

La aplicación de un programa de orientación y movilidad con personas ciegas y con discapacidad visual grave.

Elena Bernarás Iturrioz

*Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación
Universidad del País Vasco - Euskal Herriko Unibertsitatea*

En este artículo se presentan las características principales de la aplicación del Programa de Orientación y Movilidad (OyM) que se realiza en Gipuzkoa bajo la tutela institucional de la Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE).

El programa de OyM ofrece, precisamente, la oportunidad de aprender algunas fórmulas de desplazamiento independiente que están a la base de un régimen de vida más normalizado.

El técnico de rehabilitación básica (TRB) es el miembro del Equipo de Atención Básica de la ONCE que se encarga de la puesta en práctica del programa de OyM. En una reciente investigación hemos tenido ocasión de trabajar junto a este TRB en torno a diversos aspectos del proceso de intervención rehabilitadora. En estas líneas se analiza la reconstrucción de la secuencia básica de la intervención rehabilitadora del técnico, desde que recibe a un usuario hasta que se da por finalizado el programa.

Palabras clave: *Programa de orientación y movilidad, rehabilitación, evaluación, técnico de rehabilitación.*

This Paper presents the principle characteristics of the application of the Orientation and Mobility Programme (O&M) in the Province of Gipuzkoa, under the supervision of the Spanish National Organization for Blind People (ONCE), promoters of the programme.

This Orientation and Mobility Programme offers guidelines for greater independent and autonomous navigation which form the basis of a more normalised life style.

The TRB-Técnico de Rehabilitación Básica, is the member of the ONCE basic support team in charge of the application of the Orientation and Mobility Programme. As part of our research, we have worked together with the TRB in Gipuzkoa to investigate and evaluate various aspects of the rehabilitation process and the TRB input to it. In this paper, we analyse our reconstruction of the basic sequence performed by the TRB in this enabling-rehabilitation process, from the first interview with the user till the end of the programme.

Key words: *Orientation and mobility programme, rehabilitation method, evaluation, rehabilitation expert.*

INTRODUCCIÓN

En este artículo se presentan los resultados obtenidos en un estudio realizado a partir del seguimiento a lo largo del año 1999 de la implementación por el técnico de rehabilitación (TR) de la Organización Nacional de Ciegos de España (ONCE) de Donostia-San Sebastián de un programa de Orientación y Movilidad (OyM) dirigido a ciegos y personas con discapacidad visual grave.

El objetivo que se persigue en este artículo es el de analizar la secuencia básica de intervención de un TR (denominados hasta fechas recientes técnicos de rehabilitación básica, TRB) al poner en práctica el programa de OyM, desde su inicio hasta que el usuario es capaz de moverse en su entorno de forma autónoma, independiente y eficaz.

El tipo de usuario del programa es amplio y variado. En el cuadro 1 se realiza una breve presentación de las personas que realizaron el programa de OyM durante el trabajo de campo.

Cuadro 1. Relación de usuarios participantes en el programa O y M

	Edad	Patología visual	Estado psicológico previo	Nivel de autonomía previo	Objetivos y expectativas	Nº de programa	Situación familiar
A.S.	70	Retinopatía diabética	Depresión	Total en su casa, fuera ninguna	Pasear cerca de casa	1	Vive sola
A.G.	20	Síndrome de Usher	Bueno	De día sin problemas, de noche funcionalmente ciega	Ir a la parada de autobús cercana a su casa de noche	Varios	Vive con una familia de acogida
R.A.	18	Atrofia del nervio óptico	Deprimido y solo	Bueno en su pueblo natal, reducido en la capital	Movilidad en capital	2	Vive en un piso de acogida
S.Z.	7	Ceguera total	Bueno, creía que iba a volver a ver	Bueno en el interior del colegio	Ir de casa al colegio sola	1	No finalizó el programa, sus padres se separaron
C.M.	38	Infección ocular producida por Xerodermia pigmentosa	Problemas de autoestima, alegre	Bueno salvo en determinados puntos y con deslumbramiento	Movilidad en su ciudad, superar los puntos conflictivos	1	Vive sola con su madre
L.V.	72	Retinopatía diabética	Bueno	Subir y bajar escaleras de su casa	Ninguna	1	Vive con su esposa
A.M.	58	Glaucoma terminal	Regular	Se mueve con un carrito de la compra que se pone delante	Movilidad por su ciudad	1	Vive con su hermana
X.S.	20	Miopía congénita asociada a síndrome de Down	Bueno	Bastante bueno	Movilidad en autobús	1	Vive con sus padres y un hermano
A.N.	19	Atrofia ocular	Alegre y gran autoestima	Reducido	Diversos recorridos	3	Vive con su familia
I.S.J.	21	Glaucoma congénito	Bueno, pero un poco agobiado	Bueno, sobre todo por su barrio	Movilidad en autobús	Varios anteriores	Vive con su familia
J.C.	39						
		Enucleación de un ojo, desprendimiento retina	Bastante depresivo	Bueno en su pueblo	Movilidad en capital	Varios anteriores	Vive solo

