



¿Qué podría necesitar saber sobre el manejo de una situación de crisis?

En general, cuando un niño está involucrado en la etapa activa y disruptiva de un comportamiento, como una rabieta o agresión, el enfoque esencial debe estar en la seguridad del individuo, los que lo rodean y la protección de la propiedad. Es importante tener en cuenta que cuando está en modo de colapso total, no es capaz de razonar, ser redirigido o aprender habilidades de reemplazo. Sin embargo, este nivel de agitación no suele salir de la nada. Puede aprender habilidades para ayudar a anticipar y revertir una situación **creciente** que parece dirigirse en esta dirección.

En caso de emergencia, llame al 9-1-1. ¡Siempre tome en serio las amenazas de suicidio!

"Tanto mi esposo como yo hemos pensado en llamar al 911 antes, pero teníamos demasiado miedo de lo desconocido. Finalmente, una tarde estábamos en una situación difícil con nuestro hijo y sabíamos que era hora de hacer la llamada. Fue una de las decisiones más difíciles que hemos tenido que tomar, pero fue la correcta, por la seguridad de nuestro hijo y también por la nuestra".

—CH, Madre

Tenga un plan

La preparación y las estrategias para sobrellevar y mantenerse seguro en estas situaciones es esencial y es importante que el equipo, incluida la familia, desarrolle juntos un **plan de crisis**. Un plan bien diseñado incluirá:

- Eventos de configuración definidos, desencadenantes o signos de que podría desarrollarse una situación de crisis

- Herramientas y estrategias para mantener al individuo y a quienes lo rodean seguros en cualquier entorno (escuela, hogar, comunidad)

- Pasos y procedimientos de intervención que promueven la desescalada que se combinan en cada nivel con niveles crecientes de agitación

- Listas de cosas que hacer y NO hacer específicas para la historia, los miedos y las necesidades del individuo

- Capacitación práctica y práctica para cuidadores y personal

- Recopilación de datos y seguimiento para la reevaluación continua de la eficacia del plan

- Conocimiento de la instalación mejor preparada si la hospitalización o una visita a la sala de emergencias podrían ser necesarias

- Tutela asegurada si su hijo tiene más de 18 años y necesita continuar tomando decisiones por él (consulte el **kit de herramientas de transición de Autism Speaks** omás información)



Los proveedores y las familias que han experimentado crisis resaltan la necesidad de mantener la seguridad ante todo. Este no es el momento de enseñar, hacer demandas o moldear el comportamiento.

Conozca maneras de calmar una situación creciente

Esté alerta a los desencadenantes y señales de advertencia.

Trate de reducir los factores estresantes eliminando los elementos que distraen, yendo a un lugar menos estresante o proporcionando una actividad u objeto calmante.

Mantén la calma, ya que es probable que su comportamiento desencadene emociones en ti.

PÁGINA 54

Sea gentil y paciente.

Dale espacio.

Proporcione instrucciones claras y use un lenguaje sencillo.

Concéntrese en volver a un estado tranquilo y listo al permitir tiempo en una actividad tranquila que promueva la relajación.

Elogiar los intentos de autorregularse y el uso de estrategias como la respiración profunda.

Discuta la situación o enseñe respuestas alternativas y más apropiadas una vez que se haya logrado la calma.

Informar con el individuo, así como con el equipo, para prepararse para una mayor conciencia de los desencadenantes y las estrategias para la autorregulación en experiencias futuras. **En medio de una situación de crisis**

Manténgase lo más calmado posible

Evaluar la gravedad de la situación Siga el Plan de Crisis y concéntrese en la seguridad

Determine a quién contactar:

Marque 211 para obtener asesoramiento de crisis gratuito y confidencial

Marque el 911 para una emergencia: incendio, situación potencialmente mortal, crimen en proceso, problema médico grave que requiere servicios de ambulancia de salud mental y soporte vital básico

Llame a la policía local para casos que no sean

emergencias *Divulgación a un oficial de policía:*

"La decisión de revelar su diagnóstico (o el de su hijo) a un oficial de policía siempre será suya. Si ha aprendido a través de la experiencia que la divulgación sería útil en la situación particular, puede decidir divulgarla a un oficial de policía. Los agentes de la ley informan que toman sus mejores decisiones cuando tienen su mejor información. Se debe considerar una buena y fuerte divulgación de diagnóstico de autismo o síndrome de Asperger que incluya el uso de una tarjeta de información, información de contacto para un profesional objetivo y prueba de diagnóstico".

