

Atlas de los servicios enfermeros especializados en Salud Mental



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL

2025

ATLAS DE LOS SERVICIOS ENFERMEROS ESPECIALIZADOS EN SALUD MENTAL

Autoría:

Dr. Carlos Aguilera-Serrano
D. Rubén Chacón-Cabanillas

Edita:

Asociación Española de Enfermería de Salud Mental
(AEESME)

ISBN: 978-84-129871-5-7

DL: M-2355-2025

Imprime: Gráficas Indalo

Avda. de las Regiones, 4 - Tel. 91 606 27 26
28941 FUENLABRADA (Madrid)

Julio 2025

Cubierta diseñada por Freepik

Autoría de las fotografías:

Ariadna Creus i Àngel García, Banc d'Imatges Infermeres

The logo for AEESME is displayed in a large, stylized font. The letter 'A' is white, while the letters 'EESME' are pink. The font has a hand-drawn, rounded appearance. The logo is set against a light blue background that features a large, irregular white shape on the left side.



ÍNDICE

Qué ofrece la Enfermera Especialista en Salud Mental	4
La AEESME	5
Esfera psicológica	6
Esfera social	8
Esfera física	10
Investigación y docencia	12
Gestión	14

QUÉ OFRECE LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL

Las **enfermeras** cuidan desde un modelo biopsicosocial, cultural, espiritual y ecológico, junto con las personas, familias, grupos sociales y comunidades en sus diferentes etapas de la vida.

El proceso de salud-enfermedad y de bienestar se aborda desde un enfoque holístico, integral e integrado, que permite a las enfermeras desempeñar funciones en diferentes áreas interconectadas como son la esfera psicológica, social, física, la investigación y docencia, y la gestión.

Es fundamental que la población tenga conocimiento de la oferta de servicios para poder ejercer su demanda de manera informada y eficiente, y por tanto, responder a la pregunta:

¿Cuál es la contribución a la sociedad de la Enfermera Especialista en Salud Mental?



La AEESME:



Es una asociación sin ánimo de lucro, que surge como organización de profesionales de Enfermería de Salud Mental preocupados por el desarrollo científico y profesional.

LA AEESME SE PROPONE:

- Fomentar el desarrollo de actividades docentes, de investigación y asistenciales que redunden en beneficio de la profesión de Enfermería de Salud Mental y de los ciudadanos a quienes van dirigidos sus servicios.
- Defender los intereses de la comunidad en la relación con los servicios de salud mental públicos y privados.
- Dignificar la atención de los pacientes y los usuarios y de sus familiares y allegados.

LA AEESME PRETENDE:

- Promover el intercambio de experiencias y conocimientos entre sus asociados y con el resto de profesionales del ámbito de las ciencias de la salud.
- Promover el manejo de instrumentos metodológicos y garantizar el acceso a fuentes de información y documentación científica.
- Difundir los avances en el conocimiento enfermero de salud mental.
- Defender el carácter especializado y la diversidad de los ámbitos de actuación de la Enfermería de Salud Mental.
- Colaborar con organismos nacionales e internacionales con competencias en el ámbito de la salud mental.
- Informar a la opinión pública sobre los avances y las aplicaciones más relevantes de la Enfermería de Salud Mental.

LA AEESME OFRECE A SUS ASOCIADOS:

- Organización de eventos científicos: congresos, talleres, cursos, seminarios, etc.
- Asesoramiento en temas científicos y profesionales.
- Difusión de los avances científicos del ámbito de la salud mental y psiquiatría.
- Servicio de publicaciones gratuitas.
- Descuentos especiales: en los actos científicos y en publicaciones editadas por la AEESME.

Más información en: www.aeesme.org / E-mail: aeesme.aeesme@gmail.com

Esfera psicológica



Esfera psicológica

LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL:

1

Permanece tanto física como psicológicamente a tu lado, durante los momentos de necesidad, con actitud de aceptación, escucha y empatía

5

Maneja la ansiedad excesiva a través de técnicas de autocontrol y relajación, y ayuda a regular el estado de ánimo, potenciando la autoestima, autoconcepto y autoimagen

9

Contribuye con la persona, ser querido y/o familia a mejorar sus relaciones, clarificando y complementando las conductas de roles específicos en el ciclo vital

13

Identifica y facilita la modificación de comportamientos, pensamientos y emociones que interfieren en el equilibrio físico, psicosocial y espiritual, a través de la Psicoterapia Enfermera

2

Desarrolla y fortalece la confianza en uno/a mismo/a para realizar una conducta saludable

6

Desarrolla la capacidad de la persona para el autocontrol de los impulsos, pensamientos irracionales y sentimientos de culpa, así como de toma de decisiones

10

Estimula para entrenar capacidades cognitivas (memoria, atención, concentración...)

14

Desarrolla terapias, como la Arteterapia, Biblioterapia, llevar un Diario, Musicoterapia, Terapia de Grupo, Terapia con Juegos o Terapia de Baile que permitan encontrar un alivio, forma de expresión o entrenamiento de capacidades

3

Fomenta el cumplimiento de los tratamientos e intervenciones socio-sanitarias pautadas de forma colaborativa

7

Contribuye en la resolución de duelos ante pérdidas de seres queridos, de salud o rupturas

11

Motiva para abandonar o evitar el consumo de sustancias tóxicas como el tabaco, alcohol, cannabis u otro tipo adicciones

15

Utiliza el asesoramiento a corto plazo para ayudar a la persona a responder a una crisis

16

Da soporte y primer apoyo psicológico en situaciones de emergencias y desastres (climáticas, humanitarias, pandémicas, etc.)

4

Proporciona apoyo emocional para comprender las diferentes emociones (miedo, rabia, alegría, tristeza, ira, etc.) y sentir seguridad y aceptación en momentos de estrés

8

Facilita el perdón y la disposición de la persona para afrontar los sentimientos de enfado y resentimiento hacia otro, hacia uno mismo o hacia un ser superior con beneficiencia, empatía y humildad

12

Estimula la salud mental positiva, con estrategias de afrontamiento para favorecer una adaptación plena al medio

17

Promueve el desarrollo del sentido y proyecto de vida, ayudando a la persona a encontrar motivación y dirección en su proceso de recuperación

18

Refuerza la resiliencia personal, capacitando a la persona para afrontar adversidades, adaptarse al cambio y superar obstáculos emocionales con mayor fortaleza

Esfera social

AEESME

ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL

Esfera social

LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL:

1

Refuerza a las personas el vínculo con sus redes sociales de apoyo, para mantener relaciones saludables y significativas en su interacción social

2

Interacciona con las personas cuidadoras para garantizar su autocuidado y bienestar

3

Afronta problemas y media en conflictos por medio del aprendizaje en habilidades sociales como la empatía, asertividad o escucha activa, y así manejar los factores estresantes, cambios o amenazas en la vida

4

Detecta y aborda factores de riesgo sociales como la violencia de género, el acoso escolar o laboral, el abandono o la exclusión, favoreciendo redes de protección eficaces

5

Instruye para la expresión efectiva de sentimientos, necesidades e ideas a la vez que se respetan los derechos de los demás

6

Promueve la integración social y comunitaria, implicando el apoyo de asociaciones en primera persona, de familiares o profesionales, y grupos de ayuda mutua

7

Facilita la solidaridad comunitaria en el ejercicio y búsqueda de activos en salud, como por ejemplo, con la participación en una asociación de mujeres del barrio, un grupo de vecinos, etc.

