

De la necesidad a una realidad: Programa Acougo

El programa de Salud Mental y adicciones de Proyecto Hombre Galicia. El programa Acougo nace de una necesidad palpable de la persona a tratamiento en los recursos de Proyecto Hombre Galicia que presentaba un doble diagnóstico de adicción y trastorno mental. Esta comunidad terapéutica se ha transformado en un modelo de intervención integral, ofreciendo apoyo a las personas a tratamiento y a sus familias en un viaje hacia la recuperación y la reintegración social.

Un Contexto Necesario

La génesis del programa Acougo se enmarca en un contexto donde muchas personas con problemas de adicción también enfrentaban trastornos mentales. Esta situación compleja demandaba un enfoque específico, lo que llevó a la creación de un plan estratégico orientado a proporcionar un servicio adaptado a las necesidades de estas personas. En el año 2005, gracias a la colaboración de la Xunta de Galicia, la Diputación de Pontevedra y el Ayuntamiento de Vigo, Proyecto Hombre abre un centro de Patología Dual pionero en Galicia.

“Acougo es más que un centro de tratamiento; es un recurso sociosanitario en formato de comunidad terapéutica, diseñado para mejorar la calidad de vida de las personas a tratamiento.

Su misión incluye reducir el número de ingresos hospitalarios, fomentar la autonomía en las actividades diarias, promover la inserción sociolaboral y brindar apoyo a las familias”

Misión y Objetivos

Acougo es más que un centro de tratamiento; es un recurso sociosanitario en formato de comunidad terapéutica, diseñado para mejorar la

calidad de vida de las personas a tratamiento. Su misión incluye reducir el número de ingresos hospitalarios, fomentar la autonomía en las actividades diarias, promover la inserción sociolaboral y brindar apoyo a las familias.

El enfoque del programa Acougo se centra en varios objetivos generales, tales como: favorecer su desarrollo personal y su integración en el ambiente social, familiar y laboral, así como el aprendizaje de habilidades sociales permitiendo a las personas interactuar de manera efectiva en su entorno.

Como objetivos específicos se plantean los siguientes: favorecer la formación ocupacional para facilitar su integración, fomentando hábitos de vida saludables y responsables. Otro objetivo crucial es aumentar la conciencia del individuo sobre su situación personal tanto de la parte adicta como la psiquiátrica, para ello se proporciona una estructura que les permite utilizar su tiempo libre de forma activa y gratificante, lo que contribuye a su bienestar general. Por último, se facilita el desarrollo de sus capacidades personales, teniendo siempre en cuenta sus



limitaciones, para que puedan avanzar hacia una vida más plena y satisfactoria.

La implicación de las familias en el proceso de rehabilitación es otro pilar clave, atendiendo a sus necesidades, aliviando la carga familiar y dotándolas de herramientas para enfrentar y gestionar la problemática de la patología dual de sus familiares a tratamiento.

Un Enfoque Integral

El programa de Acougo se estructura en tres fases:

1. **Preacougo (6 meses):** Esta fase se centra en la estabilización del individuo, abordando aspectos básicos de su situación.
2. **Acougo (6 meses):** Aquí, se trabaja en el conocimiento personal, ayudando a la persona a identificar sus fortalezas y debilidades.
3. **Acougo II (9 meses):** Esta fase se enfoca en la inserción social, extrapolando las habilidades adquiridas en el centro a la vida diaria.

El proceso concluye con un seguimiento mensual, asegurando que las personas mantengan sus logros en un entorno de apoyo continuo sin delimitar el tiempo de dicho apoyo y siempre contemplando el perfil de la persona.

Áreas de Intervención

La intervención en Acougo se lleva a cabo en diversas áreas, cada una con objetivos específicos que abordan las múltiples dimensiones de la patología dual:

- **Área Conductual:** Se busca la adaptación a normas y hábitos saludables, así como la mejora de habilidades de comunicación.
- **Área de Adicción:** Mantener la abstinencia y prevenir recaídas son prioridades.
- **Área Psiquiátrica-Psicológica:** La estabilización y el manejo de síntomas son fundamentales para el bienestar de la persona.
- **Área Cognitiva:** Se trabaja en el procesamiento de la información y el control de conflictos.
- **Área Afectiva-Emocional:** Fomentar la expresión y control de emociones es crucial para el desarrollo personal.
- **Área Jurídica:** Se proporciona asesoramiento para responsabilizarse de su situación legal.
- **Área Ocupacional-Laboral:** Se facilitan recursos para la inserción social y laboral.

