

# Unidad de Hospitalización de los Adolescentes en Westview

1-800-528-6624



|                  | LUNES                                                                                            | MARTES                                                                                                                            | MIÉRCOLES                                                                           | JUEVES                                                                                                 | VIERNES                                                                                                                  | SÁBADO                                                                                                                                                                                                      | DOMINGO                                                                              |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 8:00 - 9:30 am   | Despertarse/ADL/<br>Medicamentos y<br>Desayuno (Enfermería)                                      | Despertarse/ADL/<br>ADL/Medicamentos y<br>Desayuno (Enfermería)                                                                   | Despertarse/ADL/<br>ADL/Medicamentos y<br>Desayuno (Enfermería)                     | Despertarse/ADL/<br>ADL/Medicamentos y<br>Desayuno(Enfermería)                                         | Despertarse/ADL/<br>ADL/Medicamentos y<br>Desayuno (Enfermería)                                                          | Despertarse/ADL/<br>Revisión habitación/<br>Medicamentos y Desayuno<br>(Enfermería)                                                                                                                         | Despertarse/ADL/<br>Revisión habitación/<br>Medicación y Desayuno<br>(Enfermería)    |
| 9:30 - 10:00 am  | Grupo para Alcanzar<br>Metas 30 minutos<br>(Enfermería)                                          | Grupo para Alcanzar<br>Metas 30 minutos<br>(Enfermería)                                                                           | Grupo para Alcanzar<br>Metas 30 minutos<br>(Enfermería)                             | Grupo para Alcanzar<br>Metas 30 minutos<br>(Enfermería)                                                | Grupo para Alcanzar<br>Metas 30 minutos<br>(Enfermería)                                                                  | Grupo para Alcanzar Metas<br>Habitación/Unidad Limpieza<br>30 minutos (Enfermería)                                                                                                                          | Grupo para Alcanzar<br>Metas 30 minutos<br>(Enfermería)                              |
| 10:00 - 10:30 am | Grupo A&B Grupo de<br>Actividad 30 minutos<br>(Enfermería)                                       | Medicamentos División de<br>Grupo A&B<br>(Clínico/Proveedores de<br>medicamentos)30 minutos                                       | Grupo A&B Grupo de<br>Actividad 30 minutos<br>(Enfermería)                          | Grupo de Nutrición<br>30 minutos<br>(Enfermería)                                                       | Grupo A&B Grupo de<br>Actividad 30 minutos<br>(Enfermería)                                                               | Llamadas Telefónicas/<br>Limpieza de Habitación &<br>Unidad/Refrigerio<br>30 minutos                                                                                                                        | Llamadas Telefónicas/<br>Limpieza de Habitación &<br>Unidad/Refrigerio<br>30 minutos |
| 10:30-12:15 am   | Escuela<br>105 minutos                                                                           | Escuela<br>105 minutos                                                                                                            | Escuela<br>105 minutos                                                              | Escuela<br>105 minutos                                                                                 | Escuela<br>105 minutos                                                                                                   | 10:30-12:20pm Actividad<br>Terapéutica/Patio 115 minutos<br>11:00 am - 12:00 pm<br>Terapia Recreacional<br>12:00-12:15pm Tiempo de<br>Reflexión<br>12:15-12:45pm Grupo de<br>Destrezas Sociales(Enfermería) | 10:30-12:20pm Actividad<br>Terapéutica/Patio<br>115 minutos                          |
| 12:25 - 1:00 pm  | Almuerzo                                                                                         | Almuerzo                                                                                                                          | Almuerzo                                                                            | Almuerzo                                                                                               | Almuerzo                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                      |
| 1:00 - 1:45 pm   | Grupo de Destrezas DBT<br>45 minutos (Clínico)                                                   | Grupo de Destrezas DBT<br>45 minutos (Clínico)                                                                                    | Grupo de Destrezas DBT<br>45 minutos (Clínico)                                      | Grupo de Destrezas DBT<br>45 minutos (Clínico)                                                         | Grupo de Destrezas DBT<br>45 minutos (Clínico)                                                                           | Grupo de Control<br>30 minutos                                                                                                                                                                              | Relaciones saludables<br>30 minutos (Enfermería)                                     |
| 1:45 - 2:30pm    | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                                    | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                                                                     | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                       | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                                          | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                                                            | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                                                                                                                                               | Terapia Recreativa/<br>Gimnasia<br>45 minutos                                        |
| 2:30 - 3:00 pm   | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                             | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                                                              | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                                   | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                                                     | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                                                                                                                                        | Tiempo en Patio/Tiempo<br>de Reflexión<br>30 minutos                                 |
| 3:00 - 3:15 pm   | Refrigerio/Llamadas<br>Telefónicas                                                               | 2:45-3:30pm Grupo de<br>Sugerencias A<br>(Clínico) 45 minutos<br>2:45-3:30pm Grupo B<br>Terapia Artística<br>(Clínico) 45 minutos | 2:30-3:00pm Gimnasia<br>(Enfermería)<br><br>3:00-3:15pm Refrigerio                  | 2:30 -2:45pm Llamadas<br>Telefónicas<br>2:45-3:30 pm Grupo de<br>Sugerencias B<br>(Clínico) 45 minutos | 2:30-3:00pm Gimnasia<br>(Enfermería)<br>3:00-3:15pm<br>Refrigerio                                                        | 3:00-3:45pm Terapia<br>Artística<br>45 minutos                                                                                                                                                              | 3:00-3:45pm<br>Actividad Terapéutica<br>(Sensorial) 45 minutos                       |
