

## INTRODUCCIÓN

Los trastornos disociativos están definidos como alteraciones de las funciones integradoras de conciencia, identidad, memoria y percepción<sup>1</sup>. Se pueden manifestar con amnesia, despersonalización, desrealización o alteraciones de identidad<sup>1,2</sup>. Frecuentemente las crisis disociativas están relacionadas con afrontamiento ineficaz ante situaciones traumáticas y suponen riesgo de autolesiones, suicidio, o exponerse a situaciones de vulnerabilidad de forma repentina o gradual, transitoria o crónica<sup>1,3</sup>. Afectan al 10% de la población general y una intervención terapéutica puede mejorar su evolución<sup>3,4</sup>.

## OBJETIVOS

- ❑ Describir y dar a conocer intervenciones enfermeras ante crisis disociativas.
- ❑ Establecer un plan de cuidados estandarizado con personas con crisis disociativas.

## METODOLOGÍA

- ❑ Búsqueda bibliográfica en bases de datos: Pubmed y Google Académico. Palabras clave: “dissociative disorder” AND “nursing”. Se usaron filtro de idioma (Castellano o Inglés) y fecha (últimos 5 años).
- ❑ Utilización de recursos habituales en Salud Mental: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM 5 y Manual de diagnósticos enfermeros NANDA.

## CONCLUSIÓN

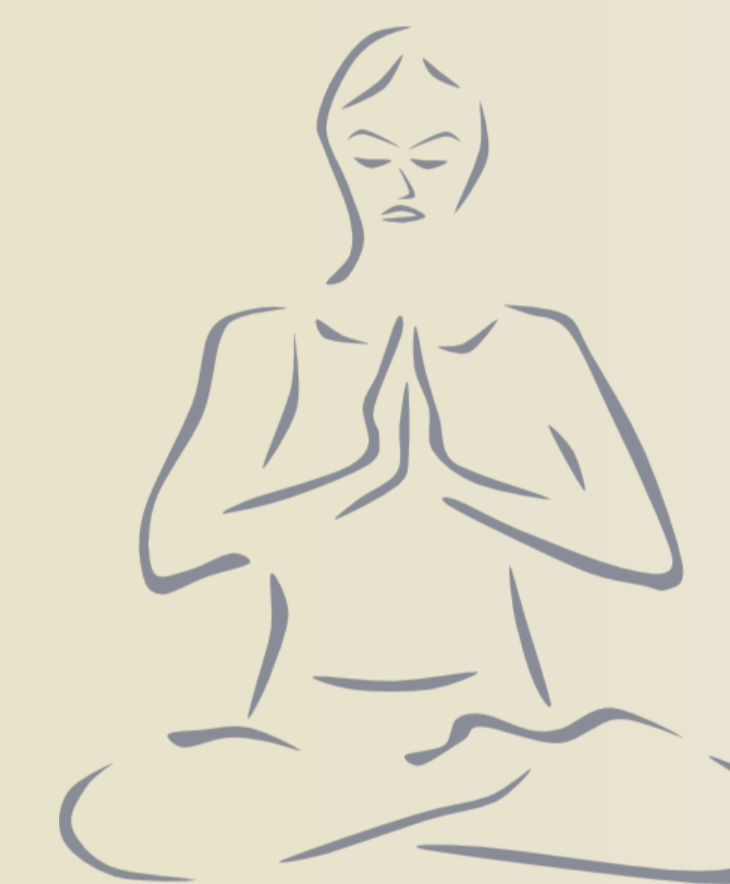
Los fenómenos disociativos son frecuentes durante y después del trauma; pueden representar un patrón defensivo transitorio o crónico. Las crisis disociativas suponen un problema de salud que conlleva gran sufrimiento y riesgo. La Enfermera de Salud Mental, dada su accesibilidad y paradigma de trabajo ofrece la oportunidad de trabajar sobre las crisis, mejorando el afrontamiento y seguridad; proporcionando actividades sociales y de rutina diaria al paciente; ayudando a identificar estresantes y desencadenantes y minimizando daños/síntomas.