- **Área de Autonomía Personal:** Se fomenta la autonomía en las actividades diarias.

Perfil de las personas a tratamiento

A continuación, recogemos las principales características observadas en la población que atendemos en el programa de patología dual de Proxecto Home.

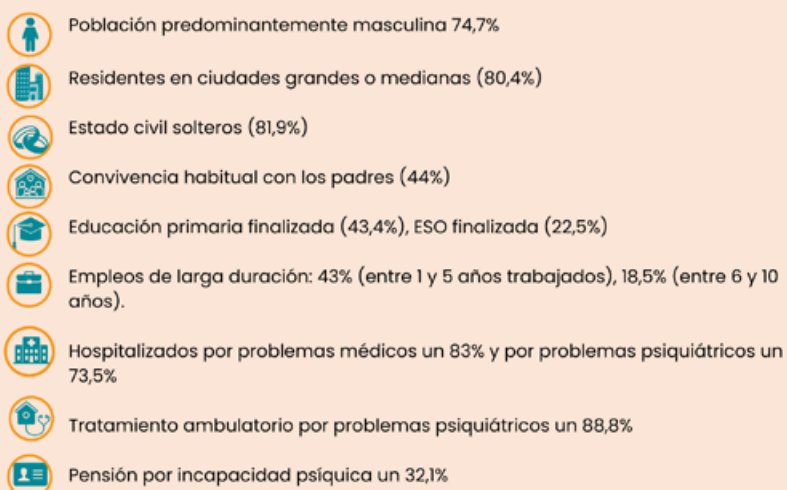
Cabe mencionar algunas características distintivas entre la población masculina y femenina.

En cuanto a los diagnósticos que atendemos quedan reflejados en la siguiente gráfica:

Itinerario de intervención

La vida diaria en la comunidad de Acougo se basa en la convivencia de una comunidad terapéutica mixta pero con sus diferencias ya que debemos adaptar el nivel de exigencia y los ritmos a la población con la que contamos, siendo el tratamiento integral e individualizado. Se sigue un enfoque bio-psico-social, combi-

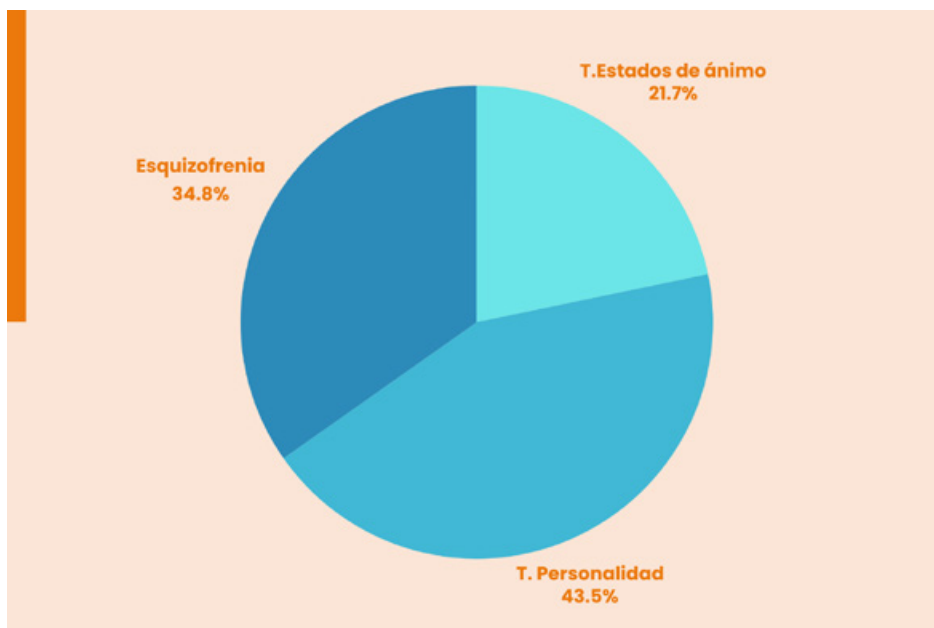
Perfil de las personas en tratamiento



nando terapias grupales, grupos transversales y de corresponsabilidad con usuarias y usuarios, actividades educativas (musicoterapia y agilidad mental) y talleres prácticos (taller de arteterapia, lectura y debate), desde habilidades sociales hasta actividades deportivas, con el objetivo de cambiar estilos de vida.