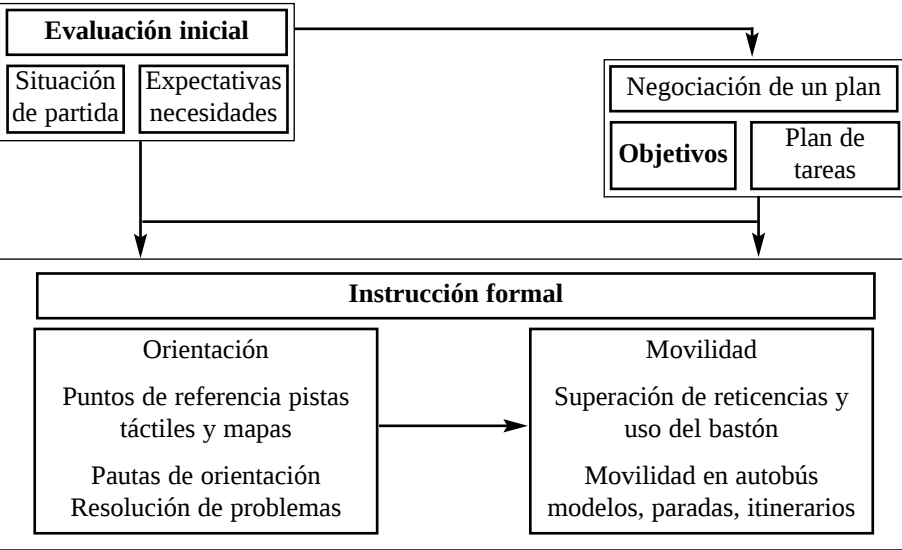
Los usuarios del programa fueron 11, de los cuales 5 eran hombres y 6 mujeres, de edades comprendidas entre 7 y 72 años. Las patologías visuales que sufrían variaban desde la ceguera total hasta deficiencias visuales graves; el estado psicológico de la mayoría de los usuarios era bueno, aunque también había quien presentaba rasgos depresivos importantes. Junto a alumnos que contaban previamente con un buen nivel de autonomía, otros no habían salido solos al exterior de su edificio de residencia en varios años. Dicho nivel de autonomía marcaba los objetivos y expectativas de cara al programa, de forma que el que tenía buen nivel ansiaba aumentar su radio de movilidad y al que no salía solo de su casa le valía con aprender a realizar algunos pocos recorridos cercanos a ella. La mayoría de los alumnos no había realizado ningún programa previo y con respecto a su situación familiar, ésta variaba desde los usuarios que vivían con su familia, hasta los que vivían solos o en pisos o familias de acogida.

1. SECUENCIA BÁSICA DE LA INTERVENCIÓN DEL TÉCNICO DE REHABILITACIÓN BÁSICA.

En este estudio se ha podido comprobar que el profesional que ha puesto en práctica el programa de OyM (TR) sigue en la mayoría de sus intervenciones una secuencia básica (cuadro 2) que comienza a partir de una evaluación inicial, cuyo objetivo es conocer el estado del usuario antes de dar comienzo al programa y establecer los objetivos que van a guiar su trabajo.

Una vez que el técnico ha valorado la situación previa del usuario y establecido los objetivos de su quehacer profesional, comienza el periodo de entrenamiento, trabajando primeramente, si fuera necesario, los requisitos previos precisos para una correcta movilidad y en segundo lugar, llevando a cabo la instrucción formal, en la que se incluyen la orientación y la movilidad, propiamente dichas.

Cuadro 2. Secuencia básica de la intervención del TÉCNICO



1.1. Evaluación inicial.

Cuando el técnico comienza a preparar el programa de OyM con un determinado usuario, tiene en cuenta una serie de aspectos que van a sustentar las bases de la evaluación inicial:

1) Desarrollo sensorio-perceptivo: hay que destacar el análisis que hace el técnico de los distintos aspectos del desarrollo sensorial que intervienen en los procesos de OyM y que él juzga importantes:

- Remanente visual: le interesa conocer el grado de visión de la persona, saber la enfermedad que ha producido la deficiencia visual, si es un problema de agudeza o de campo visual, cuáles son las pruebas que se le han practicado, etc.

- Sistema auditivo: conviene realizar una audiometría para comprobar la audición de las altas frecuencias, medias o bajas y analizar si existe una bajada auditiva en alguno de los oídos, tan importantes, por ejemplo, para el equilibrio o para el reconocimiento de diferentes sonidos necesarios en la orientación o en la movilidad.

- Resto de los sentidos: háptico, olfativo y gustativo.

En este apartado el TR analiza, también, la información que hace referencia al estado físico, fijándose en diversos aspectos relacionados con la marcha, como el sentido cinestésico, la memoria muscular, el equilibrio, los giros y, en general, todos los aspectos relacionados con la conducta motora gruesa y fina.

2) Desarrollo cognitivo de la persona: fija su atención en el análisis de los conceptos de OyM que el usuario debe conocer.

3) Estado psicológico del usuario anterior al entrenamiento: el estado de ánimo, la motivación para realizar el programa, su autoestima, etc.

4) Aspectos relacionados con el uso del bastón: el técnico sabe que en la mayoría de las ocasiones a los usuarios les cuesta comenzar a utilizar el bastón y conoce las reticencias psicológicas que surgen en torno a su uso. En esta primera evaluación es donde el técnico debe comenzar a “romper” las barreras que el usuario pueda expresar en este sentido.

