

SAILS Summer 2019 (Apoyando a los Adolescentes con Destrezas de Vida Independientes - Verano de 2019)

¿Transición típica o problemática?

Megan Lerner, LCSW

Coordinadora Clínica del Servicio para el
Tratamiento del Trauma y Trabajadora
Social Principal

Departamento Pritzker de Psiquiatría y
Salud Conductual

Tal como fue adaptado por: Adele Martel, MD, PhD



Ann & Robert H. Lurie

Children's Hospital of Chicago™





Desafíos para los jóvenes en edad de transición

- *Transición del desarrollo* de la adolescencia a los primeros años de adultez
- *Transición situacional* al hacer las adaptaciones típicas para ir a la universidad y/o la vida laboral y/o a la vida independiente
- *Transición de la atención médica* para manejar las necesidades médicas de manera más independiente

¡Los cambios son DIFÍCILES!



Algunas reacciones COMUNES a estas transiciones

- alejamiento de la familia y/o aumento de las discusiones
- altibajos emocionales
- cambios en la apariencia
- experimentación con drogas y alcohol
- dificultades para dormir en ocasiones
- irritabilidad o mal humor por periodos breves
- capacidad de cuestionamiento
- sentirse ineficiente o desorganizado/a

Señales de PROBLEMAS

- desempeño escolar o laboral notoriamente más bajo
- dificultad para lidiar con los problemas y las actividades del día a día
- cambios notorios en el sueño y/o apetito
- disminución de la capacidad de concentración
- disminución del cuidado personal
- mal humor constante y prolongado
- cambios intensos en el estado de ánimo
- explosiones frecuentes de ira y agresión

MÁS señales de PROBLEMAS

- alejamiento de actividades placenteras
- aislamiento social
- uso repetido de drogas o alcohol
- amenazas de autolesión o de agresión a otras personas
- pensamientos de muerte
- auto agresión
- pensamientos extraños, creencias, sentimientos y conductas inusuales

Edad de inicio de los trastornos descritos en el DSM IV

% Casos de por vida	25%	50%	75%
Trastorno de ansiedad	6 años de edad	11 años de edad	21 años de edad
Trastorno del humor	18 años de edad	30 años de edad	43 años de edad
Trastorno del control de impulsos	7 años de edad	11 años de edad	15 años de edad
Trastorno de uso de sustancias	18 años de edad	20 años de edad	27 años de edad
Cualquier trastorno	7 años de edad	14 años de edad	24 años de edad

Replicación de la encuesta nacional de comorbilidad

Arch Gen Psychiatry (2005) 62: 593-602

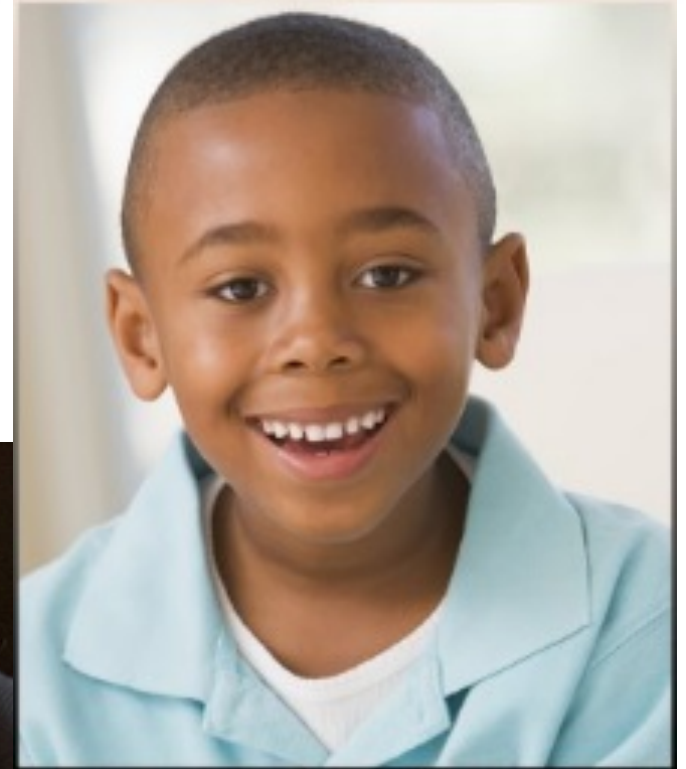
Estudio de replicación de la encuesta nacional de comorbilidad

- La mitad de todos los casos de enfermedad mental de por vida comienza a la edad de 14 años.
- Tres cuartos de todos los casos de enfermedad mental de por vida comienza a la edad de 24 años.

¿Cómo sé si necesito ayuda?

