

Intervención breve dirigida a adolescentes con trastornos depresivos, intentos suicidas y conductas autolesivas

Karen Alejandra Burbano Martínez

María Fernanda Huertas Salas

María Manuela Pereira Pazos

Ángela María Portilla Tulcán

Estudiante de Psicología

Universidad Mariana



Fuente: Freepik.com

Resumen

La depresión es un problema de salud pública y es entendida como un conjunto de síndromes cuya característica singular se centra en el impacto sobre el afecto de las personas. En el presente artículo se expone los resultados de un protocolo de intervención breve, cuya finalidad es apoyar al diagnóstico y tratamiento psicológico breve de los pacientes adolescentes internos que padecen trastornos depresivos y presentan conductas autolesivas en el Hospital San Rafael de Pasto. Para el desarrollo del protocolo se identificó la manifestación sintomatológica de

los adolescentes con trastornos depresivos y conductas autolesivas; se estableció las estrategias de intervención, se diseñó e implementó el protocolo a 20 pacientes internos en el Hospital, con edades entre los 10 a 19 años; finalmente, se evaluó su cumplimiento y sensibilizó a los profesionales sobre la importancia de llevar a cabo su implementación en la institución, concluyendo que la depresión, siendo un trastorno grave, puede ser tratado y sobre todo vencido, si se administra de manera

adecuada los medicamentos y se complementa con psicoterapia.

Palabras clave: depresión, conductas autolesivas, lesión autoinfligida, enfoque cognitivo-conductual, intervención, adolescentes.

Introducción

El proyecto *Protocolo de Intervención breve dirigido a adolescentes internos en el Hospital San Rafael con trastornos depresivos, intentos suicidas y conductas autolesivas* deriva de un proceso de diagnóstico donde se identificó la recurrencia en el ingreso de adolescentes con trastornos depresivos y conductas autolesivas en la institución. En esa medida, en el periodo 2017 han ingresado al servicio de Consulta externa del Hospital, 25 pacientes entre 10 y 19 años, diagnosticados con trastornos depresivos. En el periodo 2018 ingresaron 1.236 y en lo corrido del año 2019 han accedido 241 pacientes, recalando que cada año existe un aumento en la demanda de este servicio, por usuarios con estos diagnósticos.

Teniendo en cuenta lo anterior, se evidencia que una forma de fortalecer los tratamientos del Hospital San Rafael de Pasto, es por medio de procesos organizados y sistemáticos que velen por la atención oportuna hacia los usuarios con este tipo de patologías.

Por lo tanto, el proyecto llevado a cabo tiene como finalidad, apoyar al diagnóstico y tratamiento psicológico breve, mediante la construcción de un protocolo que ofrece información teórico-práctica para el adecuado abordaje de conductas autolesivas y los trastornos depresivos en adolescentes del Hospital. Para ello se estructuró e implementó el protocolo a 20 pacientes, los cuales debían cumplir con el requisito de estar entre los 10 y 19 años, además de presentar diagnósticos asociados con los trastornos depresivos o lesión autoinfligida. Con base en los razonamientos planteados se distingue que el malestar inicial de los pacientes es de 59 % y en lo que se refiere al malestar final, es de 36,17 %, destacando que se logró reducir el 61 % de malestar en los pacientes que hicieron parte del proceso, concluyendo que la depresión, siendo un trastorno grave en el ser humano, puede ser tratado y, sobre todo vencido, si se administra de manera adecuada los medicamentos y se complementa con psicoterapia.

Metodología

Diseño de la Investigación

Diagnóstica, ya que se evalúa la causa y raíz de un tema específico, como también elementos que aportan a una situación problemática.

Muestreo

La población se constituyó de 20 personas; el muestreo fue no probabilístico, consecutivo, debido a que se intentó incluir a los pacientes accesibles como parte de la muestra, lo que hacía que ésta representara mejor a toda la población.

Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión fueron: a) Presentar trastornos Depresivos y Conductas Autolíticas; b) Tener una edad comprendida entre los 10 a 19 años; c) Pertener a la Unidad de Cuidados Especiales Fray Julio Piña Tejedor, Unidad de Expansión, Unidad Niño Jesús de Granada, Unidad de Intermedio Mujeres y Unidad de Cuidados Intermedios Madre Milagrosa.

