

Reminiscencia basada en el fútbol. Primeras experiencias en España

Sara Domènech Pou

Doctora en Psicología e Investigadora
Fundació Salut i Envelliment (FSiE) de la UAB





“Estudio piloto: desarrollo y evaluación de un programa de reminiscencia basado en el fútbol para personas con deterioro cognitivo”

Dirección y coordinación: Laura Coll y Sara Domènech (FSiE)

Promoción y financiamiento: Sr. Juan Mari Zorriqueta y Andoni Ayarza (FEAFV)

Asesora científica: Prof. Debbie Tolson (Scotland)





Introducción

- El aumento de la **longevidad** ha aumentado la prevalencia de **trastornos cognitivos** en la vejez, aumentando el **interés** en **intervenciones cognitivas** y **psicosociales**, como estrategias complementarias al tratamiento farmacológico, en el marco de una **atención integral y centrada en la persona**.
- Diseñados para **enlentecer la evolución de los síntomas** desde el diagnóstico.



Terapia de Reminiscencia (TR)

- Técnica terapéutica en el contexto de **estimulación cognitiva** en demencias.
- Consiste en **pensar en las propias experiencias** para la reactivación del **pasado personal** y el mantenimiento de la **identidad personal**, mediante la presentación de **estímulos** (objetos, fotografías...).
- **Objetivos:** mejorar la memoria, dar oportunidades de creatividad, aumentar la socialización, incremento de autoestima, satisfacción personal, satisfacción por la vida y el bienestar.



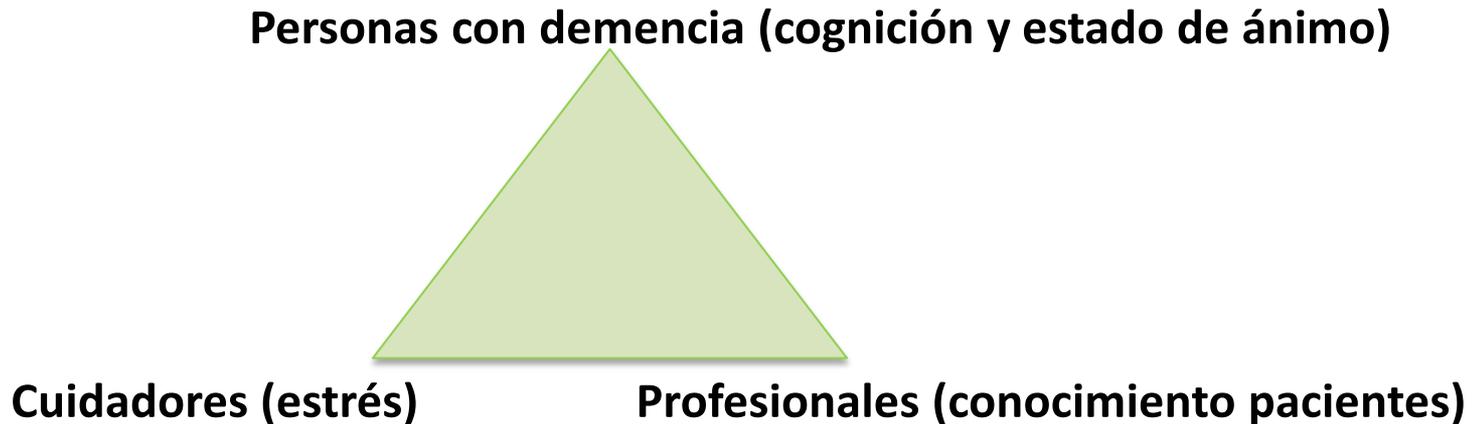
Terapia de Reminiscencia (TR)

- Modalidades:
 - a. Terapia de revisión de vida **individual**;
 - b. **Grupal**: dinámicas para mejorar la interacción en un ambiente agradable y de forma atractiva.

- Estrategias:
 - a. **Sistemática**: diario, libro de memoria, historia de vida.
 - b. Informal: actividades lúdicas (fiestas...).