PÁGINA 55





– Dennis Debbaudt, un padre y voz líder en el entrenamiento de autismo para la policía y los servicios de emergencia

Cuando los comportamientos graves y peligrosos representan un riesgo de daño físico para el individuo o para otras personas en las cercanías, a veces son necesarias restricciones físicas o reclusión como una breve intervención para mantener la seguridad.

Las restricciones físicas son restricciones físicas que inmovilizan o reducen la capacidad de un individuo para mover sus brazos, piernas, cuerpo o cabeza libremente.

La reclusión (poner al individuo brevemente en una habitación solo para "calmarse") a menudo se emplea en escuelas y otros entornos grupales. La reclusión puede proporcionar un alto rápido a una amenaza inmediata, pero a largo plazo, la reclusión no es una solución para el comportamiento en sí, especialmente si la función del comportamiento es escapar o evitar algo. Los programas escolares deben enfocarse en desarrollar planes de intervención de comportamiento positivo basados en la funcionalidad para eliminar la necesidad de prácticas de reclusión por completo.

Es importante tener en cuenta que, si bien las restricciones y el aislamiento pueden servir para mantener la seguridad, es una intervención de último recurso y solo debe usarse cuando las intervenciones menos restrictivas y alternativas no son efectivas y factibles.

o seguro. El uso inadecuado de estas técnicas puede tener graves consecuencias físicas y emocionales. Los padres y cuidadores deben buscar y recibir orientación profesional y capacitación sobre intervenciones y apoyos de comportamiento positivo, prevención de crisis y la implementación segura de restricciones y técnicas de reclusión cuando sea necesario.

Manejo de una crisis en casa

Tener un plan de crisis es un paso importante, y podría ser útil crearlo con su equipo o proveedor de comportamiento. Algunas familias tienen tarjetas de información de emergencia con información vital y letreros publicados para alertar a los socorristas. Las estrategias para mantener al individuo con autismo y otros miembros de la familia seguros durante los episodios de agresión o autolesión son las más importantes. Estar preparado para una persona que está inclinada a arrebatos y tiempos de recuperación o daños a la propiedad puede ayudar a todos a sentirse más seguros. Las estrategias describen que **hacer que los hogares que funcionen** sean útiles.

Manejo de una crisis en la escuela

Para los niños en edad escolar, existen protecciones bajo la Ley de Mejora de la **Educación para Individuos con Discapacidades (IDEIA)** que se refieren a consideraciones de comportamiento, evaluaciones de comportamiento funcional y apoyos positivos. La escuela necesitará tener un plan de intervención conductual (BIP, por sus siglas en inglés), y el equipo educativo de su hijo debe proporcionarle materiales para explicar sus derechos y los derechos de su hijo bajo la ley educativa. Debe aprobar el plan, y los objetivos de



comportamiento, las expectativas y las intervenciones definidas deben ser claros para usted, su ser querido y todo su equipo. Si necesita información o capacitación, ¡pregunte! Sea persistente.

En el caso de un comportamiento agresivo significativo u otro comportamiento preocupante en el colegio, el personal o la familia pueden convocar una reunión de emergencia del IEP para discutir la colocación, el BIP y otras consideraciones. **Necesidades especiales, regalos especiales** ofrece algunas ideas sobre comportamientos desafiantes en el entorno escolar y las responsabilidades y señales de advertencia.

El equipo de su escuela puede sugerir el uso de aislamiento y / o restricciones, pero estas intervenciones controvertidas no deben tomarse a la ligera. También puede ser útil conocer las regulaciones en lo que respecta a los comportamientos desafiantes y el uso de suspensiones y expulsiones. Hay ciertas protecciones otorgadas a los estudiantes con necesidades específicas bajo una disposición de IDEA. La página de Wrightslaw Problemas **de comportamiento y disciplina: lo que los padres y maestros necesitan saber** contiene gran información sobre este tema.

Gestión de una crisis en la comunidad

"Mi hija ha tenido bastantes berrinches en nuestra comunidad que se han intensificado. Esto alentó a mi familia y a mí a tomar medidas para que mi vecindario local supiera sobre el comportamiento de mi hija, colocando tarjetas de autismo, en la ventana de mi automóvil, en la puerta de nuestra casa, etc.

