

# TU PROGRAMA

Ésta es la propuesta de tratamiento que te ofrecemos. No dudes en preguntarnos todas las dudas que te puedan surgir:

TERAPEUTA DE REFERENCIA:

PROGRAMA:

FECHA DE INICIO:

MÁS INFORMACIÓN:



94.494.70.71



HOSPITAL DE DIA  
c/ Heros 28 1º dcha - Bilbao

URGENCIAS: 94.468.46.98



HOSPITAL DE DÍA IMQ AMSA

## UNIDAD DE CRISIS VITALES

Programa de atención integral e intensiva para personas en procesos depresivos moderados y/o graves.

# DEPRESIÓN

La depresión es un trastorno de salud mental común. Se caracteriza por una tristeza persistente y una falta de interés o placer en actividades que previamente eran gratificantes y placenteras. Además, puede alterar el sueño y el apetito, y es frecuente que concurra con cansancio y falta de concentración.

## NUESTRO PROGRAMA

La unidad de día de crisis vitales consiste en un tratamiento multidisciplinar, intensivo y muy completo, para las personas que están pasando por una etapa de alto sufrimiento.

Se trata de una intervención fundamentalmente grupal, aunque siempre con atención individual con psicólogos/as y psiquiatras, para personas que en este momento están en crisis, habiéndose quedado paralizado o muy afectado su ritmo de vida habitual.

Al compartir las vivencias en grupo, se genera un entorno de confianza e introspección adecuado, creando un escenario que favorece la identificación de las áreas que han de ser trabajadas. Además, entendemos que la familia o las personas allegadas también intervienen en el sufrimiento, y por eso las incluimos en el tratamiento, para darles un espacio de apoyo.

### PROGRAMAS



**PROGRAMA DE MAÑANAS:** Pacientes con perfil de gravedad alto. Horario de mañana.



**PROGRAMA DE 3 DÍAS:** Pacientes con perfil de gravedad moderada. Horario de tarde.



**PROGRAMA DE 2 DÍAS:** Pacientes con perfil de gravedad leve. Horario de tarde

## DUDAS FRECUENTES

01.

### ASISTENCIA

Los pacientes acuden a todos los grupos y actividades. Somos conscientes de que la persistencia a veces es una dificultad, y por eso es fundamental acudir a todos los espacios. La asistencia es voluntaria, pero pedimos continuidad, acudir todos los días y a todos los grupos, salvo excepciones consensuadas con el equipo.

02.

### MODALIDAD

El tratamiento es fundamentalmente grupal, aunque siempre se hacen sesiones individuales con el psicólogo y el psiquiatra.

03.

### DURACIÓN

El tratamiento en esta unidad suele ser de 3 meses de media, siempre ajustándolo a las necesidades de cada paciente. Y aunque no hay incompatibilidad alguna con estudiar o trabajar por las tardes, habitualmente se recomienda suspender estas actividades durante el tratamiento.

04.

### PARTICIPACIÓN DE FAMILIA/PAREJA

Por supuesto, la familia/pareja pueden participar en el tratamiento si así lo desean. Sabemos que las personas de al rededor también están sufriendo, y por eso los incorporamos el tratamiento desde el principio, tanto en los grupos multifamiliares, donde nos reunimos pacientes y sus familiares, como en sesiones individuales con el equipo.

05.

### COORDINACIÓN CON TERAPEUTA DE REFERENCIA

Durante el ingreso en la Unidad no es necesario dejar a los profesionales externos, aunque suele ser recomendable poner en pausa otros tratamientos para no crear confusión al paciente. No obstante, en todo momento se mantiene contacto con los profesionales, siempre que tú nos autorices a ello.

06.

### COMPROMISO

El paciente puede dejar el tratamiento en cualquier momento que lo considere, siempre siendo preferible que sea algo acordado con el equipo terapéutico. No existe un compromiso mínimo de asistencia, aunque sí recomendamos esperar unos días tras el ingreso para valorar mejor esta decisión.