

Ayuda para los Padres para que aprendan sobre las Autolesiones de los Adolescentes



**Universidad de Loma Linda
Centro de Medicina del Comportamiento
Programa Intensivo de Pacientes
Ambulatorios de Shield**

Sus Pesamientos Sobre la Auto-lesion

- El comportamiento de auto lastimarse?
- Los niños que se autolesionan?
- Esta dispuesto a examinar sus propias creencias?



Autolesion no Suicida

- Nos referimos a el como “NSSI” o Auto-lesion no suicida.
- Definido como “una lesión deliberada infligida al propio cuerpo que causa daño en los tejidos.”
- Distinción importante.....deliberada, sin intención suicida consciente.

Algunas estadísticas sobre NSSI

- Según un meta-análisis internacional de 52 estudios, realizado en la Universidad de Wisconsin-Eau Claire, el **17 por ciento de los adolescentes** había participado en NSSI al menos una vez.
- Un estudio del 2015 en el Journal of Child and Family Studies encontró que las personas jóvenes que son acosadas o rechazadas por sus compañeros tienen más probabilidades de autolesionarse que otras.

Mas Estadísticas Sobre NSSI

- La investigación también encuentra que NSSI es un fuerte predictor de intentos de suicidio posteriores. En un estudio del 2013 publicado en el Journal of Adolescent Health.
- Reportado a través de una diversidad de culturas.
- Típicamente comienza en la adolescencia temprana

Tipos de Comportamiento Auto-lesivo

- Corte
- Rascarse
- Tallarse
- Quitarse las costras de heridas previas
- Quemarse
- Jalarse el Pelo
- Remover la Piel
- Golpearse a si Mismo
- Golpearse la Cabeza
- Huesos Rotos

Razones para la Auto-lesión

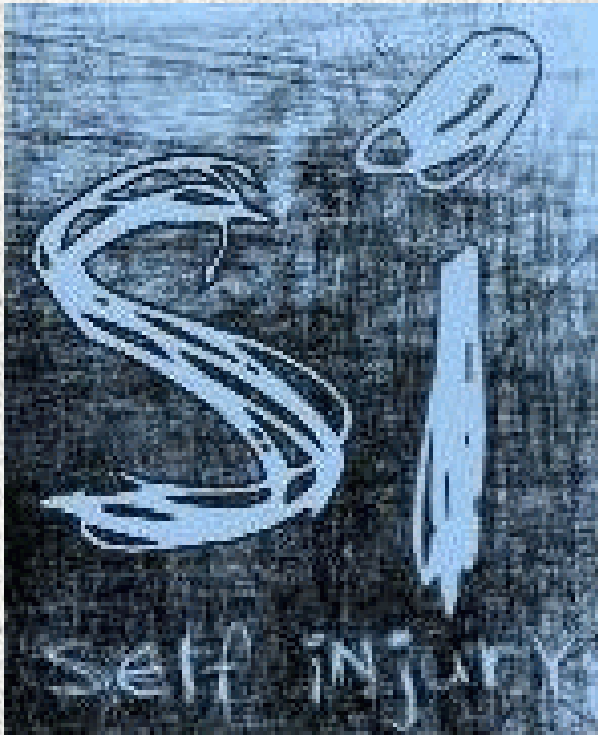
- Para calmar o calmarse a uno mismo
- Para liberar la tensión
- Para comunicar angustia/grito de auxilio.
- Transferir el dolor emocional al dolor físico.
- Para escapar de sentirse “adormecido” y vacío.
- Una forma poco saludable de hacer frente a emociones intensas.



Mitos Sobre la Auto-lesión

- La autolesión es un intento fallido de suicidio
- Se hace por atención o para manipular a los demás.
- No es un problema grave si las heridas “no son tan malas.”
- Las personas que se autolesionan son “locas”.
- La autolesión no puede ser tratada.

Antes de Continuar . . .



- Vamos a hablar de las diferencias entre:
- Comportamiento Suicida
y
- Auto-lesión no suicida

Comportamiento Suicida

- Visto como una “estrategia de salida”
- La mayoría de las veces se hace con planificación pre-meditada.
- Suele implicar un medio de alta letalidad
- Incluye un estado de extrema impotencia y desesperanza (rendirse)
- Hecho para “terminar” el sentimiento intolerable e inexpressable
- Es una solución final para “acabar con el dolor”

Auto-lesión no suicida

- Considerado como una “estrategia de afrontamiento”
- Generalmente se hace de manera muy impulsiva (pensado durante menos de una hora)
- Suele implicar un medio de baja letalidad.
- Alivia e interrumpe sentimientos intolerables e inexpresables.
- Es una solución temporal para “modificar el dolor”
- La persona puede enojarse si se la ve como “suicida”

Que puede hacer para ayudar?


- No Pánico - - mantenga la calma
- No sea negativo ni los acuse de “solo querer atención”.
- ESCUCHAR pacientemente. . .no los empuje a hablar
- No se lo diga a otros miembros de la familia a menos que su adolescente se lo pida
- Céntrese en lo que les molesta, no en sus cortadas



Mas que puede hacer. . .

- No le diga que para de autolesionarse
- No se enoje ni le grite por ello
- No lo castigue por autolesionarse.
- No pregunte continuamente para ver sus heridas o cicatrices.
- Trate a su adolescente como de costumbre...sigue siendo la misma persona.
- Busque tratamiento con un terapeuta o con nuestro programa Shield para adolescentes que se autolesionan.
- Recuerda a toda la familia que necesitara apoyo.

Cuando buscar ayuda inmediata

- **Estrés emocional**  **pensamientos de suicidio.**
- **Siempre tome en serio cualquier amenaza de suicidio.**
- **Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias mas cercana.**



We are here to help!

- Remember---if your teen had a serious medical problem such as cancer or diabetes--- ***YOU WOULD SEEK HELP***
- You cannot handle this without help either
- Remember . . . “There is no shame in getting help The shame is in not getting help if your child needs it.”

Shield Program for Adolescent Self-Injury

- **LLU Behavioral Medicine Center in Redlands**
- **The program includes group therapy, individual therapy, parent education classes, multi-family therapy & medication management**
- **Monday, Wednesday and Thursday evenings from 4 – 7 PM**
- **Parents are required to attend each evening with their adolescent**

There is HOPE!!

***For information or
a free assessment,
please call:***

909-558-9113

