

LA TERÀPIA D'ORIENTACIÓ A LA REALITAT (TOR)

LA TERÀPIA D'ORIENTACIÓ A LA REALITAT (TOR)

Inclou un conjunt d'**estratègies dirigides a mantenir l'orientació** de la persona en els àmbits **espacial, temporal i personal**. Aquests programes estan destinats especialment a persones amb **demències**, sent més eficaces en les primeres fases de la malaltia, quan l'afectació cognitiva és lleu.



ESTRATÈGIES D'APLICACIÓ

La **teràpia d'orientació a la realitat** pot aplicar-se utilitzant dues estratègies diferents: aprofitant les situacions quotidianes o, de manera més estructurada, en grup terapèutic:

- **Orientació a la realitat 24 hores**
- **Orientació a la realitat en sessions**



ORIENTACIÓ A LA REALITAT 24H

En l'àmbit **domiciliari** podem aplicar l'estratègia d'**orientació a la realitat 24 hores**.

Consisteix en el fet que totes les persones que estiguin en contacte amb la persona usuària, ja siguin professionals o familiars, aportin **claus per a estimular sistemàticament els seus records al llarg del dia**. Es tracta d'interactuar amb la persona fent-li preguntes respecte a la seva identitat, amb qui està, on es troba o quina tasca realitzarà, animant-la al fet que ho verbalitzi.

ORIENTACIÓ A LA REALITAT EN SESSIONS

És un **treball en grup terapèutic** que es desenvolupa en sessions grupals estructurades.

Es treballa l'**orientació personal, temporal i espacial** de manera específica, i també altres funcions com la **memòria, el llenguatge, l'atenció**, etc.

S'utilitzen **materials de suport** com el tauler d'orientació, calendaris, targetes amb imatges, fotografies, etc.

ACTIVITATS D'ORIENTACIÓ

Existeixen activitats diferents per a treballar els tres nivells d'orientació, algunes de les quals són més indicades per a l'estratègia de 24 hores, i altres, per al treball en grup terapèutic.

- **Activitats d'orientació espacial**
- **Activitats d'orientació temporal**
- **Activitats d'orientació personal**



ACTIVITATS D'ORIENTACIÓ ESPACIAL

Les **activitats d'orientació espacial** promouen la percepció i el domini que la persona té de l'espai on es troba. Els continguts que s'han de treballar són aquests:

- **Conceptes generals:** a dalt-a baix, davant-darrere, dreta-esquerra, etc.
- **Conceptes específics:** punts cardinals, senyals, fletxes, símbols, semàfors, etc.
- **Punts de referència:** llocs, objectes, sons, olors significatives per a la persona usuària.
- **Distàncies:** per a treballar itineraris o recorreguts.

PAUTES PER FACILITAR L'ORIENTACIÓ ESPACIAL

- Proporcionar un entorn estable reforçant diàriament els mateixos itineraris.
- Senyalitzar els diferents espais amb rètols i/o dibuixos.
- Estimular l'orientació a través de les AVD.
- Estimular l'orientació sobre el reconeixement de les diferents parts del seu cos.
- Facilitar-li missatges d'on es troba.
- Informar la persona dels desplaçaments que hagi de realitzar amb un marge de temps perquè pugui assimilar-ho.

ACTIVITATS D'ORIENTACIÓ TEMPORAL

Estan destinades a **facilitar que la persona se situï en la dimensió temporal** real: dia del mes, dia de la setmana, moment del dia, etc., de manera que pugui projectar referències: abans de, ahir, demà, després de, etc. Es poden aprofitar les situacions quotidianes per a treballar els continguts:

- **Conceptes generals:** hora, dia de la setmana, estació, any, etc. Es treballa amb el tauler d'orientació.
- **Rutines diàries:** es treballen amb els horaris diaris.
- **Dates significatives:** aniversaris, festes, activitats especials, etc.



PAUTES PER FACILITAR L'ORIENTACIÓ TEMPORAL

- Contribuir a l'orientació temporal amb calendaris.
- Utilitzar com a referents festes típiques per a facilitar la seva ubicació quant a la temporada de l'any.
- Estimular a través de les sensacions de fred, calor, sec, banyat, etc., amb l'objectiu de situar a la persona en un context determinat.



ACTIVITATS D'ORIENTACIÓ PERSONAL

Són **activitats destinades a afavorir i promoure la capacitat de reconeixement i record**, amb l'objectiu de mantenir el vincle amb l'actualitat, evitar la desconexió de l'entorn i enfortir les relacions socials.

- Preguntar-li a la persona pel seu nom, edat, etc.
- Identificació de persones pròximes i conegudes mitjançant fotografies.
- Preguntar-li per la seva vida passada, lloc de naixement, esdeveniments rellevants (reminiscència)
- Llegir la premsa, veure les notícies treballant aspectes com l'actualitat política, notícies destacades, etc.