de representación	Proporcionar múltiples formas de acción y expresión
<b>Pautas</b>	Proporcionar opciones para captar el interés (7)	Proporcionar opciones para la percepción (1)	Proporcionar opciones para la interacción física (4)
<b>Puntos de verificación</b>	Optimizar la elección individual y la autonomía (7.1)	Ofrecer opciones para la modificación y personalización en la presentación de la información (1.1)	Variar los métodos para la respuesta y la navegación (4.1)
	Optimizar la relevancia, el valor y la autenticidad (7.2)	Ofrecer alternativas para la información auditiva (1.2)	Optimizar el acceso a las herramientas y los productos y tecnologías de apoyo (4.2)
	Minimizar la sensación de inseguridad y las distracciones (7.3)	Ofrecer alternativas para la información visual (1.3)	
<b>Pautas</b>	Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia (8)	Proporcionar opciones para el lenguaje, las expresiones matemáticas y los símbolos (2)	Proporcionar opciones para la expresión y comunicación (5)
<b>Puntos de verificación</b>	Resaltar la relevancia de las metas y los objetivos (8.1)	Clarificar el vocabulario y los símbolos (2.1)	Utilizar múltiples medios de comunicación (5.1)
	Variar los niveles de exigencia y los recursos para optimizar los desafíos (8.2)	Clarificar la sintaxis y la estructura (2.2)	Usar múltiples herramientas para la construcción y la composición (5.2)
	Fomentar la colaboración y la comunidad (8.3)	Facilitar la decodificación de textos, notaciones matemáticas y símbolos (2.3)	Definir competencias con niveles de apoyo graduados para la práctica y ejecución (5.3)
	Utilizar el feedback orientado hacia la maestría en una tarea (8.4)	Promover la comprensión entre diferentes idiomas (2.4)	
		Ilustrar las ideas principales a través de múltiples medios (2.5)	
<b>Pautas</b>	Proporcionar opciones para la autorregulación (9)	Proporcionar opciones para la comprensión (3)	Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas (6)
<b>Puntos de verificación</b>	Promover expectativas y creencias que optimizan la motivación (9.1)	Activar los conocimientos previos (3.1)	Guiar el establecimiento de metas (6.1)
	Facilitar estrategias y habilidades personales para afrontar los problemas de la vida cotidiana (9.2)	Destacar patrones, características fundamentales, ideas principales y relaciones entre ellos (3.2)	Apoyar la planificación y el desarrollo de estrategias (6.2)
	Desarrollar la autoevaluación y la reflexión (9.3)	Guiar el procesamiento de la información, la visualización y la manipulación (3.3)	Facilitar la gestión de información y de recursos (6.3)
		Maximizar la memoria, la transferencia y la generalización (3.4)	Aumentar la capacidad para hacer un seguimiento de los avances (6.4)
<b>Objetivos</b>	Estudiante motivado y decidido	Aprendiz capaz de identificar los recursos adecuados	Estudiante orientado a cumplir metas

Tomado de Alba Pastor C, Sánchez Hipólita P, Sánchez Serrano J.M, Zubillaga del Río A. Documentos sobre las pautas del Diseño Universal para el Aprendizaje. EDUCADUA (16).

### Anexo 2: Medida Canadiense de Desempeño Ocupacional (COPM)

Esta escala no se adjunta porque es una herramienta de evaluación de pago. Dicha herramienta identifica los problemas del desempeño ocupacional y la satisfacción en actividades de autocuidado, ocio y productividad, clasificándolos del 0 al 10.



