

ESCALA LIBE

LISTADO DE INDICADORES DE BIENESTAR



GUÍA PARA
CONOCER Y APOYAR
EN SU APLICACIÓN

Esta guía sirve de material complementario del artículo “Desarrollo y validación de un instrumento observacional para la evaluación del bienestar en personas con demencia desde la perspectiva de la atención centrada en la persona: Listado de Indicadores de Bienestar”, publicado en la Revista Española de Geriatría y Gerontología.

Autores:

Cristina Buiza, Álvaro García-Soler, Pura Díaz-Veiga, Enrique Arriola, Elena Fernández.

¿Qué es LIBE?

El instrumento LIBE (Listado de Indicadores de Bienestar) ha sido creado para conocer el impacto que tiene en las personas con demencia, tanto el entorno en el que están como las prácticas que se generan a su alrededor. De esta manera, se considera que un entorno adecuado debe ofrecer:

- Opciones de elección
- Opciones adecuadas de interacción con otras personas
- Opciones adecuadas de interacción con el ambiente (actividad)
- Además, estas opciones deben reflejarse en expresión emocional de bienestar

El instrumento LIBE evalúa de manera observacional estos cuatro aspectos.

Es un instrumento para ser aplicado en los momentos “entre horas” tanto de la mañana como de la tarde, es decir, el tiempo que pasa entre desayuno y comida, y entre comida y cena. Esos momentos suponen muchas horas a lo largo del día, en los que, al no haber una acción concreta que realizar (duchas, aseos, comida) pueden suponer grandes oportunidades para generar bienestar o por el contrario, un gran riesgo de que no se den entornos y prácticas que lo generen.

¿Pará qué sirve?

LIBE tiene diferentes usos entre ellos, podemos aplicarla para:

- “Foto” del estado actual de una persona: observación de una persona para conocer su expresión de bienestar en un momento dado.
- “Foto” del estado actual de un grupo/módulo: observación de un pequeño grupo de personas para conocer cuál es la manera de interaccionar y de expresar bienestar, tanto de cada uno de ellos, como del grupo en conjunto.
- Evolución del bienestar de una persona y/o módulo: comparación de LIBE aplicada en varios momentos temporales.
- Efectos en el bienestar de la implantación de prácticas o cambios en el entorno: observación del bienestar en una persona o grupo antes y después de implantar algún cambio.
- Datos del bienestar de las personas que viven en un centro: estudio de los indicadores de bienestar en grupos más grandes.

Con estas medidas, por separado o de manera conjunta, se puede conocer el estado de las personas que viven en un centro, pero también plantear acciones concretas para cada persona o para unidades o centros, en función de las observaciones hechas con la escala.

Al final del documento se ofrecen algunos ejemplos prácticos de utilidades.

¿Cómo se puede utilizar?

LIBE es un instrumento observacional. Debería aplicarse organizando previamente las observaciones:

- En cada momento de observación, de aproximadamente 30 minutos, se pueden observar aproximadamente 8-10 personas.
- Lo ideal es hacer un muestreo de momentos en distintas horas y distintos momentos del día, para evitar sesgos de observar un solo momento, en el que la persona o el entorno puedan estar de manera muy diferente por diversas razones.
- Como ejemplo, podría hacerse la siguiente distribución de observaciones:
 - Elegir 3-4 unidades de un centro
 - Elegir 3-4 momentos (ej: 10:45-11:15; 11:30-12:00; 15:00-15:30;...)
 - En 3-4 días, observar cada unidad en un horario diferente.
- De esta manera se obtiene un mayor repertorio de observaciones y de prácticas que pueden aparecer en un entorno.
- Con este muestreo, por ejemplo, si se hace en 4 unidades, en 4 días habría 40 personas evaluadas.

- Cada vez que se observe una conducta correspondiente a un indicador, se anota.
- Los indicadores no son excluyentes, puede darse uno, ninguno, o varios en un mismo periodo de observación.
- No es una herramienta cuantitativa, es decir, a mayor puntuación no significa mayor bienestar.

