

# Empleo de habilidades de comunicación como instrumento básico en enfermería para ofrecer cuidados de calidad

Autora: Ana Teresa Padilla Simon  
Centro de Trabajo: Unidad de Media Estancia de Salud Mental de Albacete

**INTRODUCCION:** La comunicación como herramienta para el profesional de enfermería queda patente ya en las primeras teorías y modelos enfermeros, destacando pensadoras como Hildegard Peplau. Posteriormente, junto con el desarrollo de la salud mental y el surgimiento de la bioética, cobra verdadero sentido la relación interpersonal y los conceptos que de ella se derivan.

Nuestro ámbito de trabajo supone frecuentemente para el individuo un entorno hostil, a menudo asociado a experiencias desagradables. A esto se le añade la tendencia, en muchas ocasiones, hacia la “instrumentalización del individuo”, fomentando un contexto despersonalizador. Por tanto, actuaciones tan esenciales como el darnos a conocer, explicar por qué estamos allí o que pretendemos, cobran especial importancia cuando estamos trabajando con personas que padecen una patología mental.

En el ámbito de la salud mental, la labor profesional incluye el establecimiento de relaciones interpersonales directas, que van más allá de la simple interacción entre dos individuos. La relación terapéutica que se crea entre la enfermera de salud mental y el paciente supone el establecer objetivos comunes, relaciones de colaboración y ayuda.

Al ser este uno de los colectivos que pasa más tiempo con los usuarios, resulta imprescindible poseer habilidades de comunicación, lo que al mismo tiempo fomentará que los cuidados ofrecidos sean de calidad.

## OBJETIVOS

-Destacar la importancia que el manejo de habilidades de comunicación tiene en el ámbito de la salud mental.

-Ofrecer herramientas a los profesionales de salud mental a fin de llevarlas a la práctica en su trabajo diario.

## MATERIAL Y METODO

Se realizó una búsqueda bibliográfica durante septiembre y octubre de 2018, en bases de datos: Scielo, Pubmed. Los criterios de inclusión fueron: idioma en español; publicados entre 2010-2018; que estuvieran relacionados con la temática; que fuesen fuentes primarias. Se utilizaron los términos incluidos en los descriptores en Ciencias de la Salud: Habilidades de comunicación, Salud Mental.

## DESARROLLO

Como principios generales se debe mostrar una actitud abierta y receptiva, evitar prejuicios, transmitir aceptación y mostrar disposición a escuchar. Tener en cuenta que un silencio en el que aparentemente no se dice nada, puede tener innumerables significados. A la hora de comunicar consideraremos además las características individuales de la persona y el entorno en el que nos encontramos, siendo imprescindible mantener la privacidad.

Entre las habilidades más importantes destaca mostrar empatía, que implica además matices emocionales de comprensión y solidaridad en relación con los problemas referidos por el paciente. Ser asertivos, ya que la persona con un trastorno mental a menudo está inmersa en la incertidumbre y necesita encontrar seguridad en el profesional. Mostrar respeto y cortesía, el paciente necesita sentirse bien tratado y su opinión ha de ser tenida en cuenta.

Es necesario continuar formándonos para mejorar las habilidades de comunicación. Los resultados recogidos en la práctica indican que para ofrecer unos cuidados de calidad y ayudar en el tratamiento y rehabilitación de la persona, la enfermera de salud mental precisa de habilidades y destrezas en la comunicación.

## CONCLUSIONES

Establecer una buena relación de comunicación, tanto con el paciente como con su familia, es fundamental. Para lo cual el lenguaje, aun cuando no es hablado, es una pieza clave. Tener habilidades y conocimientos para saber comunicar y establecer una relación adecuada mejora el bienestar del paciente y la adherencia al tratamiento, y por ello su entrenamiento es esencial. Los profesionales de la salud debemos mantener la motivación para formarnos y aprender día tras día sobre nuestra herramienta principal: la comunicación.

## BIBLIOGRAFIA

- González A, Sonia. Habilidades de comunicación y escucha. 2011
- Javier Cabanyes Truffino. La salud mental en el mundo de hoy. 2015
- Rodríguez Seoane, Elena. Conocer la enfermedad mental. 2015