

Unidad de niños hospitalizados en Sunset

1-800-528-6624



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:30 am 9:00 am	Hora de Despertarse/AVD Desayuno/Medicamento 90 minutos (Enfermería)	8:00-9:00 am Hora de Despertarse/AVD/ Desayuno/Medicamento 60 minutos (Enfermería)	8:00-9:00 am Hora de Despertarse/AVD/ Desayuno/Medicamento 60 minutos (Enfermería)				
9:00 - am 9:30	Llamadas telefónicas 30 minutos (Enfermería)	9:30-10:00 am Peso y signos vitales limpieza de habitaciones (Enfermería)	9:30-10:00 am Peso y signos vitales limpieza de habitaciones (Enfermería)				
9:30 - am 10:00	Reuniones comunitarias/ Grupo de objetivos/ Cultura y seguridad (Enfermería/clínica) 30 minutos	Reuniones comunitarias/ Grupo de objetivos/ Cultura y seguridad (Enfermería/clínica) 30 minutos	Reuniones comunitarias/ Grupo de objetivos/ Cultura y seguridad (Enfermería/clínica) 30 minutos	Reuniones comunitarias/ Grupo de objetivos/ Cultura y seguridad (Enfermería/clínica) 30 minutos	Reuniones comunitarias/ Grupo de objetivos/ Cultura y seguridad (Enfermería/clínica) 30 minutos	Grupo de objetivos (Enfermería/clínica) 30 minutos	10:00-10:45 am Grupo de objetivos (Enfermería/clínica) 30 minutos
10:00 am 11:00	Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos	Terapia artística/ Actividad terapéutica (Enfermería/clínica) 60 minutos	Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos	Arte/ terapia recreativa/ actividad terapéutica (Enfermería/clínico) 60 minutos	Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos	10:45 - 11:45 am Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos	10:45 - 11:45 am Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos
11:00-11:45am	Grupo de habilidades de DBT (Clínico) 45 minutos	Grupo de habilidades de DBT (Clínico) 45 minutos	Grupo de habilidades de DBT (Clínico) 45 minutos	Grupo de habilidades de DBT (Clínico) 45 minutos	Grupo de habilidades de DBT (Clínico) 45 minutos		
11:45-12:00pm	Orientación para pacientes nuevos/ tiempo de silencio (Enfermería) 15 minutos	Tiempo de silencio (Enfermería) 11:45 - 12:20 p. m Grupo de medicamentos 15 minutos	Orientación para pacientes nuevos/ tiempo de silencio (Enfermería) 15 minutos	Orientación para pacientes nuevos/ tiempo de silencio (Enfermería) 15 minutos	Orientación para pacientes nuevos/ tiempo de silencio (Enfermería) 15 minutos	Orientación para pacientes nuevos (Enfermería) 15 minutos	Orientación para pacientes nuevos (Enfermería) 15 minutos
12:00-12:20pm	Medicamentos	Medicamentos	Medicamentos	Medicamentos	Medicamentos	Medicamentos	Medicamentos
12:20-12:55 pm	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
1:00-1:40	Grupo de niveles/ comentarios (Clínico) 40 minutos	Actividad terapéutica (Enfermería) 40 minutos	Actividad terapéutica (Enfermería) 40 minutos	Grupo de niveles/ comentarios (Clínico) 40 minutos	Terapia recreativa (Clínico) 40 minutos	1:00 - 2:00 pm Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos	1:00 - 2:00 pm Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos
1:40- 3:20 pm	Escuela 100 minutos	2:00 - 3:00 pm Terapia recreativa (Clínico) 60 minutos	2:00 - 3:00 pm Actividad terapéutica (Enfermería) 60 minutos				
3:20 - 3:35 pm	Tiempo de silencio (Enfermería) 15 minutos						
3:35 - 3:45 pm	Refrigerio 10 minutos	Refrigerio 10 minutos	Refrigerio 10 minutos	*3:30 - 4:00 pm Educación sobre el consumo de drogas (Clínico) 30 minutos	Refrigerio 10 minutos	3:00 pm Caminata de autoconciencia/ Actividad planificada (Comedor ejecutivo)	3:00 pm Merienda/medicamentos
3:45 - 4:30 pm	Niveles/Grupo de Comentarios (Enfermería/clínica) 45 minutos	3:35 - 5:15 pm Sala de películas (Enfermería) 110 minutos	4:20 - 4:30 pm Merienda 10 minutos		Niveles/Grupo de Comentarios (Enfermería/clínica) 45 minutos		
4:30 - 5:15 pm	Actividad TDC (Enfermería) 45 minutos		Imágenes guiadas (Enfermería) 45 minutos	Grupo de tareas TDC (Enfermería) 45 minutos	Actividad planificada (Enfermería) 45 minutos		3:30 - 5:00 pm Hora de cine (Enfermería) 90 minutos
5:15 - 5:45pm	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
6:00 - 7:00 pm	Sala de juegos/Parcial (Enfermería) 60 minutos	Gimnasio (Enfermería) 60 minutos	Actividad DBT en el Centro de Conferencias (Enfermería) 60 minutos	Sala de juegos/ Centro de conferencias (Enfermería) 60 minutos	Actividad TDC en Edificación Parcial (Enfermería) 60 minutos	Sala de juegos/ Centro de conferencias (Enfermería) 60 minutos	Gimnasio (Enfermería) 60 minutos
7:15 - 7:30 pm	Momento de tranquilidad 15 minutos (Enfermería)	Momento de tranquilidad 15 minutos (Enfermería)	Momento de tranquilidad 15 minutos (Enfermería)				
7:30 - 8:00 pm	Grupo de cierre 30 minutos (Enfermería)	Grupo de Cierre 30 minutos (Enfermería)	Grupo de Cierre 30 minutos (Enfermería)				
8:00 - 8:30 pm	Merienda/Medicamentos/ Teléfono 30 minutos	Merienda/Medicamentos/ Teléfono 30 minutos	Merienda/Medicamentos/ Teléfono 30 minutos				
8:30 - 9:00 pm	AVD/Manualidades/TV	AVD/Manualidades/TV	AVD/Manualidades/TV	AVD/Manualidades/TV	AVD/Manualidades/TV	AVD/Manualidades/TV	AVD/Manualidades/TV
9:00 pm	Nivel 1 y 2 Toque de queda	Nivel 1 y 2 Toque de queda	Nivel 1 y 2 Toque de queda				
9:30 pm	Nivel 3 Toque de queda	Nivel 3 Toque de queda	Nivel 3 Toque de queda				

