

TEMA 7. INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA EN PACIENTES EN CRISIS.

La crisis es la resistencia o incapacidad para aceptar decisiones.

Interpretación de un evento o situación como una dificultad intolerable, que sobrepasa los recursos y los mecanismos de afrontamiento de una persona.

En esta situación nos encontramos que existe ruptura de:

- Mecanismos de adaptación
- De los roles o funciones
- De la identidad
- Con el contexto, hábitat

❓ SINTOMATOLOGÍA DE LA CRISIS

- Aumento de la tensión interna, impaciencia a punto de estallar.
- Signos de ansiedad o angustia
- Sensación de temor
- Expectación ansiosa
- Inquietud motora
- Manifestaciones neurovegetativas como dolores abdominales, taquicardia, etc.
- Alteración del sueño, insomnio.
- Efectos desagradables: Sentimiento de vergüenza, desgano, culpa, tristeza, pena, impotencia, adinamia, incapacidad para decidir, recriminaciones y compasión de sí mismo, vivencia de abandono, desamparo, soledad.
- Desorganización de la conducta: Gran actividad en el intento de descargar tensiones. Comportamiento emocional poco común, pensamiento fantasioso, mágico, conductas regresivas, marginación de la realidad de amigos, familiares, hostilidad con los que se acercan, uso de alcohol, drogas, intento de suicidio.

- Imposibilidad de concretar las ideas: Desconcentración, dificultad para recordar, (altera su memoria reciente y remota). Sensación de cansancio y agotamiento, alteración del sueño hipersomnia e insomnio, no se le ocurre nada nuevo, aumenta su tensión.

❓ **FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO Y DESENLACE DE LA CRISIS.**

- Factores personales: Edad, género, experiencias.
- Tipo de personalidad: Capacidad afrontamiento
- Factores socioculturales (tiene creencias, mitos, entorno, hábitos, religión). Recursos, familia (red social; vecinos, amigos)
- Factor de tensión: Impacto del evento y grado de amenaza percibida sobre el bienestar físico, psicológico, social y/o proyecto de vida.

❓ **METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS**

Es un tratamiento de urgencia que apunta a la solución del problema emocional inmediato que está viviendo la persona. Por esto es muy importante el alivio de los síntomas.

❓ **LA ENFERMERÍA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PSICOEDUCACIÓN**

La psicoeducación familiar es uno de los pilares fundamentales para el tratamiento del paciente con desorganización cerebral a fin de lograr la menor tasa de recaídas, aplicando el manejo ambulatorio y permitir la reinserción familiar y social.

INTERVENCIONES

- Modificación de determinadas respuestas familiares.
- Información sobre la enfermedad, síntomas y tratamiento.
- Suponer un apoyo en los momentos de crisis.
- Dar pautas para mejorar la comunicación familiar con el paciente
- Favorecer el aprendizaje de habilidades de resolución de problemas y de afrontamiento de conflictos que puede generar la convivencia.

OBJETIVO

Mejorar la calidad de vida reduciendo el estrés y las recaídas, para eso hace falta el enlace persona afectada-profesionales-familia y la comunidad.

COMO CONTROLAR LA SITUACIÓN

- Hable con calma y en voz baja. Use frases sencillas.
- No grite. Si parece que el paciente no le está escuchando, recuerde que esto puede ser porque probablemente, hay otras "voces" que están interfiriendo o predominando. Si usted grita, puede asustar o provocar al paciente.
- No riña con el resto de la familia sobre las "mejores estrategias" para resolver la situación o sobre quien es culpable de lo que está sucediendo. Este no es el momento apropiado.
- No incite al paciente a que cumpla sus amenazas, esto puede traer consecuencias trágicas.
- Evite el contacto visual directo y continuo con el paciente y evite tocarlo.
- Si el paciente está sentado, no se pare frente a él. Siéntese.
- Si el paciente solicita algo, concédalo siempre que no sea peligroso o irrazonable. Esto le brindará una oportunidad para de alguna manera sentirse "en control".
- Ubíquese entre el paciente y la salida pero no bloquee el acceso a la puerta.
- Si hay que ingresarlo, explique que en el hospital le aliviaran los síntomas, y que no se le mantendría internado si el tratamiento puede continuarse en la casa o fuera del hospital, o en algún otro ambiente protegido.
- Evite la tentación de dar al paciente ultimátum, tales como "o vas al hospital o te vas de casa". Esto, indudablemente intensificará la crisis.
- Durante situaciones de posible crisis trate de que siempre estén, por lo menos dos personas con el paciente. Si es necesario, una de estas personas debe llamar al profesional de salud mental designado, mientras que la otra permanece con el paciente.

