

PSICOMEDIOS

#4

LA IMPORTANCIA DE LA
DETENCIÓN TEMPRANA
EN EL AUTISMO

PRIMERAS AYUDAS
PSICOLÓGICAS (PAP)

ENTREVISTA A
GUSTAVO NOVELO
MASCARUA DE
"SALUD MENTAL EL
PODCAST"

CATHERINE
OSORIO: TERAPIA
SEXUAL

MAGAZINE SALUD MENTAL
SEPTIEMBRE 2020

PSICOMEDIOS

SEPTIEMBRE 2020



¿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 Simill

MARKETING DIGITAL

Maria Sol Cogan

ADMINISTRACIÓN

Evangelina Amengual

WEB MASTER

Hernan Diaz

Bahía Blanca

CC 8000

ARGENTINA

+54 9 291 4149933

administracion@psicomedios.com.ar



#CONTENIDO

CambiodeHábitos *Pág.04*

La importancia de la detección temprana en el autismo

Telepsicología *Pág.08*

Primeras ayudas psicológicas (PAP)

Radio Rohsam *Pág.11*

Entrevista a Gustavo Novelo Mascarua de “Salud Mental El Podcast”

TeAcompañamos *Pág.14*

Diálogo con la Licenciada en Psicología Karina E. Peñin

EntreNotas *Pág.18*

Entrevista a Catherine Osorio

CAMBIO DE HÁBITOS





LA IMPORTANCIA DE LA DETECCIÓN TEMPRANA EN EL AUTISMO

Como profesionales de la salud, muchas veces nos encontramos con preguntas relacionadas sobre que es el autismo, como se manifiesta y cómo podemos darnos cuenta si una persona o un niño tiene esta condición.

El autismo es una alteración neurobiológica con bases genéticas y neurológicas, que modifican e impactan en el desarrollo del niño. En sus manifestaciones más evidentes, nos encontramos con dificultades en el área socio comunicacional y patrones de conductas repetitivas, estereotipadas y poco flexibles.

Por este motivo, es fundamental la detección e intervención de manera temprana, pensar en una formación que tenga como objetivo brindar a profesionales de la salud y de la educación, herramientas teóricas y metodológicas, que faciliten la identificación temprana de los signos de alarmas de los trastornos del espectro autista (TEA)

pudiendo identificar aquellas dificultades tanto en el lenguaje y la comunicación, las dificultades en las interacciones sociales, en el registro de las emociones y el uso de estereotipias con fines de autorregulación.

Son herramientas fundamentales para lograr procesos inclusivos, brindar apoyos terapéuticos que puedan transferirse a los ambientes cotidianos del niño y su familia.

Además de poder identificar aquellos signos de alarmas, es necesario que podamos reconocer la importancia en la intervención terapéutica temprana y oportuna, para lograr aprendizajes y resultados efectivos, eficaces y significativos. Siendo el proceso de valoración diagnóstica una herramienta fundamental, para delinear un abordaje terapéutico específico atendiendo las necesidades del niño/a y su familia.

Para ello, pensar que podamos ejecutar buenos procesos de intervención y valoraciones, requiere que podamos identificar la sintomatología característica propia del autismo, contemplando el espectro de posibilidades en la manifestación clínica de los mismos. Por lo que debemos poder conocer de manera exhaustiva cual es la manera posible en la que el autismo puede presentarse, en la que dependerá de la singularidad de cada persona o niño, el entorno, la familia y la posibilidad de otras dificultades que pudieran estar presente.

Por último, poder intervenir y brindar estrategias apropiadas, basadas en evidencias será necesario que los profesionales que acompañan al niño y su familia, puedan ir determinando un perfil único de fortalezas y debilidades sobre las cuales se irán plantando aquellos objetivos de trabajo terapéutico e integrales fundamentales para brindar apoyos necesarios que favorezcan la eliminación de barrera sociales, a la vez que dotando a la personas de estrategias y recursos necesarios que favorezcan la adquisición y ejercicio pleno de sus derechos.



Silvina Aguirre

Lic. en Psicología. MP 5832

Abordajes TCC.

Diploma Superior Necesidades Educativas, Prácticas
inclusivas y Trastorno del Espectro Autista.

FLACSO.

