



Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

160/2767 - Intervención educativa grupal. Mejorando la salud emocional. EAP Vic Nord

A. Moreta Rovira^a, R. Coma Roura^b, G. Mas Comas^b, S. Otín Nasarre^b, M. Sánchez Reguant^b, R. Morcillo Mercader^b, D. Costa Muntadas^b, C. López Carrascosa^b, N. Gordo Serra^b y J. Planella Jurado^b

^aMédico de Familia. EAP Vic Nord. Barcelona. Universitat de Vic. Universitat Central de Catalunya. ^bDUE. EAP Vic Nord. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Proporcionar herramientas para el manejo eficaz de las emociones en casos leves de patología mental. Contribuir a la salud y el bienestar de los pacientes.

Metodología: Valoración del estado psicológico de los participantes antes de empezar la intervención, al finalizar la misma, a los 6 meses y 9 meses. La intervención educativa grupal se basa en la participación activa del paciente. La intervención consta de 10 a 12 sesiones de unos 90 minutos por sesión una vez por semana y están dirigida por enfermeras. El número de participantes oscila de 8 a 10 personas. El desarrollo de cada sesión se realiza en tres fases: 1^a Aumentar los conocimientos sobre el trastorno, adquisición de conciencia de la situación actual y conocimiento de sí mismo. 2^a Adquirir conductas que favorezcan conseguir el estado de salud. 3^a Analizar los recursos para superar con éxito situaciones críticas.

Resultados: Hasta el momento hemos realizado 6 intervenciones grupales. Con un total de 44 pacientes, con un cumpliendo de 33 pacientes, 5 pacientes no cumplidores y 6 pacientes abandonan la intervención.

Conclusiones: La intervención grupal ha ayudado a los pacientes a mejorar el pensamiento negativo y las estrategias de resolución de problemas, así como a reducir los síntomas de la depresión, ansiedad y sus recidivas. Se crea un espacio de soporte mutuo con el que se recupera la red social disminuyendo la soledad. Tanto los profesionales del centro como los pacientes estamos satisfechos con el desarrollo de la intervención y sus resultados.