

RESUMEN PROTOCOLO ASISTENCIA PSICOLÓGICA GRUPAL EN REHABILITACIÓN CARDÍACA

Este protocolo va dirigido a pacientes que han sufrido uno o varios episodios de infarto de miocardio o angina de pecho, o pacientes de alto riesgo de accidente cardiovascular. (Derivados por su cardiólogo de referencia). Se realiza un programa de terapia en colaboración con el Servicio de Rehabilitación Cardíaca del Hospital. Además de la terapia grupal, que se realiza de 18:30 a 20:30, se realizan entrevistas de evaluación pre-tratamiento (conocer a los pacientes, evaluación pretest y valoración de la necesidad de tratamiento individual), post-tratamiento (conocer la efectividad del programa) y de seguimiento (a los 3 meses de finalizar el tratamiento), en entrevistas individuales.

Se realizan 8 sesiones grupales de carácter semanal de dos horas de duración, en jornada vespertina.

Los Objetivos que se persiguen consisten en facilitar la expresión emocional, realizar el acompañamiento psicológico en el proceso de adaptación a la enfermedad, facilitar la comprensión factores de riesgo y protección de la enfermedad cardíaca y potenciar la adquisición de hábitos saludables de vida.

El **contenido** de las sesiones incluye

- Sesión 1: Psicoeducativo.
- Sesión 2: Manejo del estrés.
- Sesiones 3: Manejo de la ira.
- Sesión 4: Reestructuración Cognitiva.
- Sesión 5: Sensibilidad a las sensaciones físicas.
- Sesión 6: Relajación.
- Sesión 7: La experiencia del infarto.
- Sesión 8: Un nuevo estilo de vida.

Los cuestionarios utilizados son:

- Escala de sucesos estresantes de Holmes y Rahe.
- Inventario de Depresión de Beck (BDI).
- Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI).
- Cuestionario de Sensibilidad a la Ansiedad (ASI).
- Escala de Autoestima de Rosenberg.
- Inventario de Actividad de Jenkins.
- Symptom Checklist-90-R (SCL-90-R).
- Cuestionario Calidad de Vida: SF-36 sobre el Estado de Salud