



Bienvenidx a Bitácora, un centro sanitario especialista en psicología.

Decirte que si estás aquí es gracias a tu compromiso y valentía, has decidido pedir ayuda y eso es un gran paso. Enhorabuena, sabemos que no está siendo fácil.

## 1. Equipo

Nuestro equipo de **psicólogas sanitarias con una perspectiva de psicoterapia integradora** están especializadas en el acompañamiento emocional, social, cognitivo y comportamental en todas las etapas de la persona. En las sesiones se crea un **clima íntimo, cómodo y seguro** para las personas que acompañamos.

## 2. Las sesiones de Psicología

Se llevan a cabo de **forma presencial** en Azuqueca de Henares y también ofrecemos videoconsulta **online**. Estamos situadas en la calle *Valladolid, 9* y atendemos siempre con cita previa.

**La duración del proceso terapéutico** dependerá de la intensidad y la complejidad del motivo de consulta y su longevidad en el tiempo. Siendo entre 3 meses y 6 meses la propuesta mínima. (15 sesiones aprox.)

## 3. Primeros pasos (evaluación)

Después del primer contacto por teléfono o whatsapp te informaremos de cómo trabajamos y del tiempo de espera para empezar el proceso con nuestro equipo. Una vez asignada **psicóloga de referencia** (que será la misma durante todo el proceso terapéutico), empezaráis por la sesión de evaluación. En ella, la idea es recoger tus necesidades de una forma más cercana e ir trabajando el vínculo o relación terapéutica.

## 4. El proceso terapéutico

La propuesta terapéutica que os hacemos en Bitácora es acudir de forma semanal o al menos quincenal. Este es **el seguimiento mínimo** que se propone en las primeras fases de una terapia. Según avances en tu autoconocimiento, la profesional que guía el proceso irá espaciando las sesiones de forma primero mensual, después trimestral hasta el alta definitiva.

## 5. Info terapia para menores

- En la terapia para **menores de 16 años** nuestro enfoque es sistémico, es decir, proponemos que lxs progenitorxs se incorporen e impliquen en el proceso de terapia de los niñxs y adolescentes para trabajar con todo el sistema.
- **Los mayores de 16 años** son considerados como responsables de su proceso y la profesional guardará confidencialidad si el menor así lo pide.
- En **progenitores separados** se necesita el consentimiento mutuo de ambos adultxs.

## 6. Confidencialidad

La confidencialidad es un pilar fundamental en nuestra práctica profesional. Toda la información que compartas durante el proceso terapéutico será tratada **con la máxima discreción y respeto**, conforme a la normativa vigente en materia de protección de datos. Solo en situaciones excepcionales, como riesgo para tu salud o la de terceros, se procederá a informar a las instituciones pertinentes o a las personas de confianza que hayas designado.



## El consentimiento informado

Una vez hayas charlado con alguna de las psicólogas y responsables del centro y te hayan informado del proceso terapéutico en Bitácora Psicología, te pediremos que rellenes este consentimiento informado para empezar.

[Pincha aquí para rellenar el cuestionario.](#)

*Una vez lo rellenes es importante que nos avises por whatsapp en este número 668 50 49 90 para que nuestra compañera responsable de la agenda pueda buscarte cita lo antes posible.*

## Servicios y política de pagos

SERVICIO	TARIFA
<b>Individual</b>	
• Sesión individual	65 €
• Bono mensual 4 sesiones	220 €
<i>*Pasa a 240 en septiembre 2025</i>	
<b>Pareja</b>	
• Sesión pareja	80 €
• Bono mensual 4 sesiones	275 €
<b>Menores y Adolescentes (Terapia familiar)</b>	
• Sesión individual (menor o progenitor)	65€
• Sesión familiar (2 personas)	80€
• Bono mensual 4 sesiones	
◦ Combinadas (menor/familia)	250€
◦ Familia (mediación)	275€

Las sesiones de psicología se abonan por adelantado mínimo 24h antes de la cita:

*La primera cita se abona por separado* y será imprescindible realizarla antes de comenzar el proceso terapéutico. Para reservarla se hará una transferencia que asegure el compromiso del paciente a acudir.

Para **reservar las citas próximas** en la agenda de la profesional de referencia las citas se dejarán abonadas en el centro mediante tarjeta o efectivo. Se recomienda coger un **bono de 4 sesiones** para la mejor gestión de la agenda de la psicóloga de referencia. También se pueden coger las sesiones sueltas.

Las sesiones **tienen una duración de 45, 60 o 75 minutos** que regulará la profesional dependiendo de la necesidad. En bono familiar, las sesiones se intercalan entre menores y progenitores con la guía de la profesional responsable.

### NUMERO DE CUENTA

ES46 2100 8839 2502 0011 3483

*Concepto: Sesiones de psicología + nombre del paciente y fecha.*

Acordar en la primera cita la forma de pago.

Para **cancelar una cita** el aviso debe ser con mínimo 24 horas de antelación para que la profesional pueda reorganizar su agenda. De caso contrario solo se recuperará un 50% de la sesión abonada.

## Compromiso terapéutico

Un proceso terapéutico requiere de un **compromiso** contigo mismx y con la profesional que te acompaña. Esto supone la asiduidad a las sesiones de forma regular. Si decides **abandonar el proceso** de forma voluntaria se te informará de los riesgos que esto conlleva. Si por alguna razón **no te sientes cómodx** con el proceso puedes informar a las responsables del equipo para que te den otra opción más ajustada a tus necesidades.

*Gracias por confiar en nuestro equipo para tu proceso de autoconocimiento y reparación.*

*Un cariñoso saludo*