

RIESGOS	DAÑOS FÍSICOS: Contusiones, cortes, luxaciones, esguinces y en general cualquier daño físico producido por una agresión física.
	DAÑOS PSICOLÓGICOS: Miedo, trastornos de ansiedad, síntomas traumáticos, obsesiones, “burnout”
	DAÑOS MATERIALES: Rotura de mobiliario, equipos.

QUE ES LA ESCALADA DE AGITACION.INDICADORES


La **escalada de agitación** es el proceso progresivo mediante el cual una persona pasa de un estado de calma o leve inquietud a un nivel creciente de tensión emocional, irritabilidad o agresividad, que puede culminar en conductas violentas o descontroladas si no se interviene adecuadamente. Este fenómeno suele estar asociado a factores como frustración, ansiedad, consumo de sustancias, alteraciones psicológicas o situaciones percibidas como amenazantes.

FASES: 1. CALMA → 2. DESENCADENANTE → 3. PREAGITACIÓN → 4. ACELERACIÓN → 5.PICO → 6.DESESCALADA → 7.RECUPERACIÓN

Los **indicadores de escalada** de agitación son señales observables —verbales, no verbales y conductuales— que alertan sobre el aumento de la tensión y el riesgo de pérdida de control. Por ejemplo, algunos indicadores presentes en la fase de preagitación son:



ESCALA DE AGITACIÓN INDICADORES	
CALMA	
Estado habitual, nivel adecuado para la interacción	
DESENCADENANTE	
Erróneamente se define como fase de activación, aparece desencadenante de conducta violenta o agresiva. Provocaciones y enfrentamientos, presión en el habla y errores en tareas rutinarias	
PREAGITACIÓN	
Taquialia, tono de voz elevado, discurso frases cortas. Inquietud, nerviosismo y ansiedad, aumento de movimientos, distracción y dificultad para seguir tareas	
ACELERACIÓN	
Fase de agitación, comienza a autoalimentarse, punto casi irreversible en la escalada. Provocador, cuestiona todo, abuso verbal intimidante, desafiante. Aumenta agitación motriz, agresividad hacia objetos, gestos de amenaza física.	
PICO	
Paciente fuera de control no hay ninguna estrategia verbal para reducir la agitación. Agresividad física contra objetos, heterolesivo y autolesivo.	
DE-ESCALADA	
Remite agitación, violencia y hostilidad. Confusión (empezar, parar, movimientos), intento de reconciliación, protección de culpa, sensible a reconducción	
RECUPERACIÓN	
Cuando vuelve a estado basal de activación, debe reconciliarse con el personal para evitar futura activación	

	FICHA DE INFORMACIÓN DE RIESGOS	Código	FIR-46
	TÉCNICAS DE ABORDAJE Y CONTROL DEL USUARIO EN ESCALADA DE AGITACIÓN	Versión	1
		Página	2 de 3

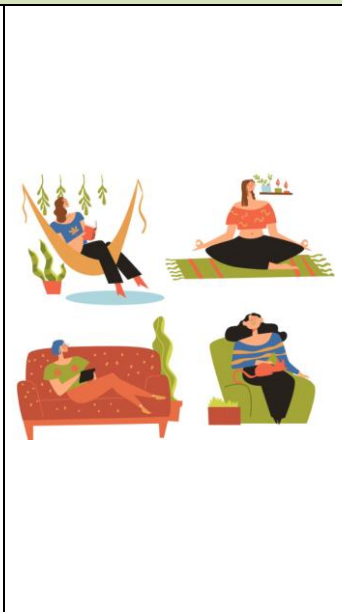
¿QUE SON LAS TECNICAS DE DESESCALADA?

Son un conjunto de estrategias diseñadas para **prevenir que una situación de agitación evolucione hacia la violencia**, manteniendo la seguridad del usuario y del profesional, y preservando la relación terapéutica.



FINALIDAD DE LAS TECNICAS

- En términos prácticos, estas técnicas buscan:
- **Reducir la activación emocional del usuario** mediante comunicación calmada, escucha activa y validación.
 - **Evitar conductas que incrementen la tensión**, como invadir el espacio personal, usar un tono agresivo o bloquear salidas.
 - **Ofrecer opciones y sensación de control**, para que el usuario no perciba la intervención como una amenaza.
 - **Establecer límites claros y seguros**, sin recurrir a la confrontación ni a la intimidación.
 - **Mantener la calma del profesional**, porque la regulación emocional del mismo es clave para “desescalar”.



