

TEMA 7: INTERVENCIONES DE ENFERMERIA EN PACIENTES EN CRISIS

¿QUE ES UNA CRISIS ?

Es 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

SINTOMATOLOGIA DE LA CRISIS

1. Aumento de la tensión interna: impaciencia a punto de estallar
2. Signos de ansiedad o angustia
 - a. Sensación de temor
 - b. Expectación ansiosa
 - c. Inquietud motora
 - d. Manifestaciones neurovegetativas como dolores abdominales, taquicardia, etc. Alteración del sueño, insomnio.
3. 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.
4. 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.
5. 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

1. Factores personales
 - a. Edad ,género y experiencias
2. Tipo de personalidad
 - a. Capacidad de afrontamiento
3. Factores socioculturales
 - a. Creencias, mitos, entornos, hábitos, religión y recursos de familia.
4. Factor de tensión

- a. 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 pueden generar la convivencia.

¿CUAL ES EL OBJETIVO?

Mejorar la calidad de vida, reduciendo el estrés y las recaídas.

Para esto hace falta el enlace: profesionales-familia y la comunidad.

¿COMO CONTROLAR LA SITUACIÓN?

Habla con calma y en voz baja. Use frases sencillas.

- No grite, Si parece que el paciente no le esta 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 esta sucediendo. Este no es el momento apropiado.
- No incite al paciente a que cumpla sus amenazas ya que puede llegar a consecuencias trágicas.
- Evitar el contacto visual directo y continuo con el paciente y evite tocarlo.
- Si el paciente está sentado, no se pare frente a el. 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 aliviarán los síntomas, y que no se le mantendría internado si el tratamiento puede continuarse en la casa o fuera del hospital.
- Evite la tentación de dar al paciente un ultimátum.

- 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 pídale QUE NO ENTREN CON ARMAS A LA VISTA. Explíqueles que el paciente necesita una evaluación psiquiátrica y que se les ha llamado 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.

EN RESUMEN

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

Se puede dividir en:

- Crisis del desarrollo (esperables)
- Crisis 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.

REACCIONES COGNITIVAS

Problemas de concentración, preocupación por detalles insignificante, confusión y desorientación etc.

REACCIONES FÍSICAS

Cansancio y fatiga, ritmo cardiaco acelerado, cambio de apetito.

REACCIONES EMOCIONALES

Cambios impredecibles de humor, ansiedad, miedo, desesperación etc.

DURANTE UNA CRISIS..

| QUÉ HACER | QUÉ NO HACER |
|---|--------------|
| <ul style="list-style-type: none"> - 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 | |

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Pide una retroalimentación y/o clarificación de la información que se obtiene- Ser respetuoso con las creencias religiosas | |
|---|--|

- 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.

El **tratamiento** se trata de la relajación, control de la respiración, meditación y psicoterapia.

Prevención mediante técnicas de relajación, ocio, ejercicio físico, dieta saludable, evitar el uso de drogas y establecer nuestras prioridades.