

APOYO PSICOLÓGICO EN PERSONAS CON VIH

VIII JORNADAS DE SENSIBILIZACIÓN
Y FORMACIÓN EN VIH Y VHC

CONVIHVE 2018



Los profesionales del ámbito de la psicología debemos estar familiarizados en el acompañamiento de procesos dolorosos.



Momentos en los que se puede necesitar de apoyo psicoterapéutico.

- Antes de realizar la prueba de anticuerpos del VIH
- En la comunicación del diagnóstico
- En la comunicación de los resultados a parejas y/o personas significativas.
- Cuando se prescribe medicación
- Dificultad en aquellos pacientes que presentan resistencias en la adherencia al tratamiento.
- En la comunicación del diagnóstico de enfermedades oportunistas
- Cuando aparecen dificultades a nivel social como consecuencia de la enfermedad.
- Ante el planteamiento del deseo de ser madre/padre.
- Cuando se percibe cercano el momento de la muerte



Herramientas de observación para explorar el mundo de lo subjetivo, sea propio o de los demás.

1.INTROSPECCIÓN: Capacidad que tenemos los seres humanos de observar nuestro mundo interno.

2.EMPATÍA: Capacidad humana de entrar en la experiencia subjetiva del otro.



INTROSPECCIÓN Y EMPATIA

¿Cómo sería para mi, haber perdido algo tan importante en mi vida como a un amigo, una madre o la salud?

¿Cómo me sentiría si además las circunstancias fueran las que ahora tengo, en estos momentos de mi vida en los que me siento, en general.....?

¿Cuál ha sido mi experiencia con otras pérdidas?

¿Cómo me manejo ante las pérdidas? ¿Suelo pedir ayuda? ¿Soy de los que comparto emocionalmente con otros el cómo me siento?

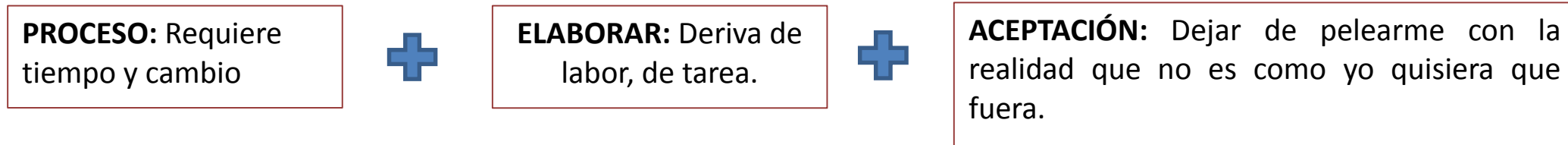
¿Cómo me manejo con mi tristeza? ¿mis enfados?



Comunicación del diagnóstico de VIH.



DUELO: Deriva de dolor. Proceso de elaboración realizado a partir de la aceptación e integración de la vivencia difícil que supone una pérdida y que puede conducir a la persona a una profunda transformación. La elaboración del duelo supone la remisión de la intensidad y frecuencia del malestar psicológico.



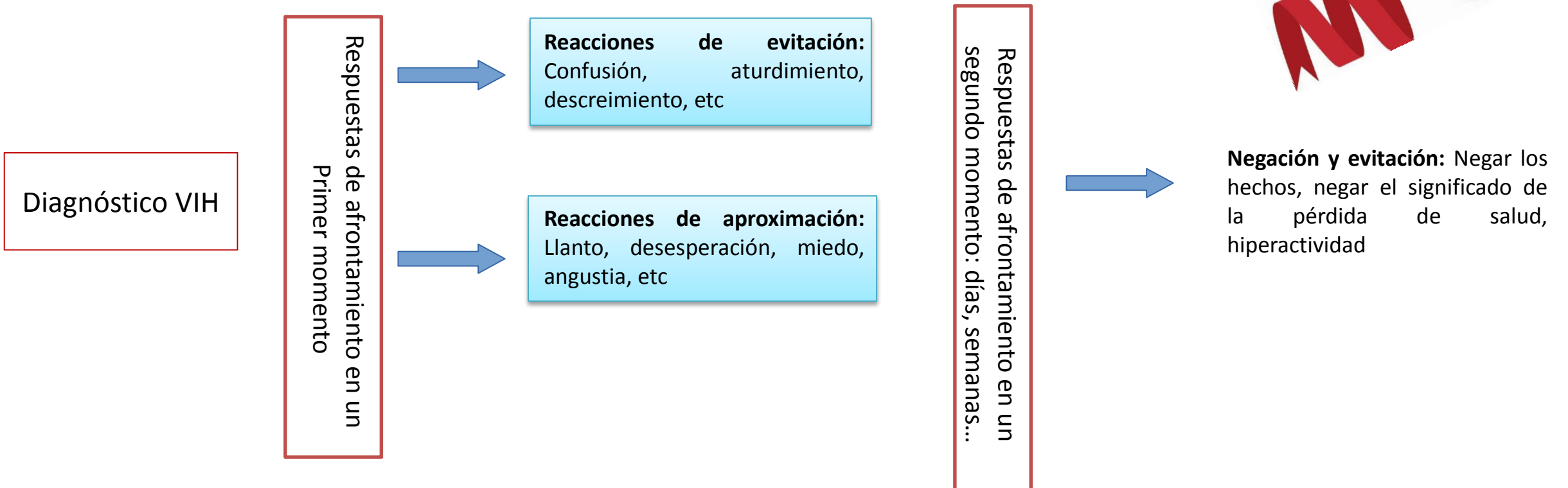
TAREAS PARA ELABORAR EL DIAGNOSTICO.

