

Cómo identificar y asistir a personas en riesgo Cómo evitar la hospitalización psiquiátrica involuntaria

Esta guía puede ser útil para que el personal de respaldo ayude a la persona a completar la herramienta de autoevaluación y factores de riesgo personales. Asimismo, esta herramienta permitirá al personal de respaldo y a la persona identificar factores de riesgo, recursos y servicios comunitarios, y actividades para reducir el estrés. Una vez identificados los factores de riesgo de hospitalización y los recursos comunitarios, el personal de respaldo puede ayudar a la persona a desarrollar un plan a fin de disminuir los riesgos y de mejorar los recursos comunitarios.

Cómo ayudar a la persona a disminuir el riesgo de hospitalización psiquiátrica involuntaria

- Identifique la(s) enfermedad(es) mental(es) de la persona.
- Identifique y debata con la persona las conductas o los síntomas relacionados con su enfermedad.
- Identifique y debata los disparadores que provocan que la persona se estrese o se sienta angustiada.
 - ¿Existen actividades alternativas?
 - ¿Existen distintas maneras de realizar estas actividades?
- Piensen qué actividades podría realizar para disminuir o evitar situaciones estresantes. Cuento con varias opciones de actividades para cada tipo de factor estresante.
- Identifique organizaciones en la comunidad que ofrezcan actividades o grupos de respaldo (es decir, servicios de salud mental locales o grupos de autoayuda). Ayude a la persona a inscribirse en estas actividades.
- Identifique servicios que la persona desea o necesita, pero a los cuales no ha podido acceder.
- Programe una reunión con la persona y el coordinador de servicios del centro regional para debatir sobre servicios adicionales disponibles.
- Ofrezca asesoramiento y asistencia para acompañar a la persona al recibir ayuda adicional.
- Utilice la herramienta de autoevaluación y factores de riesgo personales para ayudar a la persona a elaborar un plan para implementar cuando se sienta abrumada, angustiada o estresada.
- Ayude a la persona a completar la herramienta "Mi lista de llamados". Para descargar esta herramienta, haga clic en <http://ddssafety.net/node/607>.
- Ayude a la persona cuando desee realizar una llamada a uno de los contactos de su círculo de respaldo.
- Ayude a la persona a participar en actividades saludables y a pensar positivamente sobre ella misma.

- Dialogue con la persona regularmente.
 - Pregúntele cómo se siente.
 - Pregúntele si necesita servicios adicionales o si desea realizar nuevas actividades.