HUMANIZACIÓN DEL CUIDADO EN SALUD MENTAL: INFORMAR PARA CUIDAR MEJOR

MIRIAM EUSEBIO MADRIGAL, IGNACIO NORBERTO PAREDES VÁZQUEZ, AITANA GARCÍA MUÑOZ, YAIZA LASSO DELGADO, ARIADNA LILLO MARTÍNEZ

INTRODUCCIÓN

La ***hospitalización psiquiátrica*** puede ser una experiencia desorientadora, especialmente en contextos breves y de alta rotación del personal.

La ***humanización de los cuidados*** busca restituir la dignidad, la autonomía y el bienestar emocional del paciente. Una medida concreta y eficaz para favorecer este enfoque es la creación e incorporación por parte de la enfermera de carteles visibles y comprensibles que informen sobre normas, horarios y funcionamiento de la unidad.

OBJETIVOS

1. Promover la autonomía y participación activa del paciente durante su ingreso.
2. Reducir la ansiedad y la incertidumbre.
3. Favorecer una atención centrada en la persona desde el primer contacto.
4. Incorporar estrategias simples y efectivas de humanización del entorno.

METODOLOGÍA

Se realizó una **búsqueda bibliográfica** de literatura sobre humanización en salud mental y análisis de buenas prácticas en unidades de hospitalización psiquiátricas, seleccionando finalmente 5 artículos. Se llevó a cabo durante mayo de 2025.

Se elaboró posteriormente un cartel prototipo con lenguaje claro, inclusivo y accesible.

DESARROLLO

La acción principal consiste en la elaboración e implementación de un cartel informativo visible y accesible en la unidad, que incluye:

Normas de convivencia redactadas con lenguaje positivo y no coercitivo	*Horarios de comidas, actividades, permisos y descansos*
Información básica sobre el funcionamiento de la unidad y el equipo profesional	*Iconografía simple para facilitar su comprensión por todos los pacientes*

El objetivo no es solo **organizar**, sino **acompañar** al paciente desde el primer contacto, promoviendo su participación y reduciendo la incertidumbre.

Esta herramienta facilita la orientación temporal, disminuye la ansiedad, favorece la comprensión del entorno y permite al paciente anticiparse y adaptarse a las rutinas, lo cual mejora la experiencia del ingreso y fortalece el vínculo terapéutico.

Además, el cartel transmite una actitud institucional de respeto y cuidado. En lugar de imponer, explica y ofrece contexto, haciendo que el paciente se sienta parte del proceso, no solo sujeto pasivo del mismo. Esta acción se enmarca en una perspectiva de atención centrada en la persona, donde cada intervención, por pequeña que parezca, puede tener gran impacto en la percepción de seguridad, dignidad y humanidad del cuidado recibido.

CONCLUSIÓN

El uso de la **cartelería informativa** con enfoque humanizado es una intervención sencilla pero poderosa. Contribuye a la construcción de un entorno seguro, confiable y comprensible para el paciente, mejorando su experiencia en hospitalización. Esta medida se alinea con los principios de la psiquiatría centrada en la persona y responde a una necesidad real de acompañar emocional y cognitivamente el proceso de ingreso.

BIBLIOGRAFÍA

(1): Ministerio de Sanidad. Estrategia de Salud Mental del SNS 2022-2026 [Internet]. Madrid: Ministerio de Sanidad: 2020 [citado 2025 may 6]. Disponible en: https://www.sanidad.gob.es

(2): World Health Organization. Guidance on community mental health services: promoting person—centred and rights-based approaches [Internet]. Geneva: WHO: 2021 [CITADO 2025 may 6]. Disponible en: https://www.who.int/publications/i/item/9789240025707

(3): Generalitat de Catalunya. Humanització en salut mental. Pla Director de Salut Mental i Addiccions [Internet]. Barcelona: Department de Salut; 2028 [citado 2025 may 7]. Disponible en: https://salutweb.gencat.cat

(4): Osakidetza-Servicio Vasco de Salud. Guía de buenas prácticas para la humanización de la atención en salud mental [Internet]. Vitoria-Gasteiz: Gobierno Vasco; 2017 [citado 2025 may 7]. Disponible en: https://www.osakidetza.eus/kadi.eus

(5): Fundación Humans. Humanización de la atención sanitaria: claves y retos en salud mental [Internet]. Madrid: Fundación Humans; 2021 [citado 2025 may 7]. Disponible en: https://www.fundacionhumans.com