



Hospital San Juan
CAPESTRANO



Principales condiciones emocionales en una nueva generación

Por: Wilmaris González Molina Psicóloga CTPF



Hospital San Juan
CAPESTRANO

Clínicas parciales con servicios para adultos y adolescentes

Carolina (787)769 -7100
Ponce (787)842-4970
Bayamon (787) 740- 7771

Clínicas Parciales con servicios para adultos

Caguas (787)745-0190
Humacao (787)850-8382
Manati (787)884-5700

Mayagüez (787)265-2300
San Juan (787)625-2940
Hatillo (787)878-0742

El sistema San Juan Capestrano cuenta con servicios de hospitalización de salud mental para adultos y adolescentes. Además contamos con 9 clínicas parciales alrededor de la isla. Programa IOP, Sustancias y Terapia Electroconvulsiva.



Línea de Acceso 24/7

787-760-0222 | 787-625-2900

Depresión

Es un problema de salud mental grave que provoca intenso sentimiento de tristeza, desesperanza, ira o frustración. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión en adolescentes es la primera causa de enfermedad y discapacidad en este grupo de edad a nivel mundial.

Estudios reflejan que una de cada dos personas que desarrollan trastornos mentales presentan los primeros síntomas a los 14 años de edad. (adolescencia)

¿Cuáles son los síntomas?

Estado persistente y disfuncional de tristeza o pérdida de interés por dos semanas y debe tener 5 o más de los criterios diagnósticos.

Estado de ánimo de tristeza, desesperanza, ira o frustración.

Disminución de interés o satisfacción en casi todo lo que antes disfrutaba realizar.

Dificultad para concentrarse.

Aislamiento social.

Trastorno del apetito.

Problemas del sueño.

Pensamientos negativos.

¿Cómo se manifiesta la depresión?

En el salón de clases

Se observa con pobre concentración y muy distraído.

Aislado de los demás compañeros.

No completa las tareas.

No hace las asignaciones.

Tiene dificultad para seguir las reglas.

Se observa sin interés.

En el hogar

Se aísla y no quiere salir del cuarto.

Cambios en el apetito

Cambios en los hábitos de sueño

Refiere dolor de cabeza, dolores corporales.

Cambios en el comportamiento.

¿Cómo manejo esta situación?

Acérquese al estudiante de forma amable, privada, sin juzgar.

Diga ejemplos específicos de lo que ha observado y le preocupa:

He notado que bajaste la cabeza y te quedaste en silencio en la clase”

Ofrezca apoyo y empatía:

“Eres muy importante para mí” “¿Qué puedo hacer para ayudarte?”

ESCUCHE luego ofrezca ideas...

“Si deseas hablar con alguien, yo estoy aquí para escucharte.”

Recomendaciones

Permítale que comparta su punto de vista.

Demuéstrele respeto, ofrézcale toda su atención.

Válide y reconozca los sentimientos del adolescente.

Repita o resuma lo que el adolescente ha dicho para asegurarse de haberlo comprendido.

Automutilación

Es una conducta por la cual un adolescente se hace daño a sí mismo a propósito.

Por ejemplo, con cortes o quemaduras.

La mayoría de los adolescentes que se autolesionan lo hacen para luchar contra emociones muy fuertes.

Para ellos es la única forma de expresar o interrumpir sentimientos que son demasiado intensos.

Las autolesiones suelen vincularse con determinadas enfermedades de salud mental como depresión, trastornos de ansiedad, trastorno por estrés postraumático y trastornos alimentarios.

La autolesión genera una breve sensación de calmar y aliviar la tensión física y emocional, después puede ocasionar culpa y vergüenza. Las emociones dolorosas tienden a regresar.

Una persona que se auto flagela no tiene la intención de suicidarse, pero está a mayor riesgo de intentar suicidarse si no consigue ayuda (Biblioteca Nacional de Medicina de EE.UU).

Indicadores de cómo se manifiesta la autolesión

Se encierra en el baño por periodos largos.

Porta habitualmente navajas o cuchillos.

Se come las uñas al punto de lastimarse los dedos.

No participa en actividades de grupo.

Mantiene en silencio absoluto sus cosas personales.

