

# Adaptación de la DBT en una unidad de agudos

Programa de Alternativas a las autolesiones y gestión de impulsos

Begoña Cerón, Nieves Monleón y Sara Salas Pérez  
Enfermeras UADO



# Alternativas a las autolesiones

1. Introducción
2. Fundamentación
3. Destinatarios
4. Objetivos
5. Metodología
6. Actividades
7. Evaluación
8. Visibilidad
9. Conclusiones
10. Datos de contacto



# 1. Introducción

- ▶ Unidad de Adolescentes
  - ▶ Inaugurada en el año 2000
  - ▶ Adolescentes de los 12 a los 17 años.
  - ▶ Variedad diagnóstica.
  - ▶ 20 camas.
  - ▶ Equipo multidisciplinar.




▶ El programa de **Alternativas a las Autolesiones** se engloba dentro del programa **ATraPA**.

▶ **Definición:**

- ▶ ATraPa (Acciones para el Tratamiento de la Personalidad en la adolescencia)
- ▶ *Alternativas*: basado en la DBT de M. Linehan con apoyo en IE de D.Goleman.
- ▶ Objetivo principal: la aplicación de diferentes opciones ante la autolesión.

▶ **Justificación:**

- ▶ Incremento de la autolesión en adolescentes.
- ▶ Considerada como:
  - ▶ un factor predictivo de suicidio,
  - ▶ empeoramiento de la enfermedad mental y  Abordaje directo
  - ▶ freno terapéutico
- ▶ Observan diferencias significativas en cuanto a sexo: mujeres cortes/hombres golpeándose
- ▶ Autolesiones
  - ▶ Comorbilidad con: tr. estado del ánimo, ansiedad, alimenticio, tr. abuso de sustancias y TLP.



# Cronología



## 2. Fundamentación


- ▶ Los datos empíricos son limitados pero la TDC es una de las que se muestran más prometedores.
- ▶ Según M. Linehan uno de los 4 pilares fundamentales es la relación terapéutica.
- ▶ El plan de Humanización de la CAM 2016-2019. *Humanizar: hacer humano, familiar y afable a alguien o algo.*
- ▶ Taxonomía enfermera: NANDA 00140 Riesgo de violencia autodirigida.
  - ▶ Factores:
    - edad 15 a 19,
    - conflicto en las relaciones interpersonales,
    - patrón de dificultades en el entorno familiar,
    - problemas de salud mental...




# Taxonomía enfermera

## 00140 Riesgo de violencia autodirigida

### ► NOC- Objetivos

- [1046] Autocontrol de la mutilación
  - [1048] Autocontrol del impulso suicida
  - [1010] Autocontrol de la ira
  - [1005] Autocontrol de impulsos
  - [1215] Conciencia de uno mismo
  - [1204] Equilibrio emocional
  - [1502] Habilidades de interacción social
  - [1310] Resolución de la culpa
- 
- [1021] Esperanza
  - [1206] Deseo de vivir
  - [2000] Calidad de vida

### ► NIC- Intervenciones

- [4354] Manejo de la conducta: autolesión
  - [5330] Control del estado del ánimo
- 
- [4640] Ayuda para el control del enfado
  - [4370] Entrenamiento para controlar impulsos
  - [4632] Modificación de la conducta: HHSS
  - [4480] Facilitar la autorresponsabilidad
  - [6160] Intervención en caso de crisis



# 3. Destinatarios

- ▶ Adolescentes ingresados en la UADO con diferentes dx:
  - TLP
  - Intentos de suicidio
  - Ideación autolítica
  - TCA
  - T. Conducta
  - T. abuso de sustancias
  - Auto y heteroagresividad
- ▶ Criterios de exclusión:
  - Trastorno psicótico
  - Si el paciente no acepta





# 4. Objetivos

## ▶ Generales:

- Disminuir las inmovilizaciones/sujeciones mecánicas
- Reducir nº de autolesiones
- Reconocer y gestionar las emociones