5) Nivel de independencia del usuario: si sale solo o acompañado, si utiliza bastón o transporte público, si necesita ayuda en los desplazamientos, el grado de cansancio que experimenta en estos desplazamientos, si ha realizado algún otro programa de OyM, etc.

6) Expectativas: conocer la razón por la cual solicitan la realización del programa; es decir, cuáles son las causas por las que quieren comenzar a andar solos, qué trayectos pretenden realizar, y qué esperan del entrenamiento.

7) La situación familiar del usuario, concretamente, las expectativas, la respuesta de la familia ante el entrenamiento, su actitud (si animan al familiar, si creen que será capaz de realizarlo, etc.) son cuestiones importantes de cara al futuro entrenamiento, porque el técnico sabe que si la familia adopta una postura de cooperación todos saldrán beneficiados.

Para qué y cómo se lleva a cabo la evaluación inicial.

Algunas de las razones que justificarían esta evaluación serían conocer las posibilidades que tiene cada usuario, los aspectos en los que presenta mayores dificultades de cara al entrenamiento, inspeccionar el espacio y las dificultades que se pueden derivar del mismo o pensar en cómo resolver los problemas que puedan surgir.

El TR comienza la evaluación inicial antes de entrevistarse con el usuario. Son varias las vías por las que puede recabar información. Habitualmente, es el Equipo de Atención Básica (EAB) quien pone al técnico en antecedentes del usuario con el que se le solicita que intervenga. La asistente social, concretamente, es quien conoce generalmente al afiliado-a que solicita el servicio de rehabilitación e informa al resto del equipo acerca de la petición. En otras ocasiones el usuario se pone directamente en contacto con el técnico. La propia institución suele tener información valiosa para el TR: ficha de la ONCE, informes oftalmológicos, otros informes, etc.

Normalmente, el técnico concierta una cita/entrevista con el usuario que va a realizar el entrenamiento. Cuando la situación personal del usuario lo permite, lo ideal, es realizar la evaluación en la sala de movilidad que se encuentra situada en la sede de la ONCE de Donostia-San Sebastián. Si no es posible, el técnico se traslada al domicilio del usuario y a través de diversos procedimientos (entrevistas y observación, principalmente) evalúa la situación del usuario, su desarrollo sensorial y aquellos aspectos que van a influir en la correcta formalización de la instrucción formal.

Parece que este técnico inicia la evaluación sin prejuicios previos, “va a ver lo que hay” y sobre el terreno (viendo al usuario, analizando su estado físico, sus expectativas y motivación, el espacio por donde pretende moverse, etc.) decide el tipo de intervención que va a llevar a cabo en cada caso, calculando las posibilidades y estableciendo los límites de la intervención educativa. Teniendo en cuenta todos estos aspectos, el instructor realiza un primer diagnóstico acerca de la situación del usuario, de sus expectativas y necesidades y a partir de éstas establece un plan de trabajo.

En algunas ocasiones lleva a cabo un diálogo-negociación con el usuario para ajustarse de la mejor manera posible a sus expectativas y necesidades, porque puede ocurrir que el usuario tenga grandes expectativas, pero su propia situación o la del entorno, no le permitan llevarlas a cabo, o que simplemente en su vida diaria no necesite realizar los trayectos que está pensando hacer.

Cuando el usuario continúa o retoma el programa de OyM con el objetivo de ampliar su radio de movilidad, la valoración inicial no suele ser tan exhaustiva, se analiza el desarrollo sensorial sobre todo, el sentido auditivo, el táctil, el equilibrio, los giros y la cinestesia (es decir, se observa cómo anda) y a partir de ése análisis, se decide el punto de partida.

Este proceso de evaluación inicial no finaliza, sigue vigente mientras se realiza el entrenamiento, en la medida en la que se puedan producir cambios que precisen de nuevas habilidades para la realización de una correcta instrucción formal.

1.2. Objetivos.

Para el TR el objetivo final del programa de OyM es lograr que el usuario pueda desenvolverse con soltura y autonomía en cualquier entorno, conocido o desconocido, con seguridad y eficacia. Distingue dos tipos de objetivos generales:

- Objetivos preliminares o requisitos previos: en este apartado, en primer lugar, se incluyen las áreas de las competencias sensorio-perceptivas (entrenamiento auditivo, visual, táctil, olfativo, cinestésico) necesarias para una movilidad segura y eficaz y, en segundo lugar, se incluirían los objetivos preliminares de OyM (equilibrio, giros, comprensión espacial, conocimiento del bastón y los repertorios conceptuales (ambientales, conceptos corporales, conceptos de peso, tamaño, volumen) importantes a la hora de reconocer figuras y objetos, etc.
- Objetivos formales: se incluyen todos aquellos aspectos formales que tienen relación con una orientación y movilidad eficaces. Antes de comenzar a moverse en cualquier espacio, el técnico ayuda al usuario en el proceso de orientación utilizando para ello todas las técnicas e indicadores (puntos de referencia, etc.) que tenga a su alcance. Además de los objetivos de orientación, se establecen los objetivos de movilidad, que tienen que ver con el aprendizaje de distintas técnicas (guía vidente, técnicas de protección personal, seguimiento al tacto, localización de objetos, conocimiento del bastón y utilización de perros-guía...) combinado con el uso de bastones. Este aprendizaje se realiza, en primer lugar, en interiores (si es posible) y con posterioridad se realiza en exteriores, graduando la dificultad de los espacios. Otros objetivos de movilidad surgen en el momento de establecer los objetivos concretos de sus usuarios, por ejemplo, el manejo del bastón, la diferenciación de obstáculos, la realización de distintos itinerarios, la interacción con el público, la utilización de transporte público, etc.

