



# BONES PRÀCTIQUES SOCIALS

Comunitat d'innovació i coneixement

**Les possibilitats terapèutiques del  
medi aquàtic per als infants i les seves  
famílies**

**FITXA DIVULGATIVA. ANY D'EDICIÓ: 2021**

**Mulla't i et sorprendràs**

**Promogut per: CDIAP EIPI de Nou Barris i CDIAP EIPI de  
Ciutat Vella**

**PRÀCTICA ACTUALITZADA  
2022**

## PRESENTACIÓ

---

Les vivències que experimenten els infants en el medi aquàtic afavoreixen el desenvolupament motriu, i milloren les seves condicions físiques. Alhora, ofereixen l'oportunitat, en la dimensió psicològica i afectiva, de promoure i afavorir la vinculació, augmentar l'autoestima i potenciar el desig de la conquesta de l'autonomia personal. El medi aquàtic acostuma a ser un medi de gaudi i experiències de plaer, on sorgeix amb facilitat el joc i el fet de passar-ho bé relacionant-se. L'activitat aquàtica permet obtenir grans beneficis físics, psicològics, emocionals i relacionals.

El Projecte de teràpia aquàtica és una eina complementària als plans terapèutics dels infants i les famílies ateses als centres de desenvolupament infantil i atenció precoç (CDIAP). Està dirigit a infants amb dificultats motrius de diferents tipus, des dels que presenten una afectació neurològica important fins als que presenten un retard motriu, i a infants amb dificultats en la relació i comunicació. Es convida que els infants, acompanyats per un adult de referència (acostuma a ser la mare o el pare), participin en un grup a la piscina, conduït per dos professionals del CDIAP Equip Interdisciplinari per a la Petita Infància (EIPI), en cointervenció. L'abordatge terapèutic en medi aquàtic ofereix possibilitats que no es troben en altres medis com la sala terapèutica, l'espai de psicomotricitat o les intervencions en el medi natural. Convidar els infants a "anar a l'aigua" permet promoure un bon desenvolupament global (motricitat, llenguatge, cognició, atenció, interacció), mitjançant l'exercici i el joc, el gaudi i l'experiència de noves vivències compartides entre els pares i els fills. Quan la proposta és grupal, els beneficis descrits es potencien, perquè permet gaudir i experimentar amb altres pares, mares i infants.

**Aquesta pràctica està vinculada amb** atenció social, esports, persones amb discapacitat funcional, prevenció, salut, serveis socials, infància, famílies, Nou Barris, Ciutat Vella.

## CONTEXT

---

El CDIAP EIPI (Equip Interdisciplinari per a la Petita Infància) és un centre de desenvolupament infantil i atenció precoç on s'atenen infants de 0 a 6 anys que presenten una alteració o dificultat en el seu desenvolupament o tenen risc de patir-la, i a llurs famílies. Els infants atesos presenten prematuritat, trastorns neurològics, genètics i altres trastorns com ara els d'expressió somàtica (son, alimentació, esfínters), afectius i emocionals, de la conducta, de la relació i la comunicació, psicomotors i del llenguatge. El

centre disposa d'un equip de professionals especialistes en infància de diferents disciplines: psicologia, neuropediatria, logopèdia, fisioteràpia, treball social i psicomotricitat.

El projecte "Les possibilitats terapèutiques del medi aquàtic" es va iniciar amb la hipòtesi que treballar amb infants i adults, fora de l'espai terapèutic i en el medi aquàtic, podria aportar beneficis als infants que presentaven alteracions motrius. Les seves condicions faciliten als infants, i especialment als qui pateixen algun trastorn o alteració motriu, els seus moviments. Els nadons són aquàtics per naturalesa: l'aigua és el primer bressol, dins la panxa de la mare. Conté al nadó, li dona sensacions i percepcions d'informació corporal i emocional tan importants que determinen el benestar de la seva adaptació al món fora del ventre matern.

