

A IMPORTANCIA DO TRAUMA

Todas as persoas, ao longo da nosa vida pasamos por momentos difíciles, e o impacto destas experiencias individuais pode exceder os mecanismos de supervivencia, xerando un efecto negativo e duradeiro na saúde, con consecuencias físicas e psicolóxicas.

Estas experiencias, cando se dan na infancia e adolescencia, deixan unha **pegada** nun cerebro en desenvolvemento.

Esta pegada pode sentar as bases dun estado de desregulación e o uso de patróns disfuncionais.

A **reactivación** dos devanditos **patróns** dá lugar a un malestar clínico e a posibles patoloxías como a ansiedade, a depresión ou síntomas dissociativos derivados das mesmas.

(Estas características están expostas tanto o DSM-V e na definición de Francine Shapiro, fundadora da terapia EMDR).



Colexio Oficial
de Psicoloxía
de Galicia

EMDR

COLEXIO OFICIAL DE
PSICOLOXÍA DE GALICIA

GRUPO DE TRABALLO DE EMDR

SECCIÓN DE PSICOLOXÍA E SAÚDE

www.copgalicia.gal | copgalicia@copgalicia.gal

QUE É EMDR?

EMDR son as siglas de Eye Movement Desensitization and Reprocessing (Desensibilización e reprocesamento a través de movementos oculares). Esta terapia está composta por oito fases que se van completando paso a paso para identificar, avaliar e tratar a problemática que presenta a persoa. Todo iso implica o reprocesamento de recordos de experiencias pasadas, que serían a base da sintomatoloxía presente.

POR QUE EMDR COMO TERAPIA DE ELECCIÓN

Dentro das guías de tratamento, onde se recollen estudos e recomendacións para diversas categorías de trastornos mentais, EMDR establécese, con diferentes niveis de evidencia, como terapia eficaz na abordaxe do trauma. E por tanto, como intervención xa non só en problemáticas presentes, senón no ámbito da prevención primaria.

Estímase que un 44% das psicopatoloxías con inicio na infancia e un 32% daquelas con inicio na idade adulta contan como factor de orixe experiencias adversas vividas na infancia, poñendo o foco de atención aquelas que teñen lugar nos denominados períodos críticos (Teicher, 2001)

CALES SON OS OBIECTIVOS DO GRUPO DE TRABALLO DE EMDR?

- Dar a coñecer a influencia do trauma na saúde mental a profesionais sanitarios/as.
- Proporcionar fácil acceso á información a colectivos e profesionais sobre como EMDR pode axudar á resolución do trauma e nos trastornos que xera.
- Proporcionar información veraz e contrastada pola comunidade científica en relación ás bases de EMDR.
- Sensibilizar sobre a necesidade de axuda temperá nos casos de trauma agudo.
- Favorecer a detección temperá de problemáticas derivadas do trauma a partir da colaboración con organismos que traballen con poboacións de risco.
- Colaborar, como membros integrantes na rede intercolexial de grupos de traballo de EMDR, en proxectos comúns.
- Conformar un punto de encontro entre os/as profesionais que traballan con EMDR en Galicia.

QUEN SOMOS:

- María Jesús Taboada Costas. G- 2447.
- Belen Peña Pintané. G- 2599.
- Soledad Ozores Dopereiro. G- 2463.
- Rebeca Lago Moreira. G- 2867.
- Mar Rodríguez Martínez. G- 5528.