Eficacia

- Revisión Cochrane (Woods et al., 2005)
(Woods et al, 2009 Review).



* Son necesarios más estudios y mejor diseñados, que permitan establecer conclusiones más sólidas.

Woods B, Spector AE, Jones CA, Orrell M, Davies SP. (2005) Reminiscence therapy for dementia. Cochrane Database of Systematic Reviews 2005, Issue 2.



Reminiscencia y Fútbol

- El **fútbol** como **experiencia compartida** que permite a las personas recuperar su memoria, asociada a **emociones positivas** y a la sensación de **pertenencia**.
- El fútbol permite compartir experiencias e involucrar diferentes aspectos de la vida (O'Donnell, 2003).

“La memoria colectiva del fútbol es una oportunidad para las personas con demencia para aportar y no sólo recibir, a la vez que el fútbol crea un espacio que hace sentir a las personas como en casa”.

(O'Donnell, 2003)

“El fútbol es la cosa más importante de las cosas sin importancia”.

(Arrigo Sacchi)



Experiencia en Escocia

- En Escocia, el proyecto nació en **2008** desde la **inquietud de voluntarios** de personas con demencia de la organización **Alzheimer Scotland** trabajando con el **Museo Escocés del Fútbol**.
- Actualmente: **60 grupos de reminiscencia y fútbol** (6-12 personas, 1 vez por semana); personas con distintos grados de **deterioro cognitivo**; personas **sin deterioro**; aplicados por **voluntarios** asociados a los clubes locales.



Reminiscencia y Fútbol. Experiencia en Escocia

Tolson D, Schofield I (2012). Football Reminiscence for men with dementia: lessons from a Realistic Evaluation. *Nurse Inquiry* 19: 63–70.

La investigación permitió establecer la **metodología de la intervención**, así como evaluar el **impacto**.

→ **Impacto positivo** en las personas con demencia:

- Mejora del **estado de ánimo**
- Mejora de la **comunicación**
- Incremento de la **calidad de vida**.





Terapia de reminiscencia basada en el fútbol

- Consiste en **estimular** los buenos **recuerdos** de tiempos pasados de la **historia de vida** individual y social del **fútbol**, a través de **estímulos** (fotografías, vídeos, objetos, canciones...), compartiendo un **espacio de bienestar** y en un contexto estructurado de **estimulación cognitiva**.
- Para potenciar
 - Las **capacidades** de personas con demencia.
 - La **identidad personal**.
 - El **estado de ánimo y bienestar**.
 - La **calidad de vida**.



Prueba piloto en España: Objetivo principal

- Desarrollar un **programa de reminiscencia basado en el fútbol** dirigido a personas mayores con **deterioro cognitivo** y **explorar su viabilidad e impacto en nuestro entorno cultural.**



Prueba piloto en España: Objetivos secundarios

- Explorar los efectos del programa en la **cognición**, estado de **ánimo**, estado **funcional**, **comunicación** y **calidad de vida** de las *personas con demencia*; así como en la **sobrecarga** del *cuidador*.
- Evaluar su necesidad, diseño, implementación, impacto y continuidad del programa.

Prueba piloto en España

- Trabajando conjuntamente con las **Asociaciones** miembro de la **FEAFV**:



Agrupació Barça
Jugadors



Asociación Futbolistas
Valencia C.F.



Asociación Exjugadores
Athletic Club de Bilbao

- Para la **identificación** de:
 - **Material.**
 - **Futbolistas veteranos** con demencia como **participantes.**
 - **Futbolistas veteranos** como **voluntarios.**



Prueba piloto en España: Material y método

- **Estudio exploratorio**, diseño antes-después. Metodología cuantitativa y cualitativa.
- **Criterios inclusión:**
 - Edad igual o mayor a 65 años.
 - Deterioro Cognitivo Leve o fases tempranas de demencia (GDS 3, 4 o 5. Reisberg, 1982).
 - Personas interesadas en el fútbol.
 - Consentimiento informado.
- **Excluidos:** personas con demencia avanzada, que no pudieran leer y escribir, con depresión mayor u otros trastornos mentales que impidiera su participación.
- * Estudio aprobado por el **Comité de Ética de la UAB.**