| 3:15 - 4:00 pm   | Grupo de Abuso de<br>Sustancias Grupo A & B<br>(Consejero SA)<br>45 minutos                      | 2:45-3:30pm Grupo B<br>Terapia Artística<br>(Clínico)45 minutos                                                                   | Grupo A & B Actividad/<br>Colaboración<br>Grupo de Patio<br>(Enfermería) 45 minutos | 2:45-3:30pm Grupo A<br>Terapia Artística<br>(Terapeuta Artístico)<br>45 minutos                        | 3:15-4:00pm Grupo de<br>Abuso de Sustancias para<br>pacientes electos o<br>Grupo de Enfermería<br>Terapéutica 45 minutos | 3:45-4:00pm<br>Refrigerio                                                                                                                                                                                   | 3:45-4:00pm<br>Refrigerio                                                            |
| 5:00 - 5:15 pm   | 4:45-5:00pm Tiempo en<br>Habitación Restauración<br>Grupo B Grupo de<br>(Enfermería) 45 minutos  | 4:45-5:30pm Grupo A & B<br>Terapeuta Recreacional<br>45 minutos                                                                   | 4:45-5:00pm Tiempo en<br>Habitación Restauración<br>15 minutos                      | 4:45-5:30pm Grupo A &<br>B Actividades<br>(Enfermería)45 minutos                                       | 4:45-5:00pm Tiempo en<br>Habitación Restauración<br>15 minutos                                                           | Tiempo de Reflexión<br>15 minutos                                                                                                                                                                           | Tiempo de Reflexión<br>15 minutos                                                    |
| 5:15 - 5:45 pm   | 5:00-5:45pm Actividad de<br>terapia recreativa/<br>Gimnasia (Terapeuta<br>Recreacional)45minutos | 5:30-5:45pm Tiempo en<br>Habitación Restauración<br>15 minutos                                                                    | 5:00-5:45pm Terapia<br>de recreación 45 minutos                                     | 5:30-5:45pm Tiempo en<br>Habitación Restauración<br>15 minutos                                         | 5:00-5:45pm Terapia<br>de recreación 45 minutos                                                                          | 5:00-5:45pm<br>Medicamentos/Teléfono<br>Televisión 45 minutos                                                                                                                                               | 5:00-5:45pm<br>Medicamentos/Teléfono<br>Televisión 45 minutos                        |
| 5:45 - 6:20 pm   | Cena                                                                                             | Cena                                                                                                                              | Cena                                                                                | Cena                                                                                                   | Cena                                                                                                                     | Cena                                                                                                                                                                                                        | Cena                                                                                 |
| 6:20 - 6:30 pm   | Tiempo de Reflexión                                                                              | Tiempo de Reflexión                                                                                                               | Tiempo de Reflexión                                                                 | Tiempo de Reflexión                                                                                    | Tiempo de Reflexión                                                                                                      | Tiempo de Reflexión                                                                                                                                                                                         | Tiempo de Reflexión                                                                  |
| 6:30 - 7:00 pm   | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                                   | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                                                                    | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                      | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                                         | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                                                           | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                                                                                                                                              | Grupo de Concluyente<br>(Enfermería)30 minutos                                       |
| 7:00 - 8:00 pm   | Actividad terapéutica<br>(grupo colaborativo)                                                    | Actividad terapéutica<br>(grupo colaborativo)                                                                                     | Actividad terapéutica<br>(expresión artística)                                      | Actividad terapéutica<br>(grupo colaborativo)                                                          | Actividad terapéutica<br>(Sensorial)                                                                                     | Actividad terapéutica<br>(expresión artística)                                                                                                                                                              | Actividad terapéutica<br>(expresión artística)                                       |
| 8:00 - 9:30 pm   | Medicamentos/<br>Refrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                                       | Medicamentos/<br>Refrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                                                                        | Medicamentos/<br>(eRefrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                        | Medicamentos/<br>(Refrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                                            | Medicamentos/<br>Refrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                                                               | Medicamentos/<br>Refrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                                                                                                                                                  | Medicamentos/<br>Refrigerio/ADL/Teléfono/<br>TV 90 minutos                           |
| 9:30 - 10:00 pm  | Hora de Dormir                                                                                   | Hora de Dormir                                                                                                                    | Hora de Dormir                                                                      | Hora de Dormir                                                                                         | Hora de Dormir                                                                                                           | Hora de Dormir                                                                                                                                                                                              | Hora de Dormir                                                                       |