¿Cómo manejo la situación?

No escandalizándose y no enojándose con él.

Informándose acerca del tema.

Hablando con él, apoyándolo, explicándoles la importancia del autocuidado y auto respeto del propio cuerpo.

Ayudándolo a expresar sus sentimientos, sus emociones y a resolver los conflictos propios de la adolescencia por otros medios.

BUSCAR AYUDA PROFESIONAL (Profesionales de la conducta, Hospital, etc.)

Recomendaciones

Permítale que comparta su punto de vista.

Demuéstrele respeto, ofrézcale toda su atención.

Válide y reconozca los sentimientos del adolescente.

Repita o resuma lo que el adolescente ha dicho para asegurarse de haberlo comprendido.

Trastorno Explosivo Intermitente

El trastorno explosivo intermitente (TEI) es un trastorno de salud mental en el que los niños tienen periodos cortos de ira intensa e inesperada y comportamiento violento. Estos sentimientos parecen surgir de la nada. Sienten que no tienen control sobre su ira.

¿Cuáles son los síntomas?

El trastorno explosivo intermitente, aparece por lo general al final de la infancia o en los primeros años de la adolescencia.

Los niños comienzan a hacer berrinches, tener estallidos emocionales y se pelean con otros niños.

Con menos frecuencia, tienen arrebatos de ira más graves en los que dañan físicamente a personas, animales o cosas.

El comportamiento del niño afecta todo el núcleo familiar, incluyendo la escuela.

Manifestación del trastorno explosivo intermitente

Arrebatos frecuentes, como berrinches, peleas o discusiones.

Sentirse incapaz de controlar sus estallidos de ira repentinos.

A veces tienen estallidos de ira más intensos y severos, incluso con violencia.

En momentos de frustración, se alteran aún mucho más.

Estallidos explosivos de ira que duran menos de 30 minutos y no tienen una razón de ser.

Estar enojados, destruir muebles y meterse en peleas físicas son comportamientos comunes en los niños y adolescentes con este diagnóstico.

¿Cómo se diagnostica el trastorno explosivo intermitente?

Para que un médico pueda dar un diagnóstico de Trastorno Explosivo Intermitente tiene que descartar otras posibles causas del comportamiento del niño.

Entre otras causas podrían incluir:

Otros trastornos mentales

Abuso de alcohol o drogas

Causas físicas como una lesión en el cerebro

Si ninguna de estas es la causa, el médico diagnosticará TEI en caso de que el niño:

No pueda controlar su ira.

Tenga arrebatos de ira y violencia ocasionales destructivos en relación con la situación que ha ocurrido.

Haga berrinches con frecuencia o se involucre en peleas.

¿Cómo manejo la situación?

BUSCAR AYUDA PROFESIONAL (Profesionales de la conducta.)

El tratamiento de Trastorno Explosivo Intermitente incluye terapia y medicamentos.

La terapia cognitivo-conductual se utiliza para ayudar a los niños con TEI a que aprendan qué situaciones provocan sus episodios de rabia.

Los niños con terapia cognitivo-conductual aprenden a reconocer y manejar su ira de una manera más saludable, que los haga sentirse mejor evitar los arrebatos de ira.

Los medicamentos son recetados por un médico,

No hay medicamentos específicos, pero a veces se utilizan antidepresivos ansiolíticos y reguladores del estado de ánimo.