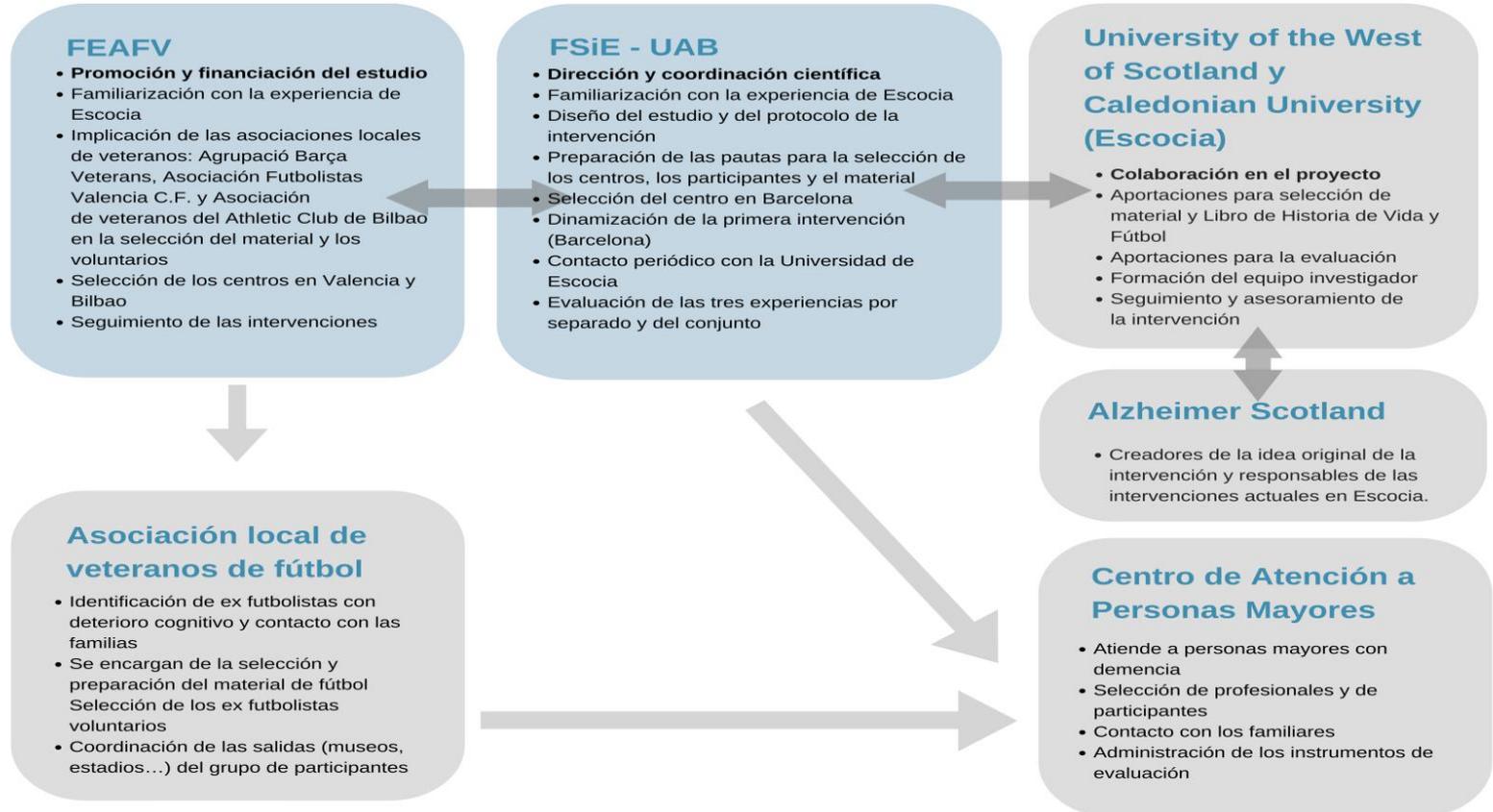


Prueba piloto en España: Material y método

- **Lugar:** hospital de día (Barcelona), residencia (Valencia y Bilbao).
- Grupo de reminiscencia: **usuarios** del centro y **ex-futbolista/s** que cumplan los criterios.
- Se involucró además a los **profesionales** (facilitador y observador).
- **Futbolistas veteranos** de las asociaciones (voluntarios).
- Colaboración de los **familiares**.
- **Duración:** 3 meses (1 sesión semanal de 2h.).