Certificate of completion in the ESDM introduction
course. UC DAVIS MIND INSTITUTE. Sally J. Rogers



TELEPSICOLOGÍA

Telepsicología



PRIMERAS AYUDAS PSICOLÓGICAS (PAP)

En Telepsicología inauguramos un nuevo servicio. junto a la terapia online y a los servicios especiales de Telepsicología (S.E.T) ofrecemos las primeras ayudas psicológicas (pap) consiste en talleres de corta duración (entre 8 a 10 reuniones) a través de videoconferencia en formato grupal.

Se focalizan en un tema puntual donde a través de los encuentros el coordinador ofrece ayuda para la comprensión del problema y las formas de afrontamiento.

Los PAP son de carácter práctico y pretenden ayudar a la persona en la resolución de su problemática.

Está abierto a todo público.

Proximamente iniciamos el primero de ellos...

El primer PAR se denomina Psicología de la pandemia. Estará a cargo del Msc. Psicólogo Hugo Amengual. Sus objetivos son:

- Brindar información basada en la evidencia
- Colaborar en la gestión de las emociones negativas
- Manejo de situaciones propias de la pandemia
- Estrategias para mejorar el funcionamiento diario

Organizado en 10 ejes temáticos uno por semana.
Estos son:

- Eje temático (et) 1: que conocemos acerca de la pandemia Covid-19
- Eje temático 2: nuevos hábitos, la llamada nueva normalidad
- Eje temático 3: qué hacer frente a la infodemia (pandemia informativa)
- Eje temático 4: primera parte: ansiedad y estrés nuestro compañeros de viaje por estos días.



RADIO ROHSAM



Radio online hispanohablante
de salud mental

ENTREVISTA A GUSTAVO NOVELO MASCARUA DE “SALUD MENTAL EL PODCAST”

¿Dónde residen? En la Ciudad de México?Cuál es su profesión?

Psicología

¿Dónde han estudiado?

En la Universidad Iberoamericana

¿Por qué has elegido tal profesión?

Porque siempre me ha interesado conocer al ser humano en su profundidad, las razones de su comportamiento, y cómo cambiar para ser mejores personas.

¿Podrías describir de qué se trata tu programa “salud mental: el podcast”?

En cada episodio hablamos sobre diversos temas de la Psicología y buscamos siempre dar algunas alternativas, sugerencias, recomendaciones o tips para que las personas que nos siguen para que puedan beneficiarse y aplicar los consejos que les damos a sus vidas.

¿Por qué has decidido realizar podcast de salud mental?

Encontré que los podcasts son un excelente medio para llegar a las personas con la gran ventaja de que los episodios ya quedan grabados y los podemos escuchar en el momento que queramos.

¿Desde cuándo estás realizando tu programa?

Desde el 10 de julio del 2010

¿Los oyentes se contactan contigo para realizarte preguntas, comentarios, devoluciones sobre tu programa?

Si lo hacen a través de diversos medios como correo, Facebook, Messenger, y las diversas plataformas donde está nuestro podcast.

¿Cómo seleccionas las temáticas para hablar en tus podcast?

Algunos temas los seleccionamos de las sugerencias de nuestros seguidores, otras por temas que están de moda o por temas que no hemos hablado y creemos que pueden ser interesantes para nuestros escuchas.

¿Qué es lo que más disfrutas de hacer podcast?

Todo el proceso, desde la preparación del guión, la grabación, la edición, la difusión así como los comentarios de nuestros seguidores.

¿Qué es lo que menos te gusta de realizar podcast?

Creo que cuando vemos que algún tema no tuvo la respuesta que esperábamos de nuestros seguidores.

¿Qué opinas sobre transmitir tus podcasts en la Radio Online Hispanohablante de Salud Mental?

Se nos hace una excelente oportunidad para llegar a otro público inteligente al que no habíamos podido contactar.

Gracias por tu tiempo!



TEACOMPañAMOS



TEACOMPañAMOS

Espacio de psicólogos y ATs



DIÁLOGO CON LA LICENCIADA EN PSICOLOGÍA KARINA E. PEÑIN

¿Qué es Te Acompañamos?

Te Acompañamos es un servicio centrado en el trabajo del Acompañante Terapéutico: se basa en la planificación, coordinación, propuesta del AT y supervisión periódica de su labor, en base a los requerimientos del profesional o equipo tratante de cada paciente. Este rol lo desempeñamos diferentes Psicólogos y contamos con un equipo de ATs que nos permite disponer de perfiles muy heterogéneos, para responder a las necesidades y requerimientos de cada caso.

