

400 KLUBAREN PRAKTIKARIK ONENARI SARIA 2009

PREMIO 2009 A LA MEJOR BUENA PRÁCTICA CLUB 400

## HOSPITAL PSIQUIÁTRICO Y SALUD MENTAL EXTRAHOSPITALARIA DE ÁLAVA

### **UPR: Un pequeño reto**

UPR es una herramienta terapéutica para el tratamiento de personas que sufren un trastorno mental severo, especialmente esquizofrenia. La esquizofrenia es una enfermedad invalidante que comienza al final de la adolescencia e inicio de la edad adulta, que afecta a alrededor de 20.000 personas de la CAPV. Cursa unos síntomas llamativos que discapacitan a la persona que la sufre:

-Síntomas positivos: delirios y alucinaciones (oír voces, sentirse perseguidos y vigilados...)

-Síntomas negativos: incapacidad funcional, incapacidad para establecer relaciones, apatía para aprender...

-Tercer bloque de síntomas: deterioro de las capacidades intelectuales.

Es una enfermedad de curso crónico que evoluciona a brotes, llevándoles finalmente al aislamiento, a una evidente falta de calidad de vida, exclusión social y a veces a la pobreza. Además carecen de consciencia de enfermedad, muchos no saben que están enfermos (el 32%).

El aspecto positivo es que se puede tratar con eficacia llegando a la reinserción social. Los dos pilares del tratamiento son: Medicación y Rehabilitación.

•**Medicación:** Un dato significativo es que existe una falta de adherencia al tratamiento farmacológico, de hecho un 25% abandona el tratamiento la primera semana, el 50% durante el primer año y el 75% durante los dos primeros años.

•**Rehabilitación:** Tiene diferentes fases asociadas: psicoeducación, educación para la salud, control de impulsos, grupos familiares, etc.

La Unidad de Psicosis Refractaria del Hospital Psiquiátrico de Álava nace en 2004, como Unidad especializada para tratar a pacientes refractarios al tratamiento en unidades convencionales. Su principal objetivo es que las personas que llegan a la Unidad no se queden, tiene una clara vocación rehabilitadora.



En este contexto y teniendo en cuenta la falta de consciencia de enfermedad y lo que conlleva, no existía herramienta alguna que ayudara a aumentar esa consciencia. Ante esta necesidad de una herramienta terapéutica, la Unidad se planteó hacer algo. Para diseñar el programa se necesitaba una fundamentación teórica, para lo que se efectuó una amplia revisión bibliográfica centrada en tratamientos con alta efectividad como es la Psicoeducación. Además habían observado como en el tiempo libre o de ocio, jugando con juegos tradicionales el interés de los pacientes aumentaba. Entonces, ¿por qué no utilizar el juego como herramienta de aprendizaje, para contarles todo lo que tienen que saber sobre su enfermedad, que sea divertido y que no se den cuenta de que están aprendiendo?

El resultado es una especie de "Trivial", en el que hay preguntas sobre su enfermedad, ayudando a estas personas a potenciar habilidades sociales y a favorecer el conocimiento que tienen sobre el efecto de su medicación. Al mismo tiempo estimula su cerebro, previene recaídas y sirve de apoyo para las familias. Existen fichas que tratan cinco áreas de interés en la atención de estos pacientes. El juego siempre lo dirige un profesional, que valida respuestas que no tienen por qué ser exactas a las contempladas en la ficha.



Para la evaluación del resultado participaron 50 personas a lo largo de 1 año, divididas aleatoriamente en dos grupos, uno de control, que recibió toda la información de manera tradicional, con grupos cerrados y un terapeuta que les iba dando toda una serie de conceptos, medicación... y otro grupo experimental, que estaba adscrito al juego y aprendían lo mismo pero jugando. Finalmente se pasó una encuesta para valorar los conocimientos adquiridos de ambos grupos, el grupo de control obtuvo una media de 5.50 sobre 10, el grupo experimental en cambio un 9.30.

Si esto era bueno para los pacientes de la Unidad, debía de ser bueno para otros, por lo que se ha exportado a centros de rehabilitación de personas con enfermedad mental grave, centros ocupacionales, asociaciones de familiares, centros penitenciarios, y como no, a Escuelas Universitarias y centros de Formación Profesional de grado medio y superior.

**Jokoak buruko gaitzak dituzten pertsonen, batez ere eskizofrenia pairatzen duten pertsonen trebetasun sozialak bultzatu, medikazioaren ezagueran lagundu, burmuina suspertu, berrerortzeak saihestu, familiei lagundu eta euren buruaren ezagutza eguneratzea baimentzen du.**