

## RESUMEN GUIA CUIDADOS PSICOLÓGICOS EN EL PACIENTE GRAN QUEMADO

Tras un acontecimiento traumático como una quemadura, las personas suelen experimentar reacciones emocionales muy intensas que pueden interferir en su vida diaria, en su trabajo y en sus relaciones sociales, especialmente cuando las áreas afectadas son estructuras funcionales como las extremidades o estéticas como la cara y cuello.

Algunas de las reacciones son las siguientes:

- Sentimientos y emociones intensos: ansiedad, nervios, irritabilidad, cambios de humor constantes, etc.
- Alteraciones del sueño (dificultad para dormir, pesadillas) y alimentación (exceso o falta de apetito), dificultad de concentración y en la toma de decisiones, etc.
- Sensibilidad frente a factores ambientales: Sirenas, ruidos fuertes, olores u otras sensaciones ambientales pueden actuar como estímulos evocadores de los recuerdos del desastre. Estos factores desencadenantes pueden venir acompañados de síntomas de ansiedad y miedo.
- Problemas en las relaciones interpersonales: conflictos y discusiones más frecuentes con familiares o compañeros de trabajo. La persona puede llegar a aislarse y dejar de participar en actividades sociales.
- Otros síntomas físicos relacionados con el estrés: dolores de cabeza, náuseas, dolor en el pecho, etc.

En esta Guía se mencionan estrategias o métodos que pueden utilizarse para restablecer el bienestar emocional y recuperar el sentido del control vital en el paciente Gran Quemado