

Beneficis de mantenir les ABVD

Servei de Teràpia ocupacional

Febrer del 2021

Amb el suport de:

CORNELLÀ
Cuida

Índex

- Què són les Activitats Bàsiques de la Vida Diària (ABVD)?
- Quines hi ha?
- Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?
- Precs i preguntes
- Bibliografia consultada

CORNELLÀ
Cuida

Què són les Activitats Bàsiques de la Vida Diària (ABVD)?

Són el conjunt **d'activitats primàries** de les persones, amb la finalitat de l'**autocura**, la **mobilitat** i la **capacitat d'entendre i realitzar les tasques senzilles** que aporten la **autonomia i la independència essencials** per a cada persona permetent viure sense necessitar d'ajuda continua d'altres persones.

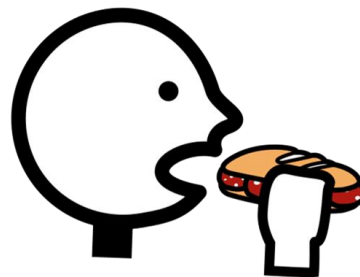
Són tasques que ens trobem al llarg de tots els dies, solen estar molt integrades en la persona i es solen detectar dificultats més tard que no pas amb les AIVD.

CORNEL·LA

Cuida

Quines hi ha?

- Alimentació
- Dutxa
- Higiene personal
- Vestit
- Control vesical
- Deposicions
- Ús del lavabo
- Trasllat (cadira/llit)
- Deambulació
- Pujar i baixar escales



CORNELLÀ
Cuida

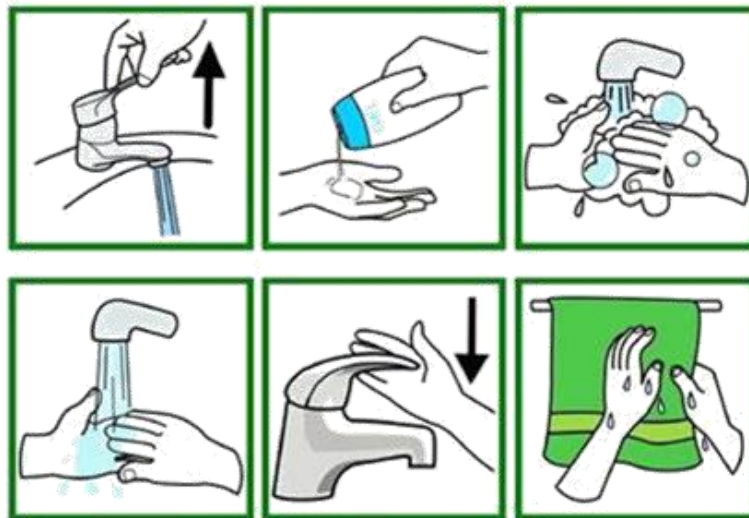
Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- És important que es divideixi l'activitat a realitzar en pasos/tasques concrets per tal d'afavorir la participació de la persona i d'ajudar-la a seguir l'activitat.
- Es recomana verbalitzar, si es necessari, el següent pas que es realitzarà en l'activitat així com verbalitzar els moviments necessaris per a realitzar-ho, d'aquesta manera afavorim la participació activa de la persona en l'activitat.

CORNELLÀ
Cuida

Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

Rentar-se les mans



Rentar-se les dents



CORNELLÀ
Cuida

Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- Es recomana no ajudar a la persona a la mínima que ho necessiti, sinó deixar-la que faci l'activitat a la seva manera, d'aquesta manera afavorim l'acompliment ocupacional de la persona el màxim de temps possible.
- Oferir ajut quan sigui altament necessari o sigui contraproduent per la persona no poder desenvolupar aquella activitat, millor ajudar a realitzar la tasca per ell/a.



COMPENSA
CUIDA

Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- Promoure el reforç positiu sempre que aconseguixi realitzar l'activitat per potenciar la seva autoestima.



- No confrontar la realitat que ens mostra la persona, ni discutir amb ell/a.

Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- Crear una rutina i organitzar el dia a dia per tal de poder realitzar totes les ABVD.

Organizador Semanal						Semana <input type="text"/>	
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes			
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	
Sábado		Domingo		<u>No olvidar</u>			
<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	

Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

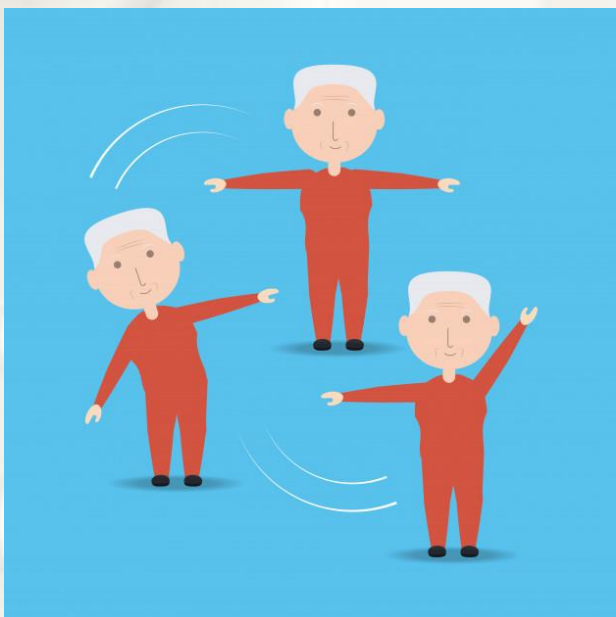
- És important minimitzar al màxim possible els estímuls externs que hi puguin haver en l'estança, es recomana tenir aquells que ajudin a la persona a desenvolupar l'activitat i no el/la distreguin de la tasca que està realitzant.