La otra cosa que realmente ayuda a mi familia es que viajamos en parejas. Esto significa que siempre hay alguien cerca para ayudar a quien sea que esté mi hija. Como padre, siempre me preocupo por la seguridad de mi hijo, así que trato de encontrar un "lugar seguro" mientras salgo a llevarlo cuando hay un problema, lugares como baños familiares o incluso vestidores en tiendas de ropa funcionan cuando necesita calmarse o volver a concentrarse. También hablé con el DMV de nuestro estado sobre cómo obtener un cartel de discapacidad para mi automóvil que solo uso cuando mi hija está con nosotros, ¡para que pueda hacer que esa línea de abejas hacia el automóvil sea aún más rápida!

La otra cosa que ayuda mucho es colocar un Kit de Emergencia Familiar en el maletero de cada coche en el que viajamos. Al igual que los que se usan durante el embarazo y en los kits de preparación para emergencias ante desastres, agrego un cambio cómodo de zapatos / ropa, artículos personales, una tarjeta de seguro adicional, su información de collar de alerta médica, incluso mi tarjeta de CPI, para mostrar que estoy capacitada. Completo cada kit con algunos artículos sensoriales adicionales que le puedan gustar y agua y bocadillos adicionales, en caso de que esté de mal humor porque tiene hambre y no puede decirlo. Además, en cada kit, comencé a empacar algunos artículos de cuidado para mí, en caso de que tuviéramos que ir al hospital para estar más a gusto, durante nuestra espera. Lo último que hago con mucha frecuencia es asegurarme de llevar algún medicamento para mi hijo y para mí para que ninguno de nosotros deje de tomar nuestros medicamentos. Una vez, los medicamentos de mi hija habían cambiado recientemente, y mi hija tuvo que ir a la sala de emergencias. Al final resultó que, yo era la única con los medicamentos que necesitaba, ¡allí mismo en mi kit!"

– KV, un padre

Respuesta del personal de emergencia e interacción con la policía



La capacitación en conciencia sobre el autismo está aumentando, pero ciertamente no ha sido universal en los Estados Unidos. Es importante que entienda que el personal de EMS podría no saber que "él tiene autismo" significa que podría tener dificultades para entender las instrucciones o responder mal a las luces intermitentes, un manguito de presión arterial u otras acciones. Puede ser útil tener información (en una tarjeta) lista para pasar o encontrar formas para que sus respondedores locales conozcan a su hijo. Puede abogar por la capacitación en los departamentos de emergencia locales. Visite el [Proyecto de Seguridad del Autismo](#) para obtener herramientas y más información para el personal de emergencia.

Respuesta policial y policial, sistema judicial

Es importante recordar que la policía y los agentes del orden público, como los guardias de seguridad y los agentes de la TSA, a menudo tienen poca capacitación en la conciencia y respuesta al autismo. A veces, una persona con autismo parecerá ser peligrosa o estar drogada para un oficial de la ley. Se sabe que los comportamientos impredecibles y los desafíos de comunicación del autismo, junto con la comprensión social variable de la autoridad, tienen consecuencias nefastas. Es importante tener en cuenta estos factores al [interactuar con la policía](#).

Puede encontrarse con la policía cuando está en la comunidad. Si su ser querido tiene comportamientos especialmente preocupantes, es posible que tenga la oportunidad de llamarlo a su propia casa. Es importante conocer a su departamento de policía local y hacer que conozcan a su hijo. Abogar por la capacitación y las preocupaciones de sensibilidad. Encuentre recursos e información de capacitación para transmitir a los agentes del orden público y otros profesionales sobre el [Proyecto de Seguridad del Autismo](#).

Si la policía está involucrada y su ser querido está acusado de un crime, hay consideraciones especiales dentro del [sistema legal](#). [La información para defensores, abogados y jueces](#) proporciona información adicional sobre antecedentes y estadísticas sobre el autismo para los representantes legales.

"Las personas con autismo que pueden navegar por la comunidad sin ayuda deben considerar seriamente el desarrollo de folletos personales, junto con las habilidades y la resistencia al riesgo necesarias para revelar adecuadamente su necesidad de adaptaciones. Recuerde que el contacto inicial desinformado con la policía presenta el mayor potencial de un resultado negativo. ¿Cuál es la mejor herramienta para usar cuando decides revelar tu autismo o síndrome de Asperger a un oficial de policía? Una tarjeta de folleto:

Desarrolle una tarjeta de folleto que se pueda copiar y laminar fácilmente.