MODELO DE LA INTERVENCIÓN FSIE-UAB FEAFFV

AGENTES

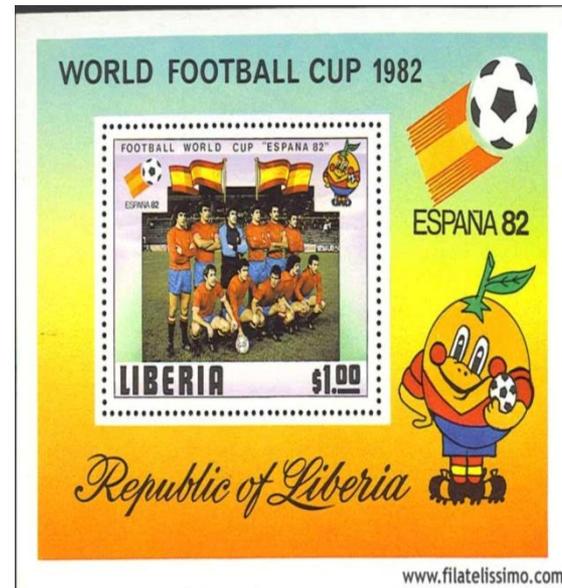


Prueba piloto en España: Material y método

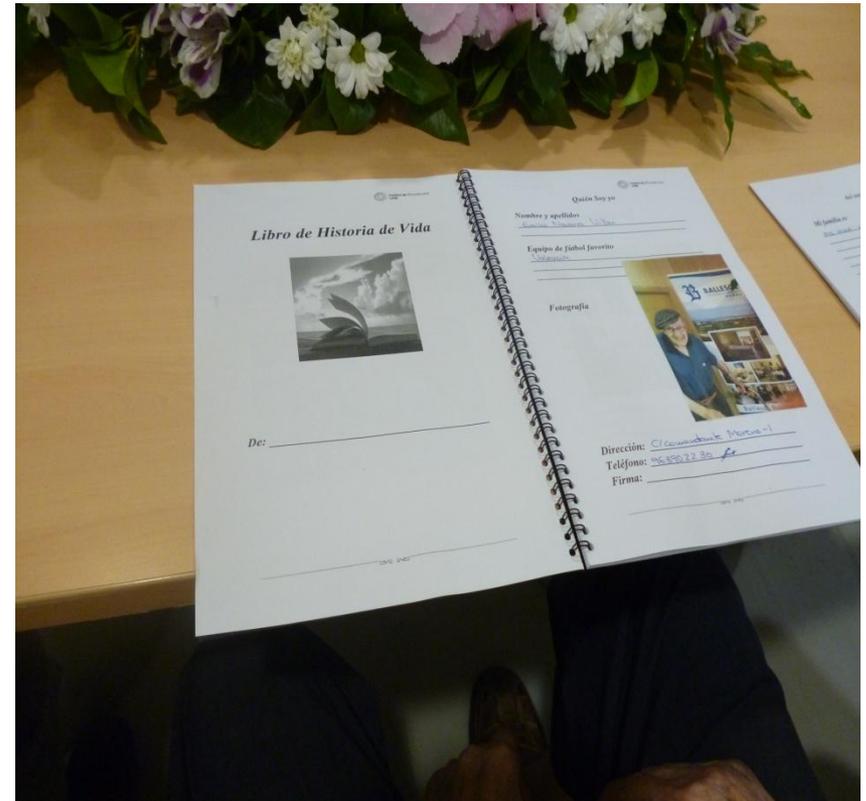
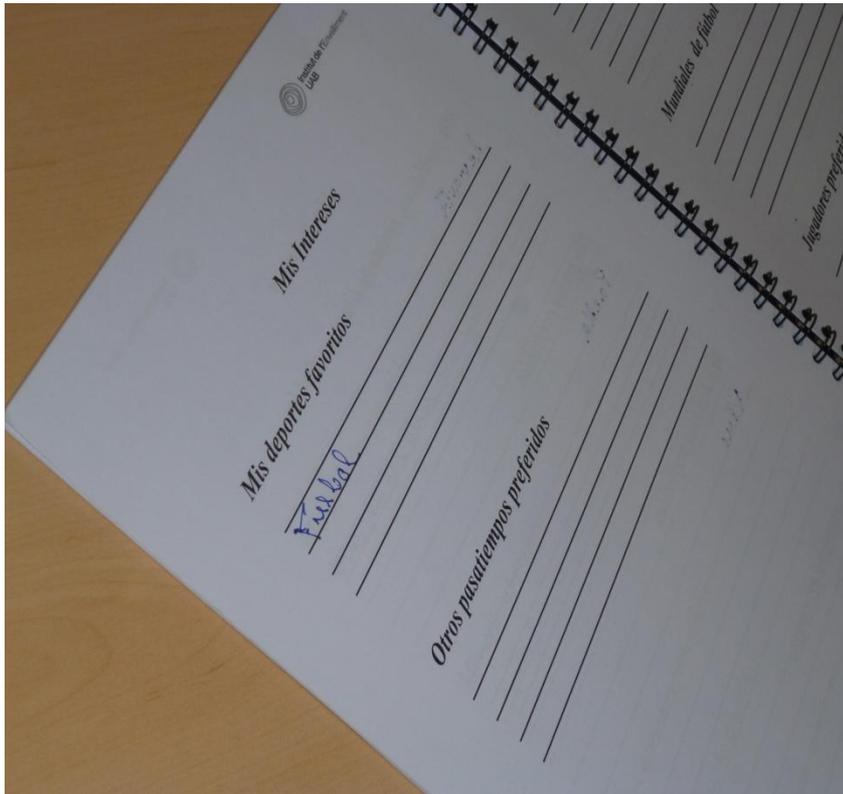
- Creación de **material específico** sobre fútbol y reminiscencia (fotografías de jugadores, objetos...), trabajando con las Asociaciones (FEAFV).
- **Libro de Historia de Vida y Fútbol** (incluye secciones de diferentes tramos de su vida: infancia, adolescencia, edad adulta...).



Prueba piloto en España: Material y método



Prueba piloto en España: Material y método



Libro de Historia de Vida y Fútbol



Prueba piloto en España: Material y método

- **Pautas para los Asociaciones (FEAFV) en la búsqueda de material:**
 - **Fotografías** (jugadores, capitanes, fotos de equipo, jugadas importantes, partidos, goles, estadios, entradas...)
→ (1945-1975), que evoquen memorias alegres...
 - **Objetos** antiguos (balón de piel antiguo, camisetas, botas, escudos, banderines, pines, cromos, trofeos...).
 - **Vídeos** de partidos (fragmentos), penaltis...
 - **Otros** contenidos: himnos de los equipos, cánticos de los partidos, frases cortas de los aficionados...

Prueba piloto en España: Material y método

- Sesiones previamente estructuradas con dinámicas específicas.
- Parte común + parte específica según contexto local.
- Clima distendido de camaradería.
- Los participantes sentados en el mismo sitio.
- Salidas: visitas locales (ej. visita al Museo del fútbol, campo....)