Es importante destacar que trabajamos con pacientes que requieren de la asistencia de un AT en tanto se encuentren en tratamiento (ya sea Psicológico, Psiquiátrico, etc) por fuera de nuestro programa; quiero decir que nosotros no nos ocupamos del tratamiento del paciente, sino que nuestra labor se centra en acompañar al AT en la complejidad de su trabajo, al paciente, sus familiares y el profesional o equipo tratante con el objeto de formular un dispositivo de acompañamiento terapéutico específico y garantizar que dicho dispositivo funcione adecuadamente, es decir, que permita avanzar hacia el logro de los objetivos terapéuticos planteados.

¿Cómo surge la idea de ofrecer este servicio?

Comenzamos a ofrecer este servicio porque como profesionales de la salud, sabemos que no es tarea simple la labor del AT; es un profesional que no trabaja "por su cuenta", funciona como un auxiliar de la salud; debe llevar a cabo un plan con actividades concretas que respondan a las demandas de trabajo de cada profesional tratante.

Es importante considerar que un equipo tratante está conformado por profesionales de diferentes disciplinas (por ejemplo, un paciente puede estar en tratamiento con un Neurólogo, un Psicólogo, un Terapeuta Ocupacional, un Fonoaudiólogo, entre otros) y cada profesional requerirá que el AT trabaje con el paciente algo específico de su área; entonces el AT deberá contar con una planificación de trabajo que articule estas demandas, dando así continuidad a los objetivos planteados desde las diferentes terapéuticas. Este trabajo debe ser supervisado y coordinado de manera periódica (se van replanteando objetivos y tareas en función de los avances y dificultades del paciente o de nuevas necesidades). Los profesionales tratantes suelen verse sobrecargados al asumir esta función que excede su trabajo con el paciente. Nuestro servicio tiene como función mantener los vínculos con el equipo profesional tratante, el paciente y sus familiares, el AT y la Obra Social a fin de permitir una mejor administración del tiempo, informando, canalizando dudas y solucionando los problemas que pudieran surgir en el transcurso del acompañamiento terapéutico.

¿Cuál es tu función?

Estoy a cargo de la coordinación y supervisión del área de niños y adolescentes

¿Qué problemáticas se trabajan dentro de tu área?

Las problemáticas más frecuentes con las que trabajan los ATs dentro de esta área son: Trastorno del Espectro Autista (que incluye Trastorno Generalizado del Desarrollo y Asperger), Trastorno por Déficit de Atención c/s Hiperactividad, Trastorno Negativista Desafiante, problemas de aprendizaje, problemas de conducta, dificultades de integración escolar, conductas de riesgo en adolescentes, trastornos de ansiedad y trastornos de la alimentación.

¿Cómo pueden contactarse o conocer más sobre este servicio las personas que estén interesadas?

Pueden ingresar a nuestra página web: www.teacompañamos.com.ar; ahí van a encontrar mucha más información y podrán contactarnos para evacuar dudas o realizar consultas.



A top-down view of a desk with various school supplies. On the left is a clipboard with a blank sheet of paper. To the right is a large bundle of pencils, some sharpened and some not. Below the pencils are several pieces of eraser. In the bottom right corner, there is a smartphone with a dark screen and a ruler. The background is a light gray surface.

ENTRENOTAS



ENTREVISTA A CATHERINE OSORIO

¿Dónde has estudiado para ser terapeuta?

Soy Psicóloga y Licenciada en Psicología, titulada de la Universidad Mayor sede Temuco, Chile. Egresé en el año 2003 y llevo 17 años ejerciendo específicamente en intervención clínica, trabajando tanto en Chile como en el extranjero, dentro de ámbitos públicos y privados, además de participar en actividades de docencia universitaria.

¿Has realizado una especialización en terapia de pareja o sexual?

Efectivamente, mis áreas de especialización e intervención se centran en la Sexología, Terapia de Pareja, Terapia Familiar Sistémica, Hipnosis Clínica y Terapia Gestalt.

Dentro de mi formación profesional he realizado los siguientes estudios: Máster en Terapia Sexual y de Pareja.

(Universidad de Barcelona, España)

)Postgrado de Experto en Hipnosis Clínica.