En resumen, son herramientas preventivas y terapéuticas que combinan aspectos de comunicación, postura corporal, empatía y manejo del entorno para evitar llegar a medidas coercitivas como la contención física.

TECNICAS DE ABORDAJE Y CONTROL

La mejor forma de controlar a un usuario en escalada de agitación es **ayudarle a que él mismo pueda mantener el control**. Se muestran 10 técnicas de abordaje y control del usuario en escalada de agitación, también denominadas “dominios”, gracias a las cuales conseguiremos mantener el control mientras afianzamos la alianza terapéutica:

- 1.- Respetar al usuario y su espacio personal
- 2.- No provoques ni te apartes
- 3.- Un único comunicador
- 4.- Ser conciso y usar un lenguaje sencillo
- 5.- Identificar deseos y emociones
- 6.- Mantener la escucha activa
- 7.- Técnica del **banco de niebla** (“anular” las críticas que recibimos, reconociendo lo que es real de las mismas, pero ignorando aquellos aspectos que pueden llevarnos a responder a la defensiva o al contraataque).
- 8.- Establecer límites
- 9.- Ofrecer opciones realistas y optimismo
- 10.- Análisis **post-intervención**: Después de cualquier intervención, el profesional debe restablecer la relación terapéutica para reducir la experiencia traumática, explicando por qué esta acción fue necesaria. Enfatiza la importancia de dar una opción de diálogo entre los profesionales involucrados en la intervención para criticar y evaluar constructivamente las áreas de mejora



	FICHA DE INFORMACIÓN DE RIESGOS	Código	FIR-46
	TÉCNICAS DE ABORDAJE Y CONTROL DEL USUARIO EN ESCALADA DE AGITACIÓN	Versión	1
		Página	3 de 3

RECOMENDACIONES ADICIONALES PARA LA DESESCALADA DESDE EL ENFOQUE PSICOLÓGICO Y PREVENTIVO

11. **Evaluación rápida del riesgo** :Antes de intervenir, analiza señales de riesgo: nivel de agitación, historial de violencia, presencia de sustancias, y factores desencadenantes.
12. **Control de la propia activación emocional**: (respiración profunda, tono pausado) para evitar contagio emocional. Recuerda que tu calma es un modelo para el usuario.
13. **Validación emocional**: Reconoce y verbaliza la emoción del usuario: *“Entiendo que esto te resulta muy frustrante”*.
14. **Uso de técnicas de grounding**: Si el usuario está muy desorganizado, ayúdalo a reconectar con el presente: *“Mira alrededor, estamos en un lugar seguro, respira conmigo”*. Esto disminuye la activación fisiológica.
15. **Prevención de escaladas futuras**: Identifica factores desencadenantes y registra patrones para diseñar planes preventivos.
16. **Intervención breve en crisis**: Si la agitación se relaciona con ansiedad o desesperanza, utiliza mensajes cortos que transmitan seguridad y control: *“Estamos aquí para ayudarte, no estás solo”*.
18. **Autocuidado del profesional**: Después de una intervención intensa, dedica unos minutos a técnicas de descarga emocional (respiración, conversación con colegas).

RECUERDA



- ✓ La prevención es clave: detectar señales tempranas de agitación permite actuar antes de que la situación se descontrole.
- ✓ Tu actitud marca la diferencia: la calma, el respeto y la empatía reducen la tensión y favorecen la cooperación.
- ✓ La seguridad es prioritaria: protege tu integridad y la del usuario; si hay riesgo, activa los protocolos establecidos.
- ✓ Comunicación clara y sencilla: evita discusiones, transmite mensajes breves y orientados a soluciones.
- ✓ Ofrece alternativas no violentas: dar opciones y esperanza ayuda a recuperar el control.
- ✓ Aprende de cada intervención: reflexiona sobre lo ocurrido para mejorar y cuidar tu bienestar emocional.

“Tu calma y empatía son la mejor herramienta para transformar la tensión en seguridad.”