A continuación, se presentan los objetivos que con más frecuencia han sido trabajados por este técnico durante el periodo en que se ha realizado el seguimiento de su tarea profesional:

Objetivos relacionados con el bastón

Cuando el proceso comienza, se ha percibido que los objetivos que se fija el TR tienen que ver con el bastón: conocimiento del bastón, de sus partes, para qué sirve y las funciones que tiene y de su manejo. Por ejemplo, el usuario debe conocer cosas tan sencillas como doblar o el desdoblar el bastón, cómo tiene que poner las gomas que lleva el bastón en la mano para que no se le caiga, cómo se maneja o cómo se realiza el arco. También es importante que el usuario perciba la bajada de una rampa con el bastón, los rebajes de los cruces, los escalones, cómo se para el bastón cuando falta una baldosa, etc.

El equilibrio con el bastón es otro de los objetivos que se marca este técnico. Le interesa que el usuario diferencie entre cómo anda normalmente y cómo anda rastreando el bastón, sus movimientos y los giros. Además, el técnico busca que el usuario vaya seguro y de manera autónoma, que utilice el bastón con sentido y utilidad.

Objetivos relacionados con el desarrollo de conceptos

Es conveniente que el usuario posea un repertorio de conceptos adecuado, principalmente de aquellos conceptos relacionados con el espacio y el esquema corporal. En algunas ocasiones, el TR observa dificultades conceptuales en algunos de los usuarios; por ejemplo, que el usuario utiliza términos diferentes a los que se emplean normalmente, o que no entienda determinados conceptos; en cuyo caso el técnico se adapta a la terminología del usuario, o trabaja el concepto hasta que pueda alcanzar el máximo de comprensión.

Objetivos relacionados con el aprendizaje de itinerarios

Con respecto a los objetivos en torno al aprendizaje de itinerarios, éstos varían teniendo en cuenta el grado de movilidad e independencia del usuario. En el trabajo de campo ha coincidido que solamente se han podido observar los inicios del entrenamiento en OyM con personas mayores. En estos casos los objetivos de movilidad que se han planteado han sido sencillos, que el usuario se moviera dentro del entorno próximo, en su barrio.

Una forma de ampliación de los recorridos consiste en la realización de itinerarios punto a punto; es decir, unir los itinerarios que realiza el usuario, prestando especial atención a los distintos cruces, los desniveles de la acera, etc.

Otro de los objetivos que se han observado en este técnico ha sido lograr que una usuaria atravesara un cruce peligroso en una ciudad donde el tráfico era intenso y donde previamente había tenido algún contratiempo. Desensibilizar al usuario con respecto al lugar, disminuir el grado de ansiedad que le producía ese punto, hacerle ver que se podía cruzar por otros sitios, en otros lados del paso de cebra, que la gente al verle con el bastón estaría más dispuesta a ayudarlo y que incluso, en caso de apuro, los coches al ver el bastón se pararían, eran algunos de los objetivos que el TR tenía en mente.

De cualquier forma, todos los aprendizajes y ampliaciones van siguiendo un orden de complejidad, y en este sentido, parece que el técnico conoce bien las posibilidades del usuario, las capacidades y sus limitaciones.

Si el usuario se va animando a ampliar sus espacios de movilidad se le instruye para que pueda moverse por su pueblo, o por otros barrios de la ciudad, utilice el transporte urbano, etc. Acudir a sus centros de interés es otra de las formas de ir ampliando el radio de movilidad, como en el caso de un usuario que quería acudir a la casa de cultura de otro barrio para realizar un cursillo de radio.

Interacción con el público.

El TR da mucha importancia a la forma que tienen los usuarios de relacionarse con los demás, principalmente cuando van solos por la calle con el bastón. La interacción con el público ha sido el objetivo de muchas de las intervenciones que se han observado. Por diversas causas, frecuentemente se observan déficits en muchas de las habilidades sociales necesarias para una movilidad independiente. Por ejemplo, con los más jóvenes la interacción con el público se convierte en objetivo desde el momento en que salen a la calle. Generalmente están acostumbrados a que les lle-

ven, pero cuando empiezan a ir solos el técnico aprecia que no tienen suficientes habilidades para solicitar ayuda (para cruzar, para saber si ese es el autobús que esperaban, etc.) o preguntar a alguien en caso de desorientación, y hacerlo con tono alto y claro.

Aceptación del usuario de su situación.

Otro aspecto que, en ocasiones, se fija como objetivo con algunos usuarios es el referido a la aceptación de su situación. En muchas ocasiones ocurre que cuando la gente ve a un ciego que circula con el bastón blanco por la calle, le pregunta acerca de su situación y se ve obligado a dar explicaciones, sobre todo si es una persona conocida en ese entorno y la ceguera es sobrevenida. Esta es una situación muy dura para las personas con ceguera adquirida y el TR, consciente de este sentimiento, ayuda a los usuarios a asumirlo antes de que salgan a la calle con el bastón.

