

TERAPIAS CREATIVAS EN LA UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN BREVE PSIQUIÁTRICA

Carmen Asensio

En esta presentación se describen las características de la unidad de hospitalización breve psiquiátrica (UHB), y las dificultades a las que ha de enfrentarse el terapeuta ocupacional en la intervención en este tipo de unidad. Se describen algunas de las características que diferencian al tipo de pacientes, grupos y modalidades de intervención. Se hace especial hincapié en la contribución de las terapias creativas, concretamente la arteterapia en la atención a personas con enfermedad mental en situación de crisis o fase aguda.

Las UHB son unidades destinadas a la atención en crisis, cuyo programa está indicado en aquellas personas para las que el tratamiento ambulatorio es insuficiente para el control de su sintomatología por lo que necesitan mayor número de cuidados y supervisión durante un periodo de tiempo “breve” (hasta la resolución de la crisis o fase aguda o de la situación que produjo el ingreso).

La resolución de la crisis en el menor tiempo y la coordinación con otros recursos para la óptima planificación del alta son objetivos fundamentales. Para el logro de éstos objetivos se considera imprescindible el tratamiento farmacológico y la provisión de cuidados y supervisión de enfermería, en un ambiente de control y seguridad.

En este tipo de unidades la terapia ocupacional se orienta también hacia la recuperación o estabilización del paciente. La intervención se centra en la mejora de la sintomatología, adherencia al tratamiento y al ingreso, establecimiento de rutinas estructuradas, participación en actividades y relaciones sociales, respondiendo a las necesidades ocupacionales y de interacción social y estimulando las habilidades de manera global.

La terapia ocupacional, proporciona al paciente la oportunidad de mantener un papel activo en el proceso de tratamiento.

Gran parte de la intervención se hace de forma grupal, siendo características de los grupos de unidades de agudos las siguientes dificultades:

- Pacientes en fase aguda o en crisis
- Estancia breve y por tanto poco tiempo para la intervención
- Sesiones interrumpidas frecuentemente porque los pacientes son llamados a consulta, visitados por especialistas en interconsulta o por otros profesionales, trasladados a pruebas...

- Terapias dirigidas a la totalidad o al mayor número posible de pacientes
- Grupos heterogéneos en todos los aspectos: patologías y evolución, funcionalidad, edad, procedencia, nivel económico y cultural, intereses, habilidades...
- Grupos abiertos. Altas y nuevos ingresos frecuentes. Adaptación a continuos cambios de miembros del grupo. Los nuevos ingresos han de ser admitidos en el grupo con la mayor inmediatez.
- Dinámica grupal siempre en fase inicial

Este contexto puede generar en el terapeuta sensación de frustración y discontinuidad por la variación de niveles de funcionamiento, motivación y diagnósticos entre pacientes y también percepción de “superficialidad” de los grupos de terapia cuyos miembros pueden cambiar diariamente.

Es necesario adaptarse al tipo de unidad y de paciente, a la participación impredecible, a la diversidad de grupos y a los continuos cambios de integrantes.

Se hace así necesaria la intervención mediante “grupos de terapia breve”, abiertos, heterogéneos, altamente tolerantes y flexibles.

La versatilidad del Arteterapia permite llevar a cabo un trabajo importante en entornos asistenciales distintos. En general, se puede llamar arteterapia a todo proceso terapéutico que utiliza medios y objetos referidos a categorías artísticas, en especial a las artes plásticas y visuales. Esto incluye desde la pintura y escultura, hasta formas más contemporáneas como la fotografía, el vídeo o la instalación

Existen terapias que trabajan con otras modalidades artísticas como la musicoterapia, danzaterapia o dramaterapia

Según la Asociación Americana de Arte Terapia (AATA), el Arte Terapia es una profesión de salud mental que utiliza el proceso creativo de “hacer arte” para mejorar el bienestar físico, mental y emocional de las personas de todas las edades.

En la UHB, no siempre será posible trabajar sobre aspectos introspectivos, de expresión y resolución de conflictos, de desarrollo emocional y personal. Sin embargo puede servir para contrarrestar el efecto emocional adverso del ingreso, disminuir la ansiedad y facilitar la comunicación entre pacientes y entre estos y el personal.

En la presentación se hace una descripción de la aplicación de técnicas de arteterapia grupal, cómo se organizan y desarrollan las sesiones, qué materiales se utilizan, y en torno a qué objetivos y temas se desarrollan las sesiones.

Se ofrece así una visión general, con algunos ejemplos de sesiones concretas, de cómo este tipo de técnicas y actividades pueden ser de gran utilidad en el tratamiento de pacientes agudos de salud mental y qué aspectos es necesario manejar para adaptar la técnica a las dificultades de intervención propias de este tipo pacientes y unidades.