

CARTILLA EDUCATIVA PARA PACIENTES Y FAMILIAS

5

*Rehabilitación  
ocupacional y redes  
de apoyo en salud*

TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR

# Presentación

*La cartilla educativa para pacientes y familias No. 5*

## *Rehabilitación ocupacional y redes de apoyo en salud*

*Ha sido elaborada por el Grupo de Investigación en Psiquiatría de la Universidad de Antioquia (GIPSI), en el marco del proyecto (PRISMA) Programa de Intervención Multimodal en pacientes con Trastorno Afectivo Bipolar y Esquizofrenia.*

Esta cartilla tiene como objetivo brindar a los pacientes y a sus familias una información clara, actualizada y precisa sobre los objetivos de la rehabilitación ocupacional y las principales redes de apoyo, con el fin de mejorar la funcionalidad de los pacientes, el acceso a los servicios, el reconocimiento de derechos y una mejor atención en salud mental.

# Contenido

1	¿Qué es la rehabilitación?	3
2	¿Qué se espera lograr con la rehabilitación?	4
3	¿Qué papel tiene la terapia ocupacional?	5
4	¿Qué se hace en un programa de rehabilitación ocupacional?	7
5	¿Qué redes de apoyo existen para los pacientes y sus familias?	8
	▶ Instituciones que apoyan a las familias y pacientes	9

## 7

### ¿QUÉ ES LA REHABILITACIÓN?

La rehabilitación se define como conjunto de acciones sociales, terapéuticas, educativas y de formación, articuladas y planeadas por un equipo interdisciplinario (terapeutas ocupacionales, enfermeras, médicos generales, psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas de familia) que involucran al paciente como un sujeto activo de su propio proceso, a la familia, a la comunidad en general.

Estas actividades se realizan en un tiempo definido, y tienen como objetivos lograr cambios y restablecer en el paciente habilidades y funciones perdidas por una condición determinada (enfermedad física o mental, traumas psicosociales, entre otros), procurando fortalecer sus habilidades, la funcionalidad y adaptación del paciente a su entorno y por ende mejorar su calidad de vida. En el trastorno afectivo bipolar y en la esquizofrenia, las recaídas, las hospitalizaciones y la dificultad en la mejoría de algunos síntomas lleva a alterar esa funcionalidad en diferentes aspectos de la vida cotidiana, como el ámbito académico, laboral, sentimental, en las relaciones con los otros, en la participación comunitaria y en las actividades de ocio y recreación. La rehabilitación pretende fortalecer y desarrollar esas funciones perdidas con el fin de mejorar la calidad de vida de los pacientes.

## 2

### ¿QUÉ SE ESPERA LOGRAR CON LA REHABILITACIÓN?

El objetivo es lograr al máximo la independencia y adaptación de la persona a su entorno (hogar, institución) y motivarlos a explorar otros espacios (ocupacionales, laborales, educativos) de acuerdo a sus habilidades, recursos e intereses, para que puedan asumir la responsabilidad de sus propias vidas y actuar en comunidad activamente como sea posible de acuerdo a sus reales condiciones.

De esta manera se va logrando poco a poco la aceptación de su enfermedad, mejora su autoestima, y se favorece la participación y relaciones en su núcleo familiar y social.

La rehabilitación está orientada fundamentalmente a:

- 1 Mejorar el funcionamiento personal y social.
- 2 Mejorar las redes de apoyo social y familiar.
- 3 Buscar la integración comunitaria.

## 4

Y como resultado final, mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental: Esquizofrenia y Trastorno Afectivo Bipolar.

## 3

### ¿QUÉ PAPEL TIENE LA TERAPIA OCUPACIONAL?

La Terapia ocupacional se define como el uso terapéutico de las actividades que se incluyen en el autocuidado, trabajo y juego, con el objetivo de incrementar la independencia, estrategias de integración y prevenir la discapacidad. Se incluye en ella también la adaptación de las tareas en el entorno del paciente para alcanzar la máxima independencia y mejorar calidad de vida.

Dependiendo de los objetivos, el realizar una actividad dirigida puede ser el medio de fomentar la interacción social, disminuir la ansiedad, mejorar la autoestima, estimular la función cognitiva y generar el proceso de conocimiento y aceptación de la enfermedad.

