



Intervención en Crisis

Dra Marcela Larraguibel
Psiquiatra Infantil y del Adolescente
Clínica Psiquiátrica Universitaria
Profesor Asociado Facultad de Medicina
Universidad de Chile



INTERVENCION EN CRISIS

Forma de intervención terapéutica de **corta duración y objetivos limitados** centrado en la resolución preventiva de una desorganización psicológica, **causada por estresores externos importantes y/o psicológicamente significativos** al actuar sobre un sujeto que se encuentra en estado de **vulnerabilidad psicológica**



¿Qué es una crisis?

“Estado temporal de trastorno psicológico caracterizado por ansiedad, confusión y desorganización, causado por un suceso inesperado que es vivenciado como amenaza o pérdida y que resulta insuperable con los mecanismos habituales de la persona para enfrentar problemas”

Intervención en Crisis

La causa principal de una crisis: **es un evento estresante, traumático o una situación peligrosa**

Existen dos condiciones para el desarrollo de psicopatología posterior:

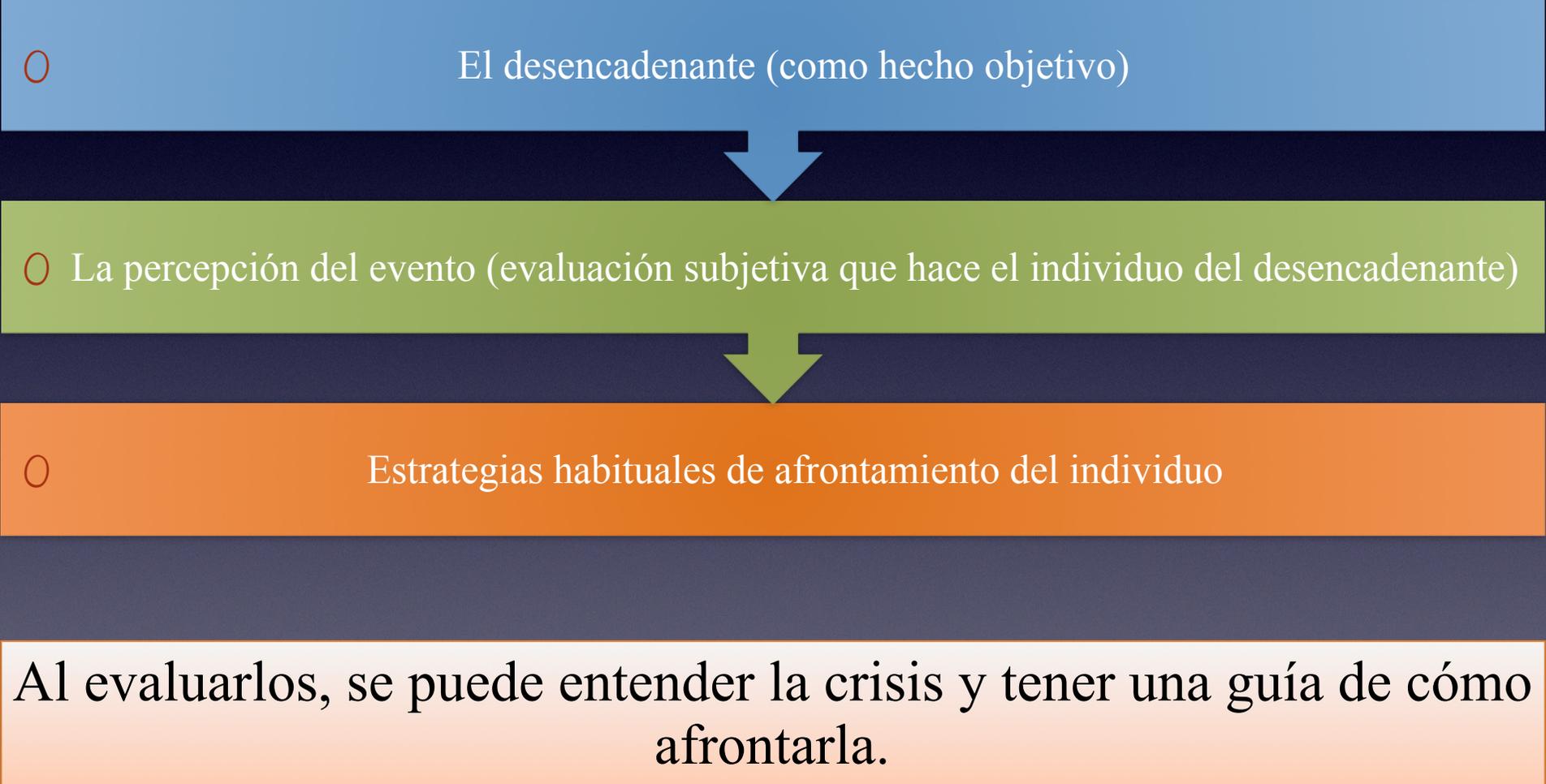
(1) **la percepción** del individuo con relación al evento vital como importante

(2) **la incapacidad** del individuo para resolver estas dificultades por los mecanismos que puedan hacer frente y que están previamente aprendidos.

