

Gabinete de Psicología

Dr. R. Sotillo Hidalgo

Colegiado AN-06441

Avenida de Andalucía, 215, 1º

Coria del Río (Sevilla)

Teléfono 666 10 55 88

<http://www.capitalemocional.com>

¿Para qué un psicólogo?

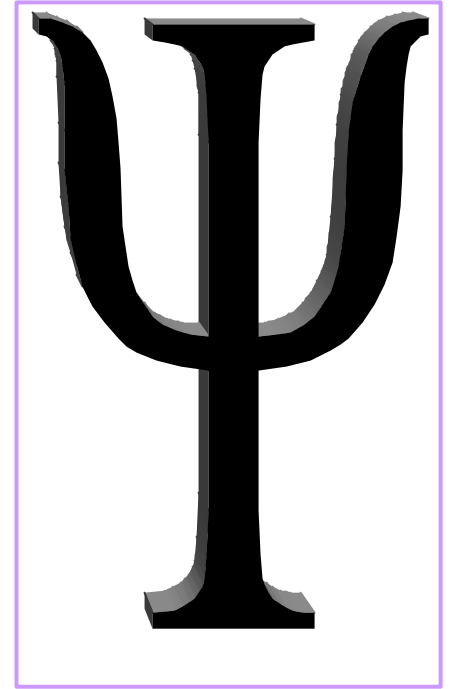
En algunas situaciones se hace necesaria la intervención de un profesional de la psicología, sobre todo cuando hay un problema que la persona no puede solucionar por sus propios medios y recursos y le impide o hace más difícil alcanzar un equilibrio en su salud, lo que le llega a provocar malestar y sufrimiento. Sería el caso del **estrés, ansiedad, depresión, etc.**)

En otras ocasiones no somos conscientes de que podemos necesitar ayuda profesional. Sería el caso de problemas como la **anorexia nerviosa**, las **adicciones** (alcohol, juego, drogas, etc.). También las **demencias** en las personas **ancianas**, los trastornos **psicóticos**, etc. Y por último en los casos de trastornos infantiles (**hiperactividad, enuresis, etc.**)

¿Cómo nos puede ayudar?

El psicólogo interviene mediante un diagnóstico, que se alcanza a través de la correcta historia clínica psicológica, para proponer y establecer un tratamiento o intervención psicológica desde un modelo científico y desde la orientación elegida.

Para tratar un trastorno de **ansiedad, depresivo** o incluso un **problema obsesivo** empleamos técnicas incluidas en la **terapia cognitivo-conductual**. Se aplica de forma individual generalmente y se basa en operar cambios en las personas mediante una reestructuración cognitiva, técnicas de aprendizaje mediante refuerzo de conductas positivas y aprendizaje de habilidades y gestión de las emociones. Cuando pretendemos hacer emerger los recursos de la persona para que pueda alcanzar un crecimiento personal, se utilizan técnicas desde un modelo **humanista**. Si queremos tratar un problema en una familia, solemos emplear técnicas desde una perspectiva **Sistémica**, que pretende identificar los patrones de interacción para lograr una mejoría en las conductas de los miembros de la familia.



Gabinete de Psicología

Dr. R. Sotillo Hidalgo

Colegiado AN-06441

Avenida de Andalucía, 215, 1º

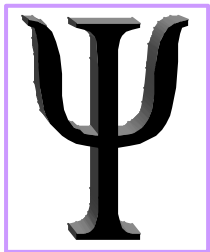
Coria del Río (Sevilla)

Teléfono 666 10 55 88

<http://www.capitalemocional.com>

¿Cuánto dura el tratamiento?

Aunque es variable, lo habitual es que sean sesiones semanales de una hora, que suelen ser entre 10 y 30, a veces duran más en función del trastorno que se trata.



¿A quién trata un psicólogo?

A cualquier persona, no necesariamente ha de estar enferma o padecer un trastorno mental. Puede darse el caso de que sea preciso reorientar una conducta o un hábito para precisamente evitar y prevenir un trastorno.

En resumen, personas sanas o enfermas que por cualquier causa necesitan mejorar algún aspecto de su vida, ya sea para solucionar un trastorno individual o de relación o tratar un problema que le produce sufrimiento.

También puede tratar a personas que por padecer alguna enfermedad médica precisan afrontar dicha enfermedad, prepararse ante una intervención quirúrgica o un tratamiento médico, como es el caso de la intervención psicológica en pacientes cardíacos, oncológicos, etc.

¿Secreto profesional?

El psicólogo está obligado a guardar el secreto profesional siempre. Sólo puede informar ante una orden judicial de aspectos relevantes cuando hay peligro para el paciente o terceras personas.

También está obligado a respetar el código ético y deontológico del Colegio de Psicólogos al que pertenece, lo que supone una garantía más en el ejercicio de su profesión y en la atención a sus pacientes.

En el caso de menores de edad, los padres o tutores legales tienen derecho a la información relevante en menores de 16 años, debiendo evitar cualquier perjuicio al menor en todo caso.

La historia clínica psicológica, así como los informes y resultados de los tests realizados a sus pacientes pertenecen a estos, siendo las anotaciones subjetivas del psicólogo y las anotaciones de los tests y cuestionarios información exclusiva del profesional.

¿Cuánto cuesta el tratamiento?

También puede ser variable, aunque el Colegio Oficial de Psicólogos marca unos honorarios mínimos que todo profesional está obligado a cumplir. Dichos honorarios se deben explicitar en la primera consulta.

