



PROPUESTAS DEL COLEGIO OFICIAL DE PSICOLOGÍA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA PARA LA” SUBCOMISIÓN DE PREVENCIÓN SANITARIA Y DE CONVIVENCIA SOCIAL” PARA LA RECUPERACIÓN DE ALICANTE.

Queremos agradecer desde el COPCV la invitación del Ayuntamiento de Alicante para participar en la Comisión para la recuperación de Alicante.

Finalizado el confinamiento, entramos en la desescalada, una nueva fase en la que, sin olvidar que existe una alta incertidumbre acerca de los efectos que pueda tener en cuanto a posibles rebrotes y las medidas que este retroceso pudiera exigir adoptar, se hace necesario evaluar las necesidades derivadas de los efectos de la pandemia y planificar y atender, de la manera más eficaz y eficiente posible, esas necesidades.

Entre las necesidades más apremiantes se encuentra garantizar la salud psicológica de toda la población y, muy especialmente, la de aquellos grupos más vulnerables.

La atención psicológica es “clave” en situaciones como está. Es importante adelantarnos a las consecuencias psicológicas que la enfermedad, los fallecimientos y el largo confinamiento pueden tener, a medio y largo plazo, sobre una parte importante de la ciudadanía.

Con nuestras propuestas queremos mejorar la atención psicológica que la población alicantina va a precisar en los próximos meses, como consecuencia de la crisis generada y vivida por la pandemia de COVID-1.

Nuestras propuestas son acciones de intervención psicológica, no solo en el área sanitaria y de salud mental y convivencia social, sino en otras distintas áreas de intervención de la psicología que tienen sin duda una incidencia en la mejoría de la calidad de vida y en el bienestar personal y colectivo de la ciudadanía.

Consideramos que todas las propuestas son de gran importancia y que su ejecución debería realizarse a la mayor brevedad posible.





FICHA PROPUESTA 1

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Implantación de la atención psicológica profesionalizada, con la inclusión de psicólogos clínicos en los Centros de Salud de Atención Primaria.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Hacer más accesible la intervención psicológica especializada a la población de Alicante, para garantizar la salud psicológica de toda la población, dándole apoyo psicológico y emocional, ya que es muy previsible que se dé un crecimiento de la demanda asistencial.

5. Propuesta de ejecución

Elevar esta petición a la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública. Para que desde Atención Primaria se puedan abordar problemas como trastornos de ansiedad, estrés post-traumático, trastornos del estado de ánimo, abuso de sustancias, somatizaciones. Generalización de programas de psicología en Atención Primaria.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Población de Alicante, y sobre todo aquellos ciudadanos, trabajadores sanitarios, personal interviniente, y personal que ha trabajado en centros hospitalarios, policías, guardias civiles, Ejército, enfermos, familiares de personas fallecidas, que son susceptibles de necesitar ayuda psicológica por haber vivido una situación de máximo estrés y riesgo para su integridad y la de los suyos, en definitiva, todos aquellos que han sufrido y necesitan superar la situación vivida por la pandemia del Covid-19.





FICHA PROPUESTA 2

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Aumento y refuerzo de las redes de Salud Mental con más profesionales de la Psicología.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Reforzar y mejorar la atención de la red de Salud Mental de la población de Alicante, incrementando la cobertura y accesibilidad a la atención psicológica especializada, tanto la dirigida a adultos como a la población Infanto- Juvenil.

Es previsible que el **impacto del confinamiento y el aislamiento sobre la población**, debido al covid-19, haga crecer la demanda asistencial.

5. Propuesta de ejecución

Tras el estudio de la situación actual, se aumentará la ratio de profesionales en las zonas más afectadas por el covid-19.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Población de Alicante afectada por la pandemia.





FICHA PROPUESTA 3

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Formación para actualizar conocimientos a los profesionales sanitarios.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Realizar cursos de formación en los trastornos post covid, prevención de conductas suicidas, estrés postraumático, como enfrentar trastornos por ansiedad y depresión.