EJEMPLOS DE USO - CASO 1

Listado de Indicadores de Bienestar (LIBE). HOJA DE OBSERVACIÓN INDIVIDUAL




Nombre: Maria Luisa Etxeberria



Fecha: 06/02/2020



Hora: 10:45-11:15

INTERACCIÓN CON EL AMBIENTE (ACTIVIDAD)

¿OCURRE?

Demanda actividad o realiza actividad sin una finalidad.

Por ej., interactúa sin un sentido o finalidad con objetos a su alcance (muebles, ropa, mantel,...), se acerca o mira hacia donde hay actividad, pide actividad, verbaliza frases del tipo "vamos", camina sin rumbo, abre y cierra puertas o cajones,...

Participa en una actividad de manera observacional o pasiva

Por ej., observa la actividad aunque no de respuesta o no interactúe, se sienta cerca de la actividad, aumenta su estado de alerta habitual, realiza comentarios sobre la actividad aunque no la esté realizando, mira la TV, mira por la ventana. Su atención está puesta en la actividad de manera continuada.

Está implicado en una actividad con un componente motor claro

Por ej., se muestra enfascado y participativo en alguna actividad, que puede ser con otras personas o solo (leer, hacer labores).

INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS (RELACIÓN)

Demanda compañía o conversación

Por ej., se acerca, intenta iniciar conversación (sin éxito), sigue a otras personas, se sienta al lado, pide compañía, habla solo, habla con la TV...

Participa en una conversación de manera observacional o pasiva

Por ej., sigue con la mirada a los participantes de la conversación, realiza signos de estar atento (asiente, se ríe o gesticula de acuerdo al contenido de la conversación), orienta su mirada/cuerpo hacia la conversación, aumenta su estado de alerta habitual,.... Su atención está puesta en la conversación de manera continuada pero no interacciona verbalmente.

Está implicado en una conversación

Por ej., inicia una conversación, responde, realiza preguntas, comenta,.... Debe haber interacción verbal recíproca con al menos otra persona.

ELECCIONES

Elige entre opciones

Puede ser de manera espontánea o si se le ofrecen distintas opciones.

EXPRESIÓN EMOCIONAL

Se muestra a gusto (sin estar implicado en una actividad)

Por ej., sensación de que la persona está en un estado de bienestar, plácido, confortable, relajado (no hay signos de tensión ni dolor, ceño relajado, párpados y mandíbula sin tensión).

Refiere estar bien

O da las gracias u otras expresiones de bienestar, de manera espontánea o cuando se le pregunta.

Muestra alegría

Por ej., sonrío, ríe, movimiento corporal, expresiones verbales de alegría, canta o canturrea...

Acepta o busca contacto físico

Por ej., toca la mano, abraza, agarra del brazo, del hombro, se deja tocar, recibir masajes,...

En este caso, la persona observada ha elegido de manera voluntaria estar sólo en una butaca aislada leyendo el periódico. Cuando la auxiliar se acerca para preguntarle qué tal está, responde con una sonrisa "muy bien, gracias".

Consideramos que el bienestar de esta persona es alto, ya que ha elegido cómo quiere pasar el rato, está implicado en la actividad que ha elegido, y refiere verbalmente que está bien.

