

Fundamentos y conceptos operativos de la RECUPERACIÓN

Estrategia Al Lado

Fundamentos y conceptos operativos de la recuperación

La Teoría de la Indefensión Aprendida nos sirve de punto de partida para resaltar la importancia que, desde el punto de vista de la psicología social, con contrastada evidencia empírica, tienen los conceptos básicos en los que se apoya la recuperación.

FUNDAMENTOS DE LA RECUPERACIÓN
TEORÍA DE LA INDEFENSIÓN APRENDIDA



Martin Seligman
Universidad de Pensilvania



Intensidad y frecuencia = Intensidad y frecuencia

Seligman, M.E.P. & Maier, S.F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, 74, 1–9.

Matthias J Müller (2011) Helplessness and perceived pain intensity: relations to cortisol concentrations after electrocutaneous stimulation in healthy young men. *BioPsychoSocial Medicine* 2011, 5-8.

Adaptado de *Hacer de la recuperación una realidad*. Sainsbury Centre for Mental Health. 2007

Elaboración propia. Para su comprensión detallada^[1] consultar referencias bibliográficas^[2].

[1] Seligman, M.E.P. & Maier, S.F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, 74, 1–9.

[2] Matthias J Müller (2011) Helplessness and perceived pain intensity: relations to cortisol concentrations after electrocutaneous stimulation in healthy young men. *BioPsychoSocial Medicine* 2011, 5-8.

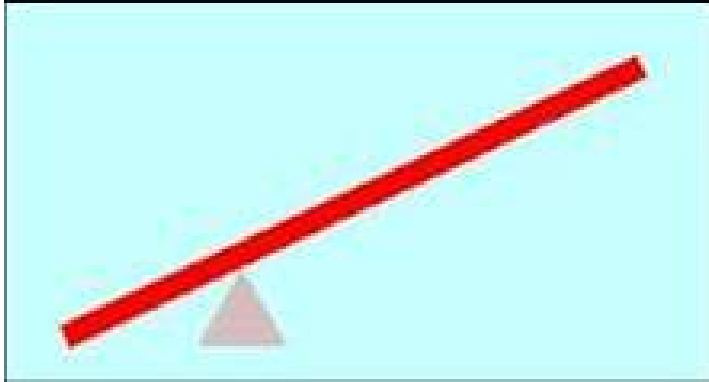
Fundamentos y conceptos operativos de la recuperación

La aportación que incorporamos se basa en las diferentes consecuencias que tienen para los sujetos experimentales el hecho de poder disponer, o no de recursos para modificar el estímulo adverso:

En la primera situación (perro A), que dispone de la posibilidad de eliminar el estímulo aversivo, al cabo del tiempo el sujeto conserva la capacidad de reaccionar y relacionarse en las condiciones habituales con el exterior.

En cambio, en la segunda situación (Perro B), que no dispone de esta posibilidad, al cabo del tiempo, el perro su vuelve pasivo con sus capacidades de reacción y relación notablemente disminuidas.

Fundamentos y conceptos operativos de la recuperación



Del mismo experimento se extrae la idea de palanca para responder a la adversidad, queriendo expresar, que aunque ocurran situaciones adversas, como puede ser la enfermedad, ello no supone que no podamos elaborar una respuesta adecuada.

Esto tiene que ver, también, con la transferencia de habilidades, especificando las expectativas y atribuciones que se le transmitan a la propia persona afectada, para hacer posible la respuesta más adaptada a cada caso que, como veremos más adelante, tiene que ver con el sistema de apoyo y la idea de dar un nuevo sentido a su vida, a pesar de la adversidad. Esto es lo que se entiende por Recuperación.

Fundamentos y conceptos operativos de la recuperación

De este modo, se puede comprender que la base de la Recuperación reside en un conjunto de valores sobre el derecho de la persona a construir por sí misma una vida con sentido, con o sin la continua presencia de los síntomas de la enfermedad.^[1] Se apoya en tres principios fundamentales:

COMPRENDER LA RECUPERACIÓN 1

La base de la Recuperación reside en un conjunto de valores sobre el derecho de la persona a construir por sí misma una vida con sentido, con o sin la continua presencia de los síntomas de la enfermedad.

Se apoya en tres principios fundamentales:



- 1.** La importancia de la **ESPERANZA** para mantener la motivación y apoyar las expectativas de una vida individual plena.
- 2.** La autodeterminación y el **CONTROL** en el manejo de las situaciones
- 3.** Aumentar las **OPORTUNIDADES** de una vida más allá de la enfermedad

Implementando la recuperación. Un nuevo marco para el cambio organizativo. Sainsbury Centre for Mental Health. Marzo 2008.

Fundamentos y conceptos operativos de la recuperación

La recuperación, como capacidad de gestión ante la adversidad, incorpora desde el inicio de la relación entre el profesional y persona afectada estos tres elementos (ECO): Tras la noticia, y un tiempo, variable en cada caso (Moratoria, que incluye las fases similares a un duelo o pérdida...), y, simultáneamente a un trabajo de adaptación progresivo, se comienza a inyectar **esperanza**, basada en la realidad. Se transmiten las condiciones para manejar las situaciones, **control**, de tratamiento habitual y/o descompensaciones. Y, a la vez, se trabajan las **oportunidades**, que van configurando una nueva vida llena de sentido, a pesar de la enfermedad y su evolución.

Fundamentos y conceptos operativos de la recuperación

De esta forma, la recuperación es la palanca que nos permite multiplicar los recursos de afrontamiento a la enfermedad, que se apoya en el triángulo ECO, y que utilizan, de mutuo acuerdo, la persona afectada y su entorno cuidador próximo. Ello exige una actitud profesional acorde y una reorientación de los servicios en esta dirección.



Estrategia Al Lado

El grupo de referencia que ha revisado y actualizado la aplicación del concepto de Recuperación como Instrumento de Mejora de la Calidad la Atención en la Estrategia Al Lado ha sido: José Miguel García Domínguez y Rafael Muriel Fernández.