CO-OP (Orientación Cognitiva para el Desempeño Ocupacional diario): desde el Trastorno del Desarrollo de la Coordinación al Accidente Cerebrovascular

Judith Abelenda y Raquel Plata
rakel@kulunka.net
Terapeutas ocupacionales
Junio 2011

En el ámbito de la terapia ocupacional, son diversas las técnicas y herramientas que utilizamos para favorecer el desarrollo y la adquisición de una mayor autonomía en todas las áreas de ocupación de la persona. Existen modelos y marcos de trabajo, herramientas de evaluación estandarizadas, otras más informales, que marcan y sustentan el razonamiento clínico que subyace a las intervenciones de cada terapeuta; razonamiento también influenciado por las diferentes investigaciones, que avalan su eficacia.

Una de los enfoques que cada vez cuenta con mayor investigación es el CO-OP (Cognitive Orientation to Daily Occupational Performance), Orientación Cognitiva para el Desempeño Ocupacional diario. Se trata de un abordaje centrado en el cliente, basado en el desempeño y en la resolución de problemas, que permite la adquisición de habilidades mediante un proceso guiado de descubrimiento y uso de estrategias cognitivas.

Originalmente fue creado para tratar niños con DCD (TDC, Trstorno del Desarrollo de la Coordinación). Sin embargo, este enfoque se ha ido extendiendo a otras poblaciones, en las ya se están recogiendo datos sobre su eficacia. Es el caso de niños con TGD (Trastorno Generalizado del Desarrollo). La investigación en este campo, que está dejando entrever resultados positivos, abre una nueva puerta al abordaje de los problemas en el desempeño ocupacional que presentan estos niños, enfocando también las dificultades motoras a las que tienen que hacer frente en su vida diaria.

Algunos de estos estudios que merecen la pena resaltar son:
Phelan S.; Steinke L.; Mandich A. *"Exploring a cognitive intervention for children with pervasive developmental disorder"*. Canadian Journal of Occupational Therapy. Feb. 2009 Vol 76 Number 1

Rodger S., Brandenburg J. "*Cognitive Orientation to (daily) Occupational Performance (CO-OP) with children with Asperger´s syndrome who have motor-based occupational performance goals"*. Australian Occupational Therapy Journal (2009) 56, 41-50

Estos resultados positivos en poblaciones pediátricas han hecho que algunos terapeutas ocupacionales lo pongan en práctica con poblaciones adultas, donde ya comenzamos también a encontrar algunos resultados. Es evidente, por tanto, el potencial de esta herramienta, ya que puede ayudarnos a completar el abordaje que muchos terapeutas realizan de los problemas en el desempeño ocupacional, abierto a distintas patologías e independiente de la edad.

Para comprender mejor su aplicación en personas adultas, por hallarse menos extendida, a continuación hacemos un breve resumen del artículo *"Un abordaje cognitivo para mejorar la participación después de un accidente cerebrovascular"*, publicado en la edición Enero/Febrero de 2011 de la AJOT (American Journal of Occupational Therapy), en el que se hace una pequeña investigación sobre la aplicación del CO-OP en casos de adultos con daño cerebral adquirido. Este artículo parece indicar resultados prometedores en personas que han sufrido accidente cerebrovascularn(ACV).

Los ACV son una de las causas más importantes de discapacidad en la sociedad industrial, y deja importantes secuelas funcionales incluso meses después de su ocurrencia.

Las recomendaciones contemporáneas para su rehabilitación hacen cada vez más énfasis en un abordaje enfocado en el entrenamiento en tareas específicas, en lugar del enfoque tradicional de recuperación de déficits. Sin embargo, en la mayoría de los países se sigue utilizando el enfoque tradicional.

Un artículo publicado recientemente en la American Journal of Occupational Therapy, la revista norteamericana de terapia ocupacional, presenta el uso de un enfoque cognitivo para apoyar la participación ocupacional después de un ACV.

El programa de intervención se aplica durante un período de 12 sesiones individuales de una hora, y comienza enseñándole al cliente una estrategia global de resolución de problemas que se continúa utilizando a lo largo de las sesiones como referencia. El cliente escoge tres tareas que desea adquirir y, mediante el uso del enfoque CO-OP, se facilita la adquisición, generalización y transferencia de habilidades necesarias para esa y otras tareas.

Además de la estrategia general del programa, el terapeuta ocupacional facilita el descubrimiento de otras más específicas tales como cambiar la posición del cuerpo o modificar la tarea para apoyar el desempeño.

