

## ESTABLECER METAS FUNCIONALES

Guías para el personal de salud que trabaja con niños y jóvenes con parálisis cerebral

Establecer objetivos significativos es la mejor práctica cuando se trabaja con niños y adolescentes con parálisis cerebral. La intervención debe ser centrada en el cliente, con metas funcionales que serán el foco de la intervención.

### LAS METAS DEBEN SER ...

#### ELEGIDAS POR EL CLIENTE

Se debe dedicar tiempo a comprender lo que es importante para el niño y establecer metas funcionales que se centren en mejorar la capacidad del niño para participar en actividades que son más importantes para él. Si el niño no puede identificar o articular sus propias metas, se debe guiar a las familias a establecer dichas metas teniendo en cuenta las preferencias e intereses del niño. Si los niños y las familias no identifican metas, los terapeutas deben apoyar metas que se centran en mejorar resultados.

#### FUNCIONALES

Las metas funcionales son aquellas que reflejan tareas de la vida diaria tales como la habilidad de entrar y salir de la cama, colocarse una playera o andar en bicicleta. Las metas funcionales no son aquellas que se centran en las deficiencias subyacentes como mejorar la fuerza muscular, procesamiento sensorial o rangos de movilidad. Es importante dividir los objetivos a largo plazo en objetivos funcionales más pequeños y alcanzables.

#### ESPECIFICAS

Las metas deben ser específicas, medibles, alcanzables, realistas y oportunas (SMART). Las metas deben ser bien definidas e ir incrementándose de acuerdo a la habilidad y al progreso del niño. Debe establecerse un margen de tiempo realista dentro del cual se puedan alcanzar las metas. Un plan sobre cómo se lograrán los objetivos es una consideración importante cuando se establecen metas alcanzables.

#### SE DEBEN ESTABLECER COMO EQUIPO

Cuando los niños están relacionados con múltiples profesionales de la salud, es importante establecer metas y planificar la intervención como un equipo, con el niño y la familia como miembros activos del equipo. Establecer un pequeño número de metas de equipo (2-4) significa que la práctica puede ser dirigida y alcanzable, y es menos probable que el niño y la familia se sientan abrumados con la cantidad de recomendaciones que se hacen.

#### DESPUÉS DE QUE SE HAN ESTABLECIDO LA METAS...



Debe establecerse un plan sobre cómo se pueden lograr los objetivos de manera colaborativa con el niño y su familia.



Se debe entregar una copia de las metas a la familia. Esto debe incluir el plazo de tiempo dentro del cual cada meta será revisada.



Los objetivos deben medirse al principio y al final de la intervención, utilizando herramientas como la Medida de Desempeño Ocupacional Canadiense (Canadian Occupational Performance Measure) o la Escala de Logro de Metas (Goal Attainment Scale). Las metas deben revisarse regularmente para garantizar que sigan siendo relevantes para los cambios en las preferencias y habilidades del niño.