

XII JORNADA ASTURIANA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME

ALFABETIZACIÓN EN SALUD MENTAL EN CUIDADORES DE PERSONAS CON ESQUIZOFRENIA: INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Autores

Lopes Pereira, Pedro Miguel; Gonçalves Pinto, Inês; Araújo Ferreira, Carla Alexandra; Ribeiro Silva, Bárbara Catarina; Dos Santos Sousa, Filomena

INTRODUCCIÓN

La esquizofrenia es un trastorno mental grave que impacta significativamente no solo a la persona, sino también a su entorno familiar. En muchas ocasiones, los cuidadores principales carecen de conocimientos básicos sobre la enfermedad, lo que contribuye a la sobrecarga, al estigma interno y a errores en el acompañamiento terapéutico. La alfabetización en salud mental en este grupo resulta esencial para mejorar la calidad del cuidado, promover la adherencia al tratamiento y prevenir crisis.

OBJETIVOS

- Evaluar el nivel de alfabetización en salud mental en cuidadores familiares de personas con esquizofrenia.
- Implementar una intervención educativa grupal para aumentar sus conocimientos, reducir el estigma y fomentar habilidades de afrontamiento.
- Analizar el impacto de dicha intervención en la percepción del rol del cuidador y en la dinámica familiar.

METODOLOGÍA

Estudio de caso colectivo, realizado con un grupo de cinco cuidadores familiares de pacientes con esquizofrenia atendidos en una Unidad de Rehabilitación Psicosocial.

Instrumentos utilizados:

- Test de conocimientos EMHL (reconocimiento de problemas mentales y conocimientos en salud mental).
- Cuestionario de sobrecarga del cuidador de Zarit
- Grupo focal y entrevistas abiertas
- Registro de evolución en consulta de enfermería

La intervención se desarrolló en cinco sesiones individuales, semanales, durante dos meses:

- Conociendo la esquizofrenia: mitos, síntomas y curso clínico.
- Comunicación efectiva y manejo de situaciones difíciles.
- Apoyo emocional al cuidador y autocuidado.
- Recursos disponibles y planificación anticipada de crisis.

DESARROLLO

Los participantes eran mayoritariamente mujeres (4 de 5), con edades entre 45 y 68 años, madres o hermanas de personas con más de cinco años de evolución. En la evaluación inicial, se observó escaso conocimiento sobre el diagnóstico, alta carga emocional, y sentimientos de culpa y aislamiento.

Muchos señalaron haber adquirido sus conocimientos principalmente a través de un aprendizaje empírico. Tras la intervención, los cuidadores mejoraron sus puntuaciones en el test conocimientos de alfabetización y en el cuestionario de sobrecarga.

Manifestaron mayor comprensión de los síntomas y del del tratamiento, mejor manejo del estrés, y mayor confianza al interactuar con los equipos profesionales. El grupo también permitió compartir experiencias y construir una red informal de apoyo entre pares. Una de las participantes propuso continuar con reuniones periódicas, lo cual fue acogido positivamente y derivó en la creación de un grupo mensual de seguimiento coordinado por enfermería.

CONCLUSIONES

La alfabetización en salud mental en cuidadores familiares es un eje clave en el abordaje integral de la esquizofrenia. Esta experiencia demuestra que las intervenciones grupales, lideradas por enfermería comunitaria, pueden empoderar a los cuidadores, reducir su sobrecarga y mejorar la atención domiciliar de los pacientes.

La enfermera de salud mental debe asumir un rol activo no solo en el cuidado del paciente, sino también en la formación y acompañamiento de quienes sostienen gran parte del proceso terapéutico en el hogar.

BIBLIOGRAFÍA

