



Mi casa: una vida en comunidad

Yoana Romero Ullate

Responsable de la Vivienda para personas con discapacidad intelectual con necesidades de apoyo

ANFAS

responsable.sarasate@anfasnavarra.org

ANFAS

2026



PAMPLONA



1. RESUMEN BUENA PRÁCTICA

Mi casa: Una vida en comunidad se trata de un servicio de atención residencial prestado en una vivienda en la comunidad para personas con discapacidad intelectual y grandes necesidades de apoyo, que facilita su inclusión y participación social.

Ponemos en valor la vida en la comunidad y utilizamos metodologías que hacen efectiva esa vinculación con propuestas como “rutas amigas” y “conectoras comunitarias”. Los apoyos se constituyen como eje principal sobre el que se basa nuestra actuación partiendo del conocimiento de la persona, de sus preferencias y su proyecto de vida.



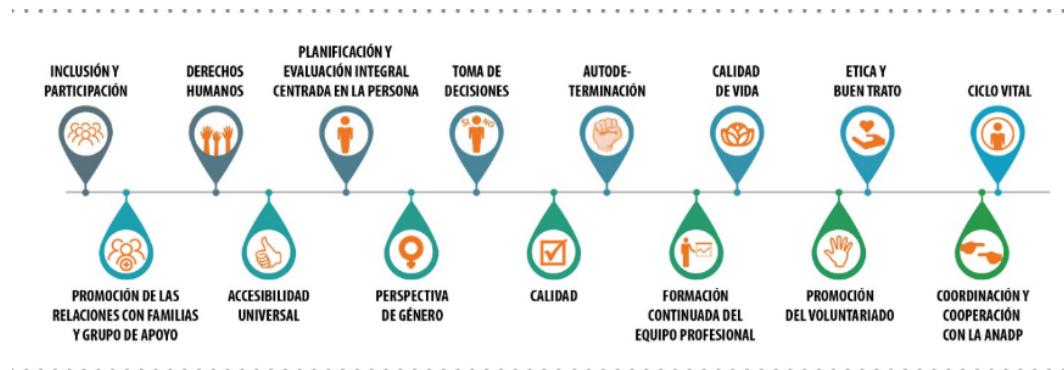
2. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Se trata de un servicio de atención residencial prestado en una vivienda en la comunidad para personas con discapacidad intelectual de ambos sexos, mayores de 18 años y con necesidades de apoyo extenso o generalizado en todas o en casi todas las áreas de la vida diaria.

La persona constituye el eje sobre el que giran todas nuestras actuaciones y los principios orientadores apuntan a una serie de derechos de la persona que siempre debemos favorecer y respetar.

Estos principios y derechos nos obligan a adoptar una serie de criterios metodológicos que aseguren su respeto y cumplimiento. Un cambio en nuestra mirada y un nuevo modelo de atención integral centrada en la persona.

Los principios orientadores en la atención se convierten en ejes vertebradores e irrenunciables del proyecto que desarrollamos en la vivienda de Sarasate:



METODOLOGÍA

En la Vivienda de Sarasate, llevamos a cabo un modelo de intervención centrado en las personas que dispone de diferentes componentes: planificación centrada en la persona, apoyo activo, apoyo conductual positivo, planes de vida y oportunidades, sistemas alternativos de comunicación, etc.

Una de nuestras señas de identidad como movimiento asociativo es que “Hacemos Comunidad”. Nuestra mirada está puesta en la necesidad de dar pasos por la plena inclusión de las PDI. Desde la vivienda se trabaja por promover la participación de las PGNA en todos los aspectos de su vida. Para que ésta se dé con ciertas garantías de éxito, tenemos la misión de crear una comunidad inclusiva, abierta, empática y preparada para acoger a este colectivo. Esto se produce cuando se generan oportunidades de interacción entre la comunidad y las PDI. Nuestra estructura organizativa, la trayectoria que tenemos, las alianzas y sinergias que mantenemos y el arraigo en la sociedad navarra hacen que esto sea posible. Y la metodología de trabajo se pone al servicio de este objetivo.