Per què es treballa a l'aigua? Aquest medi proporciona un entorn enriquidor que facilita els processos d'aprenentatge; el moviment i la mecànica de fluids aporten les condicions necessàries per a una millor estimulació sensorial, cognitiva, emocional i motora. A la piscina es produeix un augment de l'excitabilitat vestibular, que incideix en l'activació de l'estat d'alerta i els processos d'atenció regulats per la formació reticular. Uns altres efectes de la immersió són la distensió i allargament de la pell, amb l'estimulació dels mecanorreceptors d'adaptació ràpida, que fan augmentar la quantitat d'*input* sensorial i al cervell (Gulick i Geigle, 2009).

El valor terapèutic de l'aigua resideix, principalment, en les seves propietats físiques (la flotabilitat, la viscositat, la pressió hidrostàtica, la tensió superficial, la temperatura, etcètera). Totes aquestes variables determinen unes condicions diferents a les de l'àmbit terrestre, que ens obliga a organitzar-nos d'una altra manera. Aquestes condicions faciliten als infants, i especialment als qui pateixen algun trastorn o alteració motriu, els seus moviments i, per tant, propicien que sentin noves experiències motrius, sensorials, emocionals i afectives que, en altres ambients, els resulten molt difícils o impossibles d'experimentar. D'altra banda, l'aigua exerceix una pressió a tot cos submergit, de manera que a l'infant li proporciona una percepció del seu límit corporal, contenint-lo físicament i emocionalment (com els braços dels seus pares). Viure aquesta percepció ajuda l'infant a integrar el seu esquema corporal per poder utilitzar el seu cos.

Per tant, el medi aquàtic ens amplia les experiències i ens aporta qualitat de vida. L'aigua ens embolcalla i ens conté. I això és específic de l'aigua, ja que no ho trobem en un medi terrestre. La majoria dels infants amb trastorns de relació i comunicació tenen dificultats per integrar les vivències i sensacions corporals, la qual cosa afecta la representació del seu esquema corporal. Aquesta percepció de contenció corporal ajuda els infants a regular-se i poder estar més atents en allò que fan, cosa que afavoreix la relació amb els altres.

Finalment, un altre valor terapèutic és que aquest medi proporciona la necessitat de ser sostingut per l'altre per sobreviure ("si tu no hi ets, m'ofego"). És a dir, convida a tenir una relació més estreta i dependent de l'altre, que ajuda a millorar aspectes tan importants per al desenvolupament dels infants com són la reasseguració, l'establiment de vincles afectius i la separació de l'altre.

Si tenim en compte tots aquests beneficis que es poden obtenir mitjançant l'aigua, la teràpia aquàtica resulta ser una eina complementària de gran valor per a qualsevol tractament que es faci al CDIAP.

## OBJECTIUS I ABAST

---

Els **objectius** que es planteja el projecte s'adapten a les característiques dels infants, però el ventall d'objectius de la teràpia aquàtica amb infants amb diferents trastorns del desenvolupament n'englobarien alguns dels següents.

**Objectiu general 1:** Afavorir un bon desenvolupament global fent èmfasi en les diverses àrees (motora, cognitiva, relacional, comunicativa).

### Objectius específics

- 1.1. Promoure una activitat física i nous aprenentatges motrius.
- 1.2. Proporcionar una pràctica i aprenentatges variats per afavorir noves connexions neurals en totes les àrees (cognició, comunicació...).
- 1.3. Afavorir el control postural mitjançant canvis de posició a l'aigua.
- 1.4. Afavorir sensacions corporals i propioceptives diferents de les terrestres.
- 1.5. Regularitzar el to muscular mitjançant el plaer i la confiança.
- 1.6. Fomentar l'autonomia en els desplaçaments (pujar i baixar escales, saltar...).
- 1.7. Afavorir i experimentar situacions de regulació: relaxar el cos i activar-lo.
- 1.8. Treballar el control de la respiració.
- 1.9. Aprendre nous ajustaments i reajustaments posturals sense gravetat.
- 1.10. Millorar coordinació, equilibri i rotacions.
- 1.11. Treballar la càrrega de pes i desplaçaments.
- 1.12. Afavorir la presa de consciència del jo corporal, mitjançant la relació, el moviment, els desplaçaments, la direcció i la velocitat en les diverses postures.
- 1.13. Descobrir sensacions agradables del propi cos i de l'entorn aquàtic.
- 1.14. Tolerar les sensacions que als infants no els són agradables.
- 1.15. Descobrir els límits corporals i les capacitats que cadascú té dins l'aigua.
- 1.16. Promoure la pràctica de les capacitats i les habilitats socials.
- 1.17. Afavorir la integració sensorial dels estímuls.