EJEMPLOS DE USO - CASO 2

Listado de Indicadores de Bienestar (LIBE). HOJA DE OBSERVACIÓN INDIVIDUAL




Nombre: Mikel Aramburu



Fecha: 06/02/2020



Hora: 10:45-11:15

INTERACCIÓN CON EL AMBIENTE (ACTIVIDAD)	¿OCURRE?
<p><u>Demanda actividad o realiza actividad sin una finalidad.</u> Por ej., interactúa sin un sentido o finalidad con objetos a su alcance (muebles, ropa, mantel,...), se acerca o mira hacia donde hay actividad, pide actividad, verbaliza frases del tipo "vamos", camina sin rumbo, abre y cierra puertas o cajones,...</p>	<input checked="" type="checkbox"/>
<p><u>Participa en una actividad de manera observacional o pasiva</u> Por ej., observa la actividad aunque no de respuesta o no interactúe, se sienta cerca de la actividad, aumenta su estado de alerta habitual, realiza comentarios sobre la actividad aunque no la esté realizando, mira la TV, mira por la ventana. Su atención está puesta en la actividad de manera continuada.</p>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Está implicado en una actividad con un componente motor claro</u> Por ej., se muestra enfrascado y participativo en alguna actividad, que puede ser con otras personas o solo (leer, hacer labores).</p>	<input type="checkbox"/>
<p>INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS (RELACIÓN)</p> <p><u>Demanda compañía o conversación</u> Por ej., se acerca, intenta iniciar conversación (sin éxito), sigue a otras personas, se sienta al lado, pide compañía, habla solo, habla con la TV...</p>	<input checked="" type="checkbox"/>
<p><u>Participa en una conversación de manera observacional o pasiva</u> Por ej., sigue con la mirada a los participantes de la conversación, realiza signos de estar atento (asiente, se ríe o gesticula de acuerdo al contenido de la conversación), orienta su mirada/cuerpo hacia la conversación, aumenta su estado de alerta habitual,... Su atención está puesta en la conversación de manera continuada pero no interacciona verbalmente.</p>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Está implicado en una conversación</u> Por ej., inicia una conversación, responde, realiza preguntas, comenta,... Debe haber interacción verbal recíproca con al menos otra persona.</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ELECCIONES</p> <p><u>Elige entre opciones</u> Puede ser de manera espontánea o si se le ofrecen distintas opciones.</p>	<input type="checkbox"/>
<p>EXPRESIÓN EMOCIONAL</p> <p><u>Se muestra a gusto (sin estar implicado en una actividad)</u> Por ej., sensación de que la persona está en un estado de bienestar, plácido, confortable, relajado (no hay signos de tensión ni dolor, ceño relajado, párpados y mandíbula sin tensión).</p>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Refiere estar bien</u> O da las gracias u otras expresiones de bienestar, de manera espontánea o cuando se le pregunta.</p>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Muestra alegría</u> Por ej., sonrío, ríe, movimiento corporal, expresiones verbales de alegría, canta o canturrea...</p>	<input type="checkbox"/>
<p><u>Acepta o busca contacto físico</u> Por ej., toca la mano, abraza, agarra del brazo, del hombro, se deja tocar, recibir masajes,...</p>	<input type="checkbox"/>

En este caso, la persona está demandando y buscando actividad y contacto con otras personas, pero no llega a obtenerlas por lo que nos deberíamos plantear qué acciones realizar para ofrecerle opciones adecuadas de actividad y relación.

Listado de Indicadores de Bienestar (LIBE). Hoja de Observación Grupal.



Fecha:



Hora:

Nombres:

LA	ME	SM	AA	EJ	GA	MG	EA	NG	CB
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

INTERACCIÓN CON EL AMBIENTE (ACTIVIDAD)

%

<u>Demanda actividad o realiza actividad sin una finalidad.</u> Por ej., interactúa sin un sentido o finalidad con objetos a su alcance (muebles, ropa, mantel,...), se acerca o mira hacia donde hay actividad, pide actividad, verbaliza frases del tipo "vamos", ...					X	X	X	X	X	50
<u>Participa en una actividad de manera observacional o pasiva</u> Por ej., observa la actividad aunque no de respuesta o no interactúe, se sienta cerca de la actividad, aumenta su estado de alerta habitual, realiza comentarios sobre la actividad aunque no la esté realizando, mira la TV. Su atención está puesta en la actividad de manera continuada.	X					X		X		40
<u>Está implicado en una actividad con un componente motor claro</u> Por ej., se muestra enfrascado y participativo en alguna actividad, que puede ser con otras personas o solo (leer, hacer labores).		X	X	X						30

INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS (RELACIÓN)