8

Acompaña procesos de adaptación social tras eventos vitales estresantes como migraciones, desempleo, maternidad/paternidad, jubilación o reclusión

9

Promueve espacios seguros de participación y diálogo, respetuosos con la diversidad cultural, sexual, generacional o funcional

10

Interviene en centros escolares, centros de participación ciudadana o de mayores, o empresas para potenciar actividades generadoras de salud y bienestar

11

Co-participa con el estudiantado en los distintos procesos de enseñanza y aprendizaje

12

Defiende y dignifica los Derechos Humanos de las personas con problemas de salud mental y sus familias

13

Fomenta la participación activa y responsable en redes sociales digitales, promoviendo un uso saludable de las plataformas para fortalecer la comunicación, el apoyo mutuo y la inclusión social, al tiempo que se previenen riesgos asociados como el ciberacoso o la dependencia digital

Esfera física



Esfera física

LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL:

1

Promueve la autonomía e independencia de las personas en las actividades básicas (alimentación, aseo e higiene, vestido, sueño, movilidad...) e instrumentales (capacidad de usar el teléfono, realizar tareas domésticas, realizar compras y elaboración de la propia comida...) de la vida diaria

5

Utiliza de forma intencionada materiales específicos como pueden ser juguetes o cuentos, para ayudar a la población infantil a comunicar su percepción y conocimiento del mundo, y perfeccionar su interacción con el entorno

9

Analiza los factores de riesgo potenciales, la determinación de riesgos para la salud así como en la asignación de prioridad en las estrategias para su disminución en la persona, familia o grupo comunitario

13

Recoge y analiza los datos sobre el estado cardiovascular, respiratorio y de temperatura corporal para determinar y prevenir complicaciones

2

Educa en salud para conocer y desarrollar aprendizajes que permitan incorporar acciones para alcanzar un mayor nivel de autocuidados y hábitos saludables (alimentación variada y equilibrada, higiene del sueño, sexualidad, cuidado personal...)

6

Vigila y actúa sobre el ambiente físico para fomentar la seguridad y el confort

10

Visita a domicilio para apoyar a la persona y familia, así como coordina cuidados según el entorno del hogar

3

Administra medicamentos, vigilando la correcta acción y actuando ante los posibles efectos secundarios

7

Previene y actúa ante situaciones de autolesión o riesgo vital, asegurando una intervención inmediata y coordinada con otros niveles asistenciales

11

Proporciona apoyo, información o enseñanza por teléfono u otra herramienta digital interactiva en respuesta a las necesidades de las personas

4

Prescribe actividades físicas, cognitivas, sociales y espirituales específicas para iniciar o aumentar la frecuencia o duración de la actividad de una persona, así como ayuda pertinente en la ejecución de ellas

8

Fomenta el reconocimiento de las señales corporales como indicadores de estados emocionales, facilitando el autoconocimiento y la regulación emocional

12

Efectúa y lleva a la práctica procedimientos, técnicas diagnósticas y terapéuticas

Investigación y docencia

Investigación y docencia

LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL:

1

Lidera investigaciones colaborativas e innovadoras en Salud Mental, contribuyendo significativamente al avance del conocimiento en este campo

2

Promueve la cooperación y el desarrollo de actividades conjuntas de investigación con otros profesionales sociosanitarios así como entidades científicas y/o gubernamentales

3

Colabora en la coordinación y soporte metodológico de las actividades de investigación

4

Facilita el desarrollo de la investigación en Salud Mental, apoyando la formación en metodología de la investigación, desde los estudios de pregrado, posgrado, máster y doctorado, así como en el periodo de vinculación laboral a través de la formación continuada

5

Realiza un mapa de recursos de investigación en Salud Mental

6

Diseña e implementa intervenciones centradas en la resiliencia, la autorregulación y la prevención del deterioro psicológico, así como de mejora de las dinámicas interpersonales y la empatía en el entorno clínico

7

Analiza y genera herramientas educativas para combatir la discriminación y estigma hacia personas con problemas de salud mental, lo que a su vez facilita el acceso a cuidados

