

“GUARDIANES DE LA NOCHE”:

INTERVENCIONES NOCTURNAS DE ENFERMERÍA EN UNIDADES DE AGUDOS DE PSIQUIATRÍA

VIII JORNADA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL DE BIZKAIA

Fernández Pena, Maitane

Enfermera Especialista de Salud Mental. OSI Bilbao-Basurto. Hospital Universitario de Basurto.

INTRODUCCIÓN

En las unidades de agudos de psiquiatría, la noche constituye un periodo vulnerable donde la ansiedad, la agitación y el riesgo de conductas autolesivas tienden a intensificarse (1). Tradicionalmente, la vigilancia nocturna se ha centrado en la prevención de riesgos físicos, pero cada vez cobra mayor relevancia el papel de las enfermeras como “guardianes de la noche”, capaces de proporcionar seguridad y acompañamiento emocional a los pacientes (2).

OBJETIVO

1. Reconocer la función terapéutica de la enfermería nocturna en la regulación emocional de pacientes hospitalizados en unidades de agudos.
2. Describir intervenciones concretas que potencien la seguridad y el bienestar durante la noche.
3. Proponer estrategias integrables en la práctica clínica habitual.



MÉTODOLOGÍA

Se realizó una revisión bibliográfica narrativa en bases de datos como BMC Nursing, ScienceDirect, Scielo y PubMed, incluyendo artículos publicados entre 2018 y 2025. Se priorizaron estudios relacionados con la práctica enfermera en turnos nocturnos, regulación emocional y seguridad en entornos psiquiátricos (3).

DESARROLLO

El modelo de “Guardianes de la Noche” se articula en torno a la enfermera como presencia terapéutica activa que despliega las siguientes intervenciones:

1. Escucha activa y acompañamiento emocional, favoreciendo la expresión y validación de emociones (2).
2. Técnicas de regulación emocional, como respiración guiada, mindfulness breve o ejercicios de relajación (3).
3. Optimización ambiental, mediante el control de la iluminación y la reducción de ruidos, lo que disminuye la hiperactivación fisiológica (4).
4. Observación proactiva y discreta, identificando precozmente signos de ansiedad, insomnio o riesgo de agitación (1).
5. Registro reflexivo y comunicación multidisciplinaria, garantizando la continuidad del cuidado entre turnos y mejorando la coordