

Ocio y cultura. **Abuela, ¿jugamos?**



María Gironza Álvarez-Mendizábal
*Arquitecta experta en Accesibilidad Universal
y Diseño para todas las personas
Socia de Asepau*

Varios han sido los motivos por los que ha aumentado la vida institucionalizada de las personas mayores y el número de residencias. Entre los motivos está el aumento de la esperanza de vida y nuestra nueva forma de vida líquida.



También son muchos los motivos por los que deberíamos potenciar y desarrollar nuevas opciones para optar a un final de vida digna y feliz, y con el COVID hemos podido visibilizar esta emergencia social.

Antes, lo general era que los mayores, si necesitaban asistencia, convivían con sus familiares y de esta forma se mantenían vivas las relaciones intergeneracionales. En términos de salud estas relaciones son muy beneficiosas tanto física como psicológicamente.

Infancia y vejez son un tándem perfecto que se enriquece en ambas direcciones. Sabemos cómo los niños están deseando preguntar, aprender, que les cuenten mil historias y los mayores, fuente de conocimiento, están deseando contar y que les escuchen.

Reencuentro generacional

Hay muchos ejemplos de proyectos que se han desarrollado en distintas partes del mundo con el objetivo de juntar vejez e infancia.

Hay proyectos que fusionan la zona de juegos, y distintos proyectos que intentar acercar colegios a residencias, incluso, en algún caso el centro infantil se encuentra dentro de la propia residencia.

Todos los casos tienen en común los grandes frutos que se observan en sus participantes. Entre las personas mayores se reduce la depresión, aumenta la movilidad, la comunicación y el lenguaje, y se han observado niveles más bajos de demencia y pérdida de memoria.

Tiempo de juego juntos

Los niños y mayores además de ser un tándem muy bueno, pueden compartir tiempo de juego y aprendizaje, ya que las habilidades que está desarrollando un/a niño/a son las mismas que vamos perdiendo al envejecer.

Entre éstas están las funciones sensoriales y perceptivas, motoras, cognitivas, psicosociales...

Hay infinidad de juegos en el mercado que son ideales para juntar a niños-as y mayores. También se pueden desarrollar reutilizando o reciclando materiales reciclados que tenemos por casa, ej: pinzas, tapones, tornillos y tuercas...

Podemos preparar juegos de conteo, seriación, encaje, asociación de color... De esto tenemos que aprender muchísimo de los/as expertos/as en este tema: Los/as terapeutas ocupacionales.

Dentro de los juegos que hay en el mercado, voy a mencionar dos proyectos maravillosos que encajarían perfectamente:

Manualia

He tenido la suerte de poder experimentar y comprobar el beneficio de los juegos gracias a los años que he trabajado y aprendido con David Gil en el taller de Manualia, dentro del centro Polibea Norte de DCA.



En Manualia se fabrican juegos de madera para todas las edades y destrezas.

El diseño de los juegos tiene una serie de características que hacen más fácil y seguro su uso: superficie antideslizante, fácil agarre y utilización de colores vivos y contrastados.





En muchos de ellos se introducen también barreras que delimitan la ubicación, facilitando su uso en caso de movimientos bruscos o espasmos.

Estos juegos, en un principio, estaban destinados a personas con DCA que venían al centro, pero se observó el potencial que tenía también en los niños-as y es así como se comenzaron a distribuirse.

Actualmente personas de distintas edades y capacidades juegan y trabajan con los puzzles de madera de Manualia.

Decedario

Un juego de mesa de estimulación cognitiva creado por Diana de Arias. Diana es una joven diseñadora que experimentó a los 23 años, en primera persona, una rehabilitación por un daño cerebral adquirido.



Diseñó Decedario pensando en ayudar a otras personas que pasaran por una rehabilitación similar a la de Diana a trabajar distintas funciones:

Atención, praxias, gnosias, memoria, lenguaje, funciones ejecutivas, destrezas académicas.



Además de personas con DCA es un juego muy apropiado para personas con TDHA, TEL, dislexia, TEA, síndrome de Down, Parkinson y Alzheimer entre otras.

Un juego genial para juntar a personas mayores y pequeñas.



Deseo que este tiempo de pandemia tan duro que estamos viviendo y con el que tanto estamos reflexionando nos haga caminar hacia formas de vida en los que bisabuelas, abuelos, niños y niñas puedan reencontrarse y compartir tiempo de calidad y de juego juntos.