

SALA DE CONFORT SENSORIAL.

HUMANIZANDO LOS CUIDADOS EN EL PACIENTE AGITADO

Sonia Iborra Martínez, Inmaculada Sirvent Carbonell, Elia María Rodríguez Fernández, Mónica González Iñiguez
Enfermeras de la Unidad de Hospitalización Psiquiátrica del Hospital General Universitario de Elche.

INTRODUCCIÓN

Jean Ayers desarrolló la teoría de la modulación sensorial a finales de los años 60 en los Países Bajos. Originalmente se desarrolló para niños con trastornos del procesamiento sensorial, más adelante se observó que tenía beneficios en los pacientes con problemas de Salud Mental. La teoría de la modulación sensorial sugiere que al aprender a controlar nuestras emociones, la persona puede evitar que su estrés y angustia se acumule, de tal manera que llevé a una conducta agresiva. Una definición sobre modulación sensorial sería “la capacidad de regular y organizar el grado, la intensidad y la naturaleza de las respuestas a la información sensorial de manera gradual y adaptativa (...) para lograr y mantener un rango óptimo de rendimiento y adaptarse a desafíos en la vida diaria”.

A partir de 1990 las salas de regulación emocional se han ido extendiendo por el mundo y en diferentes entornos médicos, entre ellos en las Unidades de Hospitalización Psiquiátrica.

Varios estudios hablan de la importancia de centrar el esfuerzo en el diseño de las Unidades de Hospitalización Psiquiátrica para disminuir la contención y mejorar el afrontamiento del estrés, entre los temas que se exponen, están las salas de confort sensorial.

OBJETIVOS

Describir los beneficios demostrados de las salas de confort sensorial en las personas ingresadas en UHP y fomentar el uso de las salas de confort sensorial en las UHP

METODOLOGÍA

Estudios descriptivo, se realiza una búsqueda bibliográfica de documentos en castellano e inglés, en la base de datos de Pubmed y Google Academy. Palabras clave: “comfort room” y “mental Health”

DESARROLLO

Las salas de confort sensorial tienen un efecto positivo en la regulación emocional y bienestar en los pacientes ingresados en las Unidades de Hospitalización Psiquiátrica. Reduce la angustia, el estrés y la medicación requerida, además de reducir el número de contenciones mecánicas. Este enfoque es complementario a otro tipo de técnicas como sería la desescalada verbal.