# Programa de Westview

## Descripción de Actividades y Grupos

**Grupo de Terapia Artística:** Proporciona una oportunidad a cada paciente para compartir, hablar sobre e interpretar el significado de sus obras de arte con dirección y apoyo del terapeuta artístico.

### Grupos de Destrezas DBT:

- **Conciencia:** Los pacientes aprenderán sobre los tres estados de la mente, así como las destrezas QUE y COMO de ser consciente.
- **Tolerancia a la Aflicción/Angustia:** Los pacientes aprenderán destrezas específicas para Tolerar la Aflicción/Angustia para usarlas en la Mente Sabia. Estas destrezas serán: Wise Mind ACCEPTS, 3-2-1, Auto Consolación y MEJORAR el momento.
- **Destrezas Interpersonales:** Los pacientes aprenderán destrezas para desarrollar y mantener relaciones positivas.
  - **Regulación Emocional:** Los pacientes aprenderán destrezas para aumentar emociones positivas y disminuir la vulnerabilidad. Estas destrezas serán: ABC PLEASE, Acción Opuesta, la destreza WAVE.
- **Caminando por el Camino del Medio:** Los pacientes aprenderán destrezas para manejar problemas de adolescente-familia. Estas destrezas serán: Pensando Dialécticamente, Validación y Maneras para Aumentar/Disminuir Comportamientos.
- **Grupo de Práctica de Destrezas:** Los pacientes hablarán sobre destrezas DBT que estuvieron aprendiendo en grupo pequeño.
- **Desarrollar Relaciones Saludables:** Los pacientes aprenderán y hablarán sobre maneras de hacer decisiones interpersonales saludables. También explorarán los riesgos y consecuencias de participar en comportamientos peligrosos.
- **Grupo de Comentarios:** Los pacientes reciben comentarios de sus compañeros y del personal sobre su progreso hacia sus metas en el tratamiento.
- **Grupo de Metas:** Los pacientes establecen metas diarias que son relacionadas a su Comportamiento Individualizado Objetivo el cual es establecido cuando ingresaron.
- **Grupo Educativo Sobre Medicamentos:** Los pacientes aprenderán sobre los medicamentos que están tomando y podrán hacer preguntas específicas a los Enfermeros que están recetando sus medicamentos.
- **Grupo de Terapia Musical:** Este es un programa de arte expresivo tratando a los sentimientos de los pacientes y asuntos activos de tratamiento en los cuales los pacientes pueden expresar sus emociones y pensamientos a través de la música. Los pacientes gravan canciones que han escrito sobre si mismos y hacemos CDs para ellos.

- **Terapia Recreativa:** Los pacientes participan en intervención en base de recreación y actividades para promover la salud psicológica y física, recuperación, y bienestar. Las actividades son seleccionadas en consideración a las necesidades sociales, cognitivas, físicas, y a la conveniencia del paciente. Las destrezas DBT son utilizadas en conjunto con actividades de recreación terapeuta para complementar otros tratamientos de intervención y mejorar la salud.

- **Grupo Concluyente:** Los pacientes repasan su meta diaria y hablan sobre las destrezas que utilizaron y/u obstáculos para alcanzar la meta.

- **Actividad Terapéutica:** Los pacientes participan en recreación, tiempo libre y otras actividades para complementar otros tratamientos de intervención. Las actividades terapéuticas son en base de los siguientes temas de grupos:

- **Grupo Colaborativo:** Estas actividades se enfocan en eficacia interpersonal y en fomentar el espíritu en equipo, puede incluir juegos tal como Family Feud, Pictionary, decirlo con mímica, bingo, tie dye, búsqueda de tesoro, shows de talento, juego de cartas.

- **Sensorial:** Estas actividades ayudan al desarrollo utilizando los cinco sentidos para auto tranquilizar y distraer, y puede incluir actividades tal como paseos por la naturaleza, actividades con alimentos, escuchar música, rompecabezas, pintar las uñas, y máscaras faciales.

- **Conciencia:** Estas actividades proporcionan una oportunidad de practicar conciencia para promover el bienestar emocional, y puede incluir actividades tal como leer, escribir, escribir en un diario, meditación, yoga, pintar, arcilla (Model Magic), y respiración profunda.

- **Arte/Música Expresiva:** Estas actividades permiten autoexpresión y pueden incluir actividades tal como baile, Karaoke, juegos de teatro, arte y artesanías (murales, pintar, hacer un collage, Model Magic), visualización guiada, y escribir en un diario.

- **Juegos Físicos:** Estas actividades ayudan a mejorar la salud, coordinación, y trabajo en equipo, y pueden incluir juegos tal como Spud, kickball, futbol, voleibol, captura la bandera, cuatro cuadrados, aro de hula hoops, saltar la cuerda, y andar en trineo.

- **Grupo de Actividad:** Puede incluir paseos por los terrenos, actividades afuera tal como voleibol, baloncesto, utilizar los aparatos en el gimnasio/juegos para mejorar la salud y complementar otras intervenciones de tratamiento.

- **Grupo de Educación Sobre el Abuso de Sustancias:** Los pacientes reciben educación referente a la prevención del abuso de sustancias en relación a la salud mental.