

El Hospital Rodríguez Lafora y el Instituto Psiquiátrico José Germain organizan actividades con pacientes para mejorar su calidad de vida

Pacientes de Salud Mental de la Comunidad de Madrid realizan actividades lúdico-deportivas durante el periodo estival

- Ingresados de larga estancia y personal sanitario practican natación en las piscinas municipales de Colmenar Viejo y Leganés gracias a la colaboración de estos ayuntamientos
- 18 pacientes de pisos supervisados han viajado una semana a la playa para disfrutar de actividades de ocio
- Fútbol, senderismo, visitas al planetario y sesiones de baile, completan el programa de cuidados de salud física y mejora de la movilidad de estos pacientes

24 de agosto de 2019.- El Hospital Doctor Rodríguez Lafora y el Instituto Psiquiátrico José Germain, pertenecientes a la red pública de hospitales de la Comunidad de Madrid, han organizado durante el verano diversas actividades lúdico deportivas. El objetivo es mejorar la calidad de vida de los pacientes ingresados en los centros, o dependientes dentro de los pisos tutelados, y de ofrecerles actividades con carácter de ocio que conjuguen la movilidad y el ejercicio físico.

Una de las actividades comunes, con pacientes de larga estancia de ambos centros, es la asistencia a las piscinas municipales de verano, donde, junto al personal de enfermería, pasan el día en las piscinas de Colmenar Viejo y Leganés. Fruto de la colaboración de ambos consistorios, se les da acceso gratuito para que salgan de su rutina de ingreso y para que con la natación como práctica deportiva ejerciten los músculos y se relajen del calor estival, dentro de las pautas de humanización de la asistencia sanitaria en la Comunidad de Madrid.

Estas actividades, están pautadas y recomendadas por los profesionales que realizan el seguimiento de los pacientes y están acompañados por el personal de enfermería.

En el caso del Instituto Psiquiátrico José Germain, 18 de sus pacientes residentes en los pisos supervisados, que mantienen un control médico, han

realizado una salida de una semana a la playa. Se pretende así mejorar y ampliar las habilidades sociales de estas personas en un contexto lúdico y lograr su integración plena en la sociedad. Además, desde las unidades de hospitalización y el Centro Ambulatorio de Tratamiento y Rehabilitación se ha realizado una excursión cultural a Toledo, con el fin de aprovechar el potencial terapéutico que tiene el arte.

El deporte es otro de los pilares de las actividades realizadas en ambos centros. El Hospital Doctor Rodríguez Lafora organiza cada semana una marcha de senderismo por el monte de Valdeatas, siempre y cuando la climatología lo permita, en grupos de 6 u 8 pacientes, para que tengan contacto directo con la naturaleza a través de paseos que promueven la actividad física adecuada y adaptada según las características propias de los mismos. Además, dentro de las instalaciones del Rodríguez Lafora, dos o tres veces por semana, entre los pacientes más jóvenes, se organizan competiciones informales en las pistas deportivas con el objetivo de fomentar la actividad física responsable y los hábitos saludables.

Ambos centros realizan también una actividad musical a la semana. El Instituto José Germán lo denomina “La Fiesta de los Viernes”, en la Unidad de Cuidados Psiquiátricos Prolongados, y el hospital Doctor Rodríguez Lafora realiza una actividad lúdica acompañada por música combinando juegos, bailes y karaoke con los pacientes.

Además del baile, y la música, el cine es protagonista. Ambos centros realizan cinefórum. En el caso del José Germain, los pacientes del Hospital de Día de Adultos acuden al cine tras elegir y votar la película en una asamblea organizada por los propios pacientes. En el Rodríguez Lafora esta actividad se organiza en el salón de actos y a la misma acuden pacientes y familiares con una asistencia media semanal de 40 personas, de tal forma que la convivencia familiar se promueve mediante actividades en el propio centro. También, dentro de las actividades, los pacientes de la Unidad de Cuidados Psiquiátricos Prolongados del José Germain han realizado una visita al Planetario de Madrid.