Material y métodos

- Preparación de una guía de intervención para profesionales y voluntarios.
- Formación de los profesionales de los centros.
- Selección y formación de voluntarios.

INTERVENCIÓN GRUPAL

Participantes del centro

- Demencia leve o moderada
- Interés por el fútbol
- Usuarios del mismo centro de atención de personas mayores
- Aceptan participar con el apoyo de su familia

Exfutbolistas como participantes

- Con deterioro cognitivo leve o moderado
- El participante mismo acepta participar con el apoyo de su familia

- Están vinculados al equipo local (donde se realiza el grupo)
- Aportan su conocimiento y su experiencia en fútbol (testimonios del fútbol vivido) durante las sesiones

Exfutbolistas voluntarios

Elementos clave

- **Material variado de fútbol** (fotografías, vídeos, objetos, himnos...)
- **Clima del grupo**
- **Libro de historia de vida y fútbol**
- **Dinámicas de reminiscencia**
- **Salidas:**
 - contacto con lugares del fútbol (museo, campo...)
 - contacto con objetos del fútbol
 - contacto con futbolistas y exfutbolistas
 - implicación de los familiares

Profesionales

- Experiencia en dinamización grupal
- Formación y experiencia en el ámbito de las demencias
- Conocimiento de los participantes y del centro
- Respaldo de la dirección del centro

Familiares

- Aportan material de la vida personal del participante para el libro de historia de vida y fútbol (fotos, anécdotas...)
- Participan en las salidas

La terapia de reminiscencia basada en el fútbol es una actividad significativa para los participantes.



Evaluación cuantitativa

ALZHEIMER

Personas con deterioro cognitivo

- **Cognición:**
 - Mini-Mental State Examination, MMSE (Folstein et al, 1975).
 - Trail Making Test (1 y 2) (Reitan RM & Wolfson D, 1985).
- **Conducta:**
 - Neuropsychiatric Inventory Questionnaire (NPI-Q) (Cummings et al, 1994).
 - Escala Cornell depresión en demencia (Alexopoulos et al, 1988).
- **Estado funcional:**
 - Índice de Barthel (Mahoney & Barthel, 1965)
 - Escala de actividades instrumentales vida diaria Lawton y Brody (1969).
- **Comunicación:**
 - Holden Communication Scale (Holden 1995).
- **Calidad de Vida**
 - QoL-AD (Logsdon et al, 2002).

Cuidadores

- Escala de Zarit de sobrecarga del cuidador (Zarit y Zarit, 1982).



Evaluación cualitativa

- **Entrevistas semi-estructuradas** sobre *necesidades, diseño, implementación, impacto y evaluación de continuidad* (Rossi et al, 2004; Wholey et al, 2004) a **profesionales, voluntarios, participantes y familiares.**
- Fueron grabadas en audio para su posterior análisis.

Resultados del estudio piloto



Implementación del estudio en Barcelona

Descripción de la muestra:

- N=5 personas con demencia.
- Edad entre 69-86 años.
- 4 hombres y 1 mujer.
- 3 con estudios primarios.



- 1 facilitador, 1 observadora, 1 voluntario.
- * Hospital de día del Centro Sanitario Pere Virgili. Barcelona.
- * Agrupació Barça Veterans (FEAFV).

Implementación del estudio en Valencia

Descripción de la muestra:

- N=8 (4 demencia, 4 sin deterioro).
- Edad entre 69-91 años.
- Todo hombres.
- La mitad con estudios primarios.



- * 1 facilitadora, 1 observadora, 1 voluntario.
- * Residencia de Ancianos Ballesol Burjassot (Valencia).
- * Asociación de Futbolistas Valencia C.F. (FEAFV).

Implementación del estudio en Bilbao

Descripción de la muestra:

- N=7 (6 residentes; 1 exfutbolista, todos con deterioro cognitivo)
- Edad entre 81-94 años.
- 5 hombres y 2 mujeres.
- 4 con estudios primarios.



- 1 facilitadora, 1 observadora, 2 voluntarios.

