

ESPECIAL ATENCIÓN SOCIAL

FUNDACIÓN INTRAS.

Terapias innovadoras para la salud mental y la salud cerebral



De izda. a dcha.: Diana Marques, Yolanda Bueno, Estibaliz González y Ana Herrero; debajo, Diana con las gafas de realidad virtual. Fotos G. L.

VALLADOLID

Fundación INTRAS apoya el bienestar emocional y cognitivo de las personas, ofreciendo servicios especializados en psicología de adultos, adolescentes y niños. «Somos un grupo de profesionales expertos en terapias innovadoras que junto con los últimos avances en tecnología intervenimos de forma multidimensional y con un enfoque personalizado para conseguir el mayor bienestar de la persona y que pueda seguir avanzando en su proyecto de vida», explica Yolanda Bueno Aguado, responsable de la Clínica de Memoria.

Para ello, INTRAS cuenta con dos clínicas, una de ellas, la Clínica de Memoria, está enfocada a lograr el bienestar y cuidado cerebral y cognitivo, ofreciendo servicios de evaluación, intervención y estimulación para la prevención del deterioro cognitivo. Yolanda Bueno asegura que son «el único centro que combina terapias innovadoras con tecnología digital de última generación: software de rehabilitación Gradior Suite, gafas de realidad virtual como apoyo a las actividades de la vida diaria de las personas. Formamos parte de redes internacionales de prevención del deterioro y de proyectos europeos con el objetivo de detectar cuanto antes los primeros síntomas. Y cuenta también con la clínica de Psicoterapia, enfocada al bienestar emocional».

Precisamente, esta Clínica de Psicoterapia, con presencia en Valladolid, Ávila, Burgos y Toro, es un servicio de atención psicológica individualizada, con un corte innovador y personalizado, que



tiene como objetivo apoyar a personas que desean recuperar o adaptar su proyecto de vida. Su equipo de psicólogos, expertos en Psicología e innovación, utiliza un enfoque basado en terapias contextuales, integrando técnicas de otros enfoques como la terapia cognitivo-conductual y sistémica, para adaptar el tratamiento a las necesidades de cada paciente. «Estamos especializados en terapias contextuales de 3ª generación, y utilizamos las más modernas tecnologías», apunta Estibaliz González Catalina, coordinador de la Clínica de Psicoterapia.

Sus servicios incluyen psicoterapia para adultos, abordando problemas como ansiedad, depresión, estrés, fobias, traumas y duelo, entre otros. También ofrecen psicoterapia para niños y adolescentes, acompañando a esta población a sortear las dificultades que surgen cuando aparecen problemas de conducta o de conducta alimentaria, déficit de aten-

ción, ansiedad o miedos, bullying... entre otros. «Contamos con espacios para sesiones presenciales y también se ofrece la opción de terapia online, facilitando el acceso a la atención psicológica. El proceso terapéutico comienza con la identificación de las demandas del paciente, seguida de la definición de objetivos y un plan de trabajo», señala Estibaliz.

Salud mental en los jóvenes

Según un informe de UNICEF titulado 'Estado Mundial de la Infancia 2021: On My Mind', alrededor de nueve millones de adolescentes europeos, de edades comprendidas entre los 10 y los 19 años, sufren actualmente trastornos mentales. Entre estos casos, más de la mitad se atribuyen a la ansiedad y la depresión. Estos dos trastornos también se encuentran entre las cinco principales causas de carga de mala salud entre la población juvenil (JHU y UNICEF, 2022).

En Europa, el suicidio es la primera causa de muerte entre los jóvenes. Los chicos de 10 a 19 años mueren por suicidio más del doble que las chicas. Solo las lesiones por accidentes de tráfico se cobran más vidas de personas de entre 15 y 19 años.

Y en España, según el Informe Anual de 2023 del Ministerio de la Salud, los problemas de salud mental más frecuentemente registrados en las historias clínicas de atención primaria son los trastornos de ansiedad (106,5 casos por cada 1.000 habitantes), seguidos de los trastornos del sue-

ño y de los trastornos depresivos (81,6 y 47,8 por cada 1.000 habitantes, respectivamente); con una tendencia creciente en la serie 2016-2022.

Proyecto 'SMILE'

Ante esta preocupante situación, Fundación INTRAS ha decidido apoyar la salud mental en los jóvenes, participando en el proyecto 'SMILE', financiado por la Comisión Europea, dentro del programa Horizonte Europa, que involucra a 15 organizaciones de 9 países. Esta iniciativa ha creado una Plataforma de Conocimiento Abierto (OKP) con herramientas digitales para niños, adolescentes y adultos jóvenes a partir de 10 años y hasta los 24. «Estas herramientas ofrecen un entorno gamificado centrado en la salud mental, incorporando autoevaluaciones y escenarios de juego. También promueven la resiliencia, la flexibilidad cognitiva y la competencia social. La plataforma educa a padres, profesores y profesionales sobre el estrés mental en los jóvenes y es accesible en los países de la UE en sus respectivos idiomas. Para construirla colaboran empresas tecnológicas, universidades e instituciones sociales, aprovechando la inteligencia artificial y los chatbots», explica Diana Marques, técnico de I+D+i de INTRAS.

Los pilares del proyecto son la utilización de metodologías participativas, centradas en los usuarios finales; la base teórica y evidencia científica de la solución (terapia cognitivo-conductual), y el medio de la intervención (2

INFORMACIÓN

FUNDACIÓN INTRAS

Sede principal Valladolid.
C/ Martín Santos Romero, 1.
Teléfono.
646 08 39 76
Web.
www.psicoterapiaintras.es
www.clinicadememoria.es
Correo electrónico.
clinicapsicoterapia@intras.es
clinicavalladolid@intras.es
Instagram.
clinicapsicoterapiaintras

apps: un juego y una complementaria). «La app complementaria, que lleva incorporada test de psicología, conecta con el juego, que cuenta con cinco módulos, y en cada uno de ellos pasa por determinados dominios y habilidades basados en la terapia cognitivo-conductual. Este proyecto se encuentra en el desarrollo final, y recurriremos a 300 adolescentes para que prueben esta tecnología y nos aporten sus reacciones y comentarios para mejorar la herramienta», concluye Diana.

Proyecto 'COMFORTage'

Otro de los proyectos en los que está inmersa Fundación INTRAS es 'COMFORTage', un proyecto financiado con fondos europeos, que se está ejecutando en 12 países. El objetivo principal de este proyecto es proporcionar datos relevantes en relación con la detección e intervención de la demencia y la fragilidad. Esto, se llevará a cabo gracias a la colaboración de un consorcio multidisciplinar.

«En Fundación INTRAS se están llevando a cabo dos estudios que buscan validar dos herramientas de realidad virtual. Por un lado, en uno de los estudios, se busca conocer cuáles son las primeras alarmas o signos que pueden ayudarnos a detectar de forma precoz el deterioro cognitivo. Esto se lleva a cabo a través de una serie de test neuropsicológicos en formato virtual combinados con inteligencia artificial que nos ayude a predecir el deterioro cognitivo», señala Ana Herrero Blanco, coordinadora de la Clínica de Memoria.

El otro estudio pretende valorar la aceptación de las personas mayores con la tecnología de realidad virtual Gradior Multisensorial, cuyo propósito es mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores.

«Por tanto, con este proyecto, tenemos dos objetivos prioritarios, la detección precoz del deterioro cognitivo, y la intervención en los aspectos emocional y la calidad de vida de las personas mayores», concluye Ana.