(Roberts, 2005)

Componentes nucleares en la comprensión de la crisis

○ El desencadenante (como hecho objetivo)



```
graph TD; A[El desencadenante (como hecho objetivo)] --> B[La percepción del evento (evaluación subjetiva que hace el individuo del desencadenante)]; B --> C[Estrategias habituales de afrontamiento del individuo];
```

○ La percepción del evento (evaluación subjetiva que hace el individuo del desencadenante)

○ Estrategias habituales de afrontamiento del individuo

Al evaluarlos, se puede entender la crisis y tener una guía de cómo afrontarla.

Tipos de reacciones frente a una crisis

- Funcionales: reflexión, catarsis, asertividad, cooperación
- Disfuncionales: negación, aislamiento, agresividad, pasividad, dependencia



Intervención en crisis

- Crisis individual
- Crisis familiar

PRINCIPIOS CENTRALES

- * Las figuras vinculantes son claves en las crisis.
Apoyo mutuo.
- * La situación de crisis es un momento para la reorganización personal y/o colectiva.
- * La situación de crisis es una oportunidad para el crecimiento.
- * Es necesario activar los mecanismos protectores y resilientes individuales y colectivos

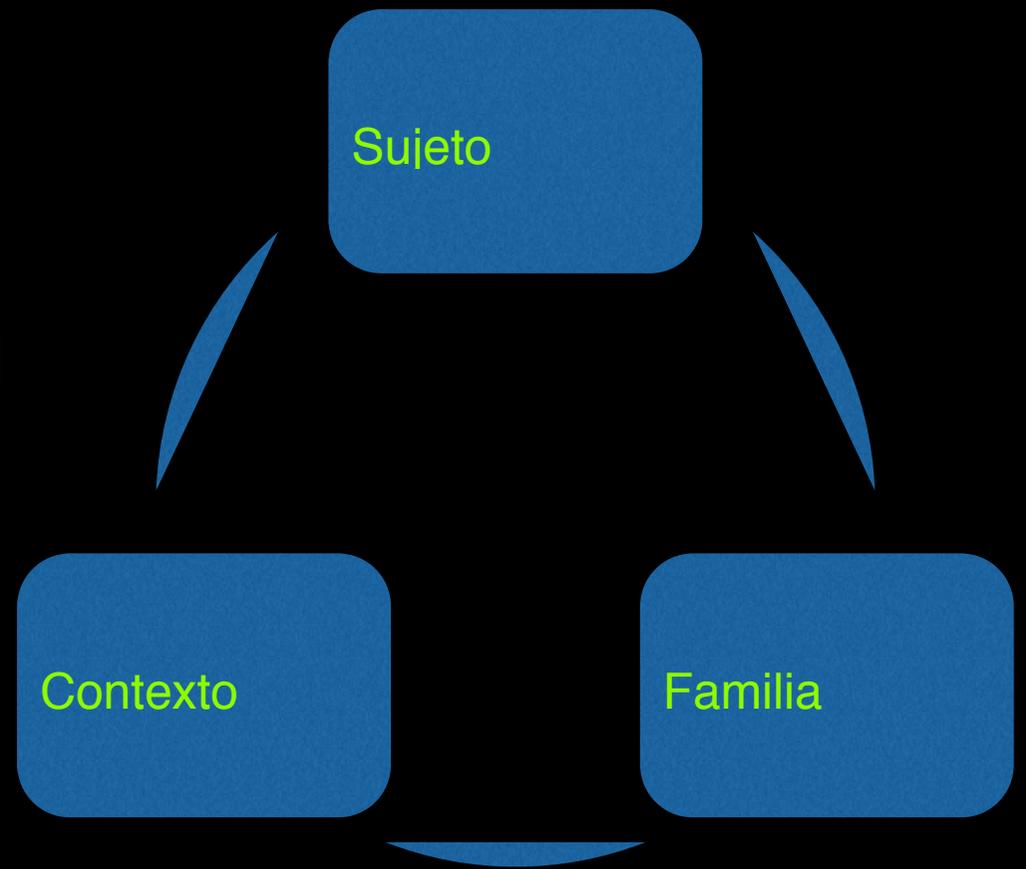
Objetivos de la Intervención en crisis



- **Objetivos**

- Proporcionar apoyo
- Abrir la posibilidad de diálogo
- Garantizar la seguridad
- Considerar en la evaluación e intervención al paciente, familia y otros sistemas
- Favorecer la reconexión individual y familiar
- Vincular recursos de ayuda. Intervenciones interdisciplinarias y en red