Lo que diferencia la comunidad terapéutica de Acougo con respeto a otras comunidades es el trabajo en grupos temáticos dependiendo de las necesidades del grupo: motivos y excusas para seguir consumiendo, enfermedad mental, manejo de síntomas, prevención de recaídas, relación con los demás, relación consigo mismo, sexualidad, autoestima, dificultad para marcar límites, flexibilidad mental. También se imparten seminarios sobre enfermedad mental (explica-

ción de los síntomas, influencia de las drogas en las enfermedades), así como también sobre la medicación sus efectos secundarios y beneficios en la enfermedad mental.



Puesto que estamos hablando de una población específica en el proceso terapéutico se debe tener en cuenta de que la finalización debe ser progresiva, con un seguimiento posterior al tratamiento, llevando a cabo un plan de intención sociolaboral y terapéutico trabajando en red con otros servicios y profesionales.

El equipo multidisciplinario de Acougo, compuesto por psicólogos, trabajadores sociales, educadores sociales, integradores sociales, psiquiatra consultor, monitores de las actividades y voluntarios, garantiza una atención integral. Los grupos temáticos y seminarios sobre la enfermedad mental y su relación con la adicción permiten a las personas a tratamiento profundizar en su situación, promoviendo la conciencia y el manejo efectivo de sus condiciones.

Trabajo con las familias

El papel que realiza la familia es muy importante y determinante para una mayor eficacia post tratamiento.

Lo que pretendemos conseguir es que haya una mayor vinculación familiar, para ello hay ciertas actividades obligatorias en las que tienen que participar como son los seminarios terapéuticos específicos, grupos de autoayuda así

como en comunicaciones e informaciones directas con el equipo terapéutico. Así mismo, también es imprescindible el acogimiento de sus familiares en períodos de fin de semana a lo largo del proceso terapéutico.

Para cuando finalizan el tratamiento es muy importante sensibilizarlos y orientarlos a apoyarse en otras entidades en caso de necesidad.

Logros conseguidos

En la actualidad a través del programa de patología dual de Acougo, se ha conseguido:

- Normalizar la convivencia familiar mejorando la comunicación, disminuyendo las críticas, el estrés y la presión familiar.
- Una mayor participación en actividades de ocio y tiempo libre normalizadas y preferiblemente grupales.
- Inclusión socio-laboral dependiendo del perfil.
- Disminuir los ingresos psiquiátricos.
- Distanciar los períodos de recaídas en la sustancia
- Aceptar la realidad psiquiátrica, hablando de ella con más normalidad

A lo largo de estos años se ha atendido a 952 personas, finalizando el tratamiento 170 personas, siendo el 35% mujeres. Entre ellos el 10% ha retomado estudios o consiguen algún trabajo, el 80% volvieron al lugar de origen mejorando la relación familiar, en cambio un 20% decidió restablecer una nueva ubicación en Vigo. De las personas que deciden abandonar el tratamiento sin haberlo finalizado, un 60% decide volver a solicitar ayuda.

CARACTERÍSTICAS DE LOS PERFILES DE LOS USUARIOS

Alta prevalencia de patologías médicas y de trastornos psiquiátricos asociados.

Problemas de adaptación al ámbito familiar y social.

Dificultades para mantener la abstinencia.

Baja adherencia a los tratamientos.

Incumplimiento de las indicaciones terapéuticas.

Presencia de comportamientos autolesivos y agresivos.

Demandantes de atención continua.

Antecedentes psiquiátricos familiares.

CARACTERÍSTICAS DE LOS PERFILES DE LAS USUARIAS

Problemas de maltrato y dependencia en sus relaciones.

Búsqueda de aprobación y atención masculina dentro de la comunidad.

Madres que han perdido la tutela o custodia de los hijos.

Bajo nivel formativo y escasa experiencia laboral.

Intentos autolíticos.

Relaciones entre ellas, dentro de la comunidad, más conflictivas debido a sus carencias, tendiendo a la crítica, a la comparación.