Recuerde que la tarjeta de entrega es reemplazable. Puede regalárselo al oficial en la escena.

Lleve varios en todo momento.

La tarjeta de entrega puede ser genérica o específica para usted.

Trabaje con una organización de apoyo para el autismo para desarrollar un folleto genérico.

Trabaje con personas en cuyas opiniones confíe y valore para desarrollar un folleto específico para cada persona".

– Dennis Debbaudt, un padre y voz líder en el entrenamiento de autismo para la policía y los servicios de emergencia



¿Cómo sé que es hora de obtener más ayuda?

Muchas familias trabajan diligentemente en casa para ayudar a sus hijos con autismo a negociar los muchos desafíos que el mundo les presenta. Sin embargo, es importante y necesario buscar ayuda profesional cuando:

La agresión o la autolesión se convierten en riesgos recurrentes para el individuo, la familia o el personal.

Los comportamientos inseguros, como fugarse y deambular, no se pueden contener. Se hace una amenaza de suicidio.

Un individuo presenta un cambio persistente en el estado de ánimo o el comportamiento, como irritabilidad o ansiedad frecuentes. Un niño muestra regresión en las habilidades.

La familia ya no puede cuidar al individuo en casa.

A veces, este viaje comienza con un viaje a la sala de emergencias, cuando una persona está en crisis y el cuidador o la familia necesitan ayuda inmediata. A veces ocurre de una manera más planificada, por consejo o urgencia de un médico, proveedor de salud mental u otro miembro de un equipo.

¿Qué puedo esperar en la sala de emergencias?

Ya sea por preocupaciones orales de comportamiento o simplemente por la atención médica necesaria, la emergencia puede ser un lugar difícil para las personas con autismo. [El tratamiento de pacientes con autismo en emergencias presenta](#) desafíos y describe algunos de los desafíos y hace sugerencias para el personal médico con respecto a cómo podrían ser más complacientes. Puede ser útil empacar esto en su kit de preparación de emergencia y pasarlo al personal de emergencias a su llegada. Esté preparado para abogar por sí mismo.

Si está solicitando una evaluación psiquiátrica, es importante traer documentación de los comportamientos que están causando preocupación, información sobre el historial psiquiátrico, cualquier evaluación psiquiátrica previa, FBA y / o BIP reciente, una lista de medicamentos actuales y pasados y otra información relevante. Los nombres y la información de contacto de los médicos, su proveedor de comportamiento u otros miembros importantes del equipo serán útiles. Tener toda esta información por escrito, en un solo lugar, le ayudará a estar preparado en caso de una crisis.

Alternativamente, una llamada a la policía podría desencadenar su preocupación por la persona o los que lo rodean, y el oficial podría emitir órdenes para que el individuo sea transferido a la sala de emergencias, incluso si ese no es su deseo. En cualquier caso, el oficial de policía o el personal del hospital pueden colocar a la persona en una **retención de salud mental**. Cuando una persona es puesta en espera de salud mental, generalmente puede ser retenida por hasta 72 horas para una evaluación psiquiátrica. Esto no significa necesariamente que la persona será retenida durante las 72 horas completas. La evaluación a menudo se lleva a cabo dentro de las 24 horas.

Antes de que pueda ocurrir una evaluación psiquiátrica, el personal de emergencias debe evaluar y autorizar médicamente al individuo. En muchos casos, es probable que hagan una prueba de detección de drogas y un informe toxicológico. El proceso para obtener la autorización médica puede tomar varias horas, y



tal vez más según el personal y el volumen en la sala de emergencias y la complejidad de la situación médica. Luego se realizará una evaluación psiquiátrica que incluirá entrevistas, una revisión de la médula y un examen. Para obtener más información, consulte [Evaluaciones psiquiátricas en la sala de emergencias](#).

Muchos viajes a la sala de emergencias implicarán calmar al individuo, a menudo con medicamentos, y luego liberarlo y enviarlo a casa. Llegar a una sala de emergencias no se traduce necesariamente en una admisión al hospital. A veces, la visita a la sala de emergencias se convertirá en una estadía más larga de 1-2 semanas, y la duración de la estadía a veces es un reflejo de problemas de seguro.

