

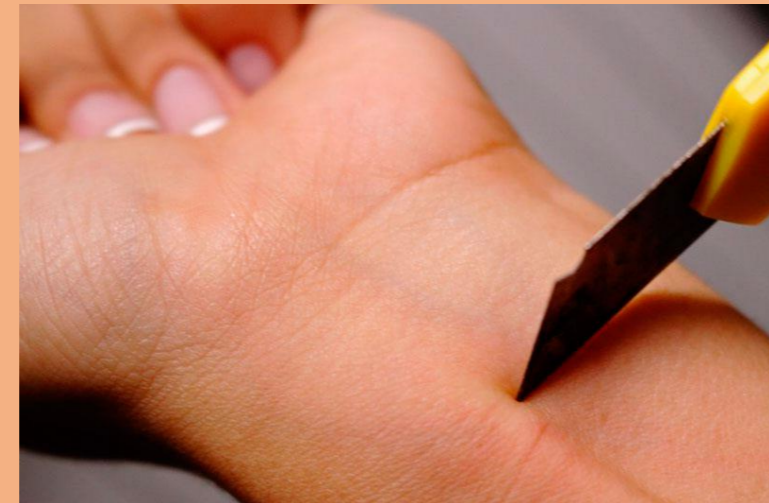
INTERVENCIÓN ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL CON PERSONAS QUE REALIZAN GESTOS AUTOLÍTICOS.

Hospital Universitario de Guadalajara
Minerva Martín Carbellido, Paula Antelo López, Paula Rojo Martín.

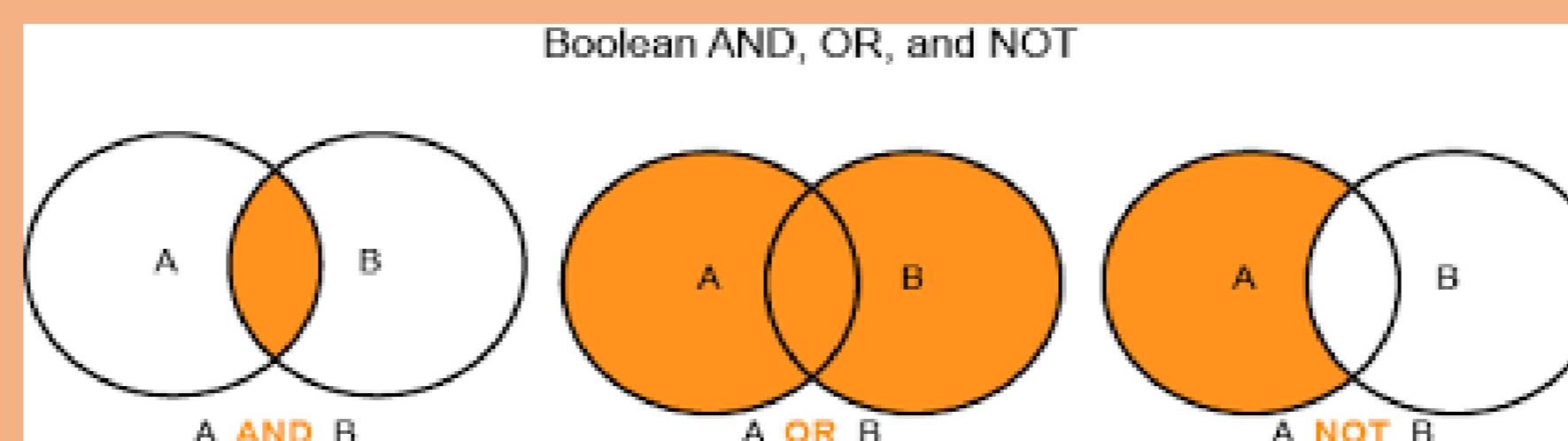
INTRODUCCIÓN

Una **lesión autolítica no suicida** es una acción autoinfligida que causa dolor o lesiones superficiales pero que no tiene como objetivo causar la muerte. Se le conoce también como **para suicidio**.

Los gestos suicidas tienen la finalidad de producir dolor físico, ya que, de cierta manera, se busca que el dolor físico supere el dolor emocional, pero la intención no es producirse la muerte. Otra finalidad es llamar la atención para conseguir algo a cambio, por ejemplo: más cariño, atención o apoyo por parte de la familia, o de la pareja, un empleo, etc. Es un medio **paliativo, gratificante y no planeado**.



METODOLOGÍA



Palabras clave: enfermera de salud mental, adolescencia, gestos autolíticos.

OBJETIVO

Conocer mediante una revisión bibliográfica narrativa los gestos autolíticos y su abordaje desde la disciplina enfermera especialista de salud mental.

DESARROLLO

EVALUACIÓN ENFERMERA:

- Realizar **escucha activa** y tomar sus experiencias en serio y **sin juzgar**. Identificar cuáles son los **sentimientos** que hacen llegar a dicha autolesión.
- **Cómo** se autolesionan las personas y de **cuántas maneras** distintas lo hacen.
- Con qué **frecuencia** se autolesionan. Cuánto tiempo llevan autolesionándose. Qué **propósito** buscan con su conducta de autolesión. Hacer un registro solo con el día, hora y motivo para que exista adherencia y lo lleven a consulta de enfermería en cada revisión. Evitar que se queden solos o darles alternativas como pintarse con un rotulador rojo o coger un hielo con las manos.
- Mostrar **disponibilidad**, ofrecerle acudir al servicio de urgencias siempre antes de que esta conducta se produzca.
- Facilitarles número de **extensión** de la consulta y modelo de **Plan de Seguridad**.

CONCLUSIONES

La autolesión es un comportamiento **adictivo**. A menudo las autolesiones pueden tener secuelas físicas y emocionales en la vida de los jóvenes. Además, la autolesión **puede aumentar el riesgo de suicidio** debido a los problemas emocionales que la desencadenan. Por tanto, la tasa de suicidio es considerablemente superior en personas que se autolesionan que en las que no lo hacen. Debido a todo lo anterior la **figura de la enfermera especialista en Salud mental** se hace imprescindible para la prevención y abordaje de estos trastornos.

Mi Plan de Seguridad

Recuerda: Siempre puedes pedir ayuda.

1. Mis señales de alerta son: *Pueden ser pensamientos, sentimientos o comportamientos que indiquen que estás en peligro.	2. Mis estrategias para lidiar con la situación son: *Pueden ser cosas que te ayuden a sentirte mejor, como la meditación o el deporte.
3. Gente a la que puedo acudir para distraerme: Persona 1: N.º de Contacto Persona 2: N.º de Contacto Persona 3: N.º de Contacto	4. Gente a la que puedo pedir ayuda: Persona 1: N.º de Contacto Persona 2: N.º de Contacto Persona 3: N.º de Contacto
5. Pasos a seguir para que mi entorno sea más seguro: Haz una lista 1. 2. 3. 4.	6. En caso de crisis: Llamar al Contacto de Emergencia n.º 1: Llamar a la Línea de Emergencia: Llamar a los Servicios de Emergencia:

BIBLIOGRAFÍA

