

TALLER

Crisis psicológica y enfermedad discapacitante

En diferentes circunstancias de la vida, a casi todos los seres humanos se les presentan una serie de sucesos que llevan a enfrentar un estado de crisis emotiva, la cual, si no es resuelta adecuadamente, conlleva el riesgo de padecer graves problemas psicológicos.

Una crisis es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado básicamente por una incapacidad del sujeto para manejar (emocional y conceptualmente) situaciones particulares, utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas que le llevaban a lograr resultados importantes..

Una persona que atraviesa por un estado de crisis se encuentra en una etapa vitalmente clave, ante un evento emocionalmente significativo e implica un cambio radical en su existencia. El individuo enfrenta un problema ante el cual sus recursos de adaptación, así como sus mecanismos de defensa usuales no funcionan. El problema rebasa sus capacidades de resolución y por lo mismo se encuentra en franco desequilibrio. Como resultado de todo esto la persona experimenta una mayor tensión y ansiedad, lo cual la inhabilita aún más para encontrar una solución.

La intervención llevada a cabo por profesionales de la Salud Mental, así como otros agentes sociales o profesionales, puede ofrecer una ayuda inmediata para aquellas personas que atraviesan por una crisis y necesitan restablecer su equilibrio emocional.

PRINCIPALES ENFERMEDADES CRÓNICAS QUE AFECTAN A LOS ANCIANOS EN TODO EL MUNDO

Enfermedades cardiovasculares

Hipertensión

Accidente cerebrovascular

Diabetes y obesidad

Cáncer

Enfermedad pulmonar obstructiva crónica

Enfermedades músculo esqueléticas

Enfermedades mentales (demencia y depresión)

Ceguera y alteraciones visuales

A pesar de que éstas son las enfermedades que más frecuentemente provocan incapacidad, al menos en Occidente, EL DIAGNOSTICO ES UN POBRE PREDICTOR de crisis psicológica, ya que ésta depende de una serie de predictores de la declinación funcional. Los que se han identificado como tales en ancianos son:

Edad

Género

Vivir solo

Institucionalización

Diagnósticos neurológicos o mentales

Comorbilidad

ABCf, ABCi

Delirium

Estado cognoscitivo

Estado marital

Raza

Índices compuestos

Los individuos expuestos a una crisis por una enfermedad discapacitante experimentan un “duelo” de la función o funciones perdidas, que clásicamente en psiquiatría se ha venido describiendo en cinco fases a lo largo del tiempo:

1. Desconcierto e incredulidad. Es la primera reacción ante la noticia: “Esto no me está pasando a mí”. Es la negación de la realidad, un alejamiento del hecho para intentar paliar los efectos del acontecimiento.
2. Tristeza profunda y agresividad. Se producen reacciones de ira y descontento, incluso ante quienes les rodean, angustiados por ser el protagonista de una desgracia.
3. Negociación. El sujeto, ya resignado a su discapacidad, intenta negociar con el medio que le rodea.
4. Desesperación y depresión. Con apatía, tristeza y fragilidad, nos vamos haciendo a la idea de una pérdida o trastorno irreversible. Es la silenciosa resignación.
5. Aceptación y paz. Va reapareciendo la necesidad de centrarse en las actividades cotidianas, de abrirse a las relaciones sociales, de adaptarse a la nueva situación.

A continuación se exponen dos casos clínicos reales de profunda crisis, uno de los cuales se resuelve y el otro está en una fase de negociación en la actualidad.

PASO 2: Enfermedad clínica

PASO 3: Limitación funcional

PASO 4: Discapacidad (Pérdida de Roles)

La Enfermedad discapacitante corresponde a aquella que genera una reducción parcial o total de la capacidad de desarrollar una actividad o función dentro de los límites que se consideran normales.

JOSÉ SEGADOR PARRA. Médico de familia.