Programa de Sunset

Descripción de Actividades y Grupos

Grupo de arteterapia: Ofrece una oportunidad para que cada paciente comparta, analice e interprete el significado de su trabajo artístico con la orientación y el apoyo del terapeuta artístico.

Reuniones de la comunidad: Este es un grupo dirigido por personal clínico y de enfermería con el propósito de identificar las preocupaciones de la comunidad, dar la bienvenida a nuevos pacientes y despedir a los pacientes que serán dados de alta.

Cultura de seguridad: Los pacientes se reunirán en grupo con el personal clínico para revisar las reglas de la unidad diseñadas para fomentar una cultura de seguridad. Esto incluye una política de tolerancia cero contra el acoso. Se alentará a los pacientes a acudir al personal si tienen algún problema o inquietud sobre la unidad.

Toque de queda/tiempo en la habitación: Tiempo designado en la habitación al final de cada día programado en el que se reducen las actividades y la conversación para permitir que los pacientes puedan realizar la transición y distenderse. Durante este tiempo, se permitirá el uso de tabletas, libros y dibujos antes del toque de queda final.

Terapia recreativa/conductual dialéctica (DBT): Los pacientes participarán en una actividad de pensamiento creativo que refuerza las habilidades de DBT aprendidas, incluido el yoga, o llevar un diario con música.

