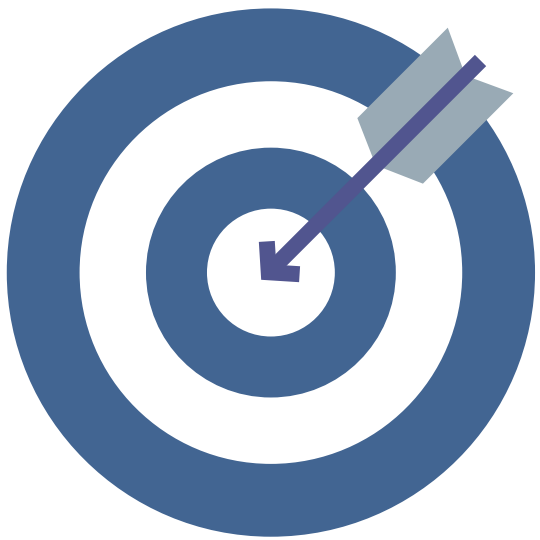


PRINCIPIOS DE MEJORES PRÁCTICAS

Información para jóvenes y familias

Las siguientes recomendaciones han sido desarrolladas por un panel internacional de clínicos para resaltar los principios de mejores prácticas para niños o jóvenes con parálisis cerebral que tienen metas funcionales. Esta hoja informativa tiene como objetivo brindarle ideas basadas en investigaciones actuales. Estas ideas se pueden abordar con el personal de salud que lo apoya a usted o a su hijo para el logro de sus metas.



ESTABLECER METAS QUE SON IMPORTANTES PARA USTED

La intervención siempre debe comenzar con el personal de salud preguntando a los niños, jóvenes y familias qué es lo más importante para ellos y estableciendo metas de terapia basados en estas prioridades.

Las metas funcionales están relacionados con tareas y actividades de la vida real (como vestirse y andar en bicicleta), en lugar de centrarse en los movimientos o deficiencias subyacentes (como aumentar el rango de movimiento del codo).

Se deben establecer metas pequeñas y alcanzables, y todos los miembros del equipo deben tener una copia de las metas para que todos trabajen hacia estos objetivos comunes.

Se recomienda un máximo de tres metas a la vez, para que la práctica sea alcanzable y los niños y las familias no se sientan abrumados al tratar de trabajar en todo al mismo tiempo.

PRACTICAR TODO LA META DENTRO DE LA VIDA REAL

Cuando un niño o joven tiene una meta funcional, las investigaciones nos dicen que la forma más efectiva de lograr esa meta es practicar la meta completa, en lugar de trabajar en movimientos o habilidades subyacentes. Para metas a largo plazo, esto puede significar establecer metas más pequeñas y alcanzables que trabajen hacia la meta a largo plazo.

Practicar metas dentro de contextos de la vida real, como en el hogar o la escuela, y practicar con el equipo u objetos que el niño usa todos los días conduce a un mayor éxito.

La práctica fuera de la terapia es un trabajo duro para las familias, pero para lograr los objetivos, la práctica debe realizarse con más regularidad que solo durante las sesiones de terapia.

Hable con su equipo sobre cuánta práctica es probable que se necesite. Juntos elaboren un plan para cuándo y dónde esta práctica puede ocurrir de manera realista para su familia. Considere apoyos que puedan ayudar con este plan como amigos, hermanos, escuela, miembros de la familia extendida o trabajadores de apoyo.



TRABAJANDO JUNTOS COMO PARTE DE UN EQUIPO



Los clínicos deben compartir su conocimiento sobre las opciones de intervenciones basadas en evidencia que son apropiadas para usted o su hijo según sus habilidades y metas. Esto le permitirá tomar decisiones informadas sobre qué intervención le conviene más. Algunas intervenciones pueden no ser apropiadas para usted o su hijo en ese momento, y el personal de salud puede que lo apoya ayudarlo a comprender por qué.

Las familias deben tener opciones y flexibilidad en torno a los servicios.

Los clínicos que trabajan con usted o su hijo deben colaborar como un equipo, y la familia debe ser incluida como parte integral de este equipo.

El personal de salud que se comunican de manera efectiva sobre las prioridades actuales y los planes de intervención pueden garantizar que todos trabajen hacia objetivos comunes y reducir la carga de las familias en torno a la coordinación de los servicios.