

Barcelona, 27 de abril, 2020

El grupo Ita crea unas guías específicas de apoyo para personas con trastornos de salud mental

- Las guías son un material de apoyo específicas para Trastornos de Conducta Alimentaria (TCA), Trastornos de Conducta (TC) y Psiquiatría General
- Este material está redactado y confeccionado por el equipo clínico del grupo y se puede consultar on-line en la web de ita

“La crisis sanitaria causada por el Covid-19 y el confinamiento indefinido, suponen un importante factor de **estrés y ansiedad** para la mayoría de población. Este estrés tiene un mayor impacto en todas aquellas personas que sufren un trastorno en salud mental” afirma Antoni Grau, psicólogo y director clínico del grupo Ita.

El grupo Ita ha creado un conjunto de **guías de apoyo para personas con trastornos de salud mental** para afrontar el confinamiento de una manera más llevadera. El objetivo de estas guías es poder poner **recomendaciones** al alcance de todo el mundo que pueda necesitarlas. Numerosos profesionales de la salud mental advierten de que el periodo actual es un momento difícil, no sólo para personas que sufren un trastorno mental, sino también para la población general.

En estas guías se encuentran **pautas para poder hacer frente a situaciones complejas** que pueden darse durante el confinamiento. **Consejos prácticos para familiares** que les ayudarán a manejar situaciones de manera que no implique un retroceso o empeoramiento en el tratamiento de las personas que siguen un tratamiento.

Muchos pacientes, debido a la situación, han tenido que seguir su tratamiento de manera on-line.

“Al principio me costaba mucho, el peor momento es el de la comida porque estoy acostumbrada a hacerlo en el Hospital de Día, pero con las terapias on-line y las visitas en la plataforma virtual con mi terapeuta lo voy llevando”, afirma Estela, paciente del Hospital de Día de Ita Urgell en Barcelona.

“Para una buena gestión de la situación es importante detectar las dificultades que pueden acentuarse por el confinamiento y aplicar recursos que permitan hacerles frente. Por este mismo motivo, hemos confeccionado guías específicas para cada trastorno, ya que cada uno de ellos tienen una problemática y un enfoque terapéutico diferente” sostiene Grau.

Cada guía esta creada pensando en las necesidades específicas que pueden llegar a tener los pacientes con un trastorno en salud mental específico como sería un TCA o un TC. En este material podemos encontrar recomendaciones relacionales, para poder gestionar mejor la convivencia con la familia; recomendaciones socioeducativas, para mejorar la organización del día y que la persona pueda mantenerse activa durante el día, entre otras.

Los trastornos en salud mental son problemas que pueden afectar a toda la población. **La Organización Mundial de la Salud afirma** que, en el 2030 **los trastornos mentales serán la principal causa de discapacidad en el mundo**. En el último año, 2 millones de jóvenes entre 15 y 29 años han sufrido síntomas de trastornos mentales, y, ante la situación en la que nos encontramos, se prevé un incremento en los síntomas de ansiedad y estrés de la población.

Todo el material relacionado con estas guías puede ser consultado y descargado a través de la página web de ita o en el siguiente enlace [guías de apoyo](#)

Más información

683 103 236

Cecilia Martínez - Directora de Comunicación

www.italudmental.com

cmartinez@italudmental.com