<u>Demanda compañía o conversación</u> Por ej., se acerca, intenta iniciar conversación, sigue a otras personas, se sienta al lado, pide compañía,...	X			X			X	X	X	50
<u>Participa en una conversación de manera observacional o pasiva</u> Por ej., sigue con la mirada a los participantes de la conversación, realiza signos de estar atento (asiente, se ríe o gesticula de acuerdo al contenido de la conversación), orienta su mirada/cuerpo hacia la conversación, aumenta su estado de alerta habitual,.... Su atención está puesta en la conversación de manera continuada pero no interacciona verbalmente.	X		X					X		30
<u>Está implicado en una conversación</u> Por ej., responde, realiza preguntas, comenta.... Debe haber interacción verbal recíproca con al menos otra persona.	X	X	X	X			X	X	X	70

ELECCIONES

<u>Elige entre opciones</u> Puede ser de manera espontánea o si se le ofrecen distintas opciones.		X						X	X	40
---	--	---	--	--	--	--	--	---	---	----

EXPRESIÓN EMOCIONAL

<u>Se muestra a gusto (sin estar implicado en una actividad)</u> Por ej., sensación de que la persona está en un estado de bienestar, plácido, confortable, relajado (no hay signos de tensión ni dolor, ceño relajado, párpados y mandíbula sin tensión).										0
<u>Refiere estar bien</u> O da las gracias u otras expresiones de bienestar, de manera espontánea o cuando se le pregunta.		X						X		20
<u>Muestra alegría</u> Por ej., sonríe, ríe, movimiento corporal, expresiones verbales de alegría, canta o canturrea...			X	X						30
<u>Acepta o busca contacto físico</u> Por ej., toca la mano, abraza, agarra del brazo, del hombro, se deja tocar, recibir masajes....	X	X	X		X	X	X	X	X	60

En este grupo, podría verse que:

- Respecto a la interacción con el ambiente, un 50% de las personas buscan actividad y un 70% participan en una actividad bien activa o pasivamente. De ese 50% que buscan actividad, un 40% finalmente participa de manera pasiva.
- Respecto a la relación con otras personas, vemos que un 50% demandan conversación o compañía, de los cuales un 40% acaban obteniéndola. Un 70% de las personas interaccionan con otras personas en el tiempo de la observación, y hay 2 personas en el grupo que no tienen interacción verbal, ni tampoco la buscan.
- El 40% del grupo ha hecho alguna toma de decisiones durante el periodo observado.
- Respecto a los indicadores de expresión de bienestar emocional, sólo una persona del grupo no tiene ninguno.

En general, se vería que este grupo, en este momento, tiene un buen nivel de actividad y de relación, que el entorno ofrece que elijan entre opciones, y que muestran indicadores de bienestar.

El instrumento serviría para marcar una señal de “alarma” en aquellas personas que llame la atención su bajo nivel de bienestar, y analizar de manera individualizada cuáles han sido las causas o las características de esas personas, y plantear planes de intervención tanto individuales como grupales.

Listado de Indicadores de Bienestar (LIBE). HOJA DE OBSERVACIÓN INDIVIDUAL

Cristina Buiza, Álvaro García-Soler, Pura Díaz-Veiga, Enrique Arriola, Elena Fernández. (2020)



Nombre:



Fecha:



Hora:

INTERACCIÓN CON EL AMBIENTE (ACTIVIDAD)

¿OCURRE?

Demanda actividad o realiza actividad sin una finalidad.

Por ej., interactúa sin un sentido o finalidad con objetos a su alcance (muebles, ropa, mantel,...), se acerca o mira hacia donde hay actividad, pide actividad, verbaliza frases del tipo "vamos", camina sin rumbo, abre y cierra puertas o cajones,...

Participa en una actividad de manera observacional o pasiva

Por ej., observa la actividad aunque no de respuesta o no interactúe, se sienta cerca de la actividad, aumenta su estado de alerta habitual, realiza comentarios sobre la actividad aunque no la esté realizando, mira la TV, mira por la ventana. Su atención está puesta en la actividad de manera continuada.

Está implicado en una actividad con un componente motor claro

Por ej., se muestra enfrascado y participativo en alguna actividad, que puede ser con otras personas o solo (leer, hacer labores).

INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS (RELACIÓN)

Demanda compañía o conversación

Por ej., se acerca, intenta iniciar conversación (sin éxito), sigue a otras personas, se sienta al lado, pide compañía, habla solo, habla con la TV...

