

PROGRAMA DE REPOSO MENTAL



CLÍNICA
PÉREZ-ESPINOSA
Salud Mental



CONTENIDO DEL PROGRAMA

Perder un ser querido, la incertidumbre económica, la inestabilidad laboral o la convivencia familiar, afecta a la Salud Mental de miles de personas.

¿Cómo podemos afrontar todas estas situaciones y mirar al futuro con optimismo?

Un programa terapéutico personalizado y un entorno único en plena naturaleza permiten ayudar a la Persona a recuperar su Salud Física, Emocional y Mental.

OBJETIVOS

- ✓ Relajarse y eliminar estrés
- ✓ Reconectar con uno mismo
- ✓ Aprender a gestionar las emociones
- ✓ Adquirir Hábitos Saludables

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Cualquier persona con o sin patologías previas que se encuentre agotada física y mentalmente, deprimida, angustiada o con problemas para conciliar el sueño.

Ingreso solo con Test de detección COVID-19 Negativo.

DURACIÓN

Se adapta al diagnóstico clínico y evolución clínica de cada paciente.

Mínimo: 15 DÍAS.



1. PROGRAMA TERAPÉUTICO PERSONALIZADO

Fase 1: Evaluación y diagnóstico clínico: Psiquiatría y Psicología

- ✓ Entrevista clínica
- ✓ Evaluación de síntomas
- ✓ Pruebas psicodiagnósticas
- ✓ Diagnóstico clínico
- ✓ Diseño de Programa Terapéutico Personalizado

Fase 2: Intervención clínica: Psiquiatría, Psicología y Terapia Ocupacional

- ✓ Evaluación clínica continua
- ✓ Tratamiento psicofarmacológico (medicación psiquiátrica)
- ✓ Atención de Enfermería especializada en Salud Mental 24 horas
- ✓ **Terapia Cognitiva-Conductual individual**
- ✓ **Terapia Cognitiva-Conductual grupal**
- ✓ **Neuropsicología**
- ✓ **Actividades Terapéuticas**
- ✓ Fisioterapia: una sesión de cortesía incluida en el Programa

Fase 3: Seguimiento

A partir de la fecha de alta, continuamos interviniendo a través de consulta presencial o consulta online con el objetivo de mantener los cambios y mejoras en el tiempo y trabajar la prevención de recaídas.

El seguimiento **no está incluido** en el precio del Programa.

2. HABITACIÓN INDIVIDUAL

3. ALIMENTACION

Desayuno, comida, merienda y cena.

Elaboración en cocina propia.