- Estos comportamientos están provocándole «disfunción o malestar de importancia clínica»
 - Se tornan obstáculos en su vida y desempeño.
 - Casa
 - Escuela y/o trabajo
 - El mundo
 - Relaciones con familiares y amigos

Conseguir ayuda



¡Recuerda!

- El primer paso consiste en pedir ayuda.
- Conocer tus propias preferencias y metas también es importante.
 - No todo proveedor de atención médica es el «adecuado» para ti.
- Los tratamientos para las enfermedades mentales varían según el diagnóstico y la persona.
- No existen tratamientos de «talla única».
- A diferencia de la diabetes o el cáncer, no existe una prueba médica que pueda diagnosticar una enfermedad mental con precisión.

Conseguir ayuda - ¿Dónde?

- En el trabajo - Programa de Asistencia a los Empleados
- En la escuela - Centro de Consejería de la escuela preparatoria («college») o de la universidad
- Hospitales locales o centros médicos que ofrezcan servicios psiquiátricos
- Práctica privadas en la comunidad
- Community Mental Health Centers (Centros de salud mental de la comunidad)

(Pregunta a tu médico de cabecera, amigos, parientes, clero, compañía de seguro, grupos de defensoría, etc. para conseguir referencias.)

Conseguir ayuda - ¿Quién?

- Médicos con especialidad en psiquiatría infantil y adolescente, o psiquiatría general (MD o DO)
- Psicólogos (MS, PhD, PsyD, EdD)
- Enfermeros psiquiatras APRN
- Trabajadores sociales con licenciatura o masterado LCSW
- Consejero Clínico Profesional con Licencia LCPC

Nota: Un psicoterapeuta o terapeuta podría no tener licencia.

Pregunte acerca de su capacitación, experiencia y licencia profesional

Conseguir ayuda - ¿Qué?

SERVICIOS

- Terapia individual
- Terapia de grupo
- Terapia familiar
- Medicamentos

NIVEL DE ATENCIÓN

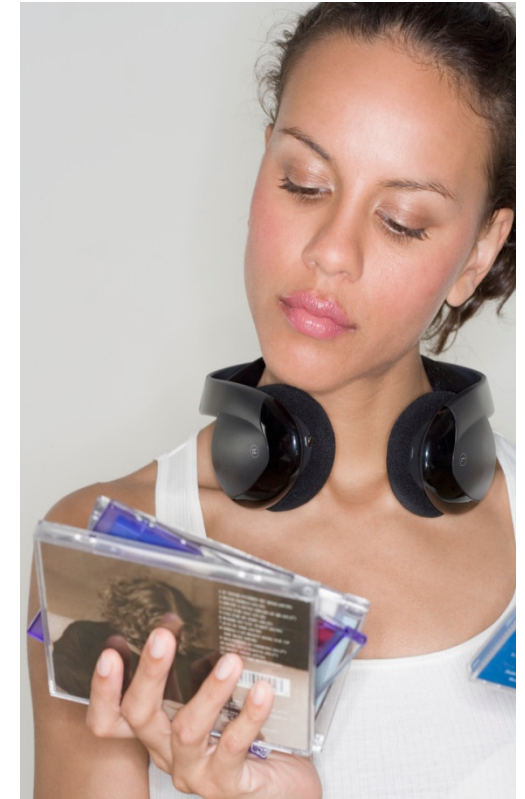
- Paciente externo o ambulatorio
- Programas ambulatorios intensivos (2 a 4 horas al día)
- Programas de hospitalización parcial (jornada completa)
- Atención para paciente hospitalizado

Padre/madre de familia

- Mantenga las líneas de comunicación abiertas
- Converse sobre temas relacionados con la salud mental
- Conozca las señales y síntomas de los trastornos emocionales
- Conozca las señales y los síntomas del suicidio
- Anime a su hijo/a a buscar ayuda (sepa adónde sugerir que vaya)

Adolescentes - jóvenes adultos

- Mantén las líneas de comunicación abiertas
- Conoce las señales y síntomas de los trastornos emocionales
- Conoce las señales y los síntomas del suicidio
- Busca tratamiento y ayuda a un amigo/a
- Aprende estrategias para el manejo del estrés



Líneas de comunicación



- Contactos planificados
- Contactos regulares



Recursos útiles

- National Alliance on Mental Illness (Alianza Nacional por la Salud Mental) www.nami.org
- Academia Estadounidense de Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia
- American Psychiatric Association (Asociación Estadounidense de Psiquiatría) www.psychiatry.org
- Healthy Minds (Mentes Saludables) www.healthyminds.org
- Buscador de recursos <http://findtreatment.samhsa.gov/>
- Buscador de terapeutas: psychologytoday.com