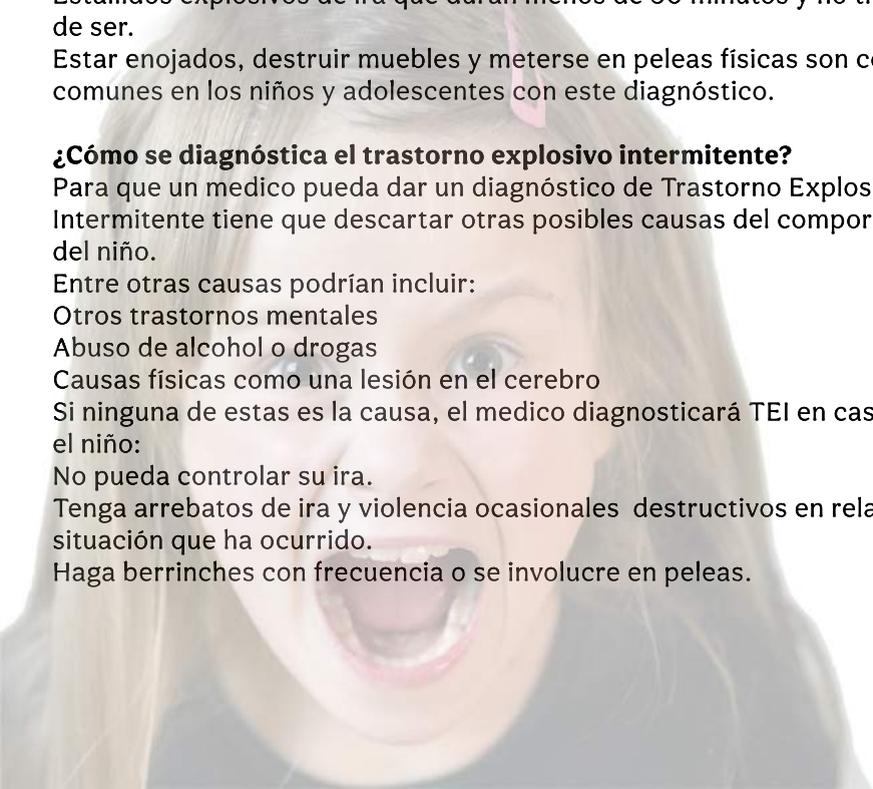
Recomendaciones

Edúquese sobre este tipo de condición, síntomas y manejo de este.

Fomente la comunicación, para hablar de sus sentimientos.

Establezca límites saludables, lo que está dispuesto a tolerar.

Sea compasivo y paciente.



Trastorno límite de personalidad en adolescentes.

Las personas con trastorno límite de la personalidad o TLP (BPD, por sus siglas en inglés) experimentan emociones extremas. Una vez que se desencadena una emoción fuerte, les resulta muy difícil calmarse. Por ello, suelen tener relaciones inestables. También tienen comportamientos autodestructivos, incluyendo intentos de suicidio.

Algunos niños con TLP tienen una historia de abuso o negligencia. Pero el trastorno también puede presentarse en familias comunes y cariñosas cuando los padres ignoran o minimizan las grandes reacciones emocionales de los niños.

¿Cuáles son los síntomas?

Emociones	Comportamiento
Aburrimiento	Temor a ser abandonados
Disgusto	Propensos a idealizar a las personas
Enfado	Cambios drásticos de opinión
Miedo	Falta de control de impulsos
Vulnerabilidad	Conductas de riesgo
Tristeza	Sarcasmo extremo

Manifestación del trastorno límite de personalidad

Un patrón de relaciones intensas e inestables con familiares, amigos y otros seres queridos.

Una autoimagen o sentido de identidad distorsionado e inestable.

Comportamientos impulsivos y con frecuencia arriesgados, como derrochar el dinero en compras excesivas.

Tener sexo sin protección.

Comer compulsivamente.

Comportamiento autodestructivo, como cortarse.

¿Cómo se diagnostica el trastorno límite de personalidad?

Históricamente, se ha considerado que este es un trastorno difícil de tratar.

Sin embargo, con los tratamientos más recientes basados en evidencia científica, tienen un mejor desempeño y una mejor calidad de vida.

Es importante que los pacientes con trastorno límite de la personalidad reciban tratamiento de un profesional de la salud mental debidamente acreditado para ejercer.

En el Hospital San Juan Capestrano, nos dedicamos a proveer una atención continua a través de programas especializados para adolescentes y adultos que enfrentan trastornos de salud mental y problemas de dependencia a sustancias químicas.

Si siente que usted, su hijo u otro ser querido podrían beneficiarse a través de los servicios para adultos o adolescentes que ofrecemos en nuestras Clínicas ambulatorias del Hospital San Juan Capestrano, no dude en ponerse en contacto con nosotros para obtener más información o para conocer más sobre nuestro proceso de admisión llame al **787-625-2900**.