2.1. Plan de atención individual centrado en la persona

El PAICP es el instrumento básico que recoge las informaciones, valoraciones y propuestas de intervención que permitan a la persona conservar el máximo control sobre su vida cotidiana, a la vez que recibe toda la atención que precisa. Aspira a armonizar, por un lado, la atención integral y los apoyos profesionales que las PGNA necesitan y, por otro, el desarrollo de sus propios proyectos de vida. Se realiza con la participación de la PDI, familia, grupo de apoyo y equipo.

2.2. Personal de referencia o apoyo

Los/as profesionales de referencia tienen un papel primordial en el progreso de la metodología centrada en la persona; están comprometidos con la persona y su familia, generando conocimiento y ofreciendo apoyos en el entorno. La relación ya no sólo se supedita a la vivienda y a los programas, sino que se vincula a las personas, ayudándolas a controlar lo que pasa en sus vidas, generando procesos de escucha, indagando constantemente, apoyando el desarrollo de capacidades, etc., con el fin de favorecer e impulsar el poder de la persona para el desarrollo y liderato de su propio proyecto de vida.

2.3. Apoyo conductual positivo (ac+)

El Apoyo Conductual Positivo es una metodología cuyo objetivo principal es prevenir y reducir los problemas de conducta y mejorar la calidad de vida de las personas y de quienes le rodean. Es un planteamiento orientado a valores, que proporciona el soporte adecuado para que una persona pueda llevar una vida significativa pudiendo participar en actividades y desarrollando nuevas habilidades. Utiliza distintos métodos para determinar qué significa el comportamiento de la persona y cómo se pueden mejorar los apoyos para prevenir conductas. El equipo profesional de Sarasate trabaja para desplegar esta metodología en la que se ha formado.

2.4. Paradigma de apoyos

Centramos la atención en las características del entorno y en cómo estas interaccionan con las características de la persona. El éxito de las intervenciones y de los avances se mide en términos de bienestar personal o calidad de vida. El modelo de calidad de vida y el modelo de apoyos proporcionan:

- Un enfoque basado en los derechos, la equidad, la inclusión y la autodeterminación de las personas con discapacidad, que enfatiza los apoyos individualizados en ambientes inclusivos y que promueve la evaluación de resultados personales para implementar prácticas basadas en evidencias.
- Un marco de referencia para la planificación y provisión de estrategias de apoyo, basadas en los intereses y metas de la persona.

2.5. Trabajo interdisciplinar

El trabajo interdisciplinar supone un cambio de mirada que nos invita a cambiar la forma de actuar y el propio lenguaje, pasamos de la coordinación a la colaboración, compartiendo con otras profesionales, construyendo, pensando y reflexionando de manera conjunta. Este enfoque mejora la eficacia de las intervenciones, el impacto en las personas y en sus familias, y la percepción del propio equipo que se siente más acompañado en su práctica profesional.

2.6. Procesos participativos

PARTICIPACIÓN	CONTENIDO	FRECUENCIA
Reuniones y seguimiento del PAICP con las personas residentes.	<p>Se facilita la participación de personas y familias en sus propios programas y proyectos de vida, en la mejora del servicio y asociación en general.</p> <p>Temas: seguimiento objetivos personales y acciones pendientes de ejecutar.</p> <p>Medidas de accesibilidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptaciones necesarias para garantizar la accesibilidad. 	Semanalmente
Asambleas de personas residentes.	<p>Temas: organización del piso, normativa de convivencia, actividades de ocio y/o propuestas de actividades en distintas entidades y en comunidad, fiestas, conflictos personales, organización tareas hogar, resolución de dificultades, talleres o dinámicas de interés.</p> <p>Medidas de accesibilidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Las actas se elaboran en lectura fácil y serán validadas por PDI. 2. Se facilitan sistemas alternativos de comunicación. 	Mensual
Comisión de seguimiento del piso.	<p>Composición: profesionales de la ANADP, representación de PGNA, representación de ANFAS, Comité de empresa en representación equipo profesional y representante de familias.</p> <p>Temas: funcionamiento del centro y grado de cumplimiento del concierto.</p>	Trimestral