Instrucción formal.

Una vez que el TR ha realizado la evaluación inicial y establecido los objetivos que va a trabajar con el usuario pasa a la fase de aprendizaje o de entrenamiento. Pero, en palabras del mismo técnico, uno no puede empezar a moverse sin saber hacia dónde va a dirigir sus pasos. Por tanto antes de comenzar a andar, conviene que la persona esté orientada, sepa hacia dónde se va a dirigir.

1.3.1. Entrenamiento de la orientación.

Para dar comienzo a la instrucción formal el técnico explica a los usuarios su posición en el espacio, describe el espacio físico que están ocupando, las características del mismo, los puntos de referencia, los indicadores o las diferentes pistas y consejos que pueden ayudarle a realizar adecuadamente el trayecto.

A continuación se intenta aclarar los pasos y técnicas que el TR sigue con el fin de lograr que el usuario se oriente, pero tal y como se verá en el apartado de movilidad, el programa se comienza sin ningún entrenamiento previo, ni de requisitos ni de orientación, sino que estos elementos se van a incorporar en el transcurso del mismo, en la medida que se vayan haciendo necesarios.

Normalmente este aprendizaje se realizaría inicialmente en interiores, con el objetivo de que el usuario vaya conociendo las dependencias de su casa o de las salas de movilidad en caso de que fuera a la ONCE.

A continuación, cuando el usuario va a salir “a la calle” se le informa acerca del espacio físico que le rodea. En los casos en los que el usuario ha sido vidente, recuerda su barrio, o la zona donde reside y el proceso de orientación resulta más fácil. Con personas mayores, hemos observado que en la mayoría de los casos la ceguera era adquirida, por lo que los usuarios recordaban con bastante exactitud los entornos cercanos a su domicilio.

Mayor complicación presenta entrenar al usuario en trayectos largos. Parece que el TR, partiendo de espacios conocidos, va “adentrando” al usuario en espacios desconocidos, de forma tranquila y ordenada, dividiendo el espacio en tramos más pequeños, de manera que el usuario no sienta que se lanza al vacío sin saber a dónde se dirige.

Existen muchas maneras de conseguir que un usuario se oriente en un determinado espacio. Veamos algunas de esas maneras:

Los puntos de referencia (buzón de correos, una papelería, un banco bien fijado), son pistas estáticas que no desaparecen fácilmente. Los puntos de referencia se diferenciarían de los indicadores en que éstos últimos orientan a la persona, sólo en determinados momentos, por ejemplo, una fábrica que realiza un ruido característico o un bar, que mientras permanezcan abiertos poseen valor orientativo, pero si se cierran lo pierden.

Las pistas táctiles, auditivas u olfativas. Las pistas táctiles se reciben a través del tacto indirecto que llega al usuario a través del bastón: peldaños, arquetas, baldosas... Otra forma de orientación a través del tacto indirecto se lleva a cabo a través de los pies; por esta razón, no conviene que los usuarios lleven zapatos de tacón cuando vayan con el bastón porque pierden sensibilidad. Pasar por una pastelería o por un parque durante el trayecto puede orientar olfativa y auditivamente y se convierten en pistas que, también, se utilizan en los procesos de rehabilitación-habilitación.

Los mapas táctiles, los planos de movilidad, las pizarras magnéticas y las maquetas son otras de las ayudas que utiliza este profesional en su labor profesional.

A medida que se avanza en la orientación y movilidad, se realizan planos de movilidad (sobre relieves, planchas de goma- americanas- y en ellas realizan el dibujo de su representación mental en positivo). Además de estos planos de movilidad, se les ofrecen ayudas táctiles, verbales (en cintas) o mixtas (táctil y braille).

La realización de maquetas es otro tipo de ayuda, especialmente útil, en casos de invidentes con problemas de diabetes (se da una disminución importante del sentido del tacto), pues se pueden realizar las maquetas de un tamaño superior a lo habitual, pudiendo llegar a elaborarse maquetas de uno o dos centímetros de altura, cuando lo habitual suele ser que sean de entre 6 y 10 milímetros)

Pautas para no desorientarse

La desorientación en las personas invidentes es un hecho bastante frecuente y por ello el TR proporciona algunos consejos para este tipo de situaciones de “despiste”:

1. Cuando el usuario se pare para hablar con alguien debe mantener los pies quietos y antes de empezar a andar tocar la pared, o volver al punto de referencia, o si se ha pasado, podría tocar la pared con la mano y reconocer su situación, etc.

2. La resolución de problemas es una constante en su trabajo, proporciona a los usuarios todo tipo de “ideas”, para que sepan reaccionar en situaciones precarias. Por ejemplo, les recomienda que lleguen tarde para que así sus amigos les llamen, que vayan con cuidado en zonas que no conozcan, o que sean peligrosas, o que pregunten con voz audible dónde se encuentran en caso de haberse perdido o desorientado.

3. Puesta en práctica de la técnica Drop-off. Con esta técnica el usuario no

sabe seguro de dónde va a salir pero sí a dónde tiene que llegar. Es una desorientación a sabiendas. En muchos casos, la realización de este ejercicio supone la puesta en práctica de todos los aprendizajes realizados hasta ese momento.