1. ACEPTAR LA REALIDAD DE LA NUEVA CONDICIÓN DE SEROPOSITIVIDAD
2. TRABAJAR LAS EMOCIONES Y EL DOLOR QUE SUPONE LA PÉRDIDA DE SALUD.
3. ADAPTARSE A UN MEDIO EN DONDE LA ENFERMEDAD VA A ESTAR PRESENTE
4. RECOLOCAR EMOCIONALMENTE LA ENFERMEDAD Y SEGUIR VIVIENDO



TAREAS PARA ELABORAR EL DIAGNOSTICO.

1. ACEPTAR LA REALIDAD DE LA NUEVA CONDICIÓN DE SEROPOSITIVIDAD



**Reacciones cuya función es proteger a la persona del impacto de la noticia.
Son naturales.
Actúan como una barrera protectora frente al dolor.**

1. ACEPTAR LA REALIDAD DE LA NUEVA CONDICIÓN DE SEROPOSITIVIDAD

TAREAS:

- ✓ Tratar de sacar a la persona paulatinamente de su aislamiento.
- ✓ Ayudar a expresar lo ocurrido.
- ✓ Disolver progresivamente las estrategias protectoras de distorsión-evitación
- ✓ Disolver el mecanismo defensivo asociado a pérdidas anteriores no resueltas.
- ✓ Aumentar progresivamente la tolerancia al dolor sin necesidad de mecanismos de distorsión

2. TRABAJAR LAS EMOCIONES Y EL DOLOR QUE SUPONE LA PÉRDIDA DE SALUD.



TAREAS

- Reconocer e identificar el dolor
- Respeto por las diferentes formas e intensidades de dolor.
- La rabia y la ira van a ser frecuentes, al igual que la tristeza.
- Mecanismo de protección: La desensibilización.
- Todas las emociones son adaptativas.

3. ADAPTARSE A UN MEDIO EN DONDE LA ENFERMEDAD VA A ESTAR PRESENTE

TAREAS

1. **TAREAS DE ADAPTACIÓN EXTERNA:** Cómo influye tener VIH en lo cotidiano de la persona. La toma de medicación, los controles médicos, los cambios alimenticios, la comunicación del diagnóstico a los familiares y la adaptación y respuesta por parte de éstos. Ayudar a la persona a la asunción de nuevos roles y habilidades. Importancia de trabajar con las emociones que vayan surgiendo durante el proceso (El MIEDO es común)
1. **TAREAS DE ADAPTACIÓN INTERNA:** Cómo influye el hecho de tener VIH en la imagen que la persona tiene de sí misma, fundamentalmente en la definición que hacen de sí misma. AUCONCEPTO. Importancia del trabajo con los Introyectos (AUTOESTIGMA). Trabajar con la experimentación de la relación consigo mismo.
2. **TAREAS DE ADAPTACIÓN ESPIRITUAL:** Cómo influye el diagnóstico en las creencias, los valores, las expectativas y el sentido de la vida y el mundo que tiene la persona.