Intervención en Crisis



- Considerar individuo, familia, contexto
- Evaluar trayectorias

Sistema Familiar

- **Oportunidad** para afectar positivamente las dinámicas familiares
 - Ayudar a la familia a resolver los problemas asociados a la situación de crisis
 - Ayudarlos a identificar los recursos comunitarios
- **Prevenir** reacciones extremas de la familia:
 - Aumento excesivo de la preocupación, cuidados y esfuerzos por resolver todos los problemas
 - Aumento de sentimientos de hostilidad, castigando a algún miembro de la familia o entorno

Intervención en Crisis

- **Primero asegurar la supervivencia física del paciente, prevenir y evaluar futuros comportamientos riesgosos**
 - **Pesquisar los trastornos o factores de riesgo y protectores a la base**
 - **Evaluar el grado de soporte familiar y social**
 - **Elegir el tipo de intervenciones necesarias**

Estrategias de Intervención Para empezar...

- Actitud **abierta, cálida, empática e interesada.**
- Explicar en caso de riesgo suicida u homicida, que dada la gravedad del hecho, **no se podrá aplicar la confidencialidad ofrecida**, como medida de protección a su propia vida.
- **Evitar la crítica** de la conducta o **buscar "culpables"** tanto en los niños, adolescentes como con los padres, **evitar los juicios valorativos y descalificaciones.**
- **Evitar el estilo interrogatorio**

Estrategias de Intervención

Consejos prácticos

- Aceptar y explorar las emociones, incluso las “negativas”
- Demostrar escucha activa: claves no verbales (contacto visual, pausas, asentir con la cabeza) y verbales (reflejar, preguntar, parafrasear, verificar la comprensión del mensaje, no interrumpir)
- Validar y reflejar sentimientos y emociones: “...lo siento que te sientas tan mal”
- Reforzar fortalezas y apoyar: “...dinos como has llegado a este punto para poder ayudarte”
- Utilizar palabras que sugieren colaboración: “vamos a hacer un plan, buscar alternativas...”
- Tomar una actitud de escuchar más que resolver, contener emociones intensas pero a la vez, ser firme y claro en las indicaciones.
- Mostrar que no son los únicos: “... otros también han sentido y/o pasado por eventos similares”
- Entender y respetar las creencias de la familia (cultura, religión, grupo étnico), con su lenguaje y prácticas

Estrategias de Intervención Familia



- Siempre **contactar** a la familia, solicitar su colaboración y evaluar la situación familiar.
- Si el adolescente concurre solo, se le debe explicar que es muy importante que su familia tenga conocimiento de la situación, para lo cual es imperativo contactar a algún familiar o adulto, que se responsabilice del joven.
- **Evaluar** el interés real y la capacidad de compromiso familiar, pues cuando existe desinterés en la familia nuclear, deberá buscarse recursos en la familia extendida o la red social más amplia.



PADRE, MADRE E HIJO

Tres manos, tres vidas

más en www.cambios.com

Sistema Familiar

Siempre realizar psicoeducación a los padres, además de proporcionar un espacio de contención y reconocimiento de las emociones (especialmente la rabia)

Wagner, Aiken, Mullaley y Tobin, 2000

ETAPAS DE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS

Planificar / Prevenir: Definir previamente situaciones críticas que requieren ser abordadas con un plan preventivo.

Actuar / Proteger: Detener la crisis que se produjo, protegiendo y cuidando a los involucrados y a los demás. Visión integral. Recoger puntuaciones distintas de los hechos. Procedimientos de Contención.

Evaluar / Aprender: Pasada la crisis, adoptar medidas de cuidado. Abordar los patrones que han quedado en evidencia para que cada uno/a aprenda de lo ocurrido.