5. Propuesta de ejecución

Organizar cursos online accesibles para los profesionales de la salud mental, a través de la EVES.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Profesionales sanitarios de Alicante.





FICHA PROPUESTA 4

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Servicio de Atención Psicológica municipal y /o sanitario para los profesionales de servicios sociales, socio sanitarios y sanitarios, que han estado en primera línea durante la pandemia.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Implementar planes de actuación para ayudar al personal sanitario a aumentar su resiliencia y que puedan contar con estrategias y herramientas de afrontamiento ante el estrés asistencial tanto en el ámbito hospitalario como en Atención Primaria.

Encontrar un espacio para rebajar la tensión sufrida, ventilar emociones, gestionando aquellas que puedan estar generando malestar y recibir pautas profesionales para que esta pandemia no les pase factura. Ya que son población de alto riesgo para el desarrollo del trastorno por estrés postraumático o cuadros ansioso-depresivos.

5. Propuesta de ejecución

Dotación de un equipo de psicólogos que realicen intervención en crisis y apoyo emocional para personal sanitario en esta época post covid -19. Se podría realizar en hospitales de la ciudad de Alicante, y/o en centros de especialidades.

Programas de atención psicológica para ellos, en el sistema público de salud.

El COPCV estaría como entidad colaboradora y asesora en la implementación de la propuesta.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Profesionales sanitarios de Alicante.





FICHA PROPUESTA 5

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Grupos de Ayuda para Duelo por Coronavirus.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Organizar grupos de afectados por la pandemia que han perdido a algún familiar, facilitándoles, ejercicios, dinámicas y técnicas para afrontar y superar el duelo de un ser querido del que probablemente no se han podido despedir tal como este familiar se merecía.

Se podrían organizar grupos para menores, adolescentes, adultos y mayores.

5. Propuesta de ejecución

Se podrían realizar en los centros Sociales que posee el Excmo. Ayuntamiento de Alicante.

Impartidos por psicólogos especializados.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

La Población de Alicante.





FICHA PROPUESTA 6

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Educación emocional e Información para la Salud en Jóvenes y adolescentes. Ocio responsable y saludable.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

La Infancia, los jóvenes y adolescentes son una población crucial en las medidas de prevención y educación.

El confinamiento con la falta de contacto afectivo, contacto corporal, y la falta de proximidad se ha traducido y se traduce en malestar emocional pero también físico con irritabilidad, descanso poco reparador e insomnio etc. Es decir, muchos de ellos no asocian su malestar físico y emocional con el confinamiento.

Además, tienen que compaginar salud con ocio y diversión sobre todo en el periodo estival.

Integrar también esta educación emocional en las escuelas infantiles municipales.

5. Propuesta de ejecución

Realizar Campañas de información, sensibilización y educación implicando a diferentes colectivos en su diseño, ejecución y difusión. Así, Concejalías de Salud, Deportes, Educación, Servicios Sociales. Utilizando el uso de las redes sociales para dar a conocer estas campañas.

Potenciar los programas de ocio educativo y educación emocional dirigidos a la infancia y adolescencia más vulnerable.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Infancia, Adolescentes y jóvenes.





FICHA PROPUESTA 7

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Acompañamiento, vuelta a las aulas.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Preparar estrategias de acompañamiento en el ámbito educativo para la vuelta a las aulas en septiembre, con el fin de dotar de estrategias y habilidades para manejar, responder y dar seguridad en la vuelta al cole en esta “nueva normalidad”.

Potenciar programas cuyos contenidos estarían relacionados con trabajar la gestión emocional, miedos, la autoestima, cómo cumplir con las normas de seguridad, etc.

5. Propuesta de ejecución

Este acompañamiento estaría diseñado por psicólogos/as educativos, para profesores y tutores.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Alumnos infanto –juvenil.





FICHA PROPUESTA 8

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Servicio de Asesoramiento y atención Psicológica para Personas Mayores.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Ofrecer desde el Ayuntamiento un servicio de atención psicológica personalizada a personas Mayores que sufren una situación de soledad no deseada y aislamiento emocional, para prevenir y paliar posibles secuelas psicológicas posteriores al covid19.