Grupo de tareas de DBT: Los pacientes completarán hojas de trabajo sobre las diferentes habilidades que están aprendiendo y las analizarán en un grupo reducido.

Grupos de habilidades de DBT:

- **Tolerancia a la angustia:** Los pacientes aprenderán habilidades específicas sobre tolerancia a la angustia para usar en la mente sabia (Wise Mind). Estas habilidades comprenden: la mente sabia acepta (Wise Mind ACCEPTS), 3-2-1, autorelajación y MEJORAR el momento (IMPROVE).
- **Dominio emocional:** Los pacientes aprenderán habilidades para aumentar las emociones positivas y reducir la vulnerabilidad emocional. Estas habilidades comprenden: ABC por favor (ABC PLEASE), acción opuesta y onda (WAVE).
- **Habilidades interpersonales:** Los pacientes aprenderán habilidades para desarrollar y mantener relaciones positivas. Estas habilidades comprenden: los cinco puntos que le impiden alcanzar los objetivos fijados para las relaciones, GIVE (dar), DEAR MAN (estimada persona) y FAST (rápido).
- **Grupo de práctica de habilidades:** Los pacientes analizarán las habilidades de DBT que han estado aprendiendo en un grupo reducido.
- **Ir por el Camino del medio:** Los pacientes aprenderán habilidades para manejar los problemas familiares de los adolescentes. Estas habilidades comprenden: pensar dialécticamente, validación y maneras de aumentar/disminuir conductas.

Grupo de respiración profunda/atención plena: los pacientes participarán de una actividad grupal dirigida por el personal diseñada para promover la calma y el bienestar, que incluye respiración profunda, meditación, lectura, música o escritura.

Grupo de objetivos: los pacientes establecen objetivos diarios relacionados con su comportamiento esperado individualizado, establecido en el momento de la admisión. Se plantean y analizan problemas de la comunidad y se revisa la cultura de seguridad.

Grupo de niveles/comentarios: Los pacientes presentan solicitudes de cambio de nivel a sus compañeros. Reciben comentarios sobre su progreso en cuanto a los objetivos del tratamiento por parte de sus compañeros y del personal.

Grupo informativo sobre medicamentos: Los pacientes aprenderán sobre los medicamentos que están tomando y podrán hacer preguntas específicas al enfermero practicante que se los receta.

Noche de cine: Es una noche en la que los pacientes tienen tiempo suficiente para ver una película completa en grupo. Las películas son seleccionadas por el personal y son PG u ocasionalmente PG-13.

Grupo de orientación para pacientes nuevos: Los pacientes se reúnen con el personal para revisar la seguridad, analizar las expectativas en el entorno y preguntar lo que necesiten al personal. Además, se reunirán con un terapeuta que explique el paquete y el tratamiento de DBT y también ayude al paciente a establecer un comportamiento esperado individualizado. También se ofrece un recorrido por las instalaciones.

Tiempo de silencio: Tiempo designado en la unidad en el que se reducen las actividades y la conversación para permitir que los pacientes puedan realizar la transición al siguiente programa. Este tiempo también se utilizará para reportarse con el personal y limpiar las habitaciones.

Grupo de educación sobre el consumo de drogas: Los pacientes reciben información sobre diferentes drogas y su impacto negativo, tanto psicológico como físico. También aprenden a elaborar un diseño para vivir en recuperación mediante la integración de las estrategias cognitivas y conductuales necesarias para evitar volver a consumir drogas.

Actividad terapéutica: Los pacientes participan de una actividad individualizada para promover la calma y el bienestar. Pueden incluir meditación, lectura, música o escritura. Puede incluir caminatas en el predio, actividades al aire libre como voleibol o baloncesto, utilizar equipos de gimnasia/juegos para mejorar la salud y complementar otras intervenciones de tratamiento.

Grupo de cierre: Los pacientes revisan su objetivo diario, y analizan las habilidades utilizadas o los obstáculos que encontraron para alcanzar el objetivo.