1.3.2. Entrenamiento de la movilidad.

Cuando comienza el entrenamiento en OyM, el técnico trabaja y ejercita los requisitos previos que se hayan establecido, previamente, con cada usuario. En el transcurso del examen de la práctica docente de este TR, no hemos podido observar, como se ha apuntado con anterioridad, que se hayan trabajado los requisitos previos específicamente, más bien parece que los trabaja “sobre la marcha”, que los incorpora al entrenamiento, teniendo en cuenta los aspectos que podrían resultar perjudicados por la falta o dificultad de algún aspecto del desarrollo sensorial (dificultades auditivas, motoras, táctiles, etc). Parece, por tanto, que el TR entra en el programa “directamente”, sin pasos previos ni entrenamientos específicos.

Tras la evaluación y establecimiento de objetivos, el técnico “hace entrega” del bastón al usuario y le enseña su manejo. En esa misma sesión, el usuario comienza a manejarlo y a dar un pequeño paseo con él.

Movilidad con bastón.

Aunque en un programa de OyM se trabajan más apartados que la movilidad con bastón, gran parte del trabajo del TR consiste en instruir al usuario en el manejo del mismo. Él propio técnico reconoce que “... cuando te llaman, no es que seas el hombre del bastón, pero casi...” Parece, por tanto, que éste es el apartado más importante de su quehacer habitual dentro de los programas de OyM.

Reticencias iniciales.

Cuando el técnico va a dar comienzo al entrenamiento, lo primero a lo que se enfrenta, en muchas ocasiones, es a las reticencias que presentan los usuarios ante el hecho de tener que llevar bastón. Sin duda, este momento inicial de aceptación del “auxiliar” es sumamente importante. Comenzar a utilizar el bastón significa “hacer pública” la discapacidad visual, hecho que, por un lado, provoca una merma de la autoestima de la persona, y por otro, supone que todas las personas del entorno se interesen por él, y que continuamente tenga que estar explicando su situación.

A lo largo de este proceso, se ha observado que el técnico intenta desdramatizar esta cuestión y que intenta convencer al usuario de que son mayores las ventajas que va a obtener con su uso que los inconvenientes. En este momento tan crítico, el TR debe utilizar todas sus estrategias psicológicas para convencer al usuario y ayudarle a comprender los beneficios que le va a reportar el bastón.

En este estudio se han observado algunas dificultades en los usuarios, que se han hecho patentes a través de sus quejas y de sus reservas. Especialmente duro es el momento de comenzar a usar el bastón, sobre todo en sus zonas de residencia o en otras donde les pueden reconocer. A menudo las reticencias no son fácilmente reconocibles, pueden aparecer en forma de desgana para realizar el programa, alegando determinadas enfermedades o dolencias, o negándose expresamente a usar el bastón.

Función del bastón

Una vez que se han superado las primeras dificultades, el TR explica al usuario para qué le va a servir el bastón. Entre las diversas indicaciones, intenta advertir al alumno que a partir del momento en que comience a utilizarlo, el bastón va a ser como “sus ojos”, le va a guiar en su trayecto, le va a indicar si está subiendo o bajando una cuesta, si hay escaleras o si ha terminado la pared y va a coger una esquina, y a través del mismo, también, va a saber qué elementos está tocando, evitará darse golpes y logrará sortear los obstáculos que se encuentre en el camino. Por tanto, toda esta información va a ser necesaria para realizar el trayecto con seguridad y eficacia. En algunos casos, el bastón se usa únicamente como distintivo de ceguera o de baja visión.

Tipos de bastón y partes de que constan.

Habitualmente el entrenamiento comienza con bastones rígidos, y una vez que los usuarios los van dominando se pasa a los plegables, con puntera redonda. Si es una persona que se va a mover en un medio rural, o si es una persona mayor, conviene que utilice el bastón rígido, debido a que los plegables se rompen con mayor facilidad y se les rompe la goma. Por otra parte, la longitud de los bastones se eligen en base a la altura y zancada del individuo.

Cuando el técnico “hace entrega” del bastón al usuario, primeramente, le explica las partes de que consta (cayado, empuñadura, caña y contera) y posteriormente, la forma correcta de llevarlo.

Cómo usar el bastón

Son varias las recomendaciones que el técnico ofrece al usuario y que han sido recogidas de su práctica educativa en lo que se refiere al uso del bastón:

Forma de llevar el bastón: el bastón se lleva como si se estuviera barriendo el suelo, de izquierda a derecha, cubriendo toda la superficie del cuerpo, de esta forma se evitarán obstáculos o caídas. Esta forma de llevar el bastón implica mover correctamente la muñeca. Por esta razón, recomienda a los usuarios que realicen ejercicios de muñeca que les ayuden a agilizarla. El TR al instruir a los usuarios en el uso del bastón utiliza la guía física, ayudando al usuario a comprender mejor su manejo.

Cuando se coge el bastón se debe coger con seguridad, pero no se debe estar pensando en cómo llevarlo ni cómo cogerlo. Se trata de automatizar el movimiento de muñeca, con confianza y firmeza.