Se trataría de un servicio concebido como un recurso de atención individual dirigido a personas mayores que demandan directamente ayuda psicológica cuando se detecten problemas emocionales, cognitivos, o de comportamiento, a fin de posibilitarles un tratamiento adecuado y una vida digna.

Conllevaría la posibilidad de derivación a atención especializada y detección de situaciones que requieran una intervención de urgencia. En cada caso, derivación a los recursos públicos idóneos y posterior seguimiento del caso.

5. Propuesta de ejecución

Convenio del COPCV i la Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Alicante en la selección del profesional especializado en envejecimiento i ejecución del proyecto.

Implementar acciones de acompañamiento psicológico en el domicilio a personas mayores vulnerables, realizado por psicólogos especializados del Servicio de Ayuda a domicilio.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Personas de Mayores de



la Ciudad de Alicante.



FICHA PROPUESTA 9

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Intervención Comunitaria para aquellos grupos de población que se han visto afectados por la pandemia del COVID

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Intervención social, desde la psicología comunitaria, en el que se realizaría el diagnóstico de necesidades, estudio por barrios, implementación de acciones y programas comunitarios que fomentan actitudes prosociales positivas y de confianza entre la ciudadanía.

5. Propuesta de ejecución

Realizada por psicólogos sociales.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Población de la Ciudad de Alicante.





FICHA PROPUESTA 10

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Servicio de seguimiento y evaluación de riesgos psicosociales.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

Reforzar los departamentos de prevención de Riesgos Laborales para que hagan seguimiento de detección precoz de la salud mental y emocional de los trabajadores en organismos públicos y privados.

En la reincorporación laboral los trabajadores/as pueden sufrir o haber sufrido situaciones altamente estresantes desde haber padecido la enfermedad, haber perdido a algún ser querido, ansiedad, insomnio, empeoramiento de patologías anteriores, etc. Por lo que hacer una buena vigilancia, prevenir y detectar riesgos psicosociales derivados de la presente situación, es una muy buena protección de la salud psicológica en el trabajo.

Coordinados por profesionales de la psicología expertos en riesgos laborales y recursos humanos.

5. Propuesta de ejecución

Diseñar un protocolo de evaluación e intervención sobre casos problemáticos detectados. Fomentando la Resiliencia y el manejo de la adversidad a la vuelta en el trabajo y ante el posible rebrote de la Covid19.

Reforzar el papel de los servicios y departamentos de Prevención de Riesgos Laborales. Coordinación con el tejido empresarial desde los Ayuntamientos.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Población de Alicante.





FICHA PROPUESTA 11

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social.

2. Nombre de la propuesta

Aumento de ratio de Psicólogos/psicólogas en el equipo Social de Base del Ayuntamiento de Alicante.

Incluiría el apoyo al servicio de Agente de Igualdad con un servicio especializado de atención a mujeres víctimas de violencia de género. Servicio de atención telefónica i/o presencial a la población Alicante que ha sufrido los efectos del Coronavirus.

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana.

4. Objeto de la propuesta

- Asegurar una asistencia psicológica de proximidad para familias, menores y colectivos vulnerables a su propio entorno, el barrio, potenciando los recursos existentes con nuevos profesionales de la psicología a los equipos de atención primaria.
- Dar cobertura de atención psicológica en los diferentes ámbitos de Intervención Social, potenciando el trabajo interdisciplinar en todas las áreas y garantizando una comunidad fuerte, potenciando los recursos comunitarios existentes (servicios, asociaciones, etc.) y la creación de otros. Todo ello dirigido al empoderamiento a la ciudadanía con el aprendizaje de recursos psicológicos que van a ser imprescindibles para afrontar dos características muy importantes de “la nueva normalidad” y posibles nuevos escenarios sociales.
- Fomentar el modelo de atención centrado en la persona a los espacios municipales de cura de personas mayores, prestando especial atención a sus necesidades relacionales, emocionales y de autonomía personal.