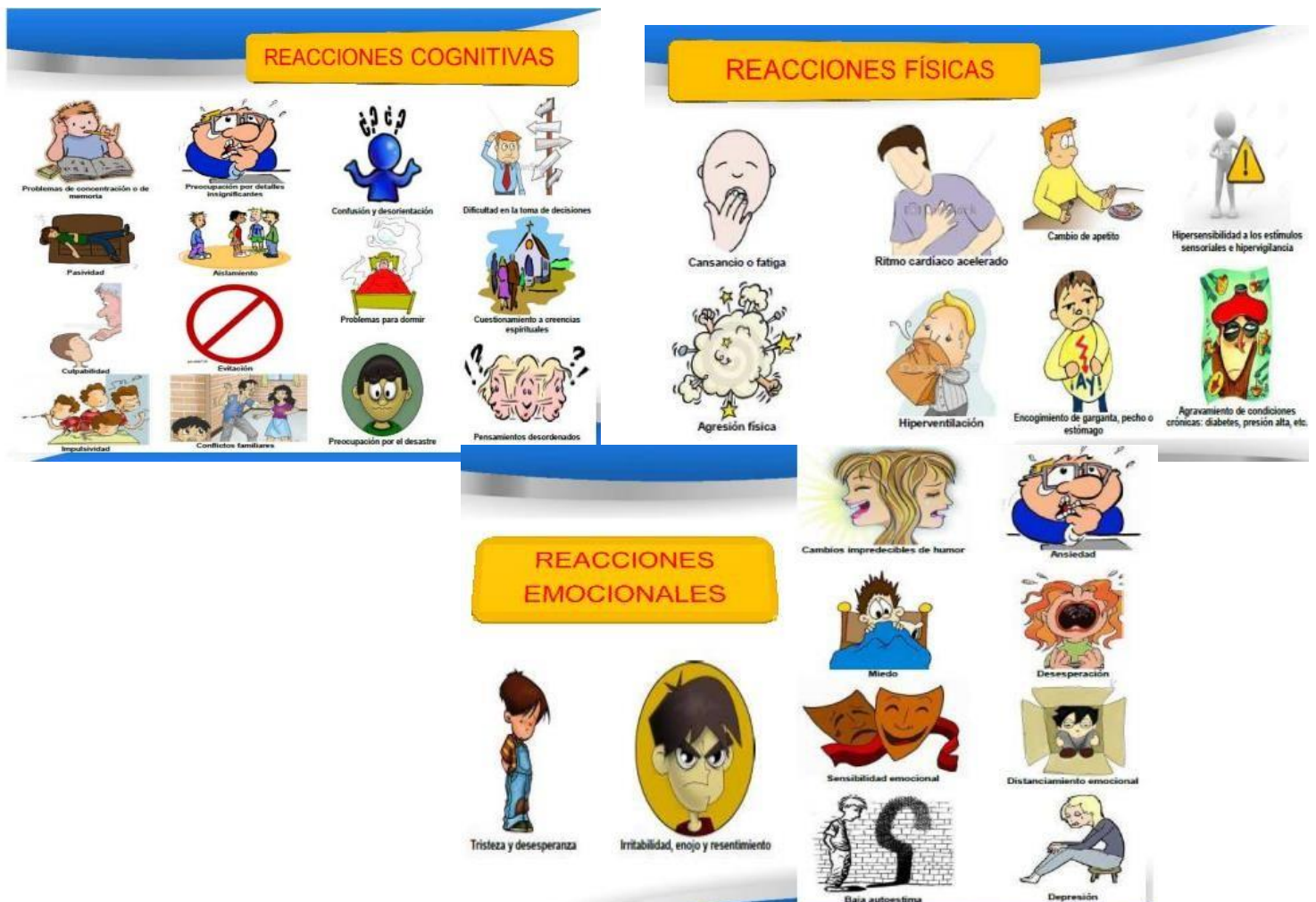
- Si se da el caso, llame a la policía pero pídales que no entren con armas a la vista. Explíqueles que el paciente necesita una evaluación psiquiátrica y que se les ha llamado para que ayuden.
- Hágales saber si el paciente anteriormente ha estado hospitalizado o no, y si tiene o no acceso a armas. Trate de preparar a los agentes para la situación que van a afrontar.

RESUMIENDO

Una crisis es la reacción conductual, emocional, cognitiva y biológica de una persona ante un evento precipitante

Se pueden dividir en crisis del desarrollo (esperables) o circunstanciales (accidentales, inesperadas o imprevisibles)

Se pierde temporalmente la capacidad de dar una respuesta efectiva y ajustada al problema porque fallan los mecanismos habituales de afrontamiento y existe incapacidad para manejar las situaciones y/o dar soluciones a los problemas.



Durante una crisis:

QUE HACER

- Escuchar atentamente
- Ser cortés, honesto y empático
- Ser realista
- Ser objetivo
- Favorecer la confianza y seguridad
- Estar alerta sobre las oportunidades de dar énfasis a las cualidades y fuerzas de la persona.
- Realice preguntas efectivas, empáticas
- Pide una retroalimentación y/o clarificación de la información que se obtiene
- Ser respetuoso con las creencias religiosas

QUE NO HACER

- Ofrecer algo que no pueda cumplir
- Evitar los silencios, son importantes para la persona para pensar y sentir
- Sentirse inútil o frustrado
- Mostrar ansiedad
- Proporcionar tiempo para la reflexión
- Permita que el enojo u hostilidad que la persona pueda presentar lo afecte
- Presione a hablar
- Mostrarse moralista o sermonear
- Insistir en preguntas que la persona no desea contestar
- Mostrar lástima o paternalismo
- Confrontar a la persona en medio de una crisis

TRATAMIENTO

- Relajación
- Control de respiración
- Meditación
- Psicoterapia

PREVENCIÓN

- Técnicas de relajación para aprender a controlar las tensiones
- Ocio: Estar ocupado en algo que nos entretiene y nos hace olvidar los problemas.
- Ejercicio físico
- Dieta saludable
- Evitar el uso de drogas
- Prioridades