SALIDAS TERAPÉUTICAS EN HOSPITAL DEL DÍA DE TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD

Gema Guillén García (1), Eva M. Jiménez Martínez (2), Elena Martín Heras (3), Isabel Sánchez Galán (2), Verónica López López (1)
(1: Terapeuta Ocupacional. 2: Enfermera de Salud Mental. 3: EIR Salud Mental)
Hospital Dr. Rodríguez Lafora. Madrid

INTRODUCCIÓN

Las salidas terapéuticas son una parte fundamental del tratamiento en el hospital de día, proporcionando a los pacientes oportunidades para aplicar habilidades aprendidas en un entorno real y fomentar su bienestar emocional, así como, una herramienta valiosa para fomentar el aprendizaje y la socialización.
Las personas con diagnóstico de trastorno de personalidad se caracterizan por presentar aislamiento social y dificultad en el reconocimiento de intereses en sus actividades de ocio. Por lo que se plantea este tipo de actividad.
Desde el Instituto de Estudios del Ocio de la Universidad de Deusto, S Gorbeña define ocio como “vivencia subjetiva caracterizada fundamentalmente por la libertad percibida y por la voluntariedad; por la motivación o refuerzo intrínseco y por tanto por ser de carácter final y no instrumental, y por el disfrute o satisfacción que comporta”.
La National Therapeutic Recreation Society (NTR) defino el ocio terapéutico basándose en su aplicación clínica como “un proceso cuyo objetivo es facilitar y mantener el desarrollo y la expresión de un apropiado estilo de ocio para las personas con limitaciones de tipo físico, mental, emocional o social a través de programas y servicios llevados a cabo por profesionales que intentan eliminar barreras para el ocio y optimizar los recursos del individuo para obtener el máximo beneficio de las experiencias de ocio.

DESARROLLO

Desde el Hospital de Día de Trastornos de Personalidad del Hospital Dr. R. Lafora se realiza una Salida Terapéutica mensual a la que acuden tanto pacientes como todo el personal que forma el equipo terapéutico.
Previo a la realización de la propia salida se realizan diversas sesiones en el Hospital de Día en las que son los pacientes quienes investigan sus preferencias, las exponen a sus compañeros y entre todos deciden cuáles son las opciones que más se ajustan a sus gustos y necesidades.
El día de la salida acordamos el lugar y la hora del encuentro con ellos, acudiendo cada uno de forma independiente hasta el mismo lugar de la salida.

Ejemplos de Salidas Terapéuticas:

1. Visitas a Museos: Estimulación cultural y artística.
2. Excursiones a la Naturaleza: Actividades al aire libre que promueven el bienestar.
3. Visitas a Espacios Públicos: Salidas a parques, o cafeterías para practicar habilidades sociales.

METODOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD

- Se establecen objetivos claros con la salida.
- Se planifica la salida de manera detallada teniendo en cuenta las habilidades de los pacientes y sus preferencias.
- Durante la salida se tiene la supervisión y el apoyo del equipo del hospital de día.

OBJETIVOS DE LAS SALIDAS TERAPÉUTICAS

- Fomentar la Autonomía: Promover la toma de decisiones y la independencia.
- Mejorar las Habilidades Sociales: Facilitar la interacción y la comunicación con otros.
- Reducir la Ansiedad: Exponer a los pacientes a situaciones sociales en un entorno controlado.
- Estimular el Aprendizaje: Aplicar técnicas de afrontamiento en situaciones cotidianas.

CONCLUSIÓN

Las salidas terapéuticas son una herramienta valiosa en el tratamiento de trastornos de personalidad, ayudando a los pacientes a integrar lo aprendido en el hospital de día en su vida diaria y como experiencias enriquecedoras que contribuyen al desarrollo integral de los pacientes. Este tipo de actividad busca no solo tratar los síntomas, sino también empoderar a los pacientes para que puedan enfrentar los desafíos de la vida con mayor confianza y habilidades.

BIBLIOGRAFÍA:

HOPKINS, H.L., SMITH, H.D. WILLARD y SPACKMAM (1998): terapia Ocupacional. 8ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
KIELHOFNER, G. (2004). Terapia ocupacional. Modelo de la Ocupación Humana. Teoría y Aplicación, 3ª ed. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
REED, K. L. Y SANDERSON, S.N. (1992): Concepts of Occupational Therapy. Baltimore, Lippincott: Williams and Wilkins.
ROMERO, D y MORUNO, P. (2003): Terapia Ocupacional. Teoría y Técnicas. Barcelona: Masson.
http://www.ocio.deusto.es/formación/ocio21/boletín9/cuestiones.htma