Si el personal del hospital decide que el individuo corre un riesgo particular de sufrir daños a sí mismo o a otros, puede recomendar el internamiento en un hospital psiquiátrico o sala psiquiátrica. Es importante saber que si usted o el paciente adulto no lo aprueban, la ley prevé un proceso conocido como **Compromiso Involuntario** o **Compromiso Civil**.

Esto permite el internamiento ordenado por la corte de una persona en un hospital o programa ambulatorio contra su voluntad o protestas.

Hospitalización psiquiátrica: ¿Cómo se elige un centro?

A menudo, las personas son llevadas al hospital más cercano o al más cercano que tiene una cama abierta. Si bien esta puede ser la respuesta más rápida en una crisis, es mejor estar en un centro que pueda responder mejor a las necesidades de su hijo. Si es posible, hable con sus proveedores con anticipación si existe un entorno de tratamiento preferido para las personas con autismo en caso de crisis. Algunos hospitales tienen una sala de emergencias psiquiátricas.

En algunos estados, hay programas hospitalarios especializados diseñados específicamente para personas con autismo y otros trastornos del desarrollo. Estos Centros de **Intervención en Crisis** a menudo ofrecen opciones de tratamiento más específicas y experiencia en evaluación. Las estadías planificadas previamente en **unidades bioconductuales** pueden ser difíciles de organizar ya que existen muy pocas de estas instalaciones, pero la duración de la estadía es generalmente de 3 a 6 meses.

¿Qué sucede cuando ingresa a un hospital?

Al igual que podría hacerlo al planificar un viaje, es importante recordar llevar los apoyos necesarios de su ser querido, incluidos dispositivos de comunicación, soportes visuales, juguetes preferidos y artículos sensoriales, así como una manta o almohada familiar. Ingresar a un hospital puede ser bastante estresante, por lo que se debe considerar cualquier cosa que pueda hacer para reducir la ansiedad y aumentar la previsibilidad.

Si su hijo o ser querido es colocado en un centro psiquiátrico o sala, será importante que usted ayude al personal a comprender sus habilidades y desafíos particulares. Debe estar preparado para el hecho de que, a diferencia de muchas situaciones médicas que puede haber experimentado, es probable que una sala psiquiátrica tenga puertas cerradas y puede tener límites más estrictos en las visitas. Es posible que no pueda estar presente durante toda la estadía de su hijo o que no pueda ser su "intérprete" de comportamientos, aversiones a los alimentos, miedos y ansiedades como podría hacerlo de otra manera.



Estas instalaciones no están obligadas a proporcionar tratamientos e intervenciones basadas en el comportamiento, aunque algunas lo hacen.

Es posible que deba abogar por un papel para ayudar al hospital a comprender a su hijo. En particular, podría ser importante abogar contra el uso de restricciones para su ser querido, ya que esto puede aumentar la ansiedad y la intensidad de los comportamientos negativos. Existen políticas establecidas sobre el uso de restricciones y reclusión en la atención médica que puede consultar [aquí](#). También puede solicitar que un proveedor médico que conozca a su hijo se involucre con el personal del hospital.

"Cuando Kevin terminó en la unidad de psiquiatría de nuestro hospital estatal, fue increíblemente valioso tener a un médico especialista en autismo involucrado en su cuidado. El personal del hospital no lo entendió cuando se trataba de autismo y Kevin, y nuestro médico fue muy útil para ejecutar interferencias".

– SB, padre

La mayoría de los hospitales son aptos para familias y tienen horarios de visita extendidos para los niños. Separarse de su hijo puede ser difícil y dejarlo con sentimientos de culpa, pero es esencial recordar que esto es lo mejor para el niño. Él necesita ayuda específica, y usted necesita una oportunidad para recuperarse de una situación difícil.

Derechos del paciente

Los pacientes que reciben servicios en un hospital tienen los mismos derechos humanos, civiles y legales que se otorgan a todos los ciudadanos menores (menores de 18 años) o adultos. Los pacientes tienen derecho a un entorno psicológico y físico humano. Tienen derecho al respeto de su individualidad y al reconocimiento de que sus personalidades, habilidades, necesidades y aspiraciones no se determinan sobre la base de una etiqueta psiquiátrica. Los pacientes tienen derecho a recibir tratamiento individualizado y a tener acceso a las actividades necesarias para lograr sus objetivos de tratamiento individualizado.