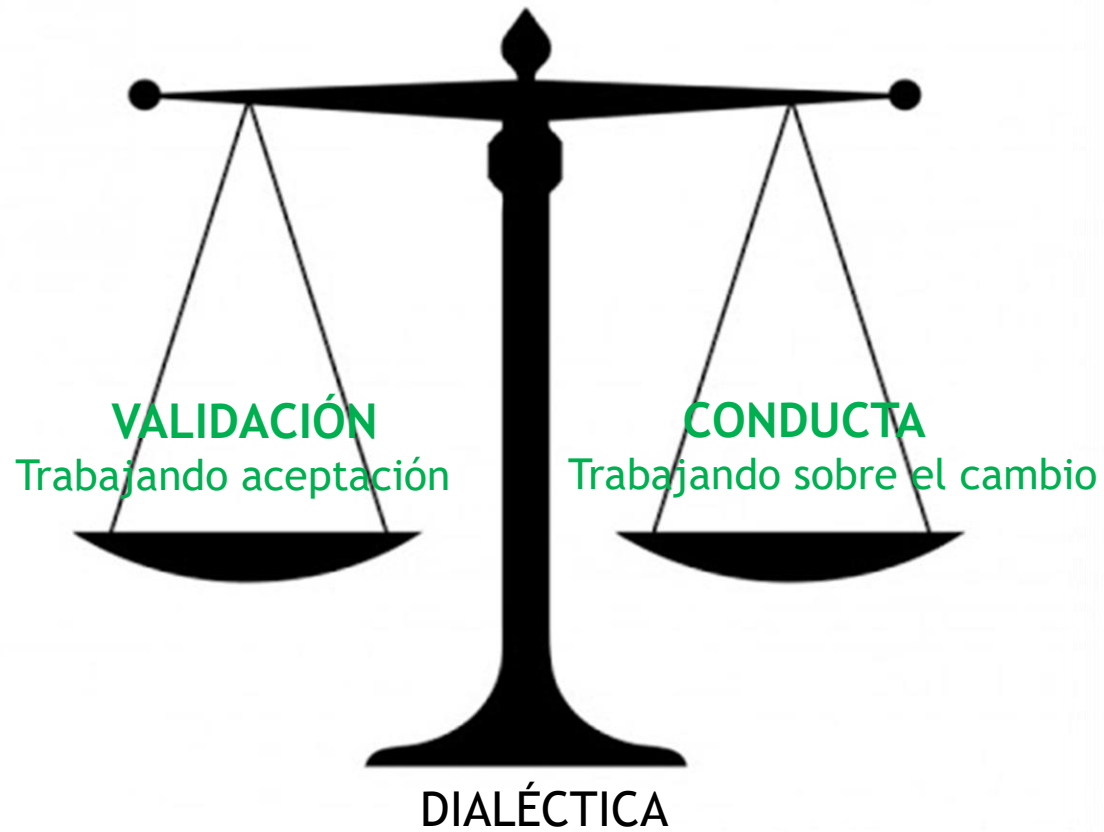
## ▶ Específicos:

- Mejorar la petición de ayuda
- Mejorar y gestionar la expresión emocional
- Reconocer los momentos de alta intensidad emocional
- Tomar conciencia del pensamiento y lenguaje corporal acompañante

