

---

Nota informativa

---

## **LA CLÍNICA LA LUZ PONE EN MARCHA TERAPIAS DE GRUPO SOBRE CUIDADO DE PERSONAS DEPENDIENTES, PACIENTES CON DETERIORO COGNITIVO LEVE Y EJERCICIO PARENTAL**



El equipo de Psiquiatría de la Clínica La Luz.

- La iniciativa, liderada por el equipo de psiquiatras de la Clínica, se basa en crear espacios comunes donde especialistas y afectados debaten y adoptan estrategias concretas para superar los problemas planteados en cada caso

**Madrid, abril de 2015.-** La Clínica La Luz desarrollará a lo largo de las próximas semanas un amplio programa de terapias de grupo coordinado por el equipo de psiquiatras del centro y dirigido a dar apoyo a algunas personas que están pasando por situaciones difíciles. En concreto la iniciativa consta de tres ejes diferenciados, centrados en los cuidadores de personas dependientes, en los pacientes con deterioro cognitivo leve o en fase inicial y también en padres de niños y adolescentes que tienen dudas sobre cómo actuar ante distintas situaciones y actitudes relacionadas con el desarrollo de sus hijos. Todos los grupos son abiertos, cuentan siempre con la supervisión de un especialista y se reúnen con periodicidad semanal.

En el primer caso el grupo se denomina *Cuidando del cuidador* y tiene como objetivo “proporcionar un espacio de ayuda a todas las personas que tienen a su cargo el cuidado de personas que sufren algún tipo de demencia o bien que están pasando por algún proceso en el que tengan necesidad de cuidado constante”, señala el psiquiatra **Carlos González Navajas**, coordinador de la iniciativa junto con la doctora **Sandra Quirós**, también psiquiatra.

“En la Clínica La Luz –añade González Navajas– hemos visto como una necesidad la creación de un espacio en el que puedan abordarse situaciones relacionadas con la labor del cuidador, configurando un lugar de acompañamiento para las personas encargadas de una ardua tarea que puede durar años”. En este caso los ejes del trabajo en grupo serán la detección de situaciones de sobrecarga, el manejo de estrategias de afrontamiento de distintas situaciones y técnicas de relajación.

Otra línea de trabajo diferenciada es la que sigue el grupo dirigido a personas con deterioro cognitivo leve, una iniciativa que se apoya en la evidencia científica disponible, que concluye que “el pilar fundamental de tratamiento y detección de la progresión de la enfermedad es la estimulación cognitiva”. En este sentido el grupo *Deterioro cognitivo leve* trabaja mediante “una puesta en común permanente de las dificultades con las que se encuentran los pacientes en el día a día, así como a través del planteamiento de distintas estrategias que les permitirán adaptarse a esas dificultades para mantener su calidad de vida”, explica por su parte la doctora Quirós.

#### GRUPO DE TRABAJO ‘CRECIENDO CON TU HIJO’

Por otro lado, durante la infancia (en especial hasta los 7 años) y la adolescencia (a partir de los 12) es frecuente que los padres se encuentren con situaciones que no saben bien cómo afrontar. “Actitud oposicionista o rebelde, agresividad, riesgo de inicio en el consumo de sustancias o la aparición de los primeros síntomas de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son algunas de las situaciones a las que los padres deben enfrentarse para evitar que sus hijos puedan tener un problema más serio en el futuro”, señala el psiquiatra **José Luis Pedreira Massa**.

Es por ello que desde la Unidad de Psiquiatría de la Clínica La Luz se ha puesto en marcha un espacio de trabajo específico “que persigue ofrecer a los padres herramientas y estrategias para entender mejor qué cambios están experimentando sus hijos y explicar el porqué de ciertos comportamientos, así como cuál es la mejor forma de abordar de forma positiva estas situaciones”.

“Con estas iniciativas de nuestro equipo de especialistas en salud mental tratamos una vez más de aportar nuestra experiencia y capacidad a la hora de ayudar a las personas a superar sus problemas de salud, desde el convencimiento de que debemos adaptarnos a las demandas de nuestros pacientes para ofrecer una asistencia ajustada a las necesidades de cada uno”, señala por último el doctor **Joaquín Martínez Hernández**, director gerente de la Clínica La Luz.