CONCLUSIONES 11º ENCUENTRO

Asociación Nacional de Enfermería de Salud Mental. ANESM.

El Foro de Enfermeras de Salud Mental de la Comunidad de Madrid/ANESM ha celebrado, el pasado día 7, su 11º Encuentro en el Salón de Actos del Hospital Universitario Infanta Leonor, de Madrid. Esta edición ha llevado por lema: *"Enfermeras de salud mental: empatizando con las familias".* Ha contado con la presencia de más de 150 profesionales de Enfermería de Salud Mental.

El acto fue inaugurado en representación del Consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, por D. Julio Zarco Rodríguez, Director de Coordinación de Atención al Ciudadano y Humanización de la Asistencia Sanitaria, junto con el Presidente de la Asociación, el Prf. D. Francisco Megías, acompañados por la Gerente del hospital, la Dra. Pantoja.

En este Encuentro, de gran calidad científica y profesional, se ha debatido y reflexionado a partir de las aportaciones realizadas por los ponentes, a la vez que se han presentado un total de 14 Comunicaciones en formato Póster.

La ANESM, en consonancia con los motivos que justifican la celebración del Día Mundial de la Salud Mental, considera de especial necesidad la mejora de la atención y cuidados a las familias y usuarios de los Servicios de Salud Mental.

Las enfermeras de salud mental deben aprovechar su posición privilegiada de cercanía a las familias ya que les permite un mejor acompañamiento durante el proceso salud-enfermedad. A través de la empatía, la enfermera puede ayudar a la persona a descubrir y movilizar sus capacidades, habilidades y recursos de afrontamiento personales con el fin de ponerlos en acción para su propio desarrollo personal.

Este año, el programa aborda temáticas que afectan a las familias, como primeros referentes en los cuidados, en relación con las enfermeras de salud mental. Se propuso el empoderamiento de las mismas y se habló sobre los cuidados singulares con los usuarios. Igualmente se abordaron

propuestas de cuidados enfermeros, alternativos y avanzados, con vistas a mejorar la calidad de vida de las personas y familias con problemas de salud mental.

En el Encuentro, las propias familias representadas por el Presidente de la Unión Madrileña de Asociaciones de Salud Mental (UMASAM), D. Juan Antonio Alonso; y los usuarios representados por Dª. Montserrat Baró, Presidenta d'ActivaMent Catalunya Associació; pudieron plantear sus puntos de vista sobre la atención a la salud mental, en general, y la relación con los profesionales enfermeros, en particular.

Antes de comenzar el homenaje a las mujeres cuidadoras y al cuidador principal, D. Francisco Megías invitó a todos a guardar un minuto de silencio en repulsa a las últimas mujeres víctimas de la violencia de género.

A continuación, hubo un acto entrañable, en el que se homenajeó a las mujeres del Grupo de Ayuda Mutua de la Asociación para la Integración de Enfermos Psíquicos de Alcalá-Torrejón y a un cuidador de principal de una enferma mental.

La labor de estas mujeres como cuidadoras la ensalzó Francisco Megías, que ha trabajado con ellas durante los últimos 22 años. Estas mujeres llevan largo tiempo de cuidadoras, una de ellas nonagenaria y varias octogenarias, siendo su trabajo como cuidadoras de entre 65 y 48 años. Como grupo, han participado activamente en labores de recuperación e integración social de los enfermos en esta zona de Madrid, y han participado en la docencia de alumnos de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Alcalá, así como en otras actividades docentes reivindicativas y de asesoría a las instituciones.

El cuidador principal, D. Filiberto Bañares, es un caso excepcional por la poca frecuencia con la que el conjunto de los hombres ejercen de cuidadores principales a lo largo de toda la vida. El Sr. Bañares cuida a su enferma desde hace más de 40 años.

El Prf. Megías elogió a estas mujeres y a este hombre, y entregó un diploma de reconocimiento de la Asociación Nacional de Enfermería de Salud Mental a Don Filiberto Bañares y por parte de las mujeres fue entregado a Doña Julia Alonso. El acto fue muy emotivo, y hubo muchas felicitaciones por parte del público congregado.

Seguidamente, D. Julián Carretero dio lectura a las Conclusiones del Encuentro, y el acto se cerró con la intervención de Dª. Mª Ángeles Rodríguez, Directora de Enfermería del Hospital, finalizando con unas palabras del Presidente de la Asociación.

Conclusiones del 11º Encuentro del ***Foro de Enfermeras de Salud Mental de la Comunidad de Madrid/ANESM***:

- Las familias de las personas con problemas mentales son clave en el tratamiento y cuidados de dichas personas, tanto a nivel de cuidadores informales como con las enfermeras en su labor de cuidar. El grupo multifamiliar permite participar activamente en el proceso de salud enfermedad, creando espacios de encuentro que promueven un clima de entendimiento mutuo, así como de reconocimiento y apoyo.

- Las enfermeras deben implicarse en la necesidad de desarrollar estrategias de afrontamiento para el control de impulsos en el niño, que favorezcan descubrir sus emociones y sus potenciales, fomentando un desarrollo menos ansiógeno que permita mejorar la calidad de vida tanto del niño como de la familia.

- La Terapia Grupal Alternativa a la Autolesión en el Adolescente, aumenta la tolerancia al malestar y permite su expresión utilizando alternativas a la autolesión. Identifica los factores que generan malestar, los cambios corporales, el reconocimiento de emociones, la petición de ayuda, la puesta en práctica de las habilidades aprendidas, las consecuencias negativas de la autolesión y las consecuencias positivas de no autolesionarse. La presencia de las enfermeras en estas actividades es fundamental.

- El trabajo enfermero en equipo permite que la Unidad de Cuidados Prolongados para mayores de 60 años sea el enclave ideal para establecer objetivos comunes que favorezcan la rehabilitación cognitiva, manteniendo y restableciendo aquellas capacidades que se han perdido. El vínculo empático y las habilidades interpersonales de los profesionales de enfermería, ayudan a reconocer y satisfacer las necesidades del paciente.

- La utilización de las nuevas tecnologías (tablets) al servicio de la educación para la salud, permite que el abordaje terapéutico de las

personas con TCA pueda adaptarse a su edad así como a sus necesidades específicas.

- Las personas son grupales y sociales por naturaleza, son fruto de la comunicación. El grupo funciona como contenedor emocional y de conductas, favoreciendo los objetivos del proceso educativo. “El Grupo de Enfermería” en un Centro de Salud Mental es una herramienta de promoción y educación para la salud, que permite a través de la relación, llevar a cabo el acto de cuidar.

- La musicoterapia es una intervención enfermera que promueve la motivación ayudando a conseguir un cambio específico a nivel fisiológico, de sentimientos o de conductas.

- Tanto los usuarios de los servicios de salud mental como sus familiares, son pilares activos dentro del proceso de cuidar, que han de ser tenidos en cuenta por todos y cada uno de los profesionales. La participación real de los usuarios y familiares permite la integración del tratamiento y cuidados, aumentando su bienestar y su calidad de vida.

Madrid, 7 de Octubre de 2015.