**Objectiu general 2:** Enfortir la vinculació entre l'infant i els seus familiars.

### Objectius específics

- 2.1. Propiciar el gaudi entre infant i familiars: que l'infant i el progenitor s'ho passin bé a l'aigua.

- 2.2. Experimentar la sensació de seguretat, tant del nen o nena com dels pares i les mares, dins l'aigua.
- 2.3. Augmentar l'autoestima de l'infant i de la família.
- 2.4. Apoderar als pares i mares en el seu saber fer.
- 2.5. Afavorir experiències que promoguin una mirada de la família cap a les capacitats i possibilitats de l'infant i no envers les seves dificultats.
- 2.6. Identificar les dificultats en la relació amb els altres (límits, reconeixement, acceptació, rebuig, dificultats en el procés de separació...).

**Objectiu general 3:** Tenir en compte l'altre en la interacció.

**Objectius específics**

- 3.1. Descobrir l'altre com a diferent de mi, mitjançant el contacte i la relació.
- 3.2. Fomentar expressions de demanda i de desig que impliquen l'altre en la relació.
- 3.3. Buscar un gaudi relacional mitjançant els jocs d'aigua.

**Objectiu general 4:** Oferir oportunitats de socialització.

**Objectius específics**

- 4.1. Familiaritzar-se i adaptar-se a un medi nou.
- 4.2. Compartir situacions de socialització informal amb altres famílies i infants.
- 4.3. Afavorir les expressions i manifestacions de plaer com els crits, els riures, les cançons, etcètera.
- 4.4. Promoure el contacte, la relació i la comunicació amb les persones que estan a la piscina.
- 4.5. Facilitar la relació i la confiança entre pares-fills, pares-terapeutes, entre nens, entre pares, etcètera.

Pel que fa al **col·lectiu destinatari**, aquesta modalitat d'intervenció terapèutica té un ampli ventall d'indicacions que cal tenir en compte per oferir a les famílies que s'atenen als CDIAP. Actualment, s'està fent intervenció grupal amb diferents perfils de persones tenint en compte les característiques de cada infant i família i els objectius terapèutics per a cadascú. En aquest sentit, no totes les famílies o infants són susceptibles de ser ateses en teràpia aquàtica. Els grups s'adrecen a la següent tipologia d'infants i famílies que són ateses a l'EIPI:

- Grup motriu: infants que poden presentar des d'un retard psicomotriu fins a una afectació neurològica.
- Grup de relació i comunicació: infants que estan dins l'espectre autista (TEA) o amb dificultats en les àrees de la relació i la comunicació.
- Grup de vincle entre familiars i infants: pares i mares que presenten dificultats en la vinculació parentofamiliar.