Consejo de Participación.	Composición: presidencia (coordinadora), vocalías (4 personas residentes o familiares o representantes legales, 3 profesionales área técnica y atención directa, y representante del Ayuntamiento). Temas: marcha y funcionamiento vivienda, actividades, relaciones entre participantes, resultados cuestionarios satisfacción de residentes, familias.	2 consejos de Participación anuales
---------------------------	---	-------------------------------------

2.7. Equipos de mejora

Los Equipos de Mejora constituidos en la vivienda de Sarasate tendrán como misión identificar, analizar y proponer soluciones a situaciones/casuísticas diversas, en aras a una mejora constante de la calidad de vida de las personas residentes, familias y profesionales, así como a la mejora del servicio prestado.

El primer equipo fue el constituido para la puesta en marcha de la vivienda de Sarasate. Estuvo formado por personas con discapacidad, familias, profesionales y todas aquellas personas que se consideraron pertinentes en las reuniones.

2.8. Enfoques de atención

1. PLANIFICACIÓN CENTRADA EN LA PERSONA: ¿Cómo lo aplicamos? Escuchando a la persona y su círculo de apoyos, desarrollando apoyos personalizados decididos y deseados por la persona, con presencia comunitaria, desarrollando redes de relaciones significativas, potenciando elecciones, generando oportunidades de contribución, desarrollando competencias que le permitan alcanzar sus metas.
2. ENFOQUE CENTRADO EN FAMILIA: ¿Cómo lo aplicamos? Colocando a la familia en el centro como sistema, creando una relación basada en la colaboración, respeto y confianza entre la familia y su red de apoyos con los/as profesionales.

3. APOYO CONDUCTUAL POSITIVO: ¿Cómo lo aplicamos? Con un proceso continuo de evaluación de los contextos y las relaciones, con toma de decisiones e interacciones basadas en datos, construcción de competencias de la persona que favorecen su bienestar, creación de contextos de apoyo significativos y amables, prevención de problemas de la conducta, estrategias respetuosas con la dignidad de la persona.
4. APOYO ACTIVO: ¿Cómo lo aplicamos? Dando importancia a la relación de apoyo entre las personas, prestando el apoyo justo y necesario, de manera precisa en cada situación, consideración como oportunidad potencial de participación de todos los momentos del día y en contextos diversos.
5. ACCESIBILIDAD UNIVERSAL Y COGNITIVA: ¿Cómo lo aplicamos? Utilizando recursos como la Lectura fácil, Sistemas Alternativos y Aumentativos de comunicación, evaluación de entornos físicos. Haciendo la vida más fácil de entender como primer paso para tomar decisiones y establecer vínculos.

2.9. Coordinación con servicios y recursos comunitarios

Tiene la finalidad de promover y favorecer la inclusión, participación e interrelación entre la comunidad y las personas residentes de la vivienda.



2.10. Buenas prácticas

Este proyecto desarrolla dos buenas prácticas relacionadas con el ocio inclusivo “Rutas amigas” y con el paradigma de apoyos “Conectora comunitaria”. Utilizaremos los recursos y buenas prácticas de nuestra entidad porque suponen un avance importante en la forma en la que entendemos los apoyos:

- La OACNA, Oficina de Accesibilidad Cognitiva de Navarra trabaja junto a Navarra más Accesible.
- El modelo de apoyos basado en el Buen Trato que fue destacada como práctica innovadora en 2021.
- Lenguaje natural asistido, finalista premios Innovación Social en Servicios Sociales de Navarra en 2022.
- Proyecto de Acceso a la Justicia formando a profesionales de la justicia, cuerpos policiales, adaptando sentencias a Lectura Fácil, etc.
- El programa de apoyo familiar “Eskutik, de la mano” con 9 grupos y familias de residentes de viviendas.

2.11. Instrumentos validados

Los instrumentos validados están asociados a áreas concretas para el conocimiento, valoración y evaluación del plan de apoyos individual de la persona residente. Estos instrumentos se aplican en función del proceso en el que se encuentra la persona (preingreso, ingreso, estancia y salida), circunstancia vital por la que pueda estar pasando, etc.



