

La *Unitat d'Atenció Psicològica* (UAP) és un gabinet privat de psicologia clínica que segueix una orientació cognitivo-conductual. Aquesta és la corrent actual majoritària i s'ha mostrat molt eficaç per a tractar la majoria de trastorns psicològics. L'objectiu principal pel qual va ser creada la UAP és el d'oferir un servei psicològic especialitzat per *millorar la qualitat de vida de les persones*.

La Unitat està formada per un equip de psicòlegs especialitzats en determinats trastorns i entre ells, un dels més destacats és el tractament psicològic per afrontar operacions i trasplantaments. D'aquí va sorgir el nostre interès per a col.laborar amb el *Club de Trasplantats Hepàtics de la Ciutat Sanitària i Universitària de Bellvitge*. Oferir un suport psicològic a les persones que havien de sotmetre's a un trasplantament o que ja l'havien sofert era la nostra carta de presentació. La direcció es va mostrar molt interessada en establir una col.laboració per tal d'oferir suport psicològic a tots els membres del Club i familiars que ho desitgessin.

Els trasplantaments són situacions poc habituals i complexes. Generen en la major part de persones un gran estrès i emocionabilitat, així com moltes preguntes i moltes pors: Por al dolor, a patir més operacions, a l'esperança de vida, a la mort, al rebuig a un òrgan no propi i al canvi de condicions vitals, entre altres.

En el moment en què els metges comuniquen que una persona necessita un trasplantament és quan sorgeix l'emocionabilitat i l'ansietat. En molts casos apareix un trastorn d'ansietat i/o afectiu com a conseqüència de la nova situació. Els pensaments negatius solen col.lapsar la ment en aquests moments. Mantenir un bon estat d'ànim, reduir l'ansietat i assimilar el problema, superant la ràbia i la impotència inicials, són imprescindibles per afrontar totes les proves i ingressos previs, disminuir el seu impacte i afavorir una més ràpida preparació a la operació. Les persones més properes es poden sentir igual o pitjor que el malalt pel fet de no saber-li donar un suport eficaç. És en aquest període on la teràpia psicològica pot ajudar a l'afectat i als seus familiars a no sentir-se col.lapsada, desesperançada i atemoritzada proporcionant-li informació (sempre d'acord amb el seu metge de referència), reestructurant els temors i els pensaments negatius i proporcionant-li estratègies.

Al post-operatori és molt important l'estat d'ànim per poder agilitzar la recuperació. Una ment serena, esperançada i tranquil·la afavorirà una millor i més ràpida recuperació post-operatòria i una major esperança de vida.

Des de la UAP volem felicitar al Club i a tots els membres que en formeu part per la gran tasca que esteu duent a terme ajudant a persones que com vosaltres s'han d'afrontar a un trasplantament de fetge. Us animem a continuar amb aquesta energia i aquestes ganes de viure. Felicitats!