## PROCÉS D'IMPLEMENTACIÓ

### » ETAPES

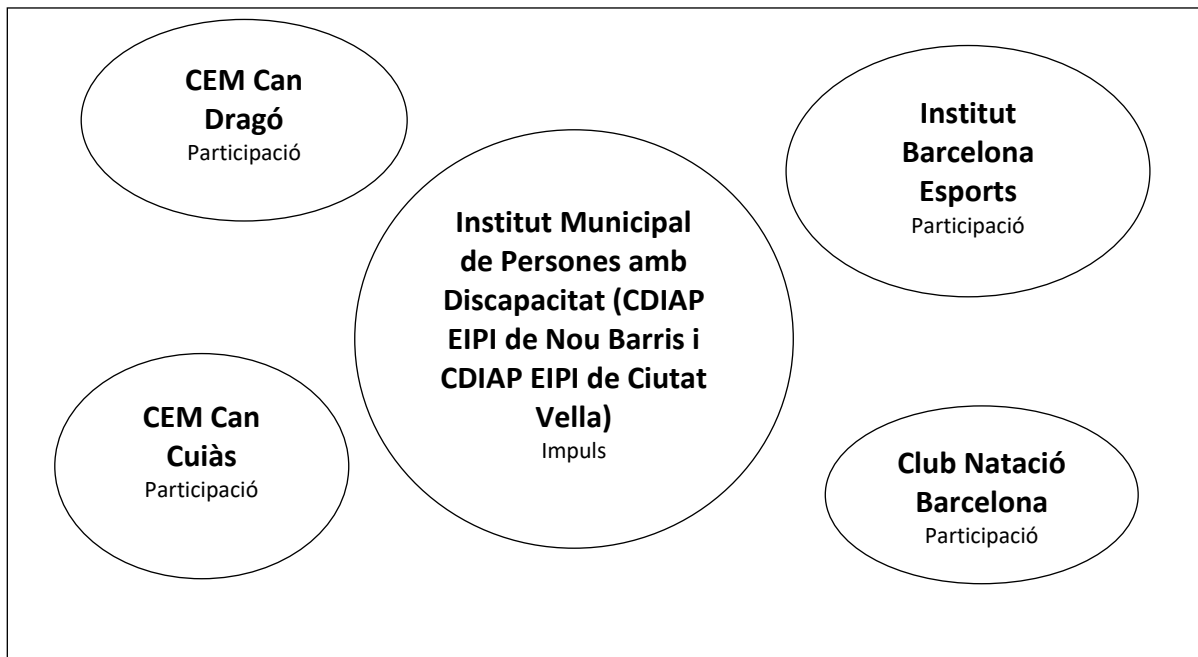
El gràfic següent presenta, de manera sintètica, les etapes a través de les quals es desenvolupa la **implementació** del projecte:

VALORACIÓ I PROPOSTA	REALITZACIÓ	AVALUACIÓ
<p>1) Valoració diagnòstica inicial dels infants i famílies candidats a beneficiar-se de l'activitat.</p> <p>2) Proposta interna amb l'equip en la reunió interdisciplinària de servei.</p> <p>3) Proposta a la família i valoració del seu interès per participar-hi.</p> <p>4) Primera sessió grupal informativa amb totes les famílies que formen part del grup i les persones terapeutes que guiaran l'activitat.</p>	<p>1) Ritual d'entrada. Es dona la benvinguda i es canta una cançó.</p> <p>2) Desenvolupament de l'activitat mitjançant el joc.</p> <p>3) Ritual de sortida i acomiadament. Es convida els infants i les famílies a recollir el material com a anticipació al final de l'activitat i es canta una cançó.</p> <p>4) Valoració de la sessió per part de l'equip de professionals. Les persones coconductores avaluen la sessió i l'evolució dels infants.</p>	<p>1) Reflexió conjunta / seguiment de l'activitat amb les famílies a mig curs.</p> <p>2) Valoració final de l'activitat per part de l'equip de professionals.</p> <p>3) Planificació de l'activitat per al curs vinent.</p> <p>4) Avaluació del conjunt del Projecte de teràpia aquàtica.</p>

### » ACTORS IMPLICATS

El projecte està impulsat pels CDIAP EIPI de Nou Barris i CDIAP EIPI de Ciutat Vella. També hi col·laboren, facilitant les seves instal·lacions, el CEM Can Dragó, CEM Can Cuiàs i el Club Natació Barcelona. El projecte es desenvolupa a través d'un conveni entre l'Institut Municipal de Persones amb Discapacitat (IMPD) i l'Institut Barcelona Esports.

El gràfic següent presenta, de manera esquemàtica, els agents que formen part del programa.



