

Programa de tratamiento Ambulatorio

CENTRO DE REHABILITACIÓN DE ADICCIONES NOVA VIDA SPA.



NOVA VIDA
Centro de Rehabilitación de Adicciones

PROGRAMA DE TRATAMIENTO RESIDENCIAL

El programa general ofrecido por **CENTRO NOVA VIDA SPA** estructura su apoyo terapéutico, en base a objetivos comunes a toda persona en rehabilitación y también a objetivos determinados por las diferentes características individuales, la severidad de la dependencia, las drogas utilizadas, los patrones de uso, los trastornos físicos y psicológicos y a su entorno social. La idea general es ir reintegrando al individuo a un patrón de conducta acorde a su etapa vital, por medio de intervenciones individuales y grupales.

La premisa del plan de intervención ambulatoria, es no limitar o coartar los diferentes contextos y el normal funcionamiento de la vida personal, con una adaptación del tratamiento a las diferentes necesidades de la persona.

Este se estructura en base a las diferentes limitaciones que subyacen en mismo consumo abusivo o dependiente. Otorgando flexibilidad horaria, terapéutica, frecuencia y cantidad de profesionales a incorporar. Dando pie a la premisa, que para iniciar un tratamiento de rehabilitación no es obligatoria la internación.

El objetivo general es favorecer en la persona la adquisición de herramientas personales, familiares y sociales que, faciliten la reinserción en su vida cotidiana familiar social laboral de una manera adecuada, permitiendo la adquisición de una buena calidad de vida, prescindiendo por completo del uso de Drogas.

Para llevar a cabo un plan de tratamiento de acorde a nuestros objetivos terapéuticos, intervenciones y prestaciones recomendables para el logro de estos mismos, el cual estará destinado a personas con dependencia a sustancias psicoactivas y compromiso biopsicosocial severo (consumo en miembros de la familia, red de apoyo social, trastorno psiquiátrico y percepción de autoeficacia disminuida o ausente). El programa contara con los siguientes objetivos terapéuticos:

- ✓ Apoyar y fortalecer el proceso de motivación al cambio.
- ✓ Propiciar la problematización de los factores que facilitan y mantienen el consumo.
- ✓ Fortalecer los factores protectores que permitan el logro del proceso de cambio.
- ✓ Apoyar y fortalecer estrategias de prevención de recaídas.
- ✓ Apoyar el desarrollo de habilidades sociales.
- ✓ Orientar y apoyar el proceso de integración social.
- ✓ Apoyar y orientar el propósito de cambio en el estilo de vida.
- ✓ Facilitar el proceso de preparación para el egreso de acuerdo a los criterios definidos.
- ✓ Realizar acciones de seguimiento posterior al egreso del plan.

Desde este mismo punto el recurso humano es fundamental, el cual contamos con un equipo multidisciplinario, capacitado y con las competencias clínicas necesarias de acuerdo a la complejidad de la atención del plan y a la intervención terapéutica de la población a atender, con asignación horaria suficiente para dar cumplimiento a las prestaciones requeridas por el plan de tratamiento.

FASES DE TRATAMIENTO

Entrevista de sospecha diagnóstica Inicial.

La entrevista inicial pretende evaluar, en primera instancia, la naturaleza y gravedad del problema, dentro de un marco explicativo acerca de quién es el paciente, de donde proviene y su relación con la droga.

Así mismo, se considera que los primeros contactos son esenciales para estimular la motivación al cambio en los individuos y como proceso de orientación para sus familiares por eso la importancia de elementos motivacionales que apunten a dar respuesta a la petición de ingreso.

La recepción y entrevista de los pacientes es hecha por personal del centro. El paciente debe pasar por esta entrevista (acompañado por la persona o familiar que actuara como apoderado de este y cualquier otra persona significativa), el fin es, indagar de forma general el caso y proponer una sospecha diagnóstica y generar una propuesta de intervención.

Esta evaluación considera los siguientes aspectos:

- ✓ Datos personales y familiares.
- ✓ Disponibilidad de redes de apoyo.
- ✓ Etapas del Cambio.
- ✓ Salud compatible.
- ✓ Relación con la droga (Patrones y episodios de consumo).
- ✓ Diagnóstico biopsicosocial.
- ✓ Apreciación Clínica, Factores personales-ambientales.
- ✓ Descarte de patología dual descompensada.

