

Intervenció des de la teràpia aquàtica en infants amb TEA.

Sílvia Pastor López

Psicòloga especialista en atenció precoç i família (Cdiap Delta)

Laia Martínez Edo

Fisioterapeuta pediàtrica i psicomotricista (Cdiap Delta)

Resum

El present article forma part de la ponència que es va dur a terme a la Jornada “Mirades Singulars Abordatges Plurals. Autisme i Atenció Precoç”, organitzada per l'ACAP, el passat dia 15 de febrer de 2019. La ponència tenia com objectiu compartir l'experiència que el CDIAP Delta ha obtingut amb la intervenció des de la teràpia aquàtica amb infants dins de l'espectre de l'autisme, com a part de l'atenció que rep l'infant i la família al Cdiap.

Paraules clau

Trastorn de l'espectre de l'autisme, Teràpia Aquàtica, Abordatge transdisciplinar, Grup terapèutic, Vincle pare – mare – nen, Atenció precoç, Concepte Halliwick.

Introducció

El Cdiap Delta inicia la intervenció des de la teràpia aquàtica l'any 2005. El perfil d'infants que s'atenien aleshores eren infants amb trastorns motors o retard psicomotors greus. S'oferia la teràpia aquàtica, a càrrec d'una fisioterapeuta de l'equip, com a complement del tractament individual que realitzava l'infant i la seva família al Centre.

L'any 2009 es planteja ampliar el perfil d'infants que poden gaudir de l'atenció a l'aigua, incloent als infants amb TEA. Es valora revisar també el perfil de terapeutes que acompanyen als infants i a les famílies a l'aigua, incloent el perfil del psicòleg al medi aquàtic. Amb la participació d'un psicòleg s'amplia la mirada terapèutica i es dona resposta a les necessitats més específiques d'aquests infants. Es dissenya un abordatge **transdisciplinar**, és a dir, especialistes de diferents disciplines, però amb coneixements de les altres, aconsegueixen un enfocament unificat e integrador. D'aquesta manera les dues disciplines (la fisioteràpia i la psicologia) actuen com si d'una es tractés, veient a l'infant en el seu tot.

Aquest nou abordatge s'implanta tant pel grup d'infants amb TEA com per a la resta de grups que participen a la teràpia aquàtica.

El medi aquàtic

L'aigua, per les seves propietats físiques i mecàniques, ha estat utilitzada al llarg de la història com una modalitat terapèutica de gran rellevància, amb efectes fisiològics i psicològics sobre les persones que han realitzat tractaments a l'aigua. El seu efecte calmant evoca el temps agradable dins l'úter de la mare surant en el líquid amniòtic.

La immersió a l'aigua suposarà a l'infant alliberar-se del seu pes corporal, li permetrà experimentar la flotabilitat, provocant l'activació i utilització de grups musculars que no utilitzem habitualment. Per altra banda, la densitat del medi aquàtic és major que la de l'aire, aquesta característica, no permetrà

moviments tant ràpids dins l'aigua com fora de la mateixa. Aquests poden ser més controlats i servirà com a mitjà contenidor.

L'aigua permet ajustar el nivell d'esforç de cada infant, en funció de cada situació, d'aquesta manera utilitzant una menor o major profunditat, variant els punts de suport, amb o sense recolzament, permetrà una perfecta adaptació a les característiques individuals de cada infant.

El medi aquàtic ofereix informació sensorial. Tot i no tractar-se d'un espai d'integració sensorial, és un entorn molt útil per a l'abordatge del processament sensorial, on, en la majoria d'infants amb TEA, s'observa un estancament en el període sensoriomotor. Per tant, el medi aquàtic ens ofereix molta informació sensorial (sobretot a nivell tàctil, propioceptiu i vestibular) i alhora gran possibilitat de reptes motrius.

Tanmateix, es tracta d'un espai lúdic on tot és més fàcil. Tant els pares com els infants gaudeixen, i troben espais per experimentar plaer i benestar junts.

A l'aigua l'infant es pot sentir més motivat per explorar, aquest fet afavorirà que pugui centrar més la seva atenció. Dins de l'aigua esdevenen molts moments per a la demanda, contacte i comunicació, principalment cap al pare o mare, que en tot moment l'estarà sostenint tant física com emocionalment.

