

LOS AMPLIOS BENEFICIOS DE LA PSICOLOGÍA EN EL ÁMBITO DE LA DEMENCIA, SEGÚN UN NUEVO INFORME

Susana Villamarín y Aída de Vicente

Los psicólogos son fundamentales para el desarrollo de directrices orientadas a garantizar y defender los Derechos Humanos de las personas con demencia y asegurar su participación activa y significativa en las decisiones sobre sus propias vidas, así como en la planificación y evaluación de los servicios que reciben. Centrarse en la persona en lugar de la enfermedad implica situar al individuo en el núcleo de la atención, ayudándole a vivir bien con la demencia.

Con esta introducción, se presenta el informe elaborado por el Grupo Asesor en Demencias de la Sociedad Británica de Psicología, bajo el título *Psychological dimensions of dementia: Putting the person at the centre of care* (Dimensiones psicológicas de la demencia: situando a la persona en el centro de la atención).

Este documento nos presenta una perspectiva psicológica sobre la naturaleza y la experiencia de la demencia, subrayando la amplia contribución de los psicólogos en este campo.

Según señalan los autores, “la mejor manera de diagnosticar, intervenir y apoyar a las personas con demencia” es a través de equipos multidisciplinares (conformados por psicólogos, médicos, enfermeras y terapeutas). A este respecto, destacan la necesidad urgente de abordar la brecha existente en la provisión de servicios, garantizando “que las personas con demencia y cuidadores reciban el apoyo psicológico adecuado junto con otros tratamientos”, incidiendo en el rol clave que desempeñan las intervenciones psicológicas en la mejora del bienestar tanto de las personas con demencia como de sus familiares y cuidadores.

Asimismo, ofrece una serie de recomendaciones orientadas a la mejora de la comprensión y atención de las personas con demencia y sus familiares, recogidas en diferentes áreas, y que resumimos brevemente a continuación:

Prevención

Dado que los factores del estilo de vida contribuyen significativamente al riesgo de desarrollar demencia, se necesita un enfoque psicológico que permita a las personas hacer cambios sostenibles en el comportamiento y adoptar estilos de vida más saludables.

Evaluación

Como parte del proceso de diagnóstico, el acceso a una evaluación psicológica oportuna y rápida -incluida la evaluación neuropsicológica especializada-, es esencial.

Planificación de la atención

Mejorar la experiencia de las personas con demencia significa asegurarse de que, durante toda la enfermedad, tanto su cuidado como su tratamiento se adapten individualmente a sus necesidades.

Se debe apoyar a las personas con demencia en la toma de sus propias decisiones en la medida de lo posible. Cuando esto no sea factible, deben tenerse en cuenta sus deseos, sentimientos, valores y creencias, en consulta con los cuidadores, para tomar decisiones en su mejor interés.

Tratamiento y apoyo

Las personas con demencia deben tener la oportunidad de participar en actividades significativas, y ser parte de una comunidad local que sea amigable

con la demencia y plenamente útil.

- ✓ Los planes de atención de la demencia deben cubrir todas las necesidades de la persona, incluyendo el acceso igualitario a la atención médica adecuada para otras necesidades de salud mental o física.
- ✓ Para garantizar los mejores resultados posibles, es fundamental que los equipos multidisciplinares en salud incorporen psicólogos. Concretamente, aquellas personas con demencia que reciben atención en hospitales y residencias, deberían tener acceso a equipos multidisciplinares que incluyan psicólogos.
- ✓ Los psicólogos deberían participar en la formación y el apoyo al equipo de trabajo, con el fin de brindar excelencia en el cuidado de la demencia.

Tratar eficaz y apropiadamente con familias y cuidadores

Las familias y los cuidadores juegan un papel esencial en la mejora de la experiencia de las personas con demencia. Deberían incluirse en la planificación de la atención y deberían tener también acceso al apoyo psicológico.

Formación e investigación

Inspirar el cambio necesario para ofrecer la excelencia en la atención de la demencia significa invertir en la investigación psicológica para mejorar la práctica.

Tal y como precisa el informe, las recomendaciones anteriores se han elaborado en consulta con personas con demencia, sus familias y sus cuidadores, con el propósito de presentar un enfoque para el tratamiento y la gestión de la demencia verdaderamente centrado en la persona.