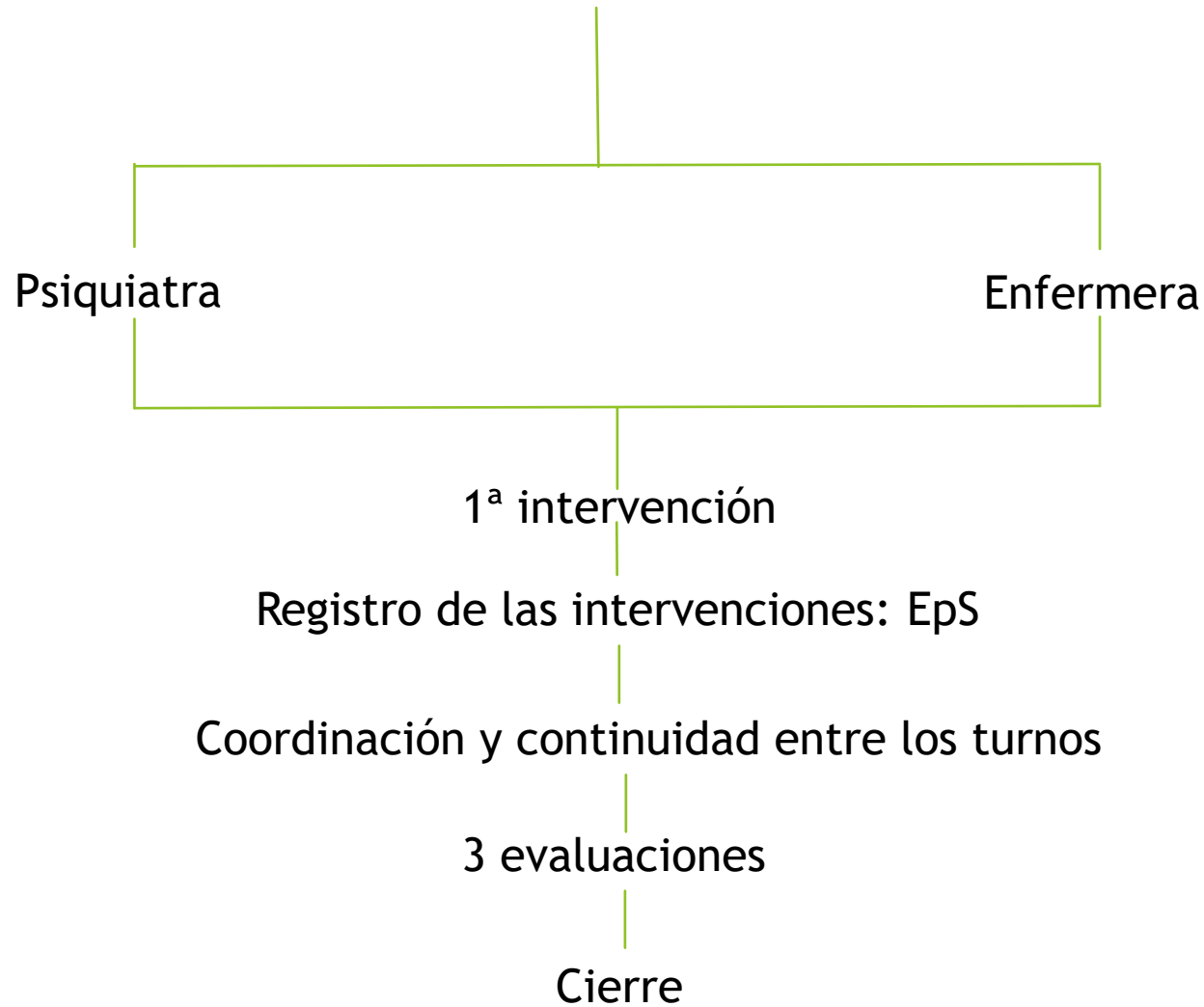


# 5. Metodología

## Terapia Dialéctico-Conductual



# Diagrama de Alternativas



- ▶ 1º sesión:
  - ▶ Tiempo: 1:30h
    - ▶ Acercamiento, vínculo, motivos de inclusión, recogida de datos básicos de la autolesión
    - ▶ Ficha rápida (FRAC)
    - ▶ Camino de las emociones
    - ▶ Ficha alternativas
- ▶ Sesiones consecutivas y continuidad de cuidados:
  - ▶ Tiempo: 1:30 h apróx.
    - ▶ Revisión del trabajo previo
    - ▶ 5 emociones básicas
    - ▶ Árbol del miedo
    - ▶ Kit supervivencia
    - ▶ Curva de hostilidad
- ▶ Sesión de cierre: 1h
  - ▶ Recopilación de habilidades más efectivas, reconocimiento de aceptación y cambio



# 6. Actividades

- ▶ Se trabaja a través de fichas, el diálogo y la relación persuasiva.
- ▶ El contenido se va adaptando a las necesidades del paciente.
- ▶ Se utilizan elementos de apoyo como son los cuentos, la música y el diario terapéutico.
- ▶ Fichas:
  - ▶ Ficha rápida.
  - ▶ Camino de las emociones.
  - ▶ Ficha de alternativas.
  - ▶ 5 emociones básicas.
  - ▶ Árbol del miedo.
  - ▶ Pros/contras autolesión y pros/contras autocuidado.
  - ▶ Grafica de hostilidad emocional



# 7. Evaluación

- ▶ Evaluaciones: Escala tipo Likert de 0 a 5.
- ▶ Observación y registro de nuevas autolesiones durante la hospitalización.