Estas actividades deben ser:

- + **Graduadas:** De un nivel menor de complejidad a mayor complejidad.
- + **Continuas:** Determinadas en un tiempo, pero de manera frecuente.
- + **Secuenciales:** Determinadas por pasos o intercaladas con otras.
- + Pueden ser **facilitadoras** (ayudadas por profesional), **protectoras** (dirigidas a autocuidado) o pueden ser **adaptativas** (social, laboral, educativas).

## ¿QUÉ SE HACE EN UN PROGRAMA DE REHABILITACIÓN OCUPACIONAL?

Cuando una persona está afectada por una enfermedad mental como la Esquizofrenia o el Trastorno Afectivo Bipolar, sus funciones mentales, psicológicas, sociales y ocupacionales se ven afectadas, interfiriendo notablemente en su desempeño ocupacional habitual.

La rehabilitación socio – ocupacional dirige sus objetivos de trabajo a las siguientes áreas de desempeño del ser humano:

- + Actividades de la vida diaria:
  - + **Autocuidado (alimentación, vestido, higiene):** Mejorar autoimagen y favorecer la convivencia. **Es importante destacar aquí la responsabilidad del paciente en el manejo de la medicación.**
  - + **Cotidianas:** manejo de dinero, manejo de transporte, actividades en el hogar: arreglo, aseo y preparación de alimentos.
- + Actividades de trabajo y/o estudio.
- + Actividades de ocio y tiempo libre.
- + Relaciones con el entorno: relaciones interpersonales y socialización.

Estas actividades van a depender de las condiciones individuales, de las habilidades e intereses de cada paciente y en estrecha relación con los recursos existentes en medio socio – familiar.

Para que una actividad pueda ser entendida como terapéutica tiene que reunir una serie de características a saber:

- + Estar dirigida a una meta o a un propósito.
- + Tener un significado para el paciente.
- + Ser un instrumento para la prevención mejoramiento de la función y la calidad de vida.
- + Ser adaptable y graduable.

+

Estar determinada por el conocimiento profesional del Terapeuta Ocupacional y basada en su conocimiento (conocimiento sobre el desarrollo humano, enfermedad, relaciones interpersonales y el valor de la actividad).

## ¿QUÉ REDES DE APOYO EXISTEN PARA LOS PACIENTES Y SUS FAMILIAS?

La principal red de apoyo para el paciente con una enfermedad mental es la familia, quien siempre delega el cuidado o el acompañamiento del paciente en uno o dos miembros del grupo familiar.

Son estas personas y el paciente quienes deben tener información sobre los recursos e instituciones existentes en la comunidad a los cuales tienen derecho, siempre y cuando cumplan con los requisitos para acceder a ellos.

**Recomendaciones e indicaciones:** Es importante tener la copia de la historia clínica actualizada después de cada consulta u hospitalización, esto facilita acceder a los servicios o realizar cualquier trámite, y es indispensable tener la información sobre los tratamientos que el paciente ha recibido y la lista de medicamentos que está recibiendo actualmente. También deben portar el documento de identidad del paciente y su acompañante.



Las **ASOCIACIONES** de familiares y pacientes afectadas con la misma enfermedad mental ha resultado ser útil en generar estrategias de afrontamiento más adaptativas, y en facilitar el conocimiento de la enfermedad y de los derechos de los pacientes.

## ▶ INSTITUCIONES QUE APOYAN A LAS FAMILIAS Y PACIENTES

**1 ASOBIME:**  
**Agencia Social para el Bienestar Mental.** Para pacientes con Trastorno Afectivo Bipolar, Esquizofrenia y Depresión.

**Páginas web:**  
✚ [www.asobime.wix.com/asbm](http://www.asobime.wix.com/asbm)  
✚ [www.asobime.wix.com/acb](http://www.asobime.wix.com/acb)

**Correo electrónico:** [asobime@gmail.com](mailto:asobime@gmail.com)

**Línea única:** 300.573.74.11

**2 RASA:**  
**Fundación Red de Apoyo Social de Antioquia.** Entidad sin ánimo de lucro que proporciona información y asesoría en seguridad social a personas que son afectadas con alguna enfermedad mental o física.

**Página web:** [www.siamisderechos.org](http://www.siamisderechos.org)

**Línea gratuita:** 01.8000.527.272

**Teléfono:** 448.04.64

**Dirección:** Carrera 81 B N°49-66, Barrio Calasanz

**3 Sistemas de justicia cercanos al ciudadano:**  
El fin es facilitar el acceso del ciudadano a los servicios de justicia, promover una convivencia en la comunidad y la solución de conflictos familiares y sociales.

