

AYUDANDO A PACIENTES/ATLETAS EN Crisis

A veces, los signos de una preocupación psicológica en desarrollo pueden ser difíciles de notar. Para ayudar a los entrenadores de atletismo a determinar cuándo abordar las inquietudes crecientes y tomar medidas, el Comité de Atención de AT de NATA ha desarrollado estas pautas codificadas por colores.

Si una persona es una amenaza para sí misma o para otros, llame al 911 de inmediato.

CONCIENCIA CREADA

- Mostrar una disminución en el rendimiento deportivo y/o académico
- Demostrar comportamiento problemático y perturbador
- Mostrar cambios dramáticos en apariencia, comportamiento o peso
- Tener problemas en casa, con las clases o el trabajo
- Triste, ansioso o experimentando cambios dramáticos de humor
- Abusar de alcohol o drogas
- Aislarse socialmente
- Frecuentemente enojado o fácilmente frustrado
- Luchando con problemas de salud
- Ausente de clase
- Tener una apariencia decreciente

SI OBSERVA COMPORTAMIENTO EMOCIONAL:

Acercarse al individuo y alentar una evaluación de bienestar mental

PREOCUPACIÓN CRECIENTE

- Hacer comentarios perturbadores en conversaciones, correos electrónicos, cartas, publicaciones en redes sociales o documentos
- Actuar con paranoia o sospecha
- Hacer declaraciones que no sean razonables o congruentes con la realidad
- Mencionar (incluso en broma) suicidio o muerte
- Acosar o ser acosado
- Apariencia severamente declinante

SI OBSERVA COMPORTAMIENTO BIZARRO O IRRACIONAL:

Discuta con el individuo y con informes directos la preocupación y la necesidad de una evaluación del bienestar mental.

TOME ACCIÓN

- Golpear, patear o empujar a otros; poseer un arma con intención o amenaza de dañar a otros
- Tirar objetos con la intención de dañar a otros
- Gritar intenciones de hacer daño a otro individuo
- Intento de suicidio
- Sexualmente abusivo
- Tomador de riesgos extremos donde la seguridad está en riesgo

SI OBSERVA UN COMPORTAMIENTO AGRESIVO:

Realice un informe directo. En una emergencia, active su plan de acción de emergencia y/o plan de salud mental de emergencia escolar. Cuando se trata con alguien que es físicamente amenazante, su seguridad y la de los demás es lo primero.

NÚMEROS DE TELÉFONO DE REFERENCIA • Marque el **911** de emergencia • Servicios universitarios de salud _____

• Policía de la universidad/ciudad _____

• Servicios de consejería universitaria _____

• Consejero de secundaria _____

• Crisis mental del condado _____