# 8. Visibilidad

## ▶ Realizados

- ▶ Formación básica del personal de enfermería
- ▶ Participación XXXVI Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental

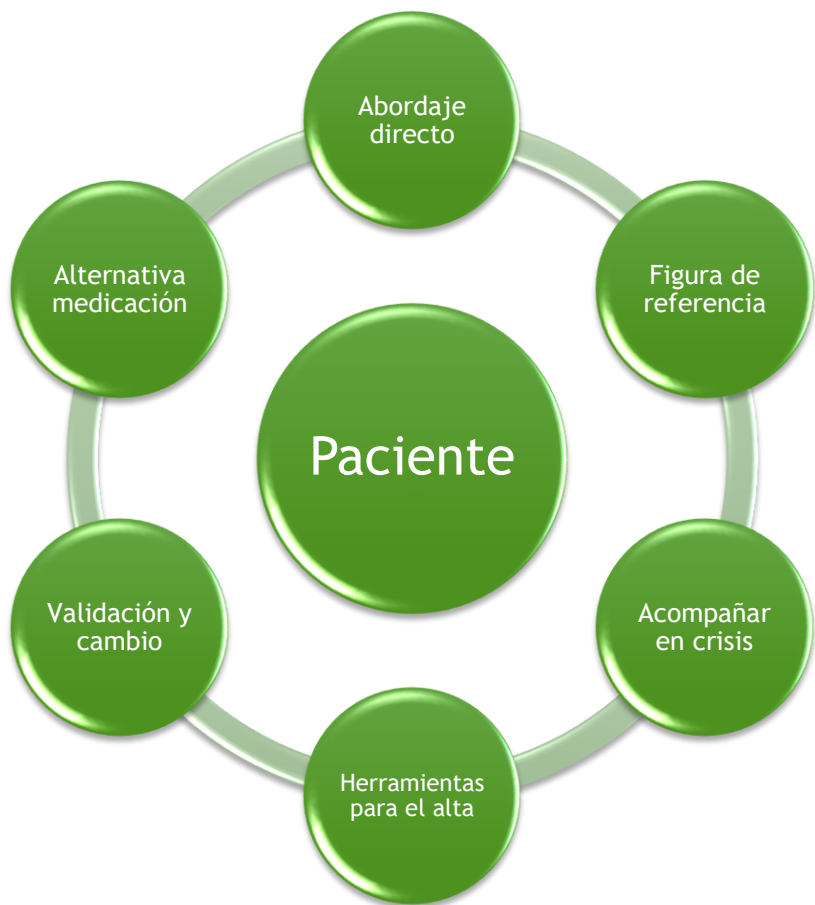
## ▶ Proyectados

- ▶ Investigación referente a la intervención en @lternativas
- ▶ Formación vivencial para el personal de enfermería de la UADO
- ▶ Creación de FAL
- ▶ Formación en Terapias de Tercera Generación
- ▶ Encuesta de calidad percibida por el personal de la UADO
- ▶ Cuaderno de trabajo para el paciente
- ▶ Guía de aplicación por parte de los profesionales de este programa
- ▶ Coordinación con PRISMA, CSM, HD, CS y enfermera escolar
- ▶ Creación de Consulta Externa de Enfermería para el seguimiento de @lternativas




# 9. Conclusiones

## Beneficios/Ventajas





# 9. Conclusiones

- ▶ El **paciente** con autolesiones precisa de un **abordaje directo** y acompañamiento.
- ▶ La **enfermera**  **persona de referencia.**
- ▶ **Enfermera liberada/formada mejora:**
  - La calidad percibida
  - La atención asistencial
  - El abordaje del paciente
  - Las herramientas del paciente
  - El trabajo en el equipo sanitario
- ▶ **Recursos para:**
  - Poder investigar y demostrar lo que observamos
  - Crear material de apoyo
  - Dedicar tiempo necesario al paciente
  - Facilitar las desactivaciones verbales
  - Formar a la mayor parte del equipo y unificar criterios de actuación



# 10. Datos de contacto

- ▶ Begoña Cerón Gil. *Enfermera UADO.*  
Correo: [begona.ceron@salud.madrid.org](mailto:begona.ceron@salud.madrid.org)
- ▶ M<sup>a</sup> Nieves Monleón Pérez. *Enfermera UADO.*  
Correo: [marianieves.monleon@salud.madrid.org](mailto:marianieves.monleon@salud.madrid.org)
- ▶ Sara Salas Pérez. *Enfermera UADO.*  
Correo: [sara.salas@salud.madrid.org](mailto:sara.salas@salud.madrid.org)

Unidad de Adolescentes. Tél: 91 586 81 36.