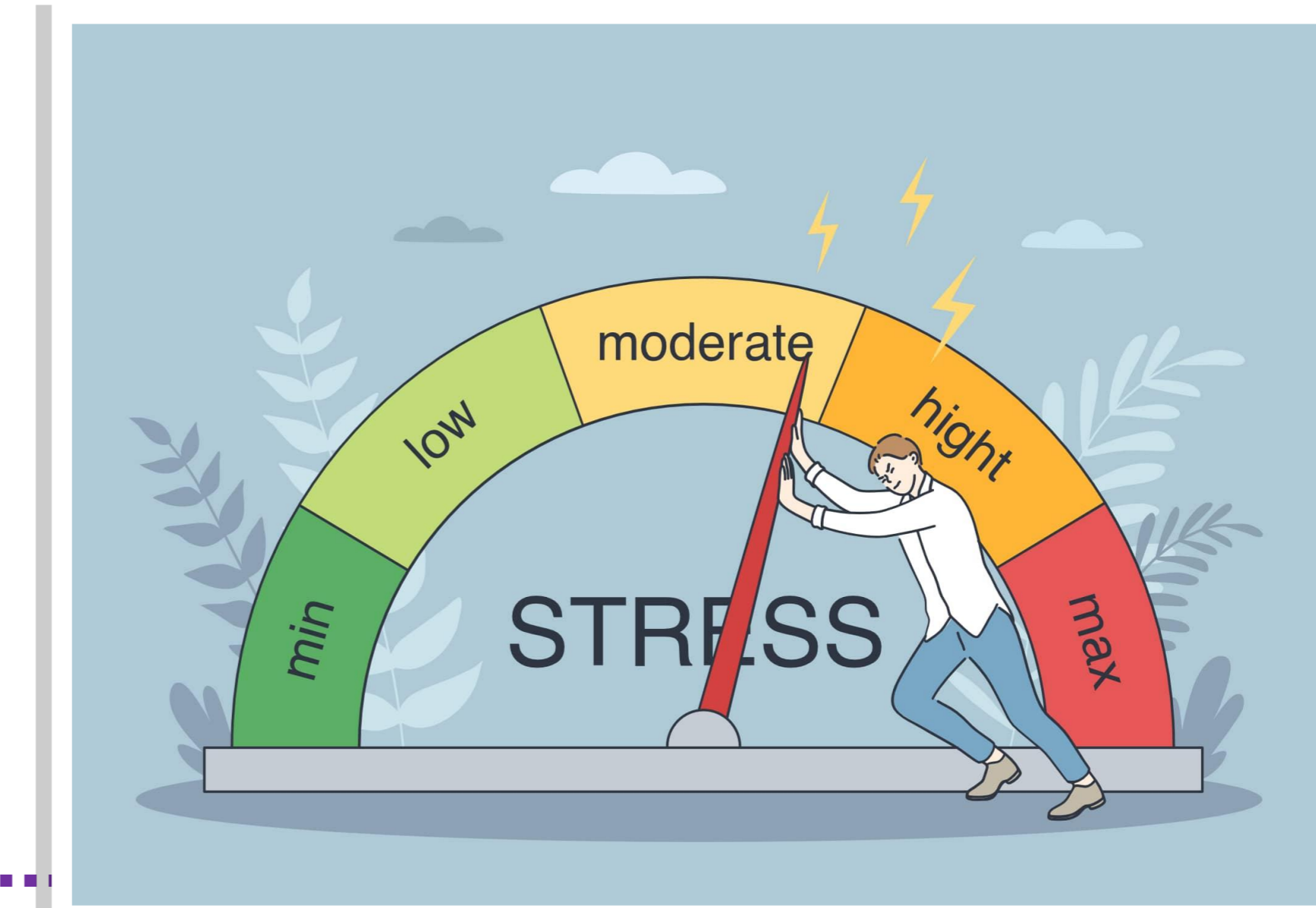
Los beneficios que nos aportaría la sala de confort sensorial se describen a continuación:

- Ambiente terapéutico seguro donde el paciente practique estrategias de autorregulación.
- Apoyar a las personas en momentos de crisis.
- Ayudar a mantener niveles funcionales de las emociones.
- Mejorar la calidad de los ingresos en las unidades de Salud mental.
- Enseñar estrategias de autocontrol emocional.
- Proporcionar apoyo al paciente y promover su bienestar.

Para que esta técnica sea la más efectiva posible, al ingreso del paciente, la enfermera junto con el paciente y terapia ocupacional realizarán un plan individualizado de estrategias y preferencias sensoriales ante situaciones de estrés o agitación.

CONCLUSIÓN

Estos últimos años se están realizando grandes esfuerzos por reducir el número de contenciones mecánicas y mejorar la estancia de los pacientes en las Unidades de Salud Mental. Los cambios en el entorno físico es uno de los aspectos de mayor relevancia, ya que estos pueden aumentar el estrés y alterar el control de las emociones. Es importante destacar, que aún teniendo unas instalaciones adecuadas y salas de confort sensorial para reducir el estrés en pacientes ingresados, es necesario personal capacitado.



BIBLIOGRAFÍA

1. Aragonés Calleja M. Empleando los sentidos para regular las emociones. Revisión bibliográfica sobre “comfort room” en Salud mental. Rev. Esp. Enferm. Salud Ment [internet]. 2021 may [consultado 29-9-2022]; 14:5-11. Disponible en: <http://www.reesme.com/index.php/REESM-AEESME/article/view/117/84>
2. Ooestermeijer S, Brasier C, Harvey C, Hamilton B, Roper C, Martel A, et al. Design features that reduce the use of seclusion and restraint in mental health facilities: a rapid systematic review. BMJ Open [internet]. 2021 Jun [consultado el 30-9-2022];11. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34233981/>
3. Gooding P, McSherry B, Roper C. Preventing and reducing 'coercion' in mental health services: an international scoping review of English-language studies. Acta Psychiatr Scand [internet] 2020 [consultado 30-9-2022]; 142(1): 27-39. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7496148/>