**Nombre \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fecha\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**PLAN DE ACCIÓN PARA TERAPIA OCUPACIONAL (OCCUPATIONAL THERAPY, OT): Higiene y aseo personal**

|  |
| --- |
| **Área problemática objetivo:** |
| **Por qué puede ocurrir el problema:** |
| **Meta(s) objetivo:** |

**ESTRATEGIAS**

**Ahorrar su energía**

|  |
| --- |
| **QUÉ HACER:** |
| * Tenga a mano los objetos de uso frecuente |
| * Utilice equipos de adaptación: cortaúñas de fácil agarre, cinta de afeitar eléctrica, ayudas para el aseo, etc. |
| * Siéntese para hacer tareas |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |

**Modificar su entorno doméstico y hacerlo seguro**

|  |
| --- |
| **QUÉ HACER:** |
| * Ordene los objetos con un organizador de armarios. |
| * Mantenga los objetos accesibles colgándolos en tableros de clavijas o perchas, o utilizando bandejas giratorias |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |

**Simplificar la forma de establecer tareas o rutinas diarias**

|  |
| --- |
| **QUÉ HACER:** |
| * Reúna todo lo necesario antes de empezar |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |
| * + (Otros): |

**PRÁCTICA**

Según lo que hemos hablado, está dispuesto a intentar:

* **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Si una idea no funciona a la primera, inténtelo de nuevo (y de nuevo).

Es posible que hagamos algunos cambios en las próximas sesiones, basados en su funcionamiento.

Terapeuta ocupacional Fecha