

GRUP DE TREBALL

NEUROPSICOLOGIA I SALUT MENTAL

COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA

1. QUÈ ÉS LA COGNICIÓ?

Anomenem cognició a una sèrie d'habilitats cognitives o capacitats mentals necessàries per percebre el nostre entorn, processar la informació, pensar, resoldre problemes o situacions novedoses, llegir, comprendre, prendre decisions...



2. SI TINC UN PROBLEMA DE SALUT MENTAL, PUC TENIR DIFICULTATS COGNITIVES?



Sí, l'esquizofrènia, la depressió, l'ansietat, el trastorn bipolar, les addiccions... poden anar acompanyats d'alteracions cognitives que dificulten el funcionament diari i afegeixen patiment a la persona.

3. COM PUC NOTAR AQUESTES DIFICULTATS COGNITIVES?

ATENCIÓ

Et perds alhora de seguir l'argument d'una pel·lícula, necessites esforçar-te per seguir una conversa, et distreus fàcilment llegint, oblides o perds objectes quotidians, etc.



MEMÒRIA

Et costa recordar informació nova, oblides visites mèdiques, aniversaris, tens dificultats per rememorar records importants autobiogràfics.

FUNCIÓ EXECUTIVA

Tens dificultats per organitzar les tasques diàries i poder gestionar el temps, et sents aclaparat davant de la presa de decisions, per fer front a situacions novedoses.

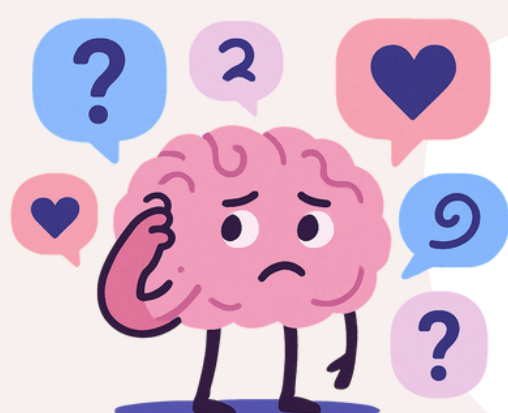
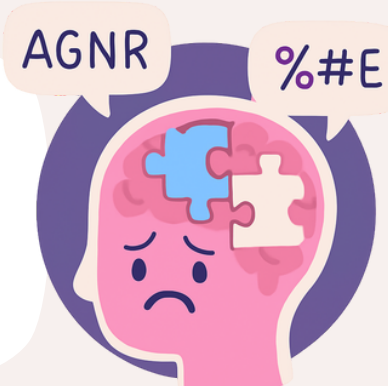


VELOCITAT DEL PROCESSAMENT

Notes que el teu pensament va més enlentit. Necessites més temps per fer les teves coses.

LLENGUATGE

Et costa trobar les paraules adequades quan vols. Et diuen que no t'expresses de forma clara i ordenada.



COGNICIÓ SOCIAL

Tens dificultats per entendre les intencions dels altres, captar com se sent l'altra persona, comprendre les segones intencions, ironies i bromes.