En aquest espai veiem com podem afavorir la flexibilitat de l'infant, així com obrir el ventall d'interessos, reduir rigideses, potenciar totes les seves capacitats, etc., en un entorn que pot esdevenir facilitador.

El medi aquàtic és un entorn interessant i enriquidor que facilita els processos d'aprenentatge. Els aprenentatges que es realitzen tenen l'objectiu de poder ser generalitzables a altres entorns. Tenint present les característiques dels infants amb TEA, facilitarem un aprenentatge sense error, amb una estructura clara tant de la sessió com de les propostes que es realitzen, amb l'ús de suports visuals i reforçadors si és necessari, amb materials adaptats i tenint sempre present les iniciatives i preferències de cada infant.

L'espai on es realitza la teràpia aquàtica, per tal que els infants es puguin beneficiar de tots els efectes de l'aigua, ha de tenir unes característiques específiques. L'entorn ha de ser tranquil, evitant coincidir amb d'altres grups. La

temperatura de l'aigua ha d'oscil·lar entre els 31-34 graus, temperatura que ofereix benestar i confortabilitat, sense relaxar en excés.

La profunditat de la piscina ha de permetre als adults poder estar còmodes i segurs, amb control del seu cos i de l'infant, és per aquest motiu que als adults l'aigua no hauria de superar la cintura. Adoptaran la postura de "la cadira": cames flexionades, els peus separats a l'amplada de les espatlles per tal de tenir una bona base de sustentació, com si estigues assentat a una cadira i l'aigua sempre cobrirà les espatlles.

Metodologia

Un dels objectius principals que es planteja amb la teràpia aquàtica és reforçar el **vinde** entre els pares i el fill i fomentar espais compartits amb altres infants i famílies. És per aquest motiu, que la teràpia aquàtica es realitza **en grup** d'uns 6 a 8 infants, **acompanyats pel seu pare o mare**. Aquests tenen un paper principal ja que participen de manera activa acompanyant als seus fills transmetent confiança i seguretat. No s'utilitzen flotadors ni altres elements de flotació, ja que aquests limiten els moviments i afavoreixen una posició corporal inadequada. Son els pares els que sostenen als infants. Quan els pares sostenen poden ajustar-se en funció de les necessitats de l'infant en cada moment, oferir informació tàctil i alhora es reforça el vinde entre ells.

Es proposa un espai per a l'**abordatge global de l'infant**, però la sessió es centra en crear situacions que afavoreixen el contacte i la relació, principalment amb els seus pares, però també amb la resta de persones del grup, possibilitant la sociabilització.

Tot i tractar-se d'una proposta en grup, sempre es té en compte les preferències, el ritme, les necessitats i capacitats de cada infant, requerint una adaptació individual amb cada infant i donant el temps que necessiti.

Context de la teràpia aquàtica i descripció de la intervenció

En la gènesis de la modalitat de teràpia aquàtica que presentem, es troba el CONCEPTE HALLIWICK®, desenvolupat per James McMillan al 1970, inicialment per ensenyar a nedar a persones amb discapacitat física. Actualment, compren els aspectes de la natació des del punt de vista físic, psicològic i social. El concepte contribueix significativament en els programes de teràpia aquàtica i s'utilitza en gran part del món amb infants i adults que presenten diverses patologies. La seva metodologia segueix el Programa de 10 punts: Adaptació al medi aquàtic, control de les rotacions (sagital, transversal i longitudinal), control del moviment i mobilitat lliure a l'aigua, considerat un aprenentatge lògic per moure's en el medi aquàtic. Des del concepte Halliwick es parla de la importància que l'infant estigui mentalment ajustat, és a dir, que hagi establert confiança amb l'aigua, abans de fer alguna progressió; per altra banda proposen activitats en grup ja que motiva a l'infant i li permet, mentre aprèn, una major interacció social.

En el cas de la teràpia aquàtica amb infants amb TEA, en la majoria de casos ens quedarem en el primer punt: l'adaptació al medi aquàtic. Per tant, l'objectiu principal que es planteja és la **familiarització amb el medi aquàtic**, que l'infant pugui experimentar sense por i tenir una relació agradable amb l'aigua. Cercant aprenentatges basats en experiències positives, agradables i assequibles.