5. Propuesta de ejecución

El profesional de la Psicología es uno de los perfiles contemplados en la nueva Ley de Servicios Sociales de la Comunidad Valenciana.

En las ayudas que los ayuntamientos disponen sobre contratación de personal habría que contemplar el aumento de profesionales de psicología como apoyo a todos los servicios, programas y áreas de los Servicios Sociales. En unos momentos en que la atención psicológica se prevé como esencial para la salud general de los ciudadanos.

El COPCV estaría como entidad colaboradora y asesora en la implementación de la propuesta.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Población en general.





FICHA PROPUESTA 12

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social

2. Nombre de la propuesta

Proyecto Zapatillas-Team .Version 3.0: Construyendo y reconstruyendo emociones

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana

4. Objeto de la propuesta

El objetivo principal de esta propuesta es dotar, a través de talleres aplicados, de una formación específica en aspectos psicológicos y emocionales, que permitan mejorar algunos aspectos fundamentales para una mejor convivencia en el contexto deportivo entre los principales implicados.

5. Propuesta de ejecución

La propuesta consiste en diseñar y aplicar un programa de formación específica que permita reconstruir y construir estrategias de promoción de la salud psicológica en el contexto deportivo, a través de talleres específicos dirigidos a los implicados en el contexto deportivo. Los aspectos a tratar en estos talleres irán enfocados a algunos aspectos que han sido sumamente necesarios tener preparados durante la pandemia. En el caso de los deportistas se tendrán en cuenta diferentes niveles de formación teniendo en cuenta la edad de los participantes.

Así, consideramos que el desarrollo de esta formación puede ser de gran utilidad para la población relacionada con el deporte, tanto en futuras situaciones en las que haya que mantener la distancia (para no perder la conexión y vínculo emocional entre el triángulo deportivo) como en el desarrollo deportivo, social y psicológico de los entrenadores, deportistas y familias.





1. Escalando emociones
2. Comunicación entre el triángulo.
3. Reconstruyendo relaciones: Preparados, listos ¡Ya!
4. Habilidades sociales 3.0

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

El triángulo deportivo: Deportistas/Entrenadores/Familias deportistas





FICHA PROPUESTA 13

1. Subcomisión de la que parte la propuesta

Subcomisión de Prevención Sanitaria y Convivencia Social

2. Nombre de la propuesta

La senda de los valores deportivos

3. Entidad / Entidades proponentes

Colegio Oficial de Psicología de la Comunidad Valenciana

4. Objeto de la propuesta

El objetivo principal de esta propuesta es recuperar la normalidad de la convivencia social manteniendo en la memoria de los ciudadanos alicantinos los valores solidarios puestos en práctica durante la pandemia y relacionándolos con los valores deportivos.

5. Propuesta de ejecución

La propuesta consiste en diseñar un paseo/senda de valores deportivos implicando a las escuelas deportivas municipales de Alicante). Para ello se ofrecerá una formación en valores deportivos a los directores deportivos de las escuelas deportivas de la ciudad. Tras la formación plasmarán, de forma anónima, un lema que unifique el valor trabajado con el deporte practicado en cada escuela deportiva. Finalizada la elección de valores y lemas representativos, se pondrán en baldosas y se buscará un lugar en la ciudad donde pueda ponerse una placa/ baldosa en el suelo que recoja el deporte-el valor deportivo y el lema, construyendo así una senda de valores deportivos y lemas que toda la ciudadanía pueda contemplar.





Cada baldosa se ubicará en paralelo de su lema y a metro y medio, para que cuando se pasee por el sendero se pueda mantener la distancia de metro y medio. Esta senda permitirá, recordar los valores que nos han permitido avanzar como una ciudad más unida ante la adversidad de la pandemia y por otra, implicar a los participantes en el trabajo en valores deportivos de mejora de la convivencia social.

6. Beneficiarios (Ciudad en general, colectivos etc.)

Escuelas deportivas municipales. Ciudadanía en general.