** Director, Trabajadora Social y Psicóloga centro día.*

- Residencia Txurdinagabbarri, perteneciente a la Diputación Foral de Bizkaia y gestionada por Aita Menni, Bilbao.
- Asociación Exjugadores Athletic Club de Bilbao (FEAFV).



Resultados de la evaluación cuantitativa

- **Impacto cuantitativo:**
 - No se detectaron diferencias en las pruebas → limitaciones metodológicas.
 - Permite preparar un futuro estudio de eficacia (ensayo clínico - randomizado y controlado-):
 - Calcular tamaño muestral.
 - Testar las escalas de evaluación.
- **Estudio exploratorio** → factibilidad y aceptabilidad de la intervención.
 - La intervención fue factible y aceptada.



Resultados de la evaluación cualitativa

- **Evaluación de la necesidad:**

- El TR basado en el fútbol fue valorado positivamente por participantes, familiares, profesionales y voluntarios.

“(...) no me encuentro a nadie que me diga ‘A ver cuándo llega manualidades’, pero se han aferrado a esto y me decían: ‘Yo quiero ir aquí, quiero esta actividad’. Eso da significado, esto es muy importante en personas mayores, vuelve a abrir fuentes de motivación.”

(Director del centro. Bilbao).

- El tópico del fútbol fue bien valorado por participantes, familiares, profesionales y voluntarios.

“Es una manera muy importante de socializar en nuestra cultura (...); es lo suficientemente global para que sirva para muchos diferentes tipos de personas”.

(Facilitador. Barcelona)

“Hay gente que no quiso participar por no ser del Barça”.

(Observador. Barcelona)

“El fútbol ayudó a evocar recuerdos de la propia vida de los participantes”.

(Voluntario. Valencia)

“El fútbol es muy importante, pues es el reflejo de la vida de mi padre”.

(Familiar. Bilbao)



Resultados de la evaluación cualitativa

- **Evaluación del diseño:**
 - El diseño fue valorado muy positivamente por participantes, familiares, profesionales y voluntarios .

“ El taller cumplía los objetivos propuestos”.
(Observadora. Barcelona)

“ Los del grupo se interesaban por los exjugadores”.
(Observadora. Valencia)

“En casa siempre está con el libro que ha hecho en el taller”
(Familiar. Bilbao)

“Fueron muy ilusionados al Camp Nou, muy contentos y allí disfrutaron mucho todos. Fue muy importante para todos.”
(Facilitador. Barcelona)



Resultados de la evaluación cualitativa

- **Evaluación de la implementación:**
 - Clima de distendido, de camaradería, de ayuda mutua.
 - Participación variable pero dentro de niveles muy óptimos.
 - Las personas con deterioro cognitivo necesitaron mayor atención y refuerzo por parte de los profesionales.
 - La colaboración de los centros garantizó el buen funcionamiento de los talleres.
 - El rol de los voluntarios fue clave para guiar las dinámicas en su papel de experto y por su buena relación con los participantes.
 - La colaboración de los familiares fue desigual en los grupos y en las ciudades.



Resultados de la evaluación cualitativa

- **Evaluación del impacto:**

- La reacción de los participantes ante el taller fue muy positiva.

"Cuando les decía que íbamos al taller, les cambiaba la cara".
(Observadora. Barcelona)

- Participantes, familiares, profesionales y voluntarios reportaron que el TR tuvo un impacto positivo en la cognición, comunicación, estado de ánimo y autoestima de los participantes.

