19º ENCUENTRO DEL FORO DE ENFERMERAS DE SALUD MENTAL AEESME / COMUNIDAD DE MADRID

"COMO FAMILIA, TÚ TAMBIÉN CUENTAS"

GRUPO DE PSICOEDUCACIÓN CON FAMILIAS

Rocío Lucía Isidoro Torres, Ángel González Bueno, Izaskun Sagarduy Álvarez, Belén Rodríguez López , Marina Carretero Gómez

Asociación Española de Enfermería de Salud Mental

INTRODUCCIÓN

Desde el Hospital de Día de Psiquiatría del Hospital Universitario Infanta Sofía se venía palpando una necesidad de formación y empoderamiento hacia los familiares en relación a la patología mental y todo lo que rodea el tratamiento en Hospital de Día en sí mismo. Quisimos dar forma a un espacio en el que únicamente estuvieran las familias y ese aprendizaje que se llevan sus familiares diariamente, se lo pudiera llevar la otra parte de toda esta historia, que son las familias, parejas, amigos...que les acompañan en el camino.

OBJETIVOS

- Generar un espacio que facilite el diálogo entre las familias.
- Favorecer un lugar de aprendizaje y apoyo emocional.
- Aprender nuevas formas de afrontamiento durante el proceso de tratamiento.
- Facilitar un espacio donde puedan sentir acompañamiento y entendimiento durante el proceso, tanto de otros familiares como del equipo.
- Promover una red de apoyo entre las diferentes familias, pudiendo identificarse unos con otros.
- Empoderar al equipo de enfermería pudiendo tener espacios propios con los familiares

METODOLOGÍA

Pasamos una encuesta voluntaria y anónima a través de Google Forms a los familiares, para recoger datos (demográficos, vínculo con el familiar, conocimientos sobre enfermedad mental grave...) así como qué temas les parecían de mayor interés para abordarlos en este espacio y con qué frecuencia y en qué horario habría mayor asistencia.

Quisimos que se tratara de un grupo de apertura lenta, en el que se fuesen incorporando los asistentes a la vez que se iniciaba el tratamiento en Hospital de Dia de su familiar.

Basándonos en los resultados de la encuesta, se acordaron sesiones mensuales, con una duración de 1h y 45 minutos, dirigidas únicamente por el equipo de enfermería del dispositivo.

DESARROLLO

Nos pareció importante cuidar la parte sensorial del grupo desde un inicio:

- Olfato: Utilizamos un ambientador de canela
- Oído: Nuestro grupo tiene un himno, con el que iniciamos cada una de las sesiones, con una canción de Rozalén: "Agárrate a la vida"
- Vista: siempre estamos sentados alrededor de una mesa, simulando una reunión familiar, facilitando la palabra y el contacto ocular entre todos los asistentes.
- Gusto: En este espacio siempre suele haber hay algún snack encima de la mesa que compartimos
- Tacto: Intentamos que en cada una de las sesiones los asistentes puedan llevarse algo que le recuerde a lo trabajado en la sesión.

Hasta el momento llevamos 7 sesiones, en las cuales hemos trabajado:

1. Comunicación interfamiliar
2. Sobrecarga y autocuidado del cuidador
3. Situaciones de crisis
4. Qué hacer y qué no hacer
5. Transgeneracionalidad
6. Ser parte del cambio
7. Deseos de cambio

CONCLUSIONES

- Se percibe que los familiares sienten este espacio como seguro a la hora de tratar ciertos temas.
- Se sienten parte de un grupo, pudiendo tener más en cuenta la parte emocional de las diferentes temáticas propuestas.
- El propio equipo considera que uno de los pilares del éxito de este grupo ha sido el apoyo que hemos sentido por parte de todos los integrantes del dispositivo que conforma el Hospital de Día, dándole el espacio y la importancia que consideramos que se merece.
- Es un espacio en constante reevaluación, donde actualmente estamos revisando la posibilidad de aumentar su frecuencia a quincenal, por petición de los asistentes.

BIBLIOGRAFÍA

Hospital Universitario Infanta Sofía
SaludMadrid
Comunidad de Madrid