



## RECOMENDACIONES ANTE CONDUCTAS AUTOLESIVAS Y DE RIESGO

El equipo de la Unidad de Hospitalización a Domicilio de Psiquiatría elaborará, en colaboración con el paciente, un plan de contingencia o emergencia (Plan de Crisis) para cambiar la conducta autolesiva por otras estrategias de manejo de ansiedad y malestar en aquellas situaciones en las que se vean sobrepasados.

### **Qué hacer y cómo reaccionar en caso de que el paciente se autolesione:**

- Aplicar el Plan de Crisis previamente elaborado y consensuado con el equipo de la Unidad.
- Actuar de forma calmada.
- Preguntar de forma abierta y sin juzgar cómo se siente y qué es lo que le ha llevado a actuar así.
- Respetar si no quiere hablar, puede no estar preparado.
- No insistir con demasiadas preguntas y no interrumpirle.

Es beneficioso hacerles saber que se preocupan y quieren ayudarle a hacer frente a la situación difícil por la que está pasando.

De igual forma, en un futuro los cuidadores pueden buscar apoyo en su entorno (y a veces en un profesional) ya que se trata de una situación difícil de asimilar y que puede causar enfado y/o frustración.

### **Indicaciones generales de cara al ingreso en la Unidad de Hospitalización a Domicilio de Psiquiatría:**

Es necesario tomar ciertas precauciones de cara al ingreso en domicilio, haciendo de éste un lugar seguro para el paciente:

- Retirar del domicilio (y de su habitación) objetos con los que el paciente pueda hacerse daño (cuchillas, sacapuntas, clips, objetos susceptibles de romperse y que puedan ser cortantes, etc.).
- Retirar del alcance lejías, productos de limpieza, jabones, detergentes, etc. para evitar que puedan ingerirlos.
- Mantener la medicación bajo llave. El cuidador será el encargado de gestionarla, supervisando y asegurándose que el paciente tome la medicación prescrita según la pauta.

Si el equipo de Hospitalización a Domicilio considera que existe un riesgo para el paciente que hace insegura su permanencia en el domicilio, se procederá a su ingreso en el hospital.