Participa en una conversación de manera observacional o pasiva

Por ej., sigue con la mirada a los participantes de la conversación, realiza signos de estar atento (asiente, se ríe o gesticula de acuerdo al contenido de la conversación), orienta su mirada/cuerpo hacia la conversación, aumenta su estado de alerta habitual,... Su atención está puesta en la conversación de manera continuada pero no interacciona verbalmente.

Está implicado en una conversación

Por ej., inicia una conversación, responde, realiza preguntas, comenta,... Debe haber interacción verbal recíproca con al menos otra persona.

ELECCIONES

Elige entre opciones

Puede ser de manera espontánea o si se le ofrecen distintas opciones.

EXPRESIÓN EMOCIONAL

Se muestra a gusto (sin estar implicado en una actividad)

Por ej., sensación de que la persona está en un estado de bienestar, plácido, confortable, relajado (no hay signos de tensión ni dolor, ceño relajado, párpados y mandíbula sin tensión).

Refiere estar bien

O da las gracias u otras expresiones de bienestar, de manera espontánea o cuando se le pregunta.

Muestra alegría

Por ej., sonríe, ríe, movimiento corporal, expresiones verbales de alegría, canta o canturrea...

Acepta o busca contacto físico

Por ej., toca la mano, abraza, agarra del brazo, del hombro, se deja tocar, recibir masajes,...

Listado de Indicadores de Bienestar (LIBE). Hoja de Observación Grupal.

Cristina Buiza, Álvaro García-Soler, Pura Díaz-Veiga, Enrique Arriola, Elena Fernández. (2020)



Fecha:



Hora:

Nombres:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

INTERACCIÓN CON EL AMBIENTE (ACTIVIDAD)

%

Demanda actividad o realiza actividad sin una finalidad.

Por ej., interactúa sin un sentido o finalidad con objetos a su alcance (muebles, ropa, mantel,...), se acerca o mira hacia donde hay actividad, pide actividad, verbaliza frases del tipo “vamos”,...

Participa en una actividad de manera observacional o pasiva

Por ej., observa la actividad aunque no de respuesta o no interactúe, se sienta cerca de la actividad, aumenta su estado de alerta habitual, realiza comentarios sobre la actividad aunque no la esté realizando, mira la TV. Su atención está puesta en la actividad de manera continuada.

Está implicado en una actividad con un componente motor claro

Por ej., se muestra enfrascado y participativo en alguna actividad, que puede ser con otras personas o solo (leer, hacer labores).

INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS (RELACIÓN)

Demanda compañía o conversación

Por ej., se acerca, intenta iniciar conversación, sigue a otras personas, se sienta al lado, pide compañía,...

Participa en una conversación de manera observacional o pasiva

Por ej., sigue con la mirada a los participantes de la conversación, realiza signos de estar atento (asiente, se ríe o gesticula de acuerdo al contenido de la conversación), orienta su mirada/cuerpo hacia la conversación, aumenta su estado de alerta habitual,... Su atención está puesta en la conversación de manera continuada pero no interacciona verbalmente.

Está implicado en una conversación

Por ej., responde, realiza preguntas, comenta,... Debe haber interacción verbal recíproca con al menos otra persona.

ELECCIONES

Elige entre opciones

Puede ser de manera espontánea o si se le ofrecen distintas opciones.

EXPRESIÓN EMOCIONAL

Se muestra a gusto (sin estar implicado en una actividad)

Por ej., sensación de que la persona está en un estado de bienestar, plácido, confortable, relajado (no hay signos de tensión ni dolor, ceño relajado, párpados y mandíbula sin tensión).

Refiere estar bien

O da las gracias u otras expresiones de bienestar, de manera espontánea o cuando se le pregunta.

Muestra alegría

Por ej., sonríe, ríe, movimiento corporal, expresiones verbales de alegría, canta o canturrea...

Acepta o busca contacto físico

Por ej., toca la mano, abraza, agarra del brazo, del hombro, se deja tocar, recibir masajes,...