CORNELLÀ
Cuida

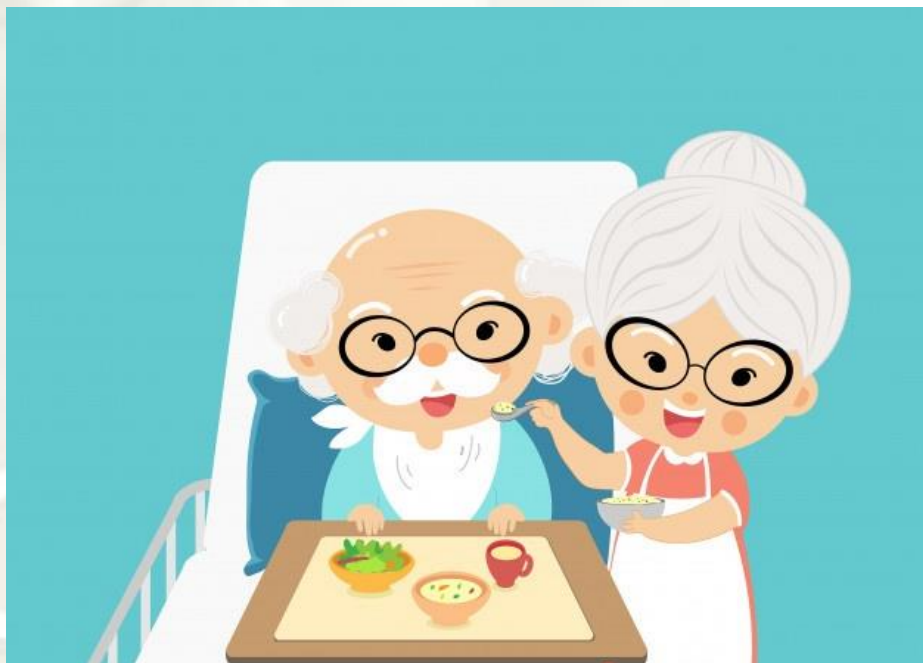
Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- És important i afavoreix al manteniment de les habilitats de la persona realitzar exercicis que ajudin a mantenir la capacitat motora de la persona per a realitzar les ABVD.



Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- Cal mantenir en tot moment una correcta postura corporal de la persona afavorint el seu confort mentre realitza l'activitat així com en els moments de descans.



Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- És bo anticipar a la persona de l'activitat que realitzarem a continuació amb ell/a.
- Cal respectar les preferències de la persona en tot moment per assegurar que la persona es troba a gust i podem mantenir el seu confort el màxim de temps.



CORNELLÀ
Cuida

Com les podem promoure per mantenir-les en el temps?

- També es poden fer activitats que siguin significatives per a la persona que indirectament treballin les funcions motores que són necessàries per a realitzar l'activitat.



Precs i preguntes

- Correu electrònic de contacte: malguacil@dependents.cat
- Em podeu consultar qualsevol dubte que us sorgeixi sobre la presentació o altres temes similars i us ajudaré en tot el que estigui en la meva mà.

CORNELLÀ
Cuida

**MOLTES
GRÀCIES!**

CORNELLÀ

Cuida

Bibliografia consultada

[Actividades básicas de la vida diaria \(ABVD\) \(plusesmas.com\)](http://plusesmas.com)

[Actividades Básicas de la Vida Diaria \(ABVD\): Paso a paso \(neurorhb.com\)](http://neurorhb.com)

[Reglas generales para realizar las ABVD - Fundación Alzheimer España \(alzfae.org\)](http://alzfae.org)

[Actividades de la vida diaria \(ABVD y AIVD\) – ASERMA](#)

[ABVD - Fundación Alzheimer España \(alzfae.org\)](http://alzfae.org)

[Instrumentos para la valoración de la abvd \(serdomas.es\)](http://serdomas.es)

[ABVD - Fundación Alzheimer España \(alzfae.org\)](http://alzfae.org)

[Cómo gestionar - Fundación Alzheimer España \(alzfae.org\)](http://alzfae.org)

<https://zonahospitalaria.com/que-se-evalua-para-valorar-la-dependencia/>

<http://neurorioja.com/las-nuevas-tecnologias-nos-ayudan-en-la-rehabilitacion-del-dca/>

<http://tallerempleo.kairos.coop/2019/06/19/fomentar-la-autonomia-de-usuarios-en-las-actividades-basicas-de-la-vida-diaria/>

CORNELIA
Cuida