8

Evalúa tecnologías digitales: Herramientas como aplicaciones informáticas, servicios de teleconsulta o teleterapia, o las plataformas de telesalud, representan campos emergentes en el cuidado de la salud mental que requieren exploración rigurosa

9

Desarrolla proyectos enfocados en implantar programas integrados de manejo del estrés, prevención de autolesiones y suicidio, combinando enfoques clínicos y comunitarios

10

Evidencia y demuestra mediante estudios la costo-efectividad de los grupos terapéuticos dirigidos por enfermeras

11

Incorpora la perspectiva de la persona usuaria con experiencia en primera persona, su familia y sus cuidadores, integrando sus experiencias en la investigación para desarrollar cuidados más efectivos y personalizados

12

Incorpora la perspectiva de género en la investigación, tratando así de reflejar no sólo las diferencias biológicas, sino también sociales, culturales y estructurales

13

Promueve el uso de herramientas de inteligencia artificial en el ámbito social y de Salud Mental, facilitando el acceso a recursos educativos, terapéuticos y de apoyo emocional a través de plataformas digitales, garantizando que estos avances tecnológicos sean utilizados de manera ética y accesible para todos

14

Usa metodologías docentes innovadoras como el aprendizaje basado en proyectos, la gamificación, la realidad virtual y aumentada, juego de roles, el aula invertida, etc.



Gestión

Gestión

LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL:



1

Coordina con las enfermeras de Atención Primaria, así como con el resto de profesionales socio-sanitarios, asociaciones y entidades, para facilitar canales de información, asesoramiento, trabajo colaborativo o derivación ante problemas de salud mental y garantizar la continuidad de cuidados

5

Coordina el flujo de trabajo para asegurar una distribución eficiente del personal y una atención óptima a las personas usuarias y las familias

9

Participa en la gestión de recursos financieros y materiales para que se cuente con los fondos adecuados para operar de manera eficiente

13

Participa en la gestión de organizaciones de salud, así como de sociedades científicas o entidades gubernamentales

2

Participa en equipos de trabajo multidisciplinares asegurando el enfoque integral del cuidado de la población, fomentando la participación activa de la sociedad, y promoviendo prácticas basadas en la evidencia e innovación

6

Supervisa y lidera unidades de salud mental garantizando la calidad del cuidado, la implementación de protocolos y la efectividad de las intervenciones en los diferentes niveles de atención (comunitaria y hospitalaria)

10

Organiza programas de formación continua para los profesionales de la salud, con el objetivo de mantener sus conocimientos actualizados y mejorar su desempeño

14

Colabora con sociedades científicas para compartir conocimientos, experiencias y resultados de investigaciones

3

Participa en la planificación del personal de su área, considerando las necesidades de las personas usuarias y sus familias, la carga de trabajo y la disponibilidad de recursos, implementando indicadores de calidad asistencial específicos de salud mental

7

Asegura que los servicios de salud mental operen en cumplimiento con las normativas locales e internacionales en materia de salud mental, ética profesional y derechos humanos, promoviendo un trato respetuoso y digno, la confidencialidad y el consentimiento informado

11

Evalúa el desempeño de los profesionales de la salud, identificando áreas de mejora y apoyando su desarrollo profesional

15

Actúa como referente técnico y consultor en salud mental para otros niveles del sistema sanitario o para instituciones educativas, sociales o judiciales

4

Gestiona a otras enfermeras así como otros profesionales de los cuidados, supervisando su desempeño, con retroalimentación constructiva

8

Implementa métodos para evaluar la satisfacción de las personas usuarias y sus familias con los servicios recibidos para mejorar la atención

12

Contribuye en el desarrollo de políticas de salud y toma de decisiones, así como en programas a nivel local, autonómico, nacional e internacional

16

Contribuye activamente al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, promoviendo prácticas equitativas, inclusivas y sostenibles en la atención en salud mental



AEESME