---

**4 Casa de justicia:**  
En Medellín hay cuatro Casas de Justicia: Santo Domingo, Villa del Socorro, Robledo y 20 de Julio. En los Corregimientos: San Elena, San Cristóbal, San Antonio de Prado, Palmitas y Altavista.

---

**5 Comisaria de Familia:**  
En total son veintidós comisarías de Familia, distribuidas en las 16 comunas de Medellín y los cinco Corregimientos y una de Apoyo. Dentro de las funciones, las comisarías de familia ayudan como intermediarios en la resolución de conflictos y en la protección de derechos.

---

**6 Inspecciones de policía:**  
Son veintisiete repartidas en toda la ciudad, Tres Inspecciones de Permanencia. Una Unidad Permanente de Servicios de Justicia.

 **Teléfono:** 444.41.44, proporcionan información de cada uno de estos centros más cercano al lugar de residencia.

**7 Bienestar social del municipio:**  
Genera y desarrolla programas de ayuda y protección para grupos especiales de la comunidad

 **Conmutador:** 385.54.05

 **Dirección Sede Principal:** Calle 44 N° 52 - 165  
Centro Administrativo la Alpujarra - Palacio Municipal

Tiene otros puntos de atención cercana al ciudadano. Preguntar por ellos.

---

**8 Sistema de salud:**  
Entidades encargadas de dar asesoría o en prestar servicios en salud. Preguntar por la liga de usuarios en cada EPS, IPS u oficina del SISBEN en cada puesto de información.

---

**9 Junta calificadora de invalidez de Medellín:**  
Evalúa el porcentaje de pérdida laboral y ocupacional de la persona que cree tener derechos o por beneficio a una pensión. Se orienta por el Decreto 1352.

 **Teléfono:** 264.63.13

 **Dirección:** Calle 27 N° 46-70  
Centro Comercial Punto Clave, oficina 225

## 10 Superintendencia de salud:

La Superintendencia Nacional de Salud puso en funcionamiento el Centro de Contacto que se constituye en una línea de información y ayuda al servicio de los ciudadanos.

El objetivo fundamental del Centro de Contacto es que los usuarios del Sistema General de Seguridad Social en Salud, puedan plantear sus inquietudes en relación con este sistema de manera que conozcan y hagan efectivos sus derechos frente a las diferentes instancias que lo conforman o, en su defecto, puedan proceder a presentar sus reclamos.

 **Línea de Atención al Ciudadano:** 01.8000.513.700

 **Horario de atención:** Lunes a Domingo, 24 horas

---

## 11 Hospital Mental de Antioquia:

 **Página web:** [www.homo.gov.co](http://www.homo.gov.co)

 **Correo electrónico:** [shomo@une.net.co](mailto:shomo@une.net.co)

---

### Sede Principal Bello

 **Teléfono:** 444.83.30 – **Fax:** 452.74.79

 **Asignación de citas:** 520.05.10

 **Dirección:** Calle 38 No. 55 – 310, Bello

### Sede Ambulatoria

 **Teléfono:** 444.83.30 – **Fax:** 452.74.79

 **Asignación de citas:** 4548202

 **Dirección:** Cra. 43 A No. 34 – 95. Local 246  
Centro Comercial Almacentro Medellín

---

## 12 INDER: Instituto de Deportes y Recreación.

 **Página web:** [www.inder.gov.co](http://www.inder.gov.co)

 **Número único:** 369.90.00

 **Sede Administrativa:** Calle 47D # 75 – 276  
Barrio Velódromo, Medellín

 **Sede Estadio Atanasio Girardot:** Calle 48 # 73 – 10  
Puerta No 36, Medellín

### Horario de atención:

 Lunes a jueves 7:30 a.m. a 12:30 p.m. y  
1:30 p.m. a 5:30 p.m.

 Viernes 7:30 a.m. a 12:30 p.m. y  
1:30 p.m. a 4:30 p.m.

**13 HOSPITAL SAN VICENTE FUNDACIÓN:**

 **Página de internet:** [www.sanvicentefundacion.com](http://www.sanvicentefundacion.com)

 **Correo electrónico:** [cooperacion@elhospital.org.co](mailto:cooperacion@elhospital.org.co)

 **Teléfono:** 444.13.33 – **Fax:** 571.53.05

 **Dirección:** Calle 64 No. 51 D – 154