Los Criterios de exclusión fueron: a) No presentar la sintomatología de trastorno depresivo; b) Tener diagnóstico de trastorno depresivo con episodio psicótico.

Técnicas e instrumentos de recolección de información

Se aplicó los cuestionarios de evaluación de Beck.

A través de procesos de observación e interacción fue posible identificar una primera necesidad con respecto a la intervención clínica de la población adolescente del Hospital en estudio, la cual está relacionada con la falta de un manejo claro, organizado y sistemático para llevar a cabo los procesos de diagnóstico, intervención, comunicación y trabajo interdisciplinar del trastorno depresivo.

Fue ineludible realizar un proceso de recolección de datos; en primera instancia, la revisión de historias clínicas, con el fin de identificar las causas de los diagnósticos más recurrentes en esta población joven, y en un segundo momento, efectuar encuestas dirigidas a los diferentes campos profesionales de la salud, entre ellos: psiquiatría, psicología, enfermería, terapeuta ocupacional, actividad física. Con ello se buscó generar conocimientos que condujeran a cambios significativos en los procesos de intervención de los pacientes adolescentes con trastornos

depresivos o conductas autolesivas. En esa medida, en la sintomatología identificada en los pacientes con trastornos depresivos internos, se evidenció la prevalencia de ciertas manifestaciones, que concuerdan con lo descrito en el Manual DSM-V.

Se empleó herramientas tales como: la entrevista, la encuesta y la revisión de historias clínicas. La importancia del método utilizado radica en el carácter participativo de sus actores, además de utilizar una metodología cualitativa-cuantitativa que puede suplir posibles carencias de información que se pudiera generar al utilizar alguna de las estrategias de recolección de datos; fue así como se complementó la información obtenida.

Resultados y Discusión

En el Hospital San Rafael de Pasto se identificó un alto número de ingresos y reingresos de pacientes adolescentes con diagnósticos de trastornos depresivos y conductas autolesivas; así mismo, los cortos tiempos de hospitalización que la institución asigna para los mismos oscilan entre ocho y veinte días. Teniendo en cuenta estos dos parámetros, surgió la necesidad de apoyar los procesos de hospitalización a través de la creación e implementación de un protocolo de intervención breve, brindando así al paciente un tratamiento complementario e interdisciplinar.

En esa medida, desde un enfoque cognitivo conductual, se llevó a cabo un proceso de evaluación con el cual se determinó la manifestación sintomatológica presente en adolescentes con trastornos depresivos y conductas autolesivas que se encuentran internos en el hospital. Para ello fue necesario exponer que la *American Psychiatric Association* en el Manual diagnóstico DSM-V refiere que "el rasgo común de todos estos trastornos es la presencia de un ánimo triste, vacío o irritable, acompañado de cambios somáticos y cognitivos que afectan significativamente a la capacidad funcional del individuo" (p. 155). Por lo tanto, es pertinente aclarar que el criterio diferencial de estos trastornos es la duración, la presentación temporal o la posible etiología de la manifestación de los síntomas.

En esa medida, en la sintomatología identificada en los pacientes con trastornos depresivos internos en el Hospital San Rafael de Pasto, se evidenció la prevalencia de las siguientes manifestaciones: pensamientos

disfuncionales sobre sí mismo, el entorno y el futuro; sentimientos de inferioridad, irritabilidad, accesos de cólera, tristeza, llanto frecuente o afecto plano, anhedonia, dificultades en la conducta onírica, caracterizadas principalmente por insomnio de conciliación y reconciliación; hiporexia o episodios de atracón, conductas impulsivas como *cutting*, autoagresión y heteroagresión, ideas de muerte y diferentes niveles de riesgo suicida.

Una vez determinada la manifestación sintomatológica, se procedió a establecer las estrategias de intervención para hacer frente a los síntomas reconocidos. Para ello se trabajó desde un enfoque cognitivo conductual, dado que es fundamental abordar aspectos cognitivos, emocionales y conductuales, siendo este enfoque de la psicología uno de los más pertinentes para ocuparse de estos elementos de forma breve, debido a que es un procedimiento activo, directivo, estructurado y de tiempo limitado (Beck, Rush, Shaw y Emery, 2010).