## » RECURSOS

Els **recursos humans** del projecte són professionals del CDIAP que es traslladen a fer l'activitat fins a les piscines. Al CDIAP EIPI de Ciutat Vella duen a terme l'activitat quatre professionals (dos psicòlegs i dos fisioterapeutes) i al CDIAP EIPI de Nou Barris hi acudeixen tres professionals (una psicòloga i dos fisioterapeutes), dos cops per setmana en cada CDIAP. Generalment, cada sessió és d'una hora, i cada professional fa dues sessions seguides. Els professionals dediquen 2 hores en atenció directa i 1 hora en el desplaçament, de manera que s'ofereixen 14 hores a la setmana. Pel que fa als **recursos econòmics**, s'ha establert un conveni entre l'Institut Municipal de Persones amb Discapacitat (IMPD) i l'Institut Barcelona Esports perquè tant els dos CDIAP municipals com la resta de CDIAP de la ciutat puguin fer aquesta activitat sense cost per al centre ni per a les famílies. La teràpia aquàtica es duu a terme en centres esportius de la ciutat (CEM Can Dragó, CEM Can Cuiàs i Club Natació Barcelona). Es fa en aquests centres esportius perquè estan dins els districtes on estan ubicats els CDIAP EIPI. Es tracta d'equipaments accessibles. Cada instal·lació proporciona l'espai dels vestidors, adaptats a les necessitats de les famílies, l'espai de la piscina petita, on es pot portar a terme l'activitat amb més seguretat i intimitat, i tot el material que tenen disponible. En el cas de la instal·lació del Club Natació Barcelona, en no ser municipal, sí que suposa un cost que assumeix l'IMPD. Malgrat el cost afegit, s'ha optat per aquest club esportiu perquè l'opció d'equipament públic de la zona presentava inconvenients per al treball terapèutic amb infants.

## RESULTATS

---

Les famílies que s'han beneficiat del Projecte de teràpia aquàtica en els tres primers cursos han estat 49

a Nou Barris i 42 a Ciutat Vella. Fins a l'arribada de la covid-19, l'activitat es va desenvolupar tal com va ser dissenyada. Un cop arribada la pandèmia i les mesures de protecció, es va haver d'adaptar el nombre d'assistents a cada grup, i es va reduir la participació de les famílies en funció de la capacitat de cada recinte. Com a indicadors principals, s'ha observat una alta adherència al tractament per part de les famílies, i això ha fet que el percentatge d'assistència i participació sigui alt (90%). També s'han observat resultats positius amb relació al Pla d'atenció terapèutica de cada infant, amb millores significatives des d'un context de gaudi i diversió. Sovint, aquestes millores haurien estat difícils d'aconseguir en altres medis més reglats, com la sala terapèutica.

D'altra banda, la valoració de les famílies és molt positiva, tant per la vivència de l'activitat com per l'acompanyament professional. Malgrat que no es passen qüestionaris, es recullen les valoracions de les famílies ateses i les observacions fetes pels professionals, i posteriorment es treballen amb l'equip terapèutic del Projecte de teràpia aquàtica i amb la resta de companyes del CDIAP. En general, amb els infants i les famílies ateses s'han observat millores en les habilitats motrius, millores en la comunicació i millores en la socialització. La consolidació del grup de les famílies fa que aquestes puguin trobar-se en altres contextos, ampliar la seva xarxa social, cuidar-se entre elles i donar-se suport en la criança, intercanviar informació mèdica, recursos, ajudes, etcètera.

També s'han observat canvis significatius en la mirada de les famílies vers els seus infants, ja que han adoptat una mirada més capacitadora. Per exemple, amb els infants amb una gran afectació motriu (plurideficient), els pares vivencien un potencial del seu infant que abans no havien vist. En aquest mateix sentit, un infant amb TEA (trastorn de l'espectre autista), amb una mirada desconnectada que evita el contacte, dins l'aigua busca més la relació i, per tant, el contacte físic amb l'altre.