(Universidad de Barcelona, España)

Carrera de Especialización en Terapia Sistémico-Relacional. (Universidad de Buenos Aires -Fundación Familias y Parejas, Buenos Aires, Argentina)

Carrera de Formación en Terapia Gestáltica. (Asociación Gestáltica de Buenos Aires, Argentina)

¿Cómo fue que te diste cuenta que te gustaba la terapia sexual?

Principalmente porque al trabajar en terapia familiar y en especial en terapia de pareja, la sexualidad es un aspecto que aparece constantemente como parte importante de las dinámicas de relación y de los procesos evolutivos personales. Sin embargo, poder hablar con claridad de sexualidad, requiere de conocimientos específicos, no sólo académicos, sino también de cómo nosotros, los terapeutas, somos capaces de hablar de sexualidad. Esta inquietud me llevó a interesarme en la terapia sexual.

¿Las personas suelen ser inhibidas al dialogar sobre estos temas?

Si bien actualmente estamos viviendo una transformación importante en la manera de experimentar nuestras sexualidades, sigue siendo para las personas, un tema complejo de abordar. A pesar de estar en el siglo 21, aún hay mucho de tabú y prejuicios sobre la sexualidad y muchas veces la vemos reducida a un tema de genitalidad y de reproducción, siendo que atraviesa todos los aspectos de la persona, identidad, biología, familia, ser social, política, religión, etc. Hay diferencias importantes en cuanto a lo generacional, desde mi experiencia profesional, sigue siendo muy complejo para las personas que hoy se encuentran entre los 30 o 40 años hablar de sexualidad o de dificultades sexuales, (para los mayores de 40 es aún más complicado), no es así para la generación que actualmente está entre los 15 y 25 años, ellos se atreven más libremente a tocar estos temas, a plantearse preguntas y a querer saber. Sin embargo, como sociedad, en general, estamos al debe con la educación sexual integral, positiva e inclusiva.

¿Cuáles son las consultas más frecuentes en terapia sexual?

Desde mi experiencia, las consultas más frecuentes de las personas que solicitan atención están relacionadas a Vaginismo, Dispareunia y Vulvodinia en la mujer, Problemas de eyaculación y Disfunción Eréctil en el hombre, Falta o disminución del deseo sexual, Anorgasmia, Situaciones Traumáticas no resueltas que dificultan la experiencia sexual, Conflictos con la Orientación Sexual o Identidad de Género, Trastornos del ánimo que afectan la experiencia sexual, al igual que otras enfermedades que generan cambios en la vida sexual de la persona y que influyen la relación de pareja. De hecho, con la situación actual de pandemia, las relaciones de pareja han vivido exigencias y tensiones significativas, lo que inevitablemente ha repercutido en su bienestar relacional y sexual.

¿Cuántas sesiones en promedio necesita una pareja?

Desde el enfoque de psicoterapia integrativa breve, la propuesta de tratamiento en la atención de pareja sugiere entre 12 a 20 sesiones, dependiendo esto del motivo de consulta y las particularidades de la pareja, lo que puede derivar en que se realicen mayor o menor cantidad de sesiones. Sin embargo, el objetivo principal es que la terapia se enfoque en la solución de los problemas y no se extienda demasiado en el tiempo.



¿Cómo es tu metodología de trabajo?

Mi metodología de trabajo para la terapia sexual se basa en un modelo integrador que incluye la terapia breve, los factores relacionales de la terapia familiar o sistémica constructivista, aspectos vinculados a la terapia Gestalt, técnicas de hipnosis clínica y los aportes de la terapia cognitivo-conductual reconocidos en la terapia sexual. Además, para mi es importante contar con el apoyo interdisciplinario de profesionales médicos, fisioterapeutas, psiquiatras, entre otros.

Dependiendo del motivo de consulta, habrá pacientes que acudan a consulta con una dificultad sexual y que sólo requerirán información o asesoría específica y consejería técnica, sin necesidad de realizar un proceso de psicoterapia. Otro tipo de pacientes, puede presentar dificultades sexuales debido a situaciones que involucren estilo de personalidad, modelos relacionales rígidos, situaciones traumáticas, carencias afectivas u otros aspectos, situaciones que requerirán de un proceso psicoterapéutico.

Teniendo en cuenta lo anterior, tanto para la psicoterapia como para las asesorías, previo contacto del paciente, realizaremos una primera etapa de encuadre y evaluación diagnóstica, para luego establecer el proceso de intervención y posteriormente el cierre o alta de proceso.