Seleccionadas las estrategias de intervención, fue posible estructurar e implementar el protocolo de atención breve en los adolescentes con trastornos depresivos y conductas autolesivas que se encuentran internos en el Hospital San Rafael de Pasto; por lo tanto, se aplicó el protocolo a 20 pacientes adolescentes ubicados en el rango de edad comprendido entre los 10 y los 19 años. En lo que se refiere a la eficacia del protocolo, en la Tabla 1 se puede evidenciar el grado de malestar inicial y final, además del promedio de reducción general posterior a la aplicación del mismo.

Tabla 1. *Grado de malestar inicial y final.*

Grado de malestar inicial (0-100)	Grado de malestar final (0-100)	Reducción general del malestar
59 %	36,17 %	61 %

Como se puede observar en la Tabla 1, el grado de malestar general inicial en los pacientes era de 56 %; posterior a la intervención psicológica, el malestar disminuyó a 36,17 %, dando como resultado el 61 % de reducción general de los síntomas clínicamente significativos. Como apoyo a lo anterior, Méndez, Moreno, Sánchez, Olivares y Espada (2000), llevaron a cabo un estudio relacionado con la eficacia del tratamiento psicológico de la depresión infantil y

adolescente, y encontraron que el 90 % de los estudios analizados utilizan como tratamiento activo, un programa de terapia cognitivo-conductual; expresan que la eficacia del tratamiento es alta -84 %-, por lo tanto, esta clase de terapia, además de ser una de las más empleadas en contextos clínicos y para el tratamiento de la depresión, es eficaz al momento de reducir los síntomas asociados a este trastorno.

Conclusiones

La sintomatología encontrada en la mayoría de los pacientes que ingresan al Hospital San Rafael de Pasto por depresión y conductas autolesivas es común; radica en malestares de orden cognitivo emocional y conductual. En ese sentido, con el presente proyecto se consiguió identificar cada uno de los síntomas y se trabajó en su disminución y eliminación, logrando una reducción del 61 %.

Las técnicas psicoterapéuticas fortalecen al paciente en estrategias como: la respiración diafragmática, relajación progresiva, control de impulsos, autorregulación emocional, entre otras, para que él mismo tenga sus propias herramientas, haciendo que el proceso perdure después del egreso, evitando de cierto modo, posibles recaídas. Por ello, la aplicación de estas técnicas resulta efectiva para la disminución de la sintomatología en un 61 %, como ya se mencionó.

Por otro lado, al identificar una alta rotación de pacientes en el Hospital San Rafael de Pasto, se aplicó el protocolo a 20 de ellos, con un promedio de edades comprendidas entre los 10 y los 19 años, razón por la cual el protocolo cobró mayor fuerza para ser aplicado de manera rápida y efectiva, ya que con él se brindó una herramienta que guiaría al terapeuta de manera ordenada y competente al momento de intervenir al paciente en corta estancia.

En el desarrollo y aplicación del protocolo creado fue llevada a cabo la terapia cognitivo-conductual de manera sectorial, puesto que en dicha técnica se desarrolló un modelo específico para tratar la depresión desde los pensamientos negativos del paciente, donde se logró contribuir al reemplazo de estos y así desarrollar pensamientos alternativos que

generen bienestar emocional en el paciente deprimido, cuando sea dado de alta.

Finalmente, la depresión, siendo un trastorno grave en el ser humano, puede ser tratado y sobre todo vencido, si se administra de forma adecuada los medicamentos y se complementa con psicoterapia.

Referencias

- American Psychiatric Association. (2016). Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales DSM 5 (5.ª ed.). Recuperado de <https://bit.ly/2FZbDUP>
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. y Emery, G. (2010). *Terapia Cognitiva de la Depresión* (20.ª ed.). Bilbao, España: Desclée de Brower S.A.
- Méndez, F., Moreno, P., Sánchez, J., Olivares, J. y Espada, J. (2000). Eficacia del tratamiento psicológico de la depresión infantil y adolescente: Una revisión cualitativa y cuantitativa de dos décadas de investigación. *Psicología Conductual*, 8(3), 487-510.