## APRENTATGE

---

Entre les **fortaleses** es pot destacar que el projecte ha permès generar beneficis tant des del punt de vista físic com relacional amb l'infant i amb la relació mare/pare - infant, explicats en els punts anteriors. L'enquadrament de la piscina pot potenciar el vincle o ajudar a crear-lo si no hi està format psicològicament, depenent de cada cas. Aquesta activitat també atorga beneficis secundaris, més enllà del que passa dins l'aigua. El fet que la família s'hagi d'organitzar per venir, el temps de canviar-se al vestuari per preparar-se per a l'aigua i, posteriorment, haver-se de dutxar i vestir de nou és un temps relacional en què poden compartir aspectes positius de l'infant, així com les dificultats, amb altres famílies.



Per la seva banda, entre les **dificultats** detectades, l'EIPI de Ciutat Vella feia les sessions en una instal·lació on la piscina de nadons no tenia la fondària suficient perquè els pares i mares poguessin estar dempeus i estava envoltada d'altres piscines amb altres finalitats que no tenien res a veure amb l'activitat. Això produïa moltes interferències de gent i soroll que impedièren generar un clima tranquil, íntim i de confiança. Per aquest motiu, es van buscar altres instal·lacions dins el districte amb piscines amb unes característiques més adequades per poder desenvolupar la teràpia aquàtica i es va trobar la piscina de nadons del Club Natació Barcelona, on actualment es duu a terme l'activitat. A l'EIPI de Nou Barris, en canvi, el projecte s'ha adaptat a la franja horària que queda lliure al poliesportiu en combinació amb altres serveis públics de la zona que també utilitzen el recurs. Finalment, cal destacar que els costums, les religions i les tradicions pròpies de les diverses cultures de les famílies que s'atenen al CDIAP EIPI incideixen en la participació de les famílies en l'activitat, així com la vivència pròpia del cos de cada persona, el pudor i la vergonya.

Finalment, pel que fa a la **transferibilitat**, l'alta valoració dels beneficis de la teràpia aquàtica han dut l'IMPD a promoure aquesta activitat entre la resta de CDIAP de la ciutat, a través de la xarxa de CDIAP de Barcelona ciutat, perquè els professionals de la xarxa han compartit coneixement i experiències entre ells i elles. A més, els professionals s'han organitzat per crear formacions més específiques i definides. Les professionals dels CDIAP EIPI tenen expectatives que els beneficis del projecte es transfereixin més enllà de la teràpia aquàtica, és a dir, que siguin guanys per a la intervenció de l'equip més enllà de la piscina.

## INFORMACIÓ PRÀCTICA

**Ho promou/impulsa:** CDIAP EIPI de Nou Barris i CDIAP EIPI de Ciutat Vella

**Professional o tècnic referent:** Neus Rodríguez (fisioterapeuta), Sonia Navarro (fisioterapeuta), Sara Vendrell (fisioterapeuta), M. Carmen Costa (fisioterapeuta), Catalina Mercadal (psicòloga), Óscar Esteban (psicòleg), Marta Garí (psicòloga).

Telèfon: 932 564 685 (EIPI Ciutat Vella), 932 564 700 (EIPI Nou Barris)

Adreça electrònica: [eipicv@bcn.cat](mailto:eipicv@bcn.cat) (EIPI Ciutat Vella); [eipinb@bcn.cat](mailto:eipinb@bcn.cat) (EIPI Nou Barris)

### Documentació disponible

Document	Tipus	Data
Full informatiu	Document	2021
Ponència	Document	2021
Memòria anual dels CDIAP EIPI de Ciutat Vella i Nou Barris	Document	2020

## EVOLUCIÓ

---

### Actualització a juliol del 2022

La pràctica continua desplegant-se com està descrita en aquest document. La participació de professionals de diferents disciplines, com fisioteràpia, logopèdia, psicologia, neuropediatria, psicomotricitat, teràpia ocupacional i psicopedagogia reafirma la importància del treball interdisciplinari en el marc de l'Atenció Precoç.