## DESARROLLO

Durante una experiencia traumática muchas personas se disocian como reacción normal, cuando la disociación persiste tras dicho trauma se puede transformar en disfuncional<sup>4,5</sup>. La intervención enfermera contribuye para prevenir o interrumpir los episodios de disociación<sup>2,3</sup>.

Durante la crisis disociativa se proponen actividades enfermeras que podrán ser puestas en práctica por el propio paciente<sup>5</sup>:

- ❑ Ejercicios de percepción corporal para reconectar con la realidad como estiramientos de pies o manos, brazos, sentadillas...para hacer al paciente más consciente de sus sensaciones corporales.
- ❑ Cambios de posición.
- ❑ Paseos.
- ❑ Ejercicios de yoga como la rana.
- ❑ Musicoterapia.
- ❑ Aromaterapia, empleando olores intensos que reconecten con el “aquí y ahora”.
- ❑ Saborear algo picante.
- ❑ Empleo de estímulos intensos: frío/hielo.
- ❑ Tomar agua.
- ❑ Abrir la ventana.



Además, la enfermera promueve un ambiente seguro, explora las emociones, potencia métodos de afrontamiento eficaces o reduce estresores mediante técnicas como respiración profunda, diario terapéutico y relajación muscular progresiva<sup>5</sup>.

También pueden ser útiles ejercicios de tacto corporal para la finalización de las crisis<sup>6</sup>.

A continuación exponemos los diagnósticos NANDA relacionados<sup>6</sup>:

- ❑ 0069 Afrontamiento ineficaz.
- ❑ 00130 Trastorno de los procesos del pensamiento.
- ❑ 00146 Ansiedad.

Y los correspondientes NOC<sup>6</sup>:

- ❑ Autocontrol de la ansiedad.
- ❑ Afrontamiento de problemas.

Y los NIC que podrían aplicarse<sup>6</sup>:

- ❑ Potenciación de la seguridad.
- ❑ Escucha activa.
- ❑ Apoyo emocional.
- ❑ Asesoramiento.
- ❑ Aumentar afrontamiento.



### Bibliografía:

1. Psychiatric Association - Apa A, editor. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5 (5a). En: Madrid: Editorial Médica Panamericana. 2014. p.292-307.
2. Sanz Pérez L, Periz Zapater J, Barlés Sauras A, Banfi AC, Campaña Mascañán R, Calvo Sanromán L. Caso clínico: cuidados de enfermería en paciente con trastorno disociativo y trastorno de la personalidad. Revista Electrónica de PortalesMedicos.com [Internet]. 2020 [consultado el 1 de diciembre de 2022]. :XV (11):523. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/caso-clinico-cuidados-de-enfermeria-en-paciente-con-trastorno-disociativo-y-trastorno-de-la-personalidad/>
3. Gartley CE. Recognizing and treating dissociative disorders. American Nurse. American Nurse Journal [Internet] 2021 [consultado el 30 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.myamericannurse.com/dd-recognizing-and-treating-dissociative-disorders/>
4. Ospina A. Trastornos disociativos y la teoría del trauma [Internet]. Ana Ospina Psicología; 2020 [citado el 30 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://anaospinapsicologa.com/trastornos-disociativos/trastornos-disociativos-y-la-teoria-del-trauma-2/>
5. Jordi A. El cuerpo que soy. Manual de trabajo corporal y creativo para personas que atienden a quienes han sufrido traumas [Internet]. 2o. Av. Melchor Perez no 1720. Casilla 966, Cochabamba- Bolivia: Interteam; 2020. Disponible en: <https://www.comundo.org/01%20DOKUMENTE/100%20Was%20wir%20bewirken/Bolivien/El%20cuerpo%20que%20soy%20yo%20E2%80%93%20Handbuch%20F%C3%BCr%20K%C3%B6rperarbeit.pdf>
6. NANDA Internacional Diagnósticos Enfermeros. Definiciones y Clasificación. 2021-23. Madrid: Elsevier; 2021.