Es conveniente que antes de salir de casa el usuario realice un repaso del recorrido que va a hacer y de todas las cosas que le pueden pasar.

Antes de empezar a andar, tiene que tocar con el bastón la pared para alinearse, para saber dónde está, el movimiento que tienen que hacer y si existe algún tipo de obstáculo o dificultad (escaleras, agujero...). Conviene también que levante los pies e intenten no arrastrarlos.

Durante el trayecto, es conveniente que siga tocando la pared para no desviarse mucho del camino, pero en caso de ir por una acera, es mejor que vaya por el

centro, porque en los laterales puede haber obstáculos con los que se puede tropezar. En caso de duda o indecisión, debe pararse y comprobar dónde se encuentra.

Cuando se pare estando realizando un trayecto, debe esperar un segundo antes de comenzar a andar, debido a que la inercia le puede desviar y llevar a otro sitio. En estas situaciones, se deben mantener los pies quietos; si la persona se gira inmediatamente, se podría despistar.

Al pararse, debe recoger el bastón, ponerlo recto, de forma que la persona que está delante no se tropiece y se pueda acercar más.

Debe tener en cuenta, además, que factores como el aire o los ruidos, pueden desorientarle en su trayectoria.

Cuando esté buscando cosas en el espacio que está recorriendo, debe realizar un arco más grande y no ir “dando bandazos”. Realizar bien el arco garantiza su seguridad, debe cubrir bien los lados, llevando el bastón de izquierda a derecha con decisión.

Teniendo en cuenta que el bastón únicamente informa de los objetos que se pueden encontrar de cintura para abajo, se recomienda al usuario que extienda la precaución en su marcha, debido a que podría encontrarse obstáculos con los que podría tropezarse y caerse (andamios, motos mal aparcadas, otros objetos salientes, etc.).

Cuando caminando con el bastón el usuario se tope con un obstáculo y no pueda pasar, debe pararse, separarse un poco y rodearlo, “como si le hubiera salido un bulto a la pared”.

En aceras grandes se puede llevar el bastón haciendo un arco grande, pero en aceras pequeñas y conocidas es preferible recoger el bastón. Además, en las esquinas, se debe reducir el paso y tocar con el bastón. Conviene ir despacio, para que el que viene por el otro lado de la esquina tenga tiempo a reaccionar.

Si yendo con el bastón se percibe la presencia de otras personas, se debe aminsonar la marcha, reducir el arco, pero no cambiar de dirección. Las personas videntes son las que deben apartarse. Si en esta situación, algún viandante tropezara con el bastón, el técnico recomienda al usuario que pida excusas y siga su camino.

Cuando el usuario perciba que se encuentra en una situación difícil, debe esperar a que le ayuden o, si pretendiera cruzar, debería comprobar que no viene ningún coche. Si ha empezado a andar, y escucha un coche, no debe darse la vuelta, el coche deberá reducir su marcha al ver el bastón.

Los usuarios con resto visual, al llevar bastón tienden a mirar hacia abajo. En estos casos, la recomendación consiste en que aunque conozcan la zona sigan haciendo el arco, sobre todo para evitar posibles vicios.

El bastón no debe en ningún caso levantarse del suelo, pues podría dañar a alguna persona y cuando se detenga la marcha se debe recoger para que nadie tropiece con él.

Para subir y bajar escaleras el TR ofrece al usuario una serie de pautas que

aumentan su seguridad. Para subir escaleras, se debe coger el bastón recto y subir despacio, con tranquilidad, hacer el arco en la última escalera y seguir andando. Para bajar escaleras, el bastón precede a la persona aproximadamente metro y medio, por lo que siempre indica la bajada. Una vez que se nota ésta, se puede acercar el pie con cuidado. Con el bastón debe comprobar la bajada y hacer el arco nuevamente, con este movimiento sabrá si hay más escalones.

Al realizar los cruces o al circular por lugares sin acera, hay que tener especial cuidado. Conviene pararse y dar la cara a los coches, nunca la espalda, para que vean a la persona que transita con el bastón. Si el portador del bastón se coloca de otra forma, puede sobresalir parte del cuerpo y resultar peligroso.

Por último, conviene que cuando llueva, el usuario se provea de un gorro, porque el paraguas puede desorientarle debido al efecto campana que produce en la audición.

A modo de *síntesis*, parece que cuando el técnico se plantea trabajar el bastón con el usuario, intenta, primeramente, que asuma su ceguera y acepte llevar el bastón superando todas las trabas psicológicas que pudieran surgir. Posteriormente, le interesa que entienda que su seguridad está condicionada al uso que hagan del bastón, que aprenda a interpretar de forma correcta la información que recibe a través del bastón y se fíe totalmente de él.

Aunque la movilidad con bastón es la modalidad más generalizada entre las personas ciegas y con discapacidad visual, el TR también enseña a sus usuarios a moverse de “otras formas”. Veamos, pues, algunas.

Movilidad en autobús.

Una vez que el usuario aprende a manejar el bastón con seguridad y eficacia, el técnico completa su instrucción, si al usuario le interesa, con la utilización de los medios de transporte.

Con el objetivo de realizar este complejo aprendizaje, el TR divide el proceso en varias fases. En la fase inicial, el usuario aprende “in situ” cómo son los diferentes modelos de autobuses, el acceso, la introducción de las tarjetas, dónde sentarse, o cómo pedir ayuda en caso de desorientación, etc.