El caso particular es revisado por al menos dos integrantes del equipo para pre-aprobar su ingreso, siendo el director el encargado último de aprobar el ingreso tomando en cuenta las indicaciones clínicas. La acogida formal es realizada por uno de los profesionales, los cuales explican el régimen interno de la comunidad, las reglas, los derechos y principios terapéuticos en general.

Duración del plan:

El tiempo estimado para lograr los objetivos del proceso de tratamiento, corresponde a la necesidad de cada persona. El tiempo sugerido es de 10 meses.

El plan de tratamiento y rehabilitación se puede distinguir en cuatro etapas de desarrollo progresivo, en donde cada etapa posee objetivos terapéuticos y un nivel de logro específico definido en el plan de tratamiento individual. Para cada etapa se define la siguiente duración estimada:

1era etapa Diagnóstico (2 MESES):

Como objetivo general de la primera etapa está el trabajar con la motivación del paciente en vías de ganar adherencia al tratamiento, se hace importante en esta etapa el trabajo en los factores

protectores y de riesgos, ejercitando la comunicación y desarrollando un auto cuidado y la autoestima.

Objetivos específicos:

- ✓ Contempla la acogida.
- ✓ Contención emocional.
- ✓ Diagnóstico integral del problema en los aspectos clínicos del consumo.
- ✓ Estado de salud mental y psiquiátrico junto con la variación del compromiso biopsicosocial.
- ✓ Abordaje del proceso de desintoxicación.
- ✓ Profundización de motivación al cambio.
- ✓ Evaluación del estado de inserción social para integrarse socialmente.

2da etapa Tratamiento

Esta fase de tratamiento tiene como objetivo general llevar a la práctica lo aprendido en la fase anterior, se hace importante en esta etapa identificar problemáticas pasadas y presentes para su reelaboración, reconociendo sus capacidades y limitaciones. Se insta al paciente a identificar y mantener sus logros y a aceptar la responsabilidad de sus conductas, así como el aceptar su realidad personal y familiar.

Objetivos específicos:

- ✓ Factores que intervienen en el inicio y mantenimiento del consumo problemático.
- ✓ Apoyo al proceso de desintoxicación a mediano y largo plazo.
- ✓ Prevención de recaídas.
- ✓ Restablecimiento de vínculos saludables.
- ✓ Reparación de experiencias traumáticas (Elaboración de duelos).
- ✓ Redefinición de roles e identidad de género.
- ✓ Fortalecimiento de factores protectores.
- ✓ Evaluación de interés, habilidades, y competencias socio ocupacionales y Apoyo al desarrollo de ellas si fuera necesario.
- ✓ Mejorar autoestima
- ✓ Mejorar calidad relaciones interpersonales
- ✓ Mejorar habilidades de comunicación
- ✓ Reconocer dificultades personales
- ✓ Fortalecer capacidad empatía
- ✓ Manejo y expresión de emociones y sentimientos.
- ✓ Aumento de la tolerancia a la frustración
- ✓ Conseguir una consecuencia al respecto de las normas derechos deberes.
- ✓ Reincorporar los valores de responsabilidad y honestidad a la conducta.
- ✓ Disminuir la impulsividad y ansiedad.
- ✓ Reconocer la gravedad de su adicción.
- ✓ Mejorar su autoevaluación.
- ✓ Lograr expresar la agresividad de manera adaptativa.
- ✓ Trabajar los conflictos de pareja.
- ✓ Reconocer el daño.
- ✓ Co-dependencia
- ✓ Tener claro que su vida tiene un sentido y dirección determinada.

- ✓ Reforzar aspectos conductuales preventivos de recaídas.
- ✓ Ser capaz de cumplir en forma constante con las exigencias establecidas.
- ✓ Ser capaz de asumir responsabilidades importantes Reforzando la autonomía.
- ✓ Ofrecer los elementos básicos que implica la incorporación al mundo laboral.
- ✓ Entendimiento íntimo de las motivaciones emocionales y ambientales que le llevan a consumir drogas.
- ✓ Tener un comportamiento adecuado durante su actividad fuera de la comunidad, con sus pares y núcleo familiar.
- ✓ Solidez en un estilo de vida saludable, incompatible con el uso de drogas.
- ✓ Consolidar redes sociales.
- ✓ Decidir el futuro laboral, identificando proyectos socio ocupacionales saludables o de menos riesgos

3ra etapa Seguimiento:

Esta etapa es resolutive, al residente se le exige la toma de decisiones y una actitud proactiva frente a su tratamiento, en esta etapa se pretende evaluar los cursos de acción de los residentes cada 15 días a fin de que este proceso no se manifieste como un hecho traumático así evitar posibles recaídas.

