I JORNADA RIOJANA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL
AEESME
Centro de trabajo: OSI Araba

La terapia narrativa como herramienta enfermera en el abordaje de las autolesiones en adolescentes

Lidia Villamor Gauna · Jaione Angulo Lanas · Carmen Alonso San Martín

Introducción

Las autolesiones en adolescentes requieren intervenciones individualizadas, sensibles al sufrimiento y libres de estigmatización. La enfermería de salud mental tiene un papel clave en su acompañamiento, y la terapia narrativa (externalizar el problema y construir relatos alternativos) puede fortalecer sus recursos de afrontamiento.

Objetivos

Diseñar una intervención enfermera basada en la terapia narrativa para adolescentes con autolesiones, que favorezca la expresión emocional, identifique fortalezas y desarrolle alternativas de afrontamiento y seguridad.

Metodología

4	30-45	12-17
sesiones individuales	minutos por sesión	años, atendidos en salud mental

Proyecto de cuatro sesiones individuales basado en la terapia narrativa y en las recomendaciones clínicas, con valoración psicosocial inicial y coordinación con el equipo multidisciplinar. Se proponen indicadores de viabilidad, satisfacción, recursos personales y seguimiento clínico para una futura evaluación piloto.

Desarrollo

1. **Comprender la historia del malestar**
   Explorar el malestar, las emociones y el contexto, en una relación segura y sin juicios.
2. **Separar a la persona del problema**
   Externalizar el problema: la persona no es su conducta autolesiva.
3. **Descubrir capacidades y relatos alternativos**
   Explorar excepciones al problema, fortalezas y valores.
4. **Construir una historia de futuro**
   Plan individualizado: señales de alarma, apoyos y recursos profesionales.

Siempre con valoración clínica de la seguridad y coordinación asistencial.

Conclusiones

La terapia narrativa puede ser un marco complementario para humanizar los cuidados y comprender al adolescente más allá de la conducta autolesiva. Su viabilidad y utilidad deberán evaluarse mediante un estudio piloto, sin asumir de antemano su eficacia.

Bibliografía

1. National Institute for Health and Care Excellence. Self-harm: assessment, management and preventing recurrence. NICE guideline NG225. London: NICE; 2022.

2. Klonsky ED. The functions of deliberate self-injury: a review of the evidence. Clin Psychol Rev. 2007;27(2):226-239.

3. White M, Epston D. Narrative Means to Therapeutic Ends. New York: W. W. Norton & Company; 1990.

4. Morgan A. What Is Narrative Therapy? An Easy-to-Read Introduction. Adelaide: Dulwich Centre Publications; 2000.

5. World Health Organization. Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents: Helping Adolescents Thrive. Geneva: WHO; 2020.

6. McCauley E, Berk MS, Asarnow JR, et al. Efficacy of dialectical behavior therapy for adolescents at high risk for suicide: a randomized clinical trial. JAMA Psychiatry. 2018;75(8):777-785.