A lo largo de su texto, los autores inciden en los amplios beneficios de la Psicología en este ámbito, entre ellos, un menor número de personas con demencia, diagnósticos más precoces, reducción de la necesidad de medicamentos, reducción de la ansiedad y problemas de conducta, reducción de

ingresos -o retraso en los mismos- en centros residenciales, mayor conocimiento y experiencia en el personal, mayor bienestar del cuidador y mejora en la calidad de vida de las personas que viven con demencia, etc.

El documento completo puede descargarse desde la página de la British

Psychological Society:

<http://beta.bps.org.uk/news-and-policy/psychological-dimensions-dementia-putting-person-centre-care> o bien **directamente a través del siguiente enlace:**

www.infocoponline.es/pdf/DIMENSIONESPSICOLOGICASDEMENCIA.pdf

RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LOS SERVICIOS INTEGRALES DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA INFANTO-JUVENIL

Susana Villamarín y Cristina Castilla

La elevada demanda en los servicios de atención psicológica a niños y adolescentes requiere un nuevo enfoque; es necesario replantear y rediseñar estos servicios si queremos ayudar a todos los que los necesitan.

Esta es una de las conclusiones aportadas en un nuevo informe publicado por la Sociedad Británica de Psicología (*British Psychological Society-BPS*), bajo el título: *What Good Could Look Like in Integrated Psychological Services for Children, Young People and their Families?* (¿Qué tan buenos son los servicios psicológicos integrales a niños, adolescentes y sus familias?).

Según alerta el informe, los servicios actuales están sobrecargados y fragmentados, lo que se traduce en complejos sistemas de remisión, largas listas de espera y jóvenes que quedan sin tratamiento. Asimismo, se generan grandes desigualdades que desfavorecen a los colectivos más vulnerables.

Para la Sociedad Británica, la escasez de recursos en el Sistema Sanitario, la exigua promoción de la salud psicológica, la falta de intervención temprana y de prevención primaria, la ausencia de reconocimiento de los problemas de salud mental o el estigma aún existente en torno a estos problemas, son algu-

nas de las barreras actuales que impiden a niños y adolescentes con dificultades psicológicas obtener la ayuda que necesitan.

Con el fin de solventar esta situación, insta a trascender más allá de los fallos detectados y emprender acciones orientadas a reducir la creciente demanda y abordar los factores de riesgo que influyen en la salud mental. Para ello, aboga en su documento por un enfoque global que contemple las diferentes vías mediante las cuales la sociedad puede apoyar a las familias y promover el desarrollo psicológico saludable de niños y jóvenes, entre ellas, la lucha contra la pobreza y la desigualdad social, la promoción de la salud en diversos contextos (por ejemplo, en las escuelas) y la intervención temprana con las familias cuando los niños están experimentando problemas.

La BPS recoge en su informe una serie de recomendaciones que deberían llevarse a cabo, entre ellas las siguientes:

✓ Es necesario que todas las personas implicadas en la puesta en marcha y la provisión de servicios de bienestar psicológico para niños, adolescentes y sus familias, planifiquen sistemas basados en la evidencia, que fomenten una buena salud emocional.

✓ Deben realizarse evaluaciones sólidas en todos los niveles –desde los Gobiernos Centrales hasta los locales-, para conocer el modo en que las nuevas políticas impactan en la salud mental de las familias.

✓ Es imprescindible involucrar en las intervenciones psicológicas a la población infanto-juvenil usuaria de estos servicios, así como a padres, escuelas, monitores, personal voluntario y residencial, etc., ofreciendo formación, asesoramiento y supervisión para desarrollar sus habilidades.

El documento propone más intervenciones psicológicas especializadas, y defiende el uso de la Psicología Comunitaria, un enfoque que alienta a las comunidades a introducir cambios en el ambiente y/o en la estructura social, de cara a mejorar las condiciones de vida de niños y jóvenes, fomentando su resiliencia y promoviendo estilos de vida saludables, de modo que se sientan psicológicamente seguros.

El informe se **encuentra disponible en inglés** en el siguiente enlace:

www.infocoponline.es/pdf/PSYCHSERVICESCHILDREN.pdf