Como paso inicial para validar el uso del CO-OP en la población con ACV y en preparación para un estudio aleatorio y controlado, el artículo expone un estudio en profundidad de dos casos. Entre los criterios de inclusión se contaron el tener un ACV de leve a moderado, edad mayor de 40 años, encontrarse entre 6 y 18 meses después del ACV, y escoger tres objetivos funcionales para trabajar durante la intervención. La elección de objetivos se realizó mediante el uso del COPM (Canadian Occupational Performance Measure – Evaluación Canadiense del Desempeño Ocupacional), que permite identificar dificultades de desempeño en las áreas de cuidado personal, ocio y productividad.

El desempeño de los participantes en los objetivos seleccionados se midió al inicio del tratamiento mediante el Performance Quality Rating Scale (PQRS, Escala de Puntuación de la Calidad del Desempeño). Después se enseñó a los participantes el uso de una estrategia global (llamada Goal- Plan- Do- Check u "Objetivo-Planificar-Hacer-Revisar"). En las sesiones siguientes se utilizó esa estrategia para facilitar la adquisición de las tareas escogidas por el participante, abordando dos objetivos por sesión. Durante las sesiones, el terapeuta realizó un análisis dinámico del desempeño (DPA, Dynamic Performance Analysis) para identificar los puntos en que fallaba y poder así descubrir estrategias puntuales para permitir el desarrollo de las habilidades escogidas. Durante todo el tratamiento se fue evaluando la calidad del desempeño mediante la PQRS.

La primera participante, de 75 años, tomó parte en el estudio 10 meses después de haber sufrido un ACV. Presentaba ataxia del miembro superior, disartria leve, problemas de la función ejecutiva y usaba un bastón para moverse. Los objetivos que seleccionó fueron: arreglar pantalones usando una máquina de coser, ponerse pendientes y ponerse un brazalete. Estas tres tareas fueron trabajadas durante las sesiones, utilizando los materiales y herramientas de la participante (máquina de coser, pendientes, brazalete, etc.). Durante el desempeño de las actividades seleccionadas, se la animó a descubrir por sí misma qué estrategias podía utilizar para mejorar el desempeño de cada uno de los objetivos (por ejemplo, usar una lámpara para aumentar la iluminación al enhebrar la aguja, aplicar presión sobre el lóbulo de la oreja al colocarse los pendientes, tomarse un descanso cuando comenzaba a sentirse frustrada al ponerse el brazalete).

El PQRS mostró progreso significativo en el desempeño de los tres objetivos a lo largo del proceso terapéutico. Al finalizar la intervención, se readministraron PQRS y el COPM. El COPM también mostró mejoras significativas en los tres objetivos. Otras medidas neuropsicológicas administradas pre y post tratamiento mostraron progreso de significatividad variable.

El segundo caso presentado muestra grandes similitudes con el primero en cuanto a la respuesta a la intervención. En este caso, la participante, de 65 años de edad y sufriendo déficits visuales y táctiles, disminución cognitiva y de función ejecutiva, escogió trabajar en los

objetivos de fabricar pendientes, mejorar su firma y acordarse de lo que estaba haciendo cuando cocinaba. Esta participante mostró mejoras significativas en los dos primeros objetivos pero resultados menos notables en el último.

Un análisis cualitativo de las entrevistas realizadas al finalizar ambas intervenciones permitió establecer las siguientes consideraciones respecto del uso del CO-OP en personas con ACV:

1. El uso de objetivos motivadores facilita la resolución de problemas, la persistencia ante las dificultades y sentirse menos frustrado con el desempeño.
2. La guía, estructura y apoyo personalizados facilita la identificación de estrategias.
3. Un abordaje diferente puede despertar resistencias por ser muy distinto a los estilos acostumbrados de intervención en rehabilitación.
4. La relación cercana con el terapeuta motiva a un mayor compromiso con el logro de los objetivos.
5. El apoyo social durante el proceso tuvo un efecto positivo durante la intervención.

Resumen

Los logros obtenidos en sólo 10 sesiones de intervención permiten sentirse optimista respecto del uso del COOP en personas con ACV. Los autores mencionan entre las limitaciones de este estudio las siguientes:

El diseño del estudio (estudio de caso), que no permite establecer una relación de causalidad entre la intervención y los resultados medidos, y la falta de información sobre la posibilidad de generalizar las habilidades adquiridas a largo plazo. Se planea un estudio aleatorio y controlado para suplir estos déficits.

La referencia completa del estudio es:

Henshaw, E., Polatajko, H., McEwen, S., Ryan, J. D., & Baum, C. M. (2011). *Cognitive approach to improving participation after stroke: Two case studies*. American Journal of Occupational Therapy, 65, 55–63. doi:10.5014/ajot.2011.09010