2.12. Documentación y registro de la información

En ANFAS contamos con un sistema de gestión de la calidad, NORMA ISO 9001/2015. La vivienda de Sarasate cuenta con protocolos de funcionamiento en los que se definen las actuaciones a realizar y que cuentan con información sobre datos de gestión y datos operativos.

FASES DE IMPLEMENTACIÓN

PLAN DE PUESTA EN MARCHA	PRIMER mes	SEGUNDO mes	TERCER mes	CUARTO mes	QUINTO mes	SEXTO mes
1. Incorporación del equipo técnico al proyecto: coordinadora y cuidadoras.	X					
2. Revisión de información de las personas que van a residir en la vivienda.	X					
3. Formación básica del equipo profesional: AICP, recurso vivienda, buen trato y fomento de la autonomía., etc.	X	X	X	X		
4. Programación de reuniones con cada una de las personas usuarias y sus familias y/o grupo de apoyo: - Acompañamiento de la persona, familia y/o grupo de apoyo por parte de coordinación durante el proceso de transición. - Presentación de la persona de referencia inicial. - Entrega de información sobre servicio. - Entrega guía AICP y proyecto Mi Casa. - Entrega mapa recursos comunitarios. - Otros asuntos: preferencias habitación, hogarización espacio... - Accesibilidad de la vivienda: trasladar necesidades específicas del residente al equipo de la OACNA. - Entrega encuesta diseño zonas comunes.		X	X	X		

PLAN DE PUESTA EN MARCHA	PRIMER mes	SEGUNDO mes	TERCER mes	CUARTO mes	QUINTO mes	SEXTO mes
5. Encuentro personas usuarias, familias y/o grupo de apoyo y equipo profesional en entorno comunitario: - Presentación de personas usuarias, familias y/o grupo de apoyo y equipo profesional. - Dinámicas para conocerse, entre profesional, residente y familia y/o grupo de apoyo. - Visita a la vivienda. - Presentación del recurso: enfoque AICP, proyecto Mi Casa, Plena Inclusión Navarra. - Decisión sobre espacios comunes. - Recogida cuestionarios sobre proceso acogida: necesidades, temas a tratar.			X			
6. Compra de equipamiento de la vivienda.	X					
7. Estudio y adaptación accesible del espacio.	X					
8. Encuentro personas usuarias, familias y equipo profesional en entorno comunitario: - Paseo por el entorno. - Asignación de habitaciones. - Constitución grupo voluntario posibles necesidades en la hogarización de la vivienda. - Constitución del Equipo “Puesta en marcha vivienda Sarasate”. - Lunch. - Recogida cuestionario sobre proceso acogida: necesidades, temas a tratar a futuro.	X					

PLAN DE PUESTA EN MARCHA	PRIMER mes	SEGUNDO mes	TERCER mes	CUARTO mes	QUINTO mes	SEXTO mes
9. Trabajo conjunto del profesional de referencia y la persona usuaria, familia y/o grupo de apoyo para: - Puesta a punto hogarización de su habitación. - Traslado de pertenencias. - Dudas y sugerencias.	X	X	X	X	X	
10. Incorporación paulatina de residentes en función de necesidad, disposición, etc.		X	X	X		
11. Café y presentación a los vecinos/as.			X			
12. Utilización de las plazas de respiro.				X		
13. Recogida de satisfacción sobre proceso acogida.						X

3. ÁMBITO TERRITORIAL Y RURALIZACIÓN

Local	Pamplona	X
Provincial		
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):		
Estatal		
Unión Europea/ Internacional		
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica:	Pamplona	
TERRITORIAL Y RURALIDAD		SÍ
La buena práctica de ANFAS Navarra es replicable en entornos rurales porque se fundamenta en la descentralización y la proximidad, adaptando los servicios a la realidad geográfica y social de cada zona. Al establecer sedes locales y colaborar estrechamente con ayuntamientos y centros de salud rurales, el modelo permite que las personas con discapacidad intelectual y sus familias accedan a apoyos especializados sin abandonar su entorno habitual, garantizando así la igualdad de oportunidades frente a quienes viven en grandes núcleos urbanos.		
Además, su viabilidad en el medio rural reside en un enfoque comunitario y flexible que aprovecha los recursos locales para fomentar la inclusión social. La replicabilidad se facilita mediante la creación de redes de voluntariado cercano y programas adaptados (como atención temprana o envejecimiento activo) que se ajustan a las necesidades específicas de poblaciones dispersas. Este modelo no solo mejora la calidad de vida de los usuarios, sino que también sensibiliza a la comunidad rural, convirtiéndola en un entorno más acogedor y proactivo en la defensa de los derechos de este colectivo.		

