



**PRESENTACIÓN ARANCHA BERJANO FRANCO (PSICÓLOGA DE AGRAFIM)**

Mi nombre es Arancha Berjano Franco. Desde el año 2010 dirijo el área de psicología de la Asociación Granadina de Fibromialgia. Soy Psicóloga Clínica, Terapeuta Familiar y de Pareja, y Especialista en Mediación Familiar y con Menores.

Padecer una enfermedad crónica como la Fibromialgia, El Síndrome de Fatiga Crónica y/o El Síndrome de Sensibilidad Química Múltiple, ocasiona un gran cambio en la vida de la persona afectada y su entorno. Puede producir sentimientos encontrados, como el alivio al saber por fin qué es realmente lo que te pasa, incomprensión de a qué es debido y por qué te está ocurriendo y/o frustración ante las limitaciones que la enfermedad ocasiona en la vida (personal, familiar, laboral,...).

El tratamiento terapéutico está orientado al desarrollo de estrategias personales por parte de los afectados y/o los familiares que lo requieran, dirigidas a mejorar su calidad de vida y optimizar su bienestar psicológico, incrementando la capacidad de afrontar los síntomas propios de la enfermedad (dolor, ansiedad, trastornos del sueño, déficit de memoria,...) u otros secundarios o añadidos, como pueden ser problemas de comunicación (parejas, hijos, padres,...), sentimientos funcionalmente incapacitantes (culpabilidad, inutilidad, desesperanza, incomprensión,...), estados depresivos, estrés, baja autoestima, entre otros.

Teniendo presente la evidencia de los beneficios del tratamiento psicológico para la mejora de la calidad de vida y el manejo de la enfermedad, tanto en la aceptación como en la adaptación, consideramos imprescindible ofrecer este servicio a los socios de Agrafim y su entorno.

***Arancha Berjano Franco***

*Psicóloga de Agrafim*