La sessió

La sessió té una estructura, que emmarca, conté i dona un sentit. Comença a casa, on la família pot anticipar en la preparació de la motxilla conjuntament amb l'infant amb tot el material específic (casquet de bany, banyador, tovallola i xanquetes). Durant la sessió s'utilitzen cançons com a estratègia per anticipar i alhora reduir l'angoixa.

Es fa l'anticipació al vorell de la piscina, on poc a poc comencen a entrar en contacte amb l'aigua. S'inicia el ritual d'entrada, en el qual els participants del grup es troben dins de la piscina per fer una rotllana i cantar una cançó de benvinguda. Després s'ofereix un espai d'experimentació lliure de diversos materials a l'aigua.

El paper de les terapeutes és estar presents observant i guiant, acompanyant les vivències que ofereix el medi aquàtic i fent propostes en funció dels interessos i motivacions dels infants. Propostes que passen tant per jocs sensorials i d'exploració, a jocs d'imitació, fins a arribar, en els casos que sigui possible, a jocs simbòlics i col·laboratius.

Tenint present la individualitat de cada infant, es fan propostes en grup i d'altres individuals amb materials que poden ser específics per a cada infant en funció de les seves preferències i interessos. Es poden introduir, si es un mitjà de comunicació per l'infant, pictogrames a mode de comunicació augmentativa, i també a mode de suport visual per aquells infants que ho necessitin.

Per finalitzar, es realitza un ritual de sortida amb una cançó que els ajuda a anticipar que s'acaba l'activitat.

Reflexions / conclusions

- La teràpia aquàtica aporta, no únicament beneficis a nivell motor, sinó un espai per afavorir un abordatge global del desenvolupament de l'infant amb TEA. On els aspectes comunicatius i de relació tenen un paper molt important, així com la possibilitat de gaudir del procés de socialització en grup.
- En la sessió es dona una vivència sensorial i emocional tant dels pares com de l'infant. Moments d'interacció afectiva on les emocions són elements bàsics.
- Tot i tractar-se d'una intervenció terapèutica acaba esdevenint lúdica, on la vivència de les famílies és molt positiva, malgrat les dificultats que presenta el seu infant, dintre de l'aigua és poden sentir com un més.

- El fet de compartir amb altres mares i pares la sessió, possibilita que es creï una xarxa de famílies de manera informal on acaben donant-se suport entre elles.
- El treball conjunt de la psicòloga i la fisioterapeuta a l'aigua aporta una visió integradora d'ambdues disciplines.
- El medi aquàtic per les seves propietats és un mitjà enriquidor que afavoreix l'aprenentatge de noves habilitats.

Bibliografia

GARCÍA-GIRALDA BUENO, M^a.L.: “El concepto Halliwick como base de la hidroterapia infantil”: *Fisioterapia* 2002; 24(3):160-164, 2011.

FREEDMAN, F.B.; BROACH, E.; MCKENNEY, A.: ¡Al agua, bebés!: Juega y nada con tu bebé. El niño y su mundo. Ediciones Oniro, Barcelona, 2006.

BROACH, E. Y MCKENNEY, A.: “Social Fun and Enjoyment: Viable Outcomes in Aquatics for individuals with Physical Disabilities”. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 6, 171-187, 2012.

LAMBECK J. & STANAT F.: The Halliwick Method. Part 1: *AKWA*, volume 15, 39-41. Part 2: *AKWA*, volume 14, 39-42, 2001.

GÜEITA-RODRÍGUEZ, J.; LAMBECK, J. Y JIMÉNEZ-ANTONA, C.: “Neurorehabilitación. Métodos específicos de valoración y tratamiento”. *El Concepto Halliwick en pediatría*. Editorial Médica Panamericana, Madrid. pàg. 369-378, 2012.

GÜEITA, J.; ALONSO, M. & FERNÁNDEZ, C.: *Terapia Acuática: Abordajes desde la fisioterapia y la terapia ocupacional*. ElSevier. Barcelona, 2015.

PIKLER, E.: *Moverse en libertad. Desarrollo de la motricidad global*. Editorial Narcea. Madrid, 1969.

MARTOS, J. Y LLORENTE, M.: *El niño al que se le olvidó cómo mirar. Comprender y afrontar el autismo*. Editorial La esfera de los libros. 2017.

EQUIPO DELETREA. *Los niños pequeños con autismo. Soluciones prácticas para problemas cotidianos*. Editorial Cepe. Madrid, 2008.