Compromiso: Involuntario vs. Voluntario: Como se mencionó anteriormente, se realizará una evaluación psiquiátrica para determinar si el individuo es un peligro para sí mismo o para otros. Si se le considera un peligro, puede ser cometido contra su voluntad (o la suya) con una orden judicial.

Derechos de los padres

Los padres (o tutores) conservan sus derechos legales para la toma de decisiones con respecto a la salud y el bienestar de sus hijos menores de 18 años. Los padres tienen derecho al consentimiento informado para el tratamiento, incluida la notificación de los posibles riesgos y beneficios de cualquier tratamiento que se proponga. Los padres tienen derecho a participar en el tratamiento que se proporciona a su hijo, que incluye visitar a su hijo durante el curso de su tratamiento, la comunicación continua de los proveedores sobre el progreso del niño y copias de los registros médicos, conductuales y educativos.

Si cree que su hijo estaría mejor atendido en un entorno diferente, debe involucrar al médico tratante y a otros miembros del equipo clínico del hospital en una discusión sobre los riesgos y beneficios de cambiar los programas de tratamiento. Si bien usted conoce mejor a su hijo, es importante evaluar las implicaciones para la seguridad y el tratamiento en cualquier entorno que se esté considerando.



Mayoría de edad y tutela: Durante muchos años, usted ha estado tomando decisiones en nombre de su ser querido con autismo. Pero a la edad de 18 años, la ley dice que puede decidir por sí mismo y puede dar el "**consentimiento informado**" requerido. Puede rechazar el tratamiento o ser declarado no apto para decidir. De cualquier manera, a menos que solicite y se le otorgue la **tutela**, las decisiones ahora están fuera de sus manos. Si cree que su ser querido necesitará su ayuda para tomar decisiones médicas, de seguridad y / o financieras, será importante que conozca y considere las leyes y procedimientos de su estado para obtener el estado de tutela. Esto puede llevar algún tiempo y el proceso implica una serie de procedimientos, por lo que es importante considerar esto antes de su cumpleaños número 18, si es posible. A veces hay subsidios para el estado de tutela temporal mientras los procedimientos de tutela están en proceso. La tutela es diferente de la curatela, lo que permite la responsabilidad financiera de otra persona. Puede obtener más información en la sección Kit de herramientas de transición o en [Asuntos legales a considerar](#).

¿Qué sucede cuando termina la estadía en el hospital? ¿Qué es un Plan de Alta?

Cuando se complete la estadía en el hospital, su hijo o ser querido debe irse con un Plan de alta creado por el hospital, idealmente con el aporte de otros miembros del equipo. No es necesario que usted acepte los términos o componentes del plan, pero el hospital debe asesorarlo a usted, a su ser querido y a otros miembros relevantes del equipo sobre los componentes del plan. También se supone que el hospital debe comenzar la implementación del plan y ayudar en la coordinación y conexión con las organizaciones locales de servicios sociales, haciendo referencias o transferencias y enviando información y registros. No es probable que dicho plan ocurra después de una breve estadía en la sala de emergencias, pero debe desarrollarse para su hijo en el transcurso de una hospitalización prolongada. Un plan de alta debe incluir:

Una declaración de la necesidad de su hijo, si la hay, de:

Supervisión

Medicamentos (qué, cuándo, cuánto)

Servicios y apoyos de atención posterior

Asistencia en la búsqueda de empleo

Recomendación del tipo de residencia en la que va a vivir su hijo y una lista de los servicios disponibles para su hijo en dicha residencia

Listas de las organizaciones, instalaciones e individuos que están disponibles para proporcionar servicios de acuerdo con cada una de las necesidades identificadas de su hijo

Aviso al distrito escolar apropiado, si corresponde, con respecto al alta o liberación propuesta de su hijo

Una evaluación de la necesidad de su hijo y su posible elegibilidad para los beneficios públicos después del alta, incluida la asistencia pública, Medicaid y los planes de evaluación de seguimiento de **Seguridad de Ingreso Suplementario**





Para cualquier persona que haya sido hospitalizada por cualquier motivo, la recuperación es mejor cuando hay una red de apoyo sólida. Esta red puede ser familiares, amigos o miembros del equipo, a menudo trabajando juntos. Involucrar a otros en el proceso de alta ayudará a su ser querido y lo apoyará para seguir adelante. Para obtener más información, vea [Planificación del alta en salud mental](#).

Las contribuciones a esta sección fueron hechas por Matthew Siegel, M.D.