

El Papel del Psicólogo en un Balneario

The Figure of the psychology in a Thermal Spa

Ovejero Palazuelos P⁽¹⁾

⁽¹⁾Balneario de Archena/Universidad Católica de San Antonio. Murcia. Murcia, España
paulaove20@hotmail.com

Resumen

Actualmente los Balnearios ayudan a mejorar muchas de las enfermedades físicas, pero todas estas enfermedades tienen a su vez, un gran carga emocional y psicológica, que los profesionales que actualmente trabajan en los Balnearios no pueden abarcar. Para lograr una recuperación total de los pacientes es necesario de un equipo multidisciplinario, coordinado por el servicio médico, que abarque actuaciones tanto a nivel físicos como mentales, y es ahí donde el papel del psicólogo toma gran importancia en un Balneario.

Las necesidades de los pacientes que acuden a los Balnearios relacionadas con la psicología entre otras, pueden ser: trastornos ansioso-depresivos (duelo), dolor crónico de origen músculo-esquelético, fibromialgia reumática, supervivientes del cáncer, obesidad, necesidad de ayuda en determinadas adicciones.

El psicólogo puede aportar pautas y técnicas de tratamiento, que empezarán en la propia consulta con el psicólogo y se complementarían con los diferentes procesos de actuación, necesarios a partir de un diagnóstico correcto del paciente (Labrador y cols, 1993).

Estas técnicas pueden ser muy variadas y se adaptarán de forma individual dependiendo de la patología y las necesidades de cada paciente.

Los principales tratamientos que el psicólogo puede llevar a cabo en un Balneario son: terapias de 3ª Generación (Roda, 2012), técnicas de relajación a través de la actividad física en el agua y fuera del agua, terapia de familia, terapias cognitivo-conductuales (Bas y Adres, 1994; Caro, 1998), intervención asistida con animales como apoyo a las demás técnicas.

Todos estos procedimientos pueden ser combinados con los tratamientos termales los cuales aportan sus propios beneficios a través de las propiedades físico-químicas del agua y las técnicas de aplicación específicas.

Siempre será necesario realizar una valoración inicial con un seguimiento y una valoración final de los resultados obtenidos de manera objetiva, a partir de la cumplimentación de test y cuestionarios de evaluación propios de cada patología (Pérez,

1996). Esto nos puede permitir llevar a cabo trabajos científicos de investigación basados en nuevas formas de tratamiento de este tipo de patologías, mediante técnicas que combinan la psicología con los tratamientos termales. Este es un concepto totalmente novedoso, y de esta unión de Balneario y psicología se pueden obtener resultados finales muy favorables ya que actúan de forma global en los pacientes, abarcando tanto cuerpo como la mente.

El psicólogo en el Balneario puede aportar una nueva visión de los tratamientos termales, abriendo la puerta a un nuevo tipo de paciente que va a encontrar en el balneario las técnicas que habitualmente se utilizan en una clínica de psicología con técnicas específicas del propio balneario, ya sea por la adaptación de las mismas al medio acuático como por la creación de nuevas técnicas relacionadas con el agua.

Destacar las posibilidades de actuación sobre los pacientes con dolor crónico teniendo en cuenta, que un porcentaje muy elevado de los mismos acuden al balneario siendo el motivo fundamental patología relacionada con el aparato locomotor, dolor y dificultad funcional serán los dos puntos sobre los que se deber incidir y el psicólogo puede aportar un complemento que puede llegar a tener gran importancia en la mejoría final de estos pacientes.

Palabras clave: psicología, balneario, tratamientos, dolor crónico

Key words: psychology, thermal spa, treatment, chronic pain

Referencias

- Bas F, Adres V. Terapia cognitivo-conductual de la depresión; un manual de tratamiento. Terapia de conducta y salud. 1994
- Caro, I. Manual de Psicoterapias Cognitivas. Paidós, 1998
- Labrador, F y cols. Manual de técnicas de Modificación y Terapias de Conducta. Madrid: Pirámide, 1993
- Pérez, M. Tratamientos Psicológicos. Madrid: Ed. Universitat, S.A., 1996.
- Roda, C. Nuevas Terapias Psicológicas: La Tercera Generación. Artículo on-line, disponible en: http://www.psicologiaonline.com/psicologia_clínica/nuevas_terapias_psicologicas/.