Otra estrategia de trabajo es el Servicio de Consultoría Puntual, en donde si la persona tiene alguna dificultad específica pero no se plantea hacer terapia o consejería, y le gustaría aclarar alguna duda relacionadas con la sexualidad o relaciones sexo-afectivas, le propongo que me envíe sus preguntas de forma escrita, para así ayudarle con una respuesta personalizada.

Previa solicitud, le hago llegar un cuestionario con preguntas para conocer su preocupación, una vez teniendo esa información elaborar la respuesta para poder enviársela.

¿La terapia sexual en línea sirve?

Actualmente, la tecnología nos permite acercarnos de distintas formas y la psicoterapia es una disciplina efectiva para trabajar con los pacientes a distancia, en especial si hay distintas circunstancias que no nos permiten acceder a consulta de manera presencial.

La terapia en línea (teléfono, video llamada), se ha estado realizando por aproximadamente 20 años, sin embargo, durante el último tiempo es una estrategia que tiene muchos adeptos y ha logrado posicionarse de manera importante en el ejercicio de la psicoterapia, lo mismo ocurre con el asesoramiento sexológico y la terapia sexual o de pareja.

Según estudios recientes, señalan que en cuanto a su efectividad no existen grandes diferencias con la terapia presencial, siempre y cuando exista un real compromiso por parte del paciente, una atención regular y una buena afinidad o alianza terapéutica (Richardson, 2012; Lee, 2010; Hanley, 2009, entre otros). Además, se deben salvaguardar las condiciones éticas y de setting terapéutico (el contexto concreto en que se realiza el tratamiento), ya que favorece la estabilidad del proceso de psicoterapia online.

Aun cuando existen diferencias obvias entre la atención presencial y online, como la pérdida de una cercanía concreta, las posibles dificultades de conexión, interrupción o interferencias y la dificultad para captar totalmente la comunicación no verbal, todos estos son aspectos que podemos mejorar y adaptar.

Por otra parte, la asesoría sexológica o la terapia sexual online hacen accesible la intervención a personas que de otro modo no podrían recibirla (personas que viven en zonas rurales, pueblos pequeños, con escasez de recursos y/o profesionales, personas con dificultades físicas o escasez de tiempo). Además, la metodología online puede resultar una buena alternativa para personas que tienen dificultades para pedir ayuda de forma tradicional, por situaciones como la timidez, por ejemplo, permitiendo que la persona pueda estar en su espacio de seguridad, proporcionándole una sensación de confianza y mayor comodidad a la hora de hablar de sus intimidades y/o dificultades.

Sin embargo, siempre es importante evaluar cada caso (por ejemplo, en las sesiones iniciales) y valorar si se puede abordar la dificultad concreta mediante esta vía, o bien buscar otras alternativas.

¿Cuánto duran las sesiones?

La sesión de psicoterapia o asesoría individual tiene una duración de 60 minutos y la sesión de psicoterapia en pareja o en familia tiene una duración de 90 minutos.

¿La terapia puede ser contraproducente?

Creo que sólo puede ser contraproducente si no la realizan profesionales competentes, especializados, si se incurre en malas prácticas o si se trata de un contexto obligado en el que el paciente no quiere estar. Fuera de estas excepciones, considero que la terapia siempre es beneficiosa y enriquecedora para las personas. La salud mental está intrínsecamente ligada a la salud física y al bienestar de nuestra sociedad, es algo que debemos promover y facilitar.

¿Cuál es la diferencia entre terapia de pareja y terapia sexual?

Para mí, la diferencia principal tiene que ver con el motivo de consulta, si bien en la terapia de pareja se abordan los aspectos de la sexualidad, no necesariamente será el foco de intervención, pues podemos por ejemplo, encontrarnos con situaciones en donde la pareja tiene relaciones sexuales satisfactorias pero experimenten conflictos en la dinámica de comunicación, en el compromiso con la relación, en el enfrentamiento de las crisis, etc.

Por otra parte, en la terapia sexual, el motivo de consulta está relacionado con alguna dificultad del paciente en el ámbito de la sexualidad y el abordaje puede realizarse de forma individual, en pareja o incluso familiar, dependiendo de la situación que le lleve a solicitar la terapia.

LEENOS.MIRANOS.ESCUCHANOS

Grupo Psicomedios

Encontranos

@cambiodehabititos.com.ar

@telepsicologia

@radiatorhsam

@teacompañamos

