

INNOVACIÓN Y MEJORA EN LA CALIDAD DE LOS CUIDADOS INTEGRALES EN EL ÁREA SALUD MENTAL

COMO MEJORA LA UTILIZACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN FAVORECER LA ESTABILIDAD MENTAL Y EVITAR SITUACIONES LÍMITE

Autor:

José Antonio Fernández Perea

• DEFINICIÓN:

«La habilidad para interactuar con otros en un contexto dado de un modo específico, socialmente aceptable y valorado y que sea mutuamente beneficioso para los otros»

• METODOLOGÍA:

Mejorar el autoaprendizaje es esencial para las habilidades sociales. Una persona puede fortalecer y ampliar su bienestar general mediante el aprendizaje. El logro de este bienestar general o de un sentimiento de satisfacción se encuentra asociado a lo que la persona ha sabido aprender y ha aprendido a hacer:

- ✓ Repasar los protocolos de la unidad, y adaptarlos a los profesionales que vayan a estar en contacto con los pacientes.
- ✓ Repasar las guías de prácticas clínicas según la patología que tengan los pacientes que tengamos asignados.

• NO OLVIDAR:

1. Escuchar.
2. Iniciar y mantener la conversación.
3. Formular una pregunta.
4. Dar las gracias.
5. Pedir ayuda.
6. Pedir disculpas.
7. Participar en actividades.
8. Seguir los protocolos.

• OBJETIVOS:

- Mejorar el estado de salud mental.
- Facilitar la adherencia al tratamiento médico.
- Disminuir la medicación de rescate por ansiedad, nerviosismo u otras patologías.
- Disminuir el número de sujeciones mecánicas en cuartos de aislamiento.
- Reducir la estancia en hospitales psiquiátricos.
- Menor número de ingresos en agudos.
- Que estén más aceptados los enfermos por la sociedad.
- Disminuir el número de agresiones físicas y verbales.
- Reducir el número de bajas laborales.
- Reducir el gasto económico.

• DEFINICIÓN DE BARRERAS POTENCIALES PARA LA IMPLEMENTACIÓN:

- ✓ Profesionales cualificados.
- ✓ Bajar eventualidad.
- ✓ Adecuada actualización de los protocolos de la unidad.
- ✓ La relación de número paciente-enfermero disminuya.

• CONCLUSIONES:

Feldman afirma, y concuerdo completamente con él, que las personas pueden cambiar de vida aprendiendo.

Mejorar tus habilidades sociales te va a producir importantes beneficios personales. Vas a conseguir aumentar tu competencia personal, por ejemplo, iniciando o manteniendo conversaciones, dando las gracias, y pidiendo disculpas, mostrando opiniones diferentes, etc. Además, si alguna vez surge un conflicto, podrás resolverlo haciendo valer tus derechos, pero sin llegar a comportamientos violentos.