La primera ayuda psicológica

- Personal capacitado
- Duración 15 a 60 minutos
- Buscar soluciones posibles de acuerdo con el contexto de la persona
- Ayuda para la toma de decisiones concretas y reales. Escuchar y facilitar que la persona o familia encuentre las soluciones.
- Manejar los sentimientos de manera abierta. Verbalizar la culpa. Hacer responsable a la persona de si misma. Infundir esperanza.
- Hacer un cierre englobando de lo que se habló durante la intervención.
- Hacer seguimiento

Indicaciones

- Participar en los ritos y manifestaciones de duelo según cultura o religión
- Permitirse sentir mal, deprimido o indiferente
- No evadir el dolor o sufrimiento con el uso de drogas o alcohol
- Realizar ejercicios físicos suaves, alternados con relajación
- Estructurar el tiempo y mantenerse ocupado
- Planificar actividades placenteras distractoras según sus gustos (cine, paseo con amigos, etc.)
- Tratar de mantener un itinerario de vida lo más normal posible
- Hacer cosas que le permitan sentirse bien, útil y solidario
- Tomar pequeñas decisiones cotidianas. Nunca cambios drásticos
- Descansar lo suficiente
- Intentar comer bien y regularmente
- Saber que los sueños y pensamientos recurrentes acerca del evento traumático son normales

Indicaciones familia

- Participar en los ritos y manifestaciones de duelo según cultura o religión
- Escucharlo detenidamente y acompañarlo
- No culpabilizarlo por ningún motivo: “te lo advertí...., si hubieras.....lástima que...”
- Promover ayuda y solidaridad así como fortalecer vínculos entre familiares y amigos
- Proveer información suficiente
- Estimularlos a participar de las tareas de la vida cotidiana
- Validar emociones y pensamientos. Comprender y aceptar el enfado y otros sentimientos del afectado
- No decirles que tiene “suerte de que no les fue peor”
- Expresar que lamenta lo sucedido y que lo entiende
- Ayudar al retorno a la “normalidad” lo mas pronto posible, evitando la re-victimización y favoreciendo un ambiente propicio

Posibles errores de los profesionales

Consolar de forma superficial

Evitar emociones fuertes

No identificar el evento precipitante

Pasividad

No ser suficientemente directivo

Dar consejos

Actitud defensiva

Sobre-reaccionar

Minimizar

Modelo Gilliland: 6 pasos

- Definir el problema
- Asegurar la seguridad
- Proveer soporte
- Examinar alternativas
- Hacer planes
- Obtener compromiso(s)

The Seven-Stage Crisis Intervention Model: A Road Map to Goal Attainment, Problem Solving, and Crisis Resolution

Albert R. Roberts, PhD

Allen J. Ottens, PhD

This article explicates a systematic and structured conceptual model for crisis assessment and intervention that facilitates planning for effective brief treatment in outpatient psychiatric clinics, community mental health centers, counseling centers, or crisis intervention settings. Application of Roberts' seven-stage crisis intervention model can facilitate the clinician's effective intervening by emphasizing rapid assessment of the client's problem and resources, collaborating on goal selection and attainment, finding alternative coping methods, developing a working alliance, and building upon the client's strengths. Limitations on treatment time by insurance companies and managed care organizations have made evidence-based crisis intervention a critical necessity for millions of persons presenting to mental health clinics and hospital-based programs in the midst of acute crisis episodes. Having a crisis intervention protocol facilitates treatment planning and intervention. The authors clarify the distinct differences between disaster management and crisis intervention and when each is critically needed. Also, noted is the importance of built-in evaluations, outcome measures, and performance indicators for all crisis intervention services and programs. We are recommending that the Roberts' crisis intervention tool be used for time-limited response to persons in acute crisis. [*Brief Treatment and Crisis Intervention* 5:329–339 (2005)]

© The Author 2005. Published by Oxford University Press. All rights reserved. For permissions, please e-mail: journals.permissions@oxfordjournals.org.

Modelo de Albert Roberts

Intervención en Crisis en Siete Etapas

1. Evaluar la peligrosidad
2. Establecer rapport y una relación terapéutica
3. Identificar problemas, incluyendo incidente precipitante
4. Manejar los sentimientos y emociones
5. Explorar alternativas (recursos no utilizados y habilidades de enfrentamiento)
6. Desarrollar y especificar un plan de acción
7. Realizar un seguimiento y lograr acuerdos

¿Qué recomendaría como intervención en crisis en casos por ejemplo de duelo, desastre natural, situación traumática por accidente, etc en que las víctimas son niños o adolescentes según el modelo de Albert Roberts: Intervención en Crisis en Siete Etapas?