Corresponde a un periodo de seguimiento por un año, posterior a la alta terapéutica del plan, en el cual se realizarán intervenciones individuales, familiares o grupales, con frecuencia que se distancia progresivamente en la medida que avanza el plazo de un año, con el objeto de evaluar la mantención de los cambios terapéuticos logrados, ofreciendo estrategias de apoyo en el caso de presentarse dificultades.

***La duración de cada etapa queda sujeta a evaluación del cumplimiento de los objetivos terapéuticos.**

Enfoque a seguir:

El enfoque a utilizar por el centro, es el modelo de terapia **cognitivo-conductual** el cual tiene una **excelente trayectoria**, respaldado con numerosos estudios que demuestran su eficacia en el tratamiento de adicciones, depresión y ansiedad.

Las terapias cognitivo-conductuales proponen al paciente desarrollar estrategias que le permitan la regulación emocional y el manejo del consumo compulsivo. Es desde este punto donde explica la forma en que los pensamientos y emociones interactúan, produciendo los **procesos automáticos que conllevan las adicciones**.

Además del enfoque cognitivo conductual se contemplan las siguientes terapias complementarias al proceso terapéutico:

Arte terapia:

El arte terapia es la producción de imágenes y objetos artísticos que se utilizan para ayudar restablecer la capacidad natural del individuo para relacionarse consigo mismo y con el mundo que le rodea de forma satisfactoria. Las imágenes y objetos artísticos creados en un entorno seguro y en presencia del arte terapeuta posibilitan la exploración, expresión, contención, y resolución de emociones conflictivas.

Objetivos:

- ✓ Reflejar, tanto su mundo interno como su entorno, para ayudar a explorar y resolver los conflictos emocionales o psicológicos de la persona.
- ✓ Tomar consciencia de aquellas emociones, (dolores, alegrías, mecanismos de defensa, realidades personales, grupales, familiares, de pareja) y desde allí clarificar situaciones, o aceptarlas, modificar conductas personales y también mejorar dinámicas de interacción.
- ✓ El arte cura a través de la distracción; ayuda a los pacientes a no pensar en la enfermedad.

Yoga

El objetivo general del yoga es lograr un estado de tranquilidad y de lucidez alerta que trascienda los vaivenes de la mente habitual, logrando alcanzar una paz interior consistente que no sea fácilmente derribada por los pensamientos irracionales.

Algunas condiciones de salud en las que se ha demostrado la eficacia del yoga en particular como método de prevención y de tratamiento de enfermedades incluyen:

La ansiedad y depresión: La actividad física adecuada disminuye la ansiedad y la depresión en pacientes con cáncer tratados con quimioterapia (Midtgaard, 2005). Disminución de la depresión y aumento en el bienestar luego del ejercicio aeróbico se encontró en la población normal y en gente mayor (Antúnez, Stella, Ferreira, Amodeu, de Mello, 2005; Warburton et al., 2006). El *yoga* integra la actividad física y la relajación, autoconciencia, espiritualidad y un estilo de vida sano. Es útil para combatir la ansiedad, la depresión, la prevención de estrés relacionado al trabajo, y la mejoría del estilo de vida. (Nespor, 1993, 2006).

El alcoholismo y adicción a drogas: La práctica regular de actividad física no competitiva y especialmente la práctica de *yoga* disminuye la ansiedad de consumo (“*craving*”), mejora el estado físico en general, aumenta la capacidad de concentración y relajación, disminuye las conductas automáticas e impulsivas y favorece el cambio hacia un estilo de vida saludable, siendo una herramienta importante en la prevención y tratamiento de adicciones (Lohman, 1999; Nespor 1993, 1994, 2000, 2001).

Terapia física

Se define la Terapia Física como una estrategia psicofísica, altamente sistematizada y centrada en los principios de la Fisioterapia. El movimiento como elemento preventivo, curativo y rehabilitador, cuyo propósito es reducir la ansiedad y estrés proporcionado por elementos externos e internos, mejorar el ciclo sueño-vigilia, mejorar los niveles de concentración, disminuir las mialgias, mejorar las capacidades cardiorrespiratorias y broncopulmonares. Además de proporcionar canalización de emociones, comunicación y trabajo en equipo.