En una segunda fase, el técnico dirige el aprendizaje hacia el conocimiento de las diferentes paradas de autobús y de las diferentes maneras de acceder a ellas. Le interesa que el usuario conozca las paradas de autobús, tanto con marquesina como con poste. Normalmente, van en técnica guía (el vidente lleva al ciego) hasta la parada en cuestión para que el usuario se familiarice con la zona y consiga orientarse.

En un tercer momento, sin embargo, le interesa que los usuarios comiencen a realizar los itinerarios. En los inicios de esta fase, el TR les acompaña en el recorrido hasta que lo comprenden y lo aprenden. Posteriormente, les deja cierta libertad, que podría considerarse “libertad vigilada”, en el sentido de que les permite que realicen los trayectos solos, pero él les sigue a cierta distancia, interviniendo únicamente en caso de necesidad.

Cuando los usuarios dominan un trayecto determinado, el técnico les anima a que unan diferentes trayectos, para poder ir ampliando el radio de independencia y movilidad. Una vez que muestran seguridad, deja que realicen los viajes autónomamente, sin acompañarles. Finalmente, comprueba si han llegado bien y para ello les llama por teléfono. Les pregunta qué tal les ha ido y comentan las dificultades que han tenido.

Entre las dificultades más habituales de los usuarios en la utilización de transporte público, caben señalar las siguientes: la introducción de la tarjeta en la máquina, identificar las paradas, las situaciones de desorientación que exigen que tengan que pedir ayuda a otros viajeros o que el sitio donde acostumbran a sentarse esté ocupado.

Utilización de perros-guía.

La ONCE cede en concepto de préstamo los perros-guía a personas que están debidamente preparadas para portarlos. Durante este trabajo de campo, solamente se ha podido observar un usuario que se moviera con perro-guía.

La única sesión que se pudo observar que realizaba el TR con este usuario proporcionó algunas pistas de la labor que se realiza en estos casos. EL primer interés del técnico es que el usuario se oriente en el lugar o lugares donde pretenda desplazarse. Para ello, profesor y usuario van realizando el trayecto, estudiando las características del espacio y resaltando las dificultades y obstáculos que se pueden encontrar en el camino.

Podría parecer que el perro cumple la función de salvaguardar a su amo, pero no se adiestra al perro en el aprendizaje del recorrido. Es la persona ciega quien debe dirigir al perro y no al revés, como se piensa con frecuencia.

Cuando el TR instruye al usuario que lleva perro-guía, sigue el mismo estilo educativo que en resto de procesos de enseñanza que realiza:

1. Trayectos acompañando al usuario con objeto de lograr una buena noción del trayecto a realizar y el mejor conocimiento y superación de las dificultades espaciales.
2. Aumento progresivo de la independencia del usuario, interviniendo, únicamente, en caso de apuro.
3. Total autonomía del usuario, esperándole al final del recorrido.

BIBLIOGRAFÍA

- Brescia, B. (1988). Prerrequisitos necesarios para una buena orientación y movilidad en *Jornadas sobre educación de los niños ciegos y deficientes visuales*, (167-177). Madrid: Organización Nacional de Ciegos Españoles.
- Cantalejo, J. J. (2000). Entrenamiento en habilidades de autonomía personal. En VV.AA. (Comps), *Aspectos evolutivos y educativos de la deficiencia visual*. (II, 106-141). Madrid: Organización Nacional de Ciegos Españoles.

- Carreiras, M. y Codina, B. (1993). Cognición espacial, orientación y movilidad: consideraciones sobre la ceguera. *Integración 11*, 5-15.
- Codina, B. (1989). Diagnóstico e instrucción de los prerrequisitos en orientación y movilidad para deficientes visuales en edad preescolar. *Integración 1*, 23-29.
- Corn, A.L. (1989). Instruction in the use of vision for children and adults with low vision: A proposed program model. *RE :view 21*, 26-38.
- Dodds, A. G. (1988). *Mobility training for visually handicapped people: a person-centered approach*. London: Croom Helm.
- Espinosa, M.A, Ochaíta, E. (1996). Mapas táctiles: una ayuda eficaz para el aprendizaje del espacio y la movilidad dentro del mismo. En: *IV Jornadas de Intervención Social del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid* (II, 1473-1481). Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto Nacional de Servicios Sociales (Inserso).
- Espinosa, M.A.; Ochaíta, E. (1997). El desarrollo del conocimiento espacial: un estudio microgenético. *Infancia y aprendizaje 79*, 5-20.
- Heisler, W. (1976). *Mobility curriculum*. Watertown, Massachusetts: Perkins School for the Blind.
- Hill, E.; Ponder, P. (1976). *Orientation and mobility techniques: a guide for the practitioner*. New York: American Foundation for the Blind.
- Huertas, J. A.; Espinosa, M.A.; Simón, C. (1998). Dos aspectos claves en la integración del ciego: la orientación y movilidad y el acceso a la información escrita. *Cultura y educación 11-12*, 87-97.
- Welsh, R.L; Blasch, B.B. (1994). *Foundations of Orientation and Mobility*. New York: American Foundation for the Blind. (Orig.1980).

