

CÓMO ENTENDER Y AFRONTAR LA PSICOSIS

PROGRAMA PARA ADOLESCENTES Y SUS FAMILIARES

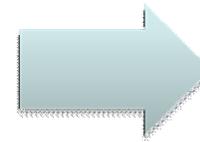
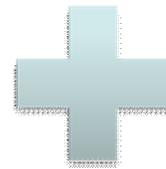


Sesión 11: *“Manejo de crisis”*

Sección de Psiquiatría del Niño y del Adolescente
Dpto. Psiquiatría, Hospital General Universitario Gregorio Marañón
Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, IISGM
Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, CIBERSAM



PREVENIR



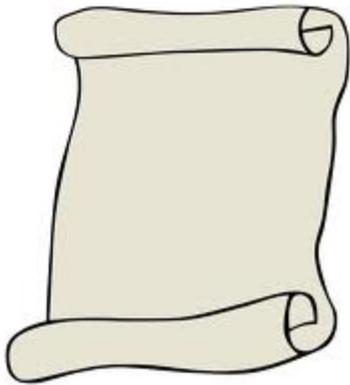
EVITAR LAS CRISIS



RECONOCER
LOS
SÍNTOMAS



Plan escrito



- ✓ Nombre y teléfono de algún familiar.
- ✓ Listado de responsabilidades de algún familiar de confianza.
- ✓ Nombre y teléfono de su terapeuta principal y del centro de urgencias al que debe acudir.
- ✓ Lista de medicación.



¿Qué actitudes serán beneficiosas?



- Evitar el uso de amenazas y las críticas de forma destructiva.
- No gritar para hacerse escuchar.
- Intentar crear un clima de confianza y de apoyo que favorezca que os cuente lo que le ocurre o preocupa.
- Explicarle cómo veis las cosas desde vuestro punto de vista.
- Mostrarse firme pero evitar entrar en discusiones sobre lo que hay que hacer.
- Evitar la agresión, “la violencia sólo genera violencia”

¿Cómo actuar cuando se siente inestable?



- Intentar que reduzca el ritmo de vida y descansar más.
- Evitar el exceso de actividad.
- Evitar el alcohol, especialmente durante las crisis.
- Disuadirle de tomar decisiones importantes en esos momentos, esperar a estar más estable y en condiciones de sopesar pros y contras.



En caso de requerir hospitalización



- A veces puede ser preciso un ingreso hospitalario o una atención especializada intensiva.
- Transmitir a tu hijo/a que no supone un fracaso sino que es parte del proceso.
- Un tratamiento adecuado y contando con su colaboración permitirá que la crisis sea más BREVE Y MINIMIZAR sus consecuencias.





Sección de Psiquiatría del Niño y del Adolescente





PIENSA: Programa de Intervención en Psicosis Adolescente





PIENSA

<http://ua.hggm.es/>

Sección de Psiquiatría del Niño y Adolescente

Dpto. Psiquiatría, Hospital General Universitario Gregorio Marañón

Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, IISGM

Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, CIBERSAM