"He recordado ciertas cosas de años atrás, cosas que ya tenía olvidadas (...)".
(Participante. Valencia)

"Ha mejorado su comunicación conmigo" .
(Familiar. Barcelona)

"El Libro de Historia de Vida y Fútbol nos ayudó a conocer mejor a los usuarios".
(Facilitadora. Valencia)

"Te estaban esperando .Tenían la ilusión de seguir haciendo estas sesiones".
(Voluntario. Bilbao)

Resultados de la evaluación cualitativa

MODELO DE LA INTERVENCIÓN FSIE-UAB FEAHV

FACTORES MEDIADORES



IMPACTOS PERCIBIDOS

En los participantes:

- Socialización y pertinencia al grupo
- Estado de ánimo
- Memoria y atención

En los exfutbolistas con demencia

- Beneficios como participantes
- Sentimiento de utilidad, de poder aportar

En los familiares

- Mejora de la relación con los participantes

En los voluntarios:

- Gratificación al poder ayudar desde sus conocimientos y experiencias, conexión con otras personas y realidades

En los profesionales:

- Nuevas herramientas de intervención
- Conocimiento más personalizado de los participantes (atención centrada en la persona)



Resultados de la evaluación cualitativa

- **Evaluación de la continuidad:**

- Importancia de poder seguir de forma continua con la intervención para la obtención de mayores beneficios.

“Estaría bien que continuasen, igual que se hace gimnasia o pintura”.
(Familiar. Barcelona)

- Indispensable la colaboración de los familiares.

- Encuentros mensuales informales entre voluntarios y participantes y usuarios de los centros.

“Sería fantástico si los exjugadores pudiesen visitar al resto usuarios del centro”
(Voluntario. Valencia)



Conclusiones de la experiencia piloto

- El **Taller de Reminiscencia (TR)** basado en el **Fútbol** se implementó con éxito en nuestro entorno cultural adaptándolo a cada contexto:
 - **Barcelona:** hospital de día, personas con deterioro cognitivo, presencia femenina, entorno FC Barça.
 - **Valencia:** ámbito residencial, exfutbolistas con demencia, participación de personas sin deterioro cognitivo, entorno FC Valencia.
 - **Bilbao:** ámbito residencial, personas con deterioro cognitivo, exfutbolistas con demencia, presencia femenina, mayor implicación de los familiares, entorno FC Athletic de Bilbao.



Conclusiones de la experiencia piloto

Factores clave (I) para un buen funcionamiento de la TR:

- Implicación de los **Asociaciones de Veteranos**.
- Implicación de los **participantes, familiares, profesionales y voluntarios**.
- Implicación del **centro**.
- **Interés por el fútbol**.
- **Rol del facilitador, del observador y del voluntario**.



Conclusiones de la experiencia piloto

Factores clave (II) para un buen funcionamiento de la TR:

- **Selección de material.**
- **Salidas.**
- **Libro de Historia de Vida y de Fútbol** como material imprescindible.
- **Crear una atmósfera relajada y de camaradería.**
- **Un ambiente tranquilo y un espacio confortable.**



Conclusiones de la experiencia piloto

- El **TR** basado en el **Fútbol** permitió definir y probar un **Modelo de Intervención**, inspirado en Escocia.
- El **temática del fútbol** como **herramienta de intervención** fue **clave** por su sentido de **identidad** y de **pertenencia personal, social y cultural**.
- El **TR** basado en el **Fútbol** tuvo un **impacto positivo** en los **participantes, ex futbolistas con deterioro cognitivo, familiares, voluntarios y profesionales**.



Mensaje final

- La reminiscencia basada en el fútbol es una intervención psicosocial prometedora para las personas con **deterioro cognitivo, sus cuidadores, los profesionales y personas mayores sin deterioro cognitivo.**
- Contribuye a implementar una **atención integral centrada en la persona.**



Mensaje final

- Surge del **trabajo conjunto** entre **asociaciones de futbolistas veteranos, centros de atención a personas mayores y Universidades**, compartiendo recursos y conocimientos.
- Fomenta el **voluntariado y el apoyo social** entre futbolistas veteranos y personas mayores con dificultades.



Gracias por vuestra atención

Sara.Domenech@uab.cat



C/ San Antoni Maria Claret, 171
Telf.: 93.433.50.30
08041 Barcelona



25 años
avanzando juntos

VI Congreso Nacional de Alzheimer. Valladolid - 12, 13 y 14 de noviembre de 2015