4. RECOLOCAR EMOCIONALMENTE LA ENFERMEDAD Y SEGUIR VIVIENDO

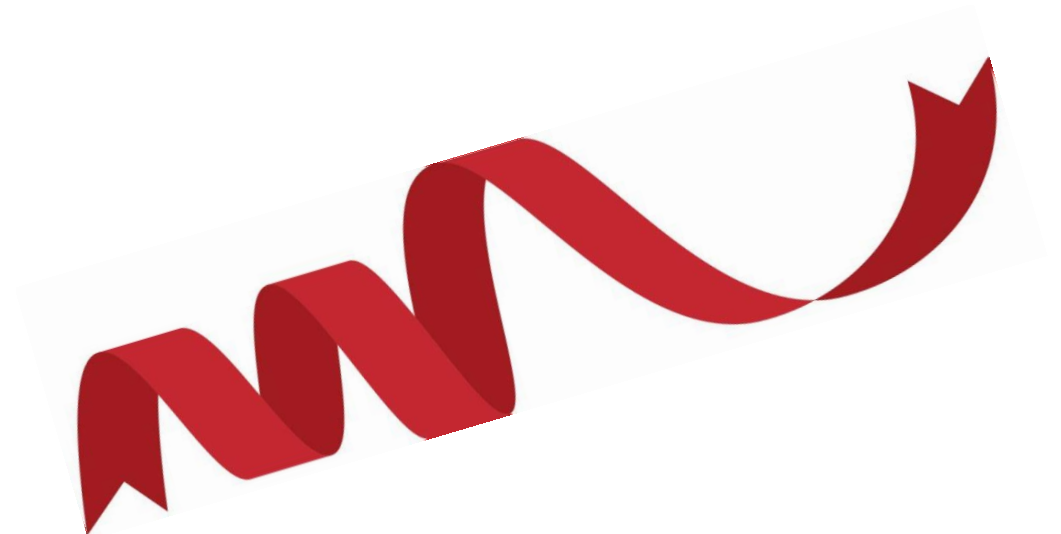
TAREAS

- Desmantelar algunas creencias, modos de relación, escala de valores que necesitan reajustarse.
- Búsqueda de un nuevo significado a la enfermedad (oportunidad de vida, de reinicio, de reflexión)
- Planteamiento de nuevos retos.



FACTORES QUE AFECTAN LA ACEPTACIÓN DE LA ENFERMEDAD

- ✓ **Factores personales:** Vulnerabilidad pre-pérdida, historia familiar y personal, salud mental, antecedentes de depresión, ansiedad, tipo de vinculación.
- ✓ **Factores circunstanciales:** Circunstancias en relación a haber contraído el virus.
- ✓ **Factores interpersonales:** Calidad del apoyo interpersonal disponible.



EL PROCESO DE ACOMPAÑAR.

NECESIDADES DEL PACIENTE

- Ser escuchado y creído en toda su historia
- Ser sostenido y tener permiso para expresar sus emociones
- Ser validado en la forma de afrontar el diagnóstico.
- Estar en una relación de apoyo desde la reciprocidad.
- Definirse en la forma individual y única de vivir con VIH.
- Sentir que su experiencia tiene un impacto en el otro.
- Estar en una relación donde el otro tome la iniciativa.
- Poder expresar su vulnerabilidad



Condiciones necesarias para crear un espacio de seguridad donde la persona puede vivir su experiencia con menos estrategias de evitación-distorsión y con un intervalo de tolerancia al dolor y las circunstancias de vida cada vez mayor.



EL PROCESO DE ACOMPAÑAR.

HABILIDADES DEL TERAPEUTA QUE VAN AYUDAR EN EL PROCESO.

- RESPETO E INTERÉS GENUINO
- PERMISO
- SOSTÉN
- PRESENCIA
- NORMALIZACIÓN
- IMPLICACIÓN
- RECONOCIMIENTO
- VALIDACIÓN

HABILIDADES DEL TERAPEUTA QUE VAN A DIFICULTAR EL PROCESO.

- FORZAR
- EMPUJAR
- MANIPULAR
- SALVAR
- INTERRUMPIR
- OLVIDAR
- INVADIR

BIBLIOGRAFÍA

- Payás Puigarnau, A. (2010). *“Las tareas del duelo”*. Editorial: Paidós.
- Martín, A y Vázquez C. (2005). *“La felicidad comienza cuando se dice adiós”* En *Cuando me encuentro con el capitán Garfio..(NO) me engancha*. Editorial: Descleé de Brouwer.
- Bucay J. (2001). *“El camino de las lágrimas”*. Editorial : Sudamericana S. A
- Luzón C. (2012). *“Duelo y pérdidas”* en Revista de terapia Gestalt, El cambio social. Editorial: Asociación española de terapia Gestalt.
- Norberto L. (1999). *“La sabiduría de las emociones”*. Editorial: Sudamericana S. A
- Perls F, Hefferline R y Goodman P. (1994). *“Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la Personalidad Humana”* . Editorial: Los libros del CTP

GRACIAS

