

Abordaje Enfermero de las Conductas Autolesivas en Personas con Trastorno Límite de la Personalidad

I JORNADA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME CATALUNYA

Alba Campillo Melià¹⁻²; David Uzquina Ochoa De Retana¹; Mercé Sancho Martínez¹; Eduard Saavedra Bandera¹; Ana Barber Martínez De La Torre¹
1. Enfermera/o especialista en salud mental 2. PhD student en la Universitat Autònoma de Barcelona

INTRODUCCIÓN

El **Trastorno Límite de la Personalidad** (TLP) es una condición psiquiátrica severa caracterizada por inestabilidad emocional, impulsividad y dificultades significativas en las relaciones interpersonales. Entre sus manifestaciones más preocupantes se encuentran las **conductas autolesivas**, utilizadas frecuentemente como estrategia desadaptativa de regulación emocional y asociadas a un elevado riesgo de suicidio. En los últimos años se ha observado un aumento de diagnósticos en los servicios de salud mental. En este contexto, la enfermería especializada en salud mental (SM) desempeña un papel crucial en el acompañamiento terapéutico, la continuidad del cuidado y la implementación de intervenciones centradas en un enfoque biopsicosocial.

Objetivo principal:

- Identificar las estrategias de intervención de la enfermera especialista en Salud Mental más efectivas para el abordaje de las conductas autolesivas en personas diagnosticadas de Trastorno Límite de Personalidad.

Objetivos específicos:

- Describir las principales intervenciones de la enfermera especialista en salud mental y terapias aplicadas en el tratamiento del TLP para abordar el acto autolesivo.
- Analizar las intervenciones enfermeras centradas en la construcción del vínculo terapéutico y su impacto en la reducción del riesgo de conductas autolesivas en personas con TLP.

METODOLOGÍA

- Tipo de estudio: **Revisión bibliográfica**.
- Bases de datos: **Medline, Cinahl y literatura gris en Google Académico**.
- Operador booleano: "AND".
- MeSH**: Borderline Personality Disorder; Nursing Care.
- DeSH**: Trastorno de Personalidad Limítrofe; Enfermeras y Enfermeros.
- Palabras clave**: Trastorno Límite de Personalidad; Cuidados de enfermería en salud mental; Enfermería especialista en salud mental.

Criterios de selección:

- Últimos 5 años (2020-2025).
- Lengua española e inglesa.
- Artículos originales y revisiones sistemáticas.

DESARROLLO

- Vínculo** basado en la confianza, la coherencia y la empatía.
- Entorno** seguro y emocionalmente validante:
 - ↓ la **impulsividad**.
 - Favorece la **expresión de emociones** intensas.
 - ↓ el uso de la **autolesión** como forma de **afrontamiento**.

Relaciones terapéuticas efectivas

Condiciones favorables para establecer el vínculo terapéutico

- Ambiente seguro, relajado y libre de juicios
- Escucha activa
- Tono calmado
- Actitud abierta y positiva
- Autenticidad

Construcción del vínculo terapéutico y reducción del riesgo autolesivo.

Planes de cuidado orientados a la seguridad y a la autonomía.

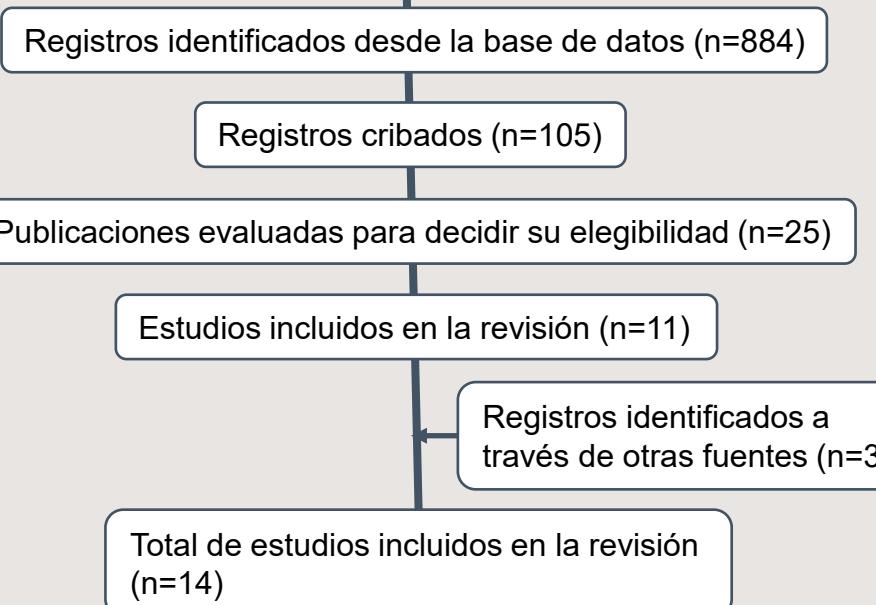
INTERVENCIONES ENFERMERAS

- Evaluación** continua del riesgo autolesivo.
- Intervención** en crisis.
- Admisión** breve en situaciones de alto riesgo.
- Promoción** del autocuidado.

Elaboración de plan de seguridad personalizado

- Entrenamiento en habilidades de regulación emocional.
- Tolerancia al malestar.
- Técnicas de grounding y mindfulness.
- Estrategias conductuales sustitutivas (uso de hielo, estímulos táctiles no dañinos, distracción).
- Herramientas creativas como el método Zentangle®.

DIAGRAMA DEL FLUJO



Implementación de estrategias de afrontamiento adaptativas.

Nursing Interventions Classification (NIC):

- [5230] Mejorar el afrontamiento.
- [5820] Disminución de la ansiedad.
- [5100] Potenciación de la socialización.
- [4362] Modificación de la conducta: habilidades sociales.
- [5390] Potenciación de la autoconciencia.
- [6340] Prevención del suicidio.

TERAPIA DIALÉCTICO - CONDUCTUAL (DBT):

- Gestión de síntomas y tiempo terapéutico.
- Manejo conducta suicida y autolesiones, ↓ ansiedad e ingresos hospitalarios.
- Habilidades para trabajar:
 - Mindfulness.
 - Regulación emocional.
 - Tolerancia al estrés y sufrimiento.
 - Independencia/Validación.
 - Relaciones interpersonales.

OTRAS TERAPIAS:

- TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO**: Desregulación emocional.
- PSICOTERAPIA COGNITIVA ANALÍTICA**: Patrones distorsionados del pensamiento (control con nuevas estrategias).
- TERAPIA BASADA EN LA MEDITACIÓN**: Regulación emocional.
- TERAPIA COGNITIVA CONDUCTUAL**: Vinculación del pensamiento con la conducta.

CONCLUSIONES

La atención de las **conductas autolesivas** en el TLP exige un enfoque integral centrado en la persona, donde la **enfermería de salud mental** es clave. La validación emocional, los límites terapéuticos, los entornos seguros y las intervenciones basadas en habilidades reducen el riesgo autolesivo. Además, la formación continua disminuye el estigma y mejora la calidad del cuidado. La evidencia destaca la importancia de planes de cuidado estandarizados, empatía, escucha activa y continuidad asistencial para favorecer la estabilidad emocional y un mejor pronóstico a largo plazo.

BIBLIOGRAFÍA