4. JUSTIFICACIÓN

Las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo que presentan una mayor necesidad de apoyos constituyen un grupo especialmente vulnerable que tradicionalmente ha experimentado situaciones de exclusión y para las que no han existido recursos concretos que respondieran a sus necesidades.

El estudio de Plena Inclusión Todos somos Todas (2016-17) con INICO refleja una situación de mayor exclusión en las personas con grandes necesidades de apoyo (PGNA) y sus familias. A nivel estatal representan un 0,16% de la población general, es decir, un total de 63.000 en toda España. En Navarra, y según datos del Plan de Discapacidad 2019-2025, existen 2.091 personas con discapacidad intelectual y certificado de discapacidad (>33%), de las que 700 (500 en la etapa adulta) podrían presentar grandes necesidades de apoyo.

Por este motivo, nuestra propuesta está directamente vinculada con el Proyecto MI CASA de Plena inclusión, movimiento asociativo al que pertenecemos, y que tiene como objetivo prioritario el desarrollo de viviendas en comunidad para aquellas personas que presentan mayores necesidades de apoyo y que generalmente quedan excluidas de otras propuestas que se desarrollan en entornos comunitarios. Teniendo como eje principal la desinstitucionalización de las personas, o la prevención, y poniendo el acento en que la institucionalización no va referida a la vida en un contexto determinado, sino primero y, sobre todo, a la pérdida de control sobre la propia vida a consecuencia de sistemas de vida predeterminados.

Nuestro objetivo es implementar en la práctica cotidiana un modelo de atención alternativo a los modelos de atención residencial y a gran escala. Un servicio que no va a depender de un centro residencial de referencia, como sí ocurre con otros proyectos desarrollados en nuestra comunidad, que deberá generar esos apoyos a través de un enfoque comunitario. Un proyecto piloto que plantea un enfoque sistémico que incida en el control que debe tener la persona sobre su propia vida y que transforme el entorno comunitario generando espacios de corresponsabilidad compartida.

5. RECURSOS

Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

- Coordinación, con perfil de psicología (1136 horas anuales).
- Administración (206 horas anuales).
- Atención Directa con formación sociosanitaria y/o equivalente y en AICP (10178 horas anuales).
- Cocina (730 horas anuales).
- Limpieza (976 horas anuales).

Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Vivienda ubicada en entorno comunitario.
- Equipamiento y enseres adecuados a los gustos, deseos y necesidades de personas residentes.
- Accesibilidad cognitiva: elaboración de materiales en función de las necesidades de cada persona.



6. PERFIL DEL DESTINATARIO

Personas mayores

Personas con discapacidad

X

Familias

X

Profesionales

X

Sociedad en general

Otro/s

Personas con discapacidad intelectual (PDI) con grandes necesidades de apoyo (PGNA).

Familias que han potenciado la desinstitucionalización y prevención de la institucionalización.

Profesionales que requieren de una formación específica para el desarrollo de este proyecto con un cambio de mirada hacia las personas con discapacidad.

Sociedad que facilita la inclusión y participación de todas las personas.

7. INNOVACIÓN

Con respecto a los modelos tradicionales de atención, el proyecto “Mi Casa: Una vida en comunidad” es la primera vivienda para PGNA que en Navarra que no está respaldada por un centro residencial. Por lo tanto, las seis personas que viven en el piso participan y obtienen respuesta a sus necesidades en los recursos de la comunidad, en igualdad de condiciones que el resto de la ciudadanía de Pamplona.

Los centros residenciales eran los recursos orientados a las PGNA; con la incorporación de este proyecto, se ha dado el paso a la “vida independiente”; por ello, se han empadronado en el domicilio actual, solicitada la asignación de profesionales de atención primaria y salud mental, etc. Para ello, se ha incluido un nuevo rol profesional como es la “conectora comunitaria”, la cual realiza un mapeo de los recursos y hace la función de enlace de las personas con la red de servicios comunitarios.

El nuevo paradigma de apoyos defiende un enfoque comunitario basado en el concepto de calidad de vida y en los apoyos individualizados. Centramos la atención en las características del entorno y en cómo estas interaccionan con las características de la persona. El éxito de las intervenciones y de los avances se mide en términos de bienestar personal o calidad de vida.

8. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

El proyecto dispone de sistemas de evaluación que se aplican en varios momentos en función de los objetivos establecidos.

1. Efectividad y cumplimiento de objetivos:

Para evidenciar el cumplimiento del compromiso adquirido con las personas y con la administración se proponen los siguientes instrumentos:

Con la Administración

- Evaluación anual de la implantación de la metodología AICP. (ANADP)
- Memoria técnica anual según modelo establecido por ANADP que se entrega el primer trimestre del año 2024.
- Memoria económica anual según modelo establecido por ANADP que se entrega el primer trimestre del año 2024.
- Reunión de seguimiento con ANADP y partes implicadas en el proyecto (PGNA, familias, profesionales, representantes de ANFAS y representantes de Gobierno Navarra). Mínimo 1 anual.

Con las Personas

- Cuestionario de Satisfacción de Personas que viven en el piso.
- Cuestionario de Satisfacción de Familias.
- Cuestionario de Satisfacción de Profesionales.
- Escala de calidad de vida.

2. Impacto social

Nº de acciones realizadas con los vecinos: 3 contactos

- Presentación a la comunidad de vecinos con entrega de obsequio elaborado por los residentes.
- Participación en dos reuniones de junta de la comunidad.

Nº de actividades en entornos comunitarios: 9 realizadas

- Huerta comunitaria Piparrika.
- Comida Piparrika.
- Excursión Parque Bomberos.
- Excursión Alsasua.
- Excursión Huarte Arakil.
- Excursión a Lacturale.
- Piscina.
- Comida fiestas de Jarauta.
- Comida San Fermin Txikito.

Nº de actividades solicitadas por las personas en Paicp: 4

- Voluntariado.
- Decoración de zonas comunes de la vivienda.
- Participación en actividad deportiva (spining).
- Participación en programa de autogestión.

Nº de actividades realizadas: 3

- Voluntariado.
- Actividad deportiva.
- Programa de autogestión.
- Decoración de zonas comunes de la vivienda (en proceso).

Nº de acciones de difusión del proyecto: 9

- 7 encuentros realizados con familias en las diferentes zonas de Navarra (Tudela, Tafalla, Pamplona, Estella, Sangüesa, Sakana y Baztan Bidasoa) para presentar los modelos de atención en vivienda para personas con discapacidad.
- Difusión del proyecto a través de las redes sociales de la entidad.
- Organización de una jornada de reflexión sobre el tema de vivienda en Navarra prevista para el mes de diciembre.

3. Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica

Partiendo de la base de que la vivienda es un derecho de toda persona, en el caso que nos ocupa, el Gobierno de Navarra, ha apostado por una viabilidad técnica y económica, concertando el recurso. Dado que se trata de una experiencia piloto, se evaluará la sostenibilidad y viabilidad a medio y largo plazo.

LINKS DE INTERÉS

- Video explicativo:
https://www.youtube.com/watch?v=jpgPa_uQvJ0&t=6s
- Recursos para familias cuidadoras:
<https://issuu.com/anfas/docs/guiapcp>
- Memoria del programa:
<https://www.anfasnavarra.org/wp-content/uploads/2025/09/Actividades-PAMPLONA-25-26-1.pdf>

Documento elaborado por la **Fundación Padrinos de la Vejez** a partir de información pública y fuentes oficiales, en el marco del programa **SOCIEDADORA – Sociedad Cuidadora**.

Financia: **IMERSO**, mediante subvención del régimen general en el área de atención a personas mayores.