### Anexo 3: Evaluación de la interacción social (ESI)

#### ESI SCORE FORM (page 1)

Name: _____	OTAP ID number: _____
Occupational therapist: _____	
Gender: ___ Male ___ Female	Major diagnosis: _____
Birth date: _____	Secondary diagnosis: _____
Evaluation date: _____	Observation number: ___ 1 ___ 2 ___ 3 ___ 4

  

<b>Intended purpose of social interaction:</b> ___ Gathering information (GI) ___ Sharing information (SI) ___ Problem solving/Decision making (PD) ___ Collaborating/Producing (CP) ___ Acquiring goods and services (AG) ___ Providing/serving goods and services (PG) ___ Conversing socially/Small talk (CS)	<b>Time of day:</b> ___ Morning ___ Afternoon ___ Evening
<b>Social interaction code:</b> _____	<b>Familiarity of the physical environment:</b> ___ Familiar ___ Somewhat familiar ___ Unfamiliar
<b>Detailed task description:</b> _____ _____ _____	<b>Degree of expected structure:</b> ___ High structure ___ Relaxed structure ___ "Free" structure
	<b>Noise level:</b> ___ Quiet ___ Moderate noise ___ Extreme noise

  

<b>Number of social partners:</b> _____	<b>Social partner's overall quality of social interaction (QoS):</b> ___ Appropriate ___ Questionable ___ Minimally inappropriate ___ Moderately inappropriate ___ Markedly inappropriate
<b>Primary social partner:</b> _____	
<b>Familiarity of the primary social partner:</b> ___ Familiar ___ Somewhat familiar ___ Unknown/not familiar	<b>Overall comfort level of the social interaction:</b> ___ Generally comfortable ___ Questionable if comfortable ___ Uncomfortable ___ Very uncomfortable
<b>Status of the primary social partner:</b> ___ Expert/supervisor/teacher/service provider ___ Receiver of services/customer ___ Friend/colleague/classmate ___ Family member/relative ___ Other acquaintance	<b>Person's overall quality of social interaction (QoS):</b> ___ Appropriate ___ Questionable ___ Minimally inappropriate ___ Moderately inappropriate ___ Markedly inappropriate
<b>Age of primary social partner:</b> ___ Child (10 years and under) ___ Adolescent (11 to 17 years) ___ Adult (18 to 64 years) ___ Older adult (65 years and above)	

  

**Global baseline statement:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



### ESI SCORE FORM (page 2)

#### ITEM RAW SCORES

<i>Initiating and Terminating Social Interaction</i>		<i>Maintaining Flow of Social Interaction</i>	
1. Approaches/ Starts	4 3 2 1	17. Transitions	4 3 2 1
2. Concludes/ Disengages	4 3 2 1	18. Times Response	4 3 2 1
<i>Producing Social Interaction</i>		19. Times Duration	4 3 2 1
3. Produces Speech	4 3 2 1	20. Takes Turns	4 3 2 1
4. Gesticulates	4 3 2 1	<i>Verbally Supporting Social Interaction</i>	
5. Speaks Fluently	4 3 2 1	21. Matches Language	4 3 2 1
<i>Physically Supporting Social Interaction</i>		22. Clarifies	4 3 2 1
6. Turns Toward	4 3 2 1	23. Acknowledges/ Encourages	4 3 2 1
7. Looks	4 3 2 1	24. Empathizes	4 3 2 1
8. Places Self	4 3 2 1	<i>Adapting Social Interaction</i>	
9. Touches	4 3 2 1	25. Heeds	4 3 2 1
10. Regulates	4 3 2 1	26. Accommodates	4 3 2 1
<i>Shaping Content of Social Interaction</i>		27. Benefits	4 3 2 1
11. Questions	4 3 2 1	<b>Additional comments:</b>	
12. Replies	4 3 2 1		
13. Discloses	4 3 2 1		
14. Expresses Emotion	4 3 2 1		
15. Disagrees	4 3 2 1		
16. Thanks	4 3 2 1		

Tomado de Fischer G.A, Griswold L.A. *Evaluation of Interaction*. 4ª ed (20).

Anexo 4: Estructura de una sesión con sus objetivos y su duración

<b>Estructura</b>	<b>Contenido</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Bienvenida</b>	<p><i>Ritual de llegada:</i> se quitan los zapatos.</p> <p><i>Buscar nuestro sitio:</i> cada participante se coloca encima de una marca delimitada en el suelo formando un círculo.</p> <p><i>Cómo me siento:</i> se realiza la primera dinámica en la que cada participante tiene que expresar sus emociones a través de un movimiento o gesto con una o varias partes del cuerpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Fomentar la iniciativa, seguridad y autonomía.</li> <li>○ Regular y expresar las emociones.</li> <li>○ Mejorar la creatividad e imaginación.</li> <li>○ Aumentar la interacción y la comunicación en el grupo.</li> </ul>	10 minutos
<b>Calentamiento</b>	<p><i>Preparamos el cuerpo para el movimiento:</i> a través de una dinámica en la que se imitan los pasos que se realizan en la ducha.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Mover las articulaciones y activar los músculos.</li> <li>○ Tomar conciencia corporal y espacial.</li> <li>○ Controlar los movimientos y la fuerza.</li> <li>○ Florecer la imaginación.</li> </ul>	10 minutos

<p><b>Dinámicas de creación y conciencia</b></p>	<p><i>"El espejo"</i>: por parejas, se colocan uno enfrente del otro. Uno de ellos realizará los movimientos o gestos que el otro deberá copiar, simulando que es un espejo.</p> <p>Posteriormente, se intercambiarán los papeles.</p> <p><i>"Rellenar huecos"</i>: la actividad se realiza en dos grupos. En cada grupo, uno de los componentes comienza realizando una escultura con su cuerpo dejando espacios abiertos para que los demás, en orden, vayan rellenando los huecos.</p> <p><i>"Nos vamos de viaje"</i>: se mantienen los mismos grupos. Esta dinámica consiste en desplazarse bailando de un lado a otro de la sala, sin separarse del grupo y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Fomentar la confianza y espíritu del grupo.</li> <li>○ Tomar conciencia corporal y espacial.</li> <li>○ Aumentar la conexión del grupo.</li> <li>○ Mejorar la comunicación y la relación con los otros.</li> <li>○ Explorar el espacio y los movimientos.</li> <li>○ Promover nuevas formas de movimiento y la desinhibición corporal.</li> <li>○ Canalizar las emociones y los sentimientos.</li> <li>○ Aumentar el equilibrio y la coordinación.</li> <li>○ Favorecer la creatividad y simbolización.</li> </ul>	<p>30 minutos</p>
--------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------

	<p>escuchando la música. Habrá que llegar al destino al mismo tiempo que la canción se acaba.</p>		
<p><b>Relajación e integración</b></p>	<p><i>Relajación:</i> los participantes se tumban en el suelo para realizar un ejercicio de relajación a través de un recorrido de imaginación por todo el cuerpo.</p> <p><i>Ritual de despedida:</i> en círculo, los usuarios comentan cómo se han sentido y con qué sensación se van, qué sentimiento predomina en ese momento. Después, se pondrán los zapatos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Controlar la respiración.</li> <li>○ Relajar todas las partes del cuerpo.</li> <li>○ Integrar lo aprendido y experimentado durante toda la sesión.</li> <li>○ Compartir las sensaciones, sentimientos y emociones con el resto.</li> <li>○ Fomentar la pertenencia y conexión con el grupo.</li> <li>○ Favorecer las relaciones sociales.</li> </ul>	<p>10 minutos</p>



Anexo 5: Cuestionario de satisfacción Anónimo

MARCA CON UNA **X** LA OPCIÓN CORRECTA

1.- ¿Cómo evaluarías la calidad de la actividad?

Excelente

Buena

Regular

Mala

2.- ¿Hasta que punto ha ayudado nuestro programa a solucionar sus problemas?

En casi todos

En la mayor parte

Sólo en algunos

En ningunos

3.- ¿Has sentido cambios positivos durante estos meses?

SI

NO

¿Cuáles han sido?

---

---

---

4.- En general, ¿cómo de satisfecho se encuentra con el servicio recibido?

Muy satisfecho

Algo satisfecho

Poco satisfecho



Nada satisfecho

5.- ¿Te gustaría que el programa continuase?

SI

NO

Por favor, escriba aquí sus comentarios y sugerencias:

---

---

---

---

---

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

