

Boletín Informativo Centro de Psicología PsicACT

Calle Londres N°1 Local 1
Bajo Residencia Sanyres
C.P.47008 Valladolid

Telf.: 983 478 557
Móvil: 608 022 278
Email: administración@psicact.es
Web: www.psicact.es

PsicACT

BOLETÍN CENTRO DE PSICOLOGÍA PSICACT

Se cumple 1 año desde la inauguración del Centro de Psicología PsicACT con el objetivo de consolidarse como Centro de Referencia en la Atención a personas con trastorno mental grave y crónico desde una perspectiva Contextual-Funcional.

Es momento de valorar la implementación de un nuevo desde que la persona entra por la puerta del Centro. Es hora de evaluar si estas novedosas intervenciones basadas en múltiples interacciones consiguen aumentar la flexibilidad psicológica de los asistentes y por ende la eficacia en sus vidas.

También es momento de comprobar si la práctica intensiva en enseñar a las personas a relacionarse de manera diferente con sus pensamientos y sentimientos y la focalización en hacer más amplia su vida significativa, está dando los resultados esperados.

Cabe resaltar a lo largo del año la importante acogida que ha tenido la oferta formativa del centro con la puesta en marcha del III Plan de Formación en Terapias Contextuales y la presencia por primera vez en Valladolid de la Dra. Graciela Rovner, que impartió un Workshop sobre la aplicación de ACT y Mindfulness en el Dolor Crónico.

Por último nos es grato ver como el Centro de Psicología PsicACT se está haciendo visible en nuestra ciudad y a nivel nacional por su novedosa metodología y su importante oferta educativa, que le hace ser atractivo para la formación de otros profesionales del ámbito de la Salud Mental.

Esto hace posible que en este año 2015 el Centro oferte el I Programa de Especialización en ACT y Mindfulness que pretende aunar la formación especializada a través de los cursos y Workshop clásicos conjuntamente con otras actividades formativas entre las que se encuentra la práctica personal y las prácticas reales en el Centro.



Centro de Psicología
PsicACT

Primer Centro de España de atención a problemas psicológicos crónicos desde una perspectiva Contextual - Funcional.

Servicio de atención diurna.
Atención Psicológica Individual
Sesiones grupales de práctica de MINDFULNESS y DEFUSION

Aprende a ser más eficaz ante las dificultades diarias, practicando cómo atender a los pensamientos y sentimientos problemáticos sin luchar contra ellos.
Pide más información

C/ Londres, 1 · 47008 Valladolid
983 478 557 · 608 022 273
info@psicact.es | psicACT
www.psicact.es

RESUMEN DEL AÑO

NOTICIAS

Autorizaciones

A lo largo de este año la Junta de Castilla y León ha concedido al Centro de Psicología PsicACT la autorización sanitaria de funcionamiento (47-C22-0141) y ha sido inscrito también en el Registro de Entidades, Servicios y Centros de Caracter social de Castilla y León (47.744E) así como el Servicio de Habilitación Psicosocial (número registral 47.1211S).

Consultas Individuales

A lo largo de este año se han incorporado **68 pacientes** nuevos y se han realizado **414 consultas** individuales. También se han realizado 2 tratamientos vía on-line: uno de ellos con una persona ubicada en Cáceres y otro con una persona en Polonia.

PROGRAMA DE ATENCIÓN GRUPAL EN MINDFULNESS Y PRÁCTICA EN DEFUSIÓN

El gran impacto social que están teniendo las estrategias de Entrenamiento en Mindfulness, en el ámbito de las nuevas intervenciones psicoterapéuticas de los problemas de salud mental, se ha visto reflejado también en el Centro de Psicología PsicACT ya que está siendo una de las actividades más demandadas.

Se trata de un programa grupal de 8 sesiones (una por semana) en las que se enseña y practican habilidades para prestar atención a los pensamientos y sentimientos problemáticos sin engancharse a su contenido y sin tener que luchar contra ello.

Este tipo de relación con las emociones permite a las personas una mayor flexibilidad psicológica, pudiendo elegir acciones más ajustadas a la vida valorada.

Se han desarrollado a lo largo del año 3 grupos, interviniendo un total de 22 personas.

En Enero tenemos previsto iniciar un nuevo grupo.

“Practica como prestar atención a los pensamientos y sentimientos problemáticos sin engancharse a lo que dicen y sin tener que luchar contra ellos.”

PROGRAMA DE ATENCIÓN DIURNA

“Ayudamos a las personas a pasar del sufrimiento al contacto con la vida”

El Servicio de Atención Diurna o Servicio de Habilitación Psicosocial se ha consolidado a lo largo de este año como uno de los Programas más novedosos e innovadores del Centro.

A través de múltiples interacciones y en grupos pequeños de trabajo, se abordan las dificultades de las personas con el sufrimiento y se propone una estrategia diferente dirigida a hacer más grande su proyecto vital.

En este año se han incorporado 15 personas al Servicio de Atención Diurna, destacando el nivel de asistencia y los resultados a largo plazo.

CARACTERÍSTICAS DE LOS USUARIOS DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN DIURNA:

SEXO: 87% Mujeres
23% Hombres

EDAD MEDIA:

HOSPITALIZACIÓN PREVIA: 53% SI
47% NO

DIAGNÓSTICOS:

- Trastorno de Personalidad: 4
- Sintomatología Psicótica: 2
- Trastorno Obsesivo Compulsivo: 1
- T. Depresivo Recurrente: 3
- Trastorno Bipolar: 1
- Trastorno de la Conducta Alimentaria: 2
- T. Ansiedad Grave: 2

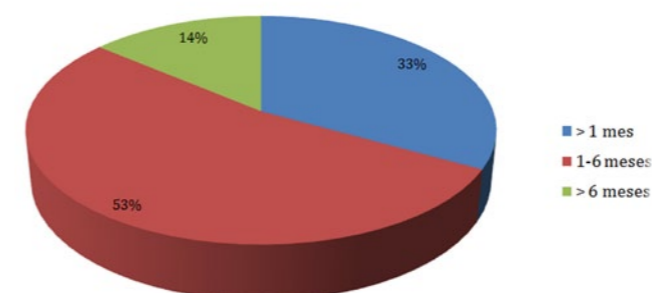
TIEMPO DE ESTANCIA

- Menos de un mes: 33%
- Entre 1 y 6 meses: 53%
- Más de 6 meses: 14%

HOSPITALIZACIONES TOTALES: 2

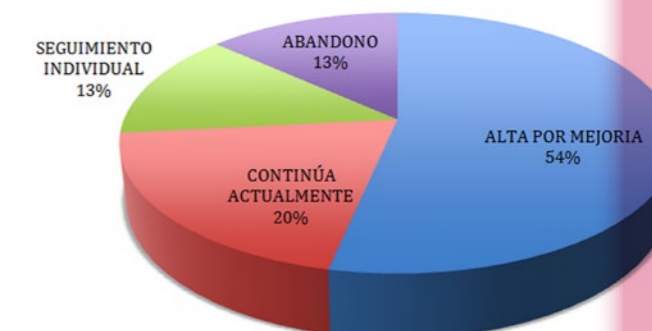
****47% (7 Personas) han acudido presentando algún tipo de ideación suicida**

TIEMPO DE ESTANCIA



RESULTADOS FINALES:

RESULTADOS



Con el objetivo de la mejora continua, se están realizando reajustes de los protocolos, tanto en la organización del tiempo, reparto de actividades prácticas e incorporación de elementos terapéuticos novedosos y seguimientos.

CONCLUSIÓN:

Este tipo de intervención se está mostrando eficaz para prevenir ingresos hospitalarios, mejorar la eficacia de las personas en su vida normal. Creemos que se pueda consolidar como una alternativa al ingreso en casos de especial dificultad para la persona, además de tener un coste reducido.

FUNCIONAMIENTO SOCIAL AL ALTA POR MEJORIA

- Se incorporan a estudios universitarios _____ 3
- Acceso al mercado laboral _____ 1
- Incorporación a su puesto de trabajo _____ 1
- Incorporación normalizada a situación anterior (atención de la casa) _____ 3

FUNCIONAMIENTO SOCIAL LOS QUE HACEN SEGUIMIENTO INDIVIDUAL

- Curso de Turismo _____ 1
- Incorporación a su puesto de trabajo _____ 1

FUNCIONAMIENTO SOCIAL DE LOS QUE CONTINUAN ACTUALMENTE EN EL SERVICIO DE ATENCIÓN DIURNA

- Siguen de baja _____ 1
- Incorporación estudios universitarios _____ 2

FORMACIÓN

III PLAN DE FORMACION EN TERAPIAS CONTEXTUALES:

En este primer año se ha consolidado el III Plan de Formación en Terapias Contextuales desarrollando su tercera edición con un importante nivel de asistencia.

Los tres cursos básicos que se han desarrollado, han sido acreditados para la Formación Continuada de los Profesionales Sanitarios de Castilla y León y han contado con la colaboración del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León.

- CURSO BÁSICO DE TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO (2,1 Créditos)
- CURSO DE ENTRENAMIENTO EN MINDFULNESS Y TECNICAS DE DEFUSIÓN (2 Créditos)
- CURSO DEL ARTE DEL TRABAJO EN VALORES(1,8 Créditos)



FORMACIÓN

A lo largo del año anterior 34 fueron los profesionales que accedieron a algunos de nuestros cursos y que vinieron de diferentes partes de España.

La buena acogida de esta acción formativa ha hecho que este año 2015 el Centro de Psicología PsicACT oferte el IV Plan de Formación en el que se incluyen novedades formativas a nivel aplicado y el I Programa de Especialización en ACT y Mindfulness que incluye prácticas reales en el Centro.

CURSO WORKSHOP SE ESTRATEGIAS PSICOTERAPÉUTICAS APLICADAS AL DOLOR CRÓNICO

Adicionalmente los días 12 y 13 de Diciembre el Centro de Psicología PsicACT tuvo el honor de recibir por primera vez en España a la Dra. Graciela Rovner que impartió un interesantísimo taller sobre estrategias psicoterapéuticas aplicadas al dolor crónico.

La Dra. Rovner es doctora en medicina, psicóloga y fisioterapeuta especialista en ACT y Mindfulness aplicado al dolor crónico. Además la Dra. Graciela Rovner es supervisora de Investigación del Departamento de Medicina y Rehabilitación en la Universidad de Gotemburgo.

A lo largo del fin de semana la Dra. Rovner transmitió y desarrolló múltiples ejercicios y moldeó la práctica de los participantes.

La evaluación del curso fue excelente por parte de todos los participantes, resultado tanto de la forma de impartir conocimientos de la Dra. Rovner como de su trato personal y cercano.



OTRAS ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A lo largo del año 2014 el Centro de Psicología PsicACT, a través de su director el Dr. Carlos Fco. Salgado Pascual, ha colaborado en diferentes actividades formativas que han permitido difundir la metodología de ACT y Mindfulness a diversos profesionales.

El Dr. Carlos Salgado junto al Dr. Aguado impartieron a profesionales medicos de Atención Primaria un curso sobre el Abordaje de los Estados Depresivos en Atención Primaria.

A lo largo de 4 horas el Dr. Salgado incidió en la importancia de los contextos saludables, presentó el abordaje funcional del Sufrimiento Humano y desarrolló las estrategias alternativas al perfil sintomático.

También el Dr. Salgado impartió 2 cursos de ACT y Mindfulness en el Hospital Beata de Madrid a profesionales de el Area de Rehabilitación Psicosocial de las HH. HH. del Sagrado Corazón de Jesus; Acudieron un total de 30 profesionales.

Nos felicitamos al haber generado a lo largo de este año, un entorno propicio para la difusión y desarrollo de la ciencia Contextual Funcional.



JORNADA DE INTRODUCCIÓN A LAS TERAPIAS CONTEXTUALES

Finalmente en el mes de Noviembre el Centro de Psicología PsicACT impartió una jornada gratuita de introducción a las Terapias Contextuales: ACT y Mindfulness en el Abordaje del Trastorno Mental Crónico Grave, dirigio a profesionales que desearan una primera toma de contacto con la implementación de las Terapias de Tercera Generación en el ámbito de la Salud Mental.

Los objetivos de la jornada fueron promover un mejor conocimiento de Sufrimiento y de la condición humana y fomentar el desarrollo de la ciencia y la práctica contextual. Acudieron un total de 25 personas y se prevee laorganización de una jornada similar para el próximo año.

CONVENIOS Y ACUERDOS FIRMADOS

Se ha firmado convenio de colaboración con la Universidad Pontificia de Salamanca para que alumnos de esta Universidad puedan venir a realizar sus prácticas al Centro de Psicología PsicACT.

También se han firmado acuerdos con el Complejo Hospitalario de Ourense y con el Complejo Asistencial de Zamora para la rotación externa de psicólogos PIR.

INVESTIGACIÓN

Se ha publicado en la revista Informaciones Psiquiátricas (nº 214/4º trimestre 2013) el artículo “Eficacia de la Terapia de Aceptación y Compromiso en personas con trastorno mental crónico. Un ensayo aleatorizado” firmado por el Dr. Carlos Fco Salgado nuestro Director Gerente, la Dra Carmen Luciano y la Dra Olga Gutierrez. Recordamos que la presentación de este trabajo consiguió el “premio a la mejor comunicación” en las V Jornadas de Salud Mental y Rehabilitación Psicosocial.

Desde el Centro de Psicología PsicACT a través de una de sus psicólogas, Bárbara Gil Luciano, ha realizado una investigación básica sobre los efectos de un protocolo de fusión cognitiva. Los resultados de dicha investigación fueron presentados en el X Simposio Nacional de Casos Clínicos de Trastornos Psicopatológicos que se realizó en Granada en el mes de mayo de 2014 mediante una comunicación titulada

“Análisis experimental de los procesos verbales implicados en las técnicas de defusión en ACT”

Presentación de la Comunicación -Poster:

“ Innovative Center for Patients with Chronic and Severe Mental Illness from a Contextual-Funtional Perspective: First Experience in Spain ”



PsicACT