

PSICOMEDIOS

#10

CURSO DE CONSUMOS
PROBLEMÁTICOS Y
OTRAS ADICCIONES EN
LA FAMILIA

HABILIDADES SOCIALES
Y EFICACIA
INTERPERSONAL

EL ECO DEL
ACOMPAÑAMIENTO
TERAPEUTICO

EL VALOR DE LA
SUPERVISIÓN EN LOS
DISPOSITIVOS DE
ACOMPAÑAMIENTO
TERAPEUTICO



MAGAZINE SALUD MENTAL
MARZO 2021

PSICOMEDIOS

EDICIÓN ESPECIAL 2021

¿QUIÉNES SOMOS?

Somos un Multimedia en Salud Mental. Brindamos información, dictamos cursos, realizamos eventos científicos. Colaboramos con todas las instituciones hispanohablantes que promueven el bienestar emocional. Somos una organización proactiva, inclusiva y comprometidas con nuestra época. Nos expresamos a través de diferentes medios digitales.

CONTÁCTANOS, NOS ENCANTA HACER NUEVOS AMIGOS...

Nuestros cursos www.cambiodehabitos.com.ar

Terapia online www.telepsicologia.com.ar

Nos puedes escuchar www.rohsam.com.ar

TeAcompañamos www.teacompañamos.com.ar

CRÉDITOS

GRUPO PSICOMEDIOS

DIRECCIÓN

MSc Hugo Amengual

SECRETARIA TÉCNICA

Lic. Debbie Simil

MARKETING DIGITAL

Maria Sol Cogan

ADMINISTRACIÓN

Evangelina Amengual

Bahía Blanca

CC 8000

ARGENTINA

+54 9 291 4149933

administracion@psicomedios.com.ar



#CONTENIDO

CambiodeHábitos *Pág.04*

Curso de Consumos problemáticos y otras adicciones en la familia

Telepsicología *Pág.07*

Habilidades Sociales y eficacia interpersonal

Radio Rohsam *Pág.11*

El Eco Del Acompañamiento Terapéutico

TeAcompañamos *Pág.14*

El valor de la supervisión en los dispositivos de acompañamiento terapéutico

EntreNotas *Pág.18*

El Clon Hace Pan...

CAMBIO DE HÁBITOS





CURSO CONSUMOS PROBLEMÁTICOS Y OTRAS ADICCIONES EN LA FAMILIA

El Curso Consumos problemáticos y otras adicciones en la familia aborda las adicciones por consumo de sustancias adictivas y otras conductas que, aunque puedan estar relacionadas a conductas cotidianas, si se desarrollan de forma excesiva y con determinadas características, se transforman en adicciones comportamentales o adicciones sin sustancias.

Este curso, compuesto por 4 módulos, se apoya sobre dos pilares:

La idea de que la familia o el entorno más cercano de una persona con problemas de adicción son fundamentales en la identificación de una adicción y en su proceso de recuperación. Y el segundo pilar es concebir a la persona adicta como un sujeto de derechos, protagonista activo que se encuentra atravesando una problemática.

En primer lugar, el curso tiene como objetivo la incorporación de contenidos teóricos como por ejemplo, qué es una adicción, cómo puede producirse y qué efectos genera. Por otro lado, también estudiamos el rol de la familia y cómo se ve afectada a través del desarrollo de la adicción, ya que toda adicción no solo afecta a la persona que la transita, sino también a su círculo más cercano, provocando también en ellos consecuencias a nivel físico, psicológico y social.

Luego profundizamos las adicciones por consumo de sustancias, abordando diferentes formas de consumo y cuáles son aquellas drogas más usadas, ya sean legales o ilegales. En este punto, haremos hincapié en el consumo de bebidas alcohólicas, cocaína, tabaco, marihuana y pasta base.

En el siguiente módulo, realizamos un recorrido por las adicciones sin sustancias, para poder aprender las claves que nos permitirán identificar una conducta adictiva, diferenciándola de una conducta cotidiana que no reviste conflicto.

Esto se debe a que las adicciones sin sustancias parten de actividades que solemos realizar a diario, y el límite que diferencia un acto sano o conflictivo se asienta en criterios diagnósticos que permiten su identificación. Resulta de gran importancia la detección de este tipo de conductas ya que por lo general quedan invisibilizadas o son percibidas con cierta naturalidad, y pueden llegar a producir consecuencias tan graves como las adicciones con sustancias.

En este punto, ahondamos en conductas adictivas como la tecnoadicción, es decir la adicción a los dispositivos tecnológicos; la ludopatía, que es el juego patológico; la dependencia emocional, o en otras palabras, la adicción a una persona, y por último la adicción al trabajo y a las compras.

Por último, vamos a hablar sobre la prevención de las adicciones. El objetivo aquí es definir qué es la prevención y conocer diferentes estrategias y acciones para evitar el desarrollo de una adicción, y si ya se desarrolló, reducirla o eliminar sus consecuencias.

En este curso, abordamos los mecanismos y dinámicas comunes que suelen darse en un caso de adicción, y las particularidades que caracterizan a cada una de las diferentes adicciones estudiadas.

Proponemos como objetivo principal derribar mitos, prejuicios o desinformación, con el fin de aprender posibles acciones y medidas que puedan generar cambios en esa situación, tanto por parte de la persona adicta como de su familia.

Lic. Melina Gancedo



TELEPSICOLOGÍA

Telepsicología



HABILIDADES SOCIALES Y EFICACIA INTERPERSONAL

Para disfrutar de una vida emocionalmente sana, como seres sociales que somos, son útiles aquellas habilidades que, sea que ya las tengamos o las vayamos adquiriendo, nos permiten vivir en armonía con los que nos rodean, de una forma eficaz, saludable y satisfactoria, ampliando el bienestar en todas los ámbitos de nuestra vida.

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas, o rasgos de comportamiento y comunicación tanto verbal como no verbal, que se ponen en juego cuando interactuamos con otros y que nos permiten que esa relación sea efectiva, satisfactoria y aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que está.

Entre éstas habilidades podemos nombrar la empatía, asertividad, respeto, escucha activa, negociación, comunicación y habilidades expresivas, comprensión de situaciones sociales y personales, compasión, resolución de conflictos, inteligencia emocional, modulación de la expresión emocional y autocontrol, capacidad de disculparse, cooperación y el reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás, entre otras.

Al ser comportamientos, se relacionarán con nuestra forma de pensar, sentir y con la personalidad que fuimos construyendo desde chicos en relación con el entorno social y en las diversas situaciones a lo largo de la vida, en donde fuimos aprendiendo, potenciando y adquiriendo ciertas habilidades.

Según las características de cada persona y su contexto, prevalecerán algunas habilidades por sobre otras, que necesitarán adquirirse para evitar conflictos provocados por su falta, o su escaso desarrollo. Esto da lugar a problemas de autoestima, dificultad para expresar deseos y opiniones, de relacionarse con los demás, sentimiento de inadaptación social y malestar o desequilibrio emocional.

Desde la psicología Cognitivo-Conductual se puede realizar un análisis funcional de la conducta, utilizar autoinformes, entrevistas, evaluación de terceros, autorregistros y cuestionarios, para conocer a la persona y sus fortalezas y debilidades. Luego, se procederá a la utilización de técnicas para el entrenamiento, aprendizaje y desarrollo de las habilidades sociales que se soliciten. El procedimiento de intervención principalmente incluye: la Justificación e instrucciones, donde se explica la importancia de las habilidades a enseñar y por qué funcionan; el Modelado, donde se aprenden comportamientos nuevos observando e imitando el comportamiento de otros; el Ensayo conductual, en el que la persona debe llevar a cabo las actuaciones y ensayar bajo circunstancias óptimas y controladas la conducta necesaria;

el Feedback o retroalimentación (puede ser positivo, negativo, descriptivo, corrector y auto-revelador) que es lo que hace efectivo el role-playing, y está dirigido a la conducta, no a la persona; el Reforzamiento, mediante el cual la aplicación de un estímulo reforzador hace que aumente la probabilidad de que una conducta se repita en el futuro; y la Generalización, ya que el fin del entrenamiento será que la persona pueda ser capaz de llevar a cabo lo adquirido en situaciones de su vida real.

Con una participación, involucramiento y cooperación activa de la persona implicada en este aprendizaje, susceptible de realizarse individual o grupalmente, se podrá ir incrementando y ampliando el catálogo de conductas y competencias que posee.

Por Micaela Ravello Baldini



RADIO ROHSAM



Radio online hispanohablante
de salud mental

EL ECO DEL ACOMPAÑAMIENTO TERAPÉUTICO

Uno no sabe bien porque nace, de lo que si nos enteramos es de esa repentina sensación que supone estar “al aire”, y el aviso no es una luz roja, sino que es un estallido ante la necesidad de vivir otro real, parece que con uno no nos alcanza...

El Eco emana de la continuidad de las voces que, a lo largo de nuestra formación como Técnicos Universitarios en Acompañamiento Terapéutico en la Tecnicatura Universitaria en Acompañamiento Terapéutico de la UNSAdA (Universidad Nacional de San Antonio de Areco), quedaron reverberando-nos, pulsionando-nos. No somos nosotros, en el mejor de los casos se trató de saber usar algunos recursos tecnológicos para hacer de Babel una serie discursiva con cierta lógica y que, fundamentalmente, no sea un plomo. Sabemos que no solo no somos originales, sino que nos reconocemos tan ignorantes como carentes de buen trato con la inmovilidad que el terror supone. Así que, después de escuchar las producciones radiales que encontramos, nos miramos por la pantalla de la compu y nos dijimos, ¡Dale, ni hablar, hacemos un micro de Salud Mental y Acompañamiento Terapéutico!

El Eco es medio desfachatado, responsable y por suerte, corto... Tratamos de no ser somníferos, pero nos reconocemos, así que no se llenen de esperanzas es muy probable que los defraudemos.

Más allá de estos avisos queremos contarles que lo hacemos lo mejor que podemos y para eso tuvimos que derribar algunas barreras tecnológicas. La compu dejó de ser el Word, Excel, YouTube y Facebook, para pasar a ser programas de edición de audio digital, mensajes a profesores, colegas y distintos actores del campo de la salud mental. Algunos nos contestaron, otros no, otros nos bloquearon...

Expertos en caídas, nos limpiamos las rodillas y listo, con los que nos apoyaron (Gracias Gente) empezamos a discutir, literalmente, sobre como NO tenía que ser.

Más o menos así fueron las cosas, el resto es ir de a poco.

Siéntense cómodos, dejen abierta una ventana para que les entre un poquito más de aire, tengan cerca el celular por si se presenta algún efecto no esperado y dispónganse a escuchar el producto de la continuidad del sonido humano en el tiempo.

Suerte...

Mariela y Héctor

**El Eco Del Acompañamiento Terapéutico
acompañantes terapéuticos, en la radio...**



TEACOMPañAMOS



TEACOMPañAMOS

Espacio de psicólogos y ATs



EL VALOR DE LA SUPERVISIÓN EN LOS DISPOSITIVOS DE ACOMPAÑAMIENTO TERAPÉUTICO

El rol del acompañante terapéutico es central en muchos casos para fortalecer los tratamientos terapéuticos desde lo físico, psíquico y emocional. En el ejercicio profesional, es necesario una supervisión en diversos sentidos:

- Supervisión del caso:

Debe haber una figura que coordine el dispositivo, desde los horarios de acompañamiento, hasta la importantísima elaboración de objetivos terapéuticos, que sostienen en lo cotidiano, con estrategias diversas, el trabajo de la psicoterapia y de los diferentes espacios donde transita el paciente. Se trata de una propuesta de intercambio fluido entre los profesionales tratantes (según cada caso, psiquiatra, neurólogo, psicopedagogo, psicólogo, fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional, kinesiólogo, etc), la familia y el acompañante, de modo de comprender las necesidades particulares, individuales y siempre cambiantes de cada caso. Se evalúa las características del caso, su diagnóstico, las fortalezas y dificultades, las áreas afectadas, los recursos sociales, vinculares, económicos; y en base a ellas, y tomando en cuenta lo evaluado en cada disciplina, se elabora una propuesta de cantidad de horas y objetivos a abordar en el dispositivo.

En muchas ocasiones, se elaboran informes para que el paciente pueda tramitar la solicitud de cobertura en su sistema de salud (prepaga, obra social) de las horas necesarias de acompañamiento.

Dentro de los objetivos que se plantean, se abordan cuestiones de rutinas, orden, horarios y responsabilidad en las tareas cotidianas, socialización, sostén emocional, se sostienen espacios de disfrute y recreación, se favorece la creatividad, se organizan salidas para el mantenimiento de las funciones y rehabilitación física.

La retroalimentación por parte del acompañante también es de gran valor para el rediseño de los objetivos, y da información sobre el día a día de las personas acompañadas.

De este modo, el trabajo en equipo desde una supervisión y coordinación permite una sinergia que potencia las intervenciones. A veces, este rol es cumplido por alguno de los profesionales tratantes, y en otras ocasiones, es un profesional por fuera del equipo que oficia de mediador, nexo entre profesionales, familia, paciente, obra social, acompañante.

Otra de las funciones de la supervisión es muchas veces ocuparse de que el acompañante terapéutico tenga un honorario ético, y sea respetado y remunerado en tiempo y forma, intercediendo ante la familia y/o el servicio de salud.

- Supervisión del encuadre:

En este caso, el foco está puesto en que los aspectos formales y del rol estén siendo eficaces. Por ejemplo, que se pueda mantener la distancia óptima entre paciente y acompañante, que se puedan sostener los objetivos planteados, que el paciente haya podido establecer lazo de confianza con el profesional y respete su rol.

A top-down view of a desk with various school supplies. On the left is a clipboard with a blank sheet of paper. To its right is a large bundle of pencils. Below the pencils are several erasers and a pen. In the bottom right corner, there is a smartphone and a ruler. The background is a solid purple color on the left side and a light grey color on the right side.

ENTRENOTAS

EL CLON HACE PAN...

Tan ingenioso como mortífero, así entiendo este juego de palabras. Esta suerte de anagrama cabe para el significante que me convoca a compartir mi posición en esta oportunidad. El Clonazepan, como una metáfora de una sociedad con rasgos hipócritas y asesinos, tomando esta última en su sentido etimológico, es una de las benzodiazepinas más baratas del mercado, razón por la cual se convierte en un arma letal y silenciosa.

En los grupos de amigos, en la barra de la esquina, en los clubes y en los ámbitos laborales es dado encontrar un/a integrante con características tales que le diferencian del resto. A veces se le pone el mote de “Dormido/a” y en otros casos nos encontramos con que el grupo de pares, dado lo “pintoresco” de su comportamiento, le denomina “Loco/a”.

Esta costumbre la podemos encontrar a lo largo y a lo ancho de nuestro país, casi podríamos decir que es un CLON que se disemina sin reparos, ni barreras. Si esta fuera la única costumbre argentina la cuestión no sería tan preocupante. Pero no lo es, porque junto a ella tenemos otra que es la de hacer un uso funcional de la ley, discrecional, retorciéndola, forzándola y finalmente vejándola según la necesidad del caso y la particularísima interpretación del consumidor.

¿Cuál sería el sentido que tendría denunciar a quien AZE recetas de psicofármacos o los vende en el llamado mercado negro por el solo hecho de cobrar unas monedas? Esta práctica ingeniosa y mortífera solo requiere de una receta, un sello y un homicida capaz de poner un arma en manos de quien la terminara usando para destruir su vida lentamente, en el mejor de los casos.

Lo dramático es que esto acontece a diario con el accionar indiferente de quienes facilitan el acceso a psicofármacos, poniendo en riesgo la vida de quien lo solicita y desarticulando el trabajo de los equipos de profesionales que intervienen en la atención de padecientes, en el caso que exista un tratamiento, porque no siempre quien sale a “pescar pastillas de” está inmerso en uno. Costumbre asesina, canalla y miserable esta que se viste de “hacer la gauchada” o que directamente se aprovecha de quien padece, a cambio de dinero. No existe motivo para ser ingenuo en salud, a menos que cambiemos ingenuo por pobre.

La salud no es un negocio, el padeciente debe ser atendido y el ingenuo, el despistado o el mal intencionado debe saber que puede terminar involucrado en la muerte de un sujeto por favorecer el consumo de psicofármacos por fuera del esquema farmacológico establecido por el psiquiatra. Que quede claro, un psicofármaco no es un caramelo. Solo debe ser prescripto por el profesional de salud autorizado que regularmente lleva adelante la atención del paciente, mensura los efectos del esquema periódicamente y de requerirlo el caso se establece como director del tratamiento, coordinando un equipo interdisciplinario.

Existiendo el llamado control de trazabilidad de los medicamentos y las correspondientes recetas es posible saber quién y que prescribe, debido a que estas quedan archivadas al igual que las historias clínicas, documento donde se explicitan las causas por las que el psiquiatra medica a un paciente con determinadas dosis de tal o cual fármaco específico

En nuestro país no hay defensa legal posible amparándose en el desconocimiento de la norma o la ley, razón por lo cual la salida menos traumática de este atolladero es cambiar por un habito al que también podemos argentinizar, uno en el que prime el respeto por quien padece, uno en el que nos reconozcamos como parte de un todo, uno que se sostenga a partir del convencimiento en que la solución no puede nacer del miedo a la pena, sino de la pena que significa no estar persuadidos de que aquello que daña al otro nos daña a todos.

La circulación indiscriminada de psicofármacos no se resuelve en los estrados únicamente, es nuestro deber buscar una salida desde la responsabilidad que, como cuerpo social, nos debemos. De no ser así, si dejamos a nuestros padecientes en manos de sicarios, llegara el día fatal en el que escucharemos el último PAM.

Héctor Adolfo Nine
Acompañante Terapéutico

LEENOS.MIRANOS.ESCUCHANOS

Grupo Psicomedios

Encontranos

@cambiodehabititos.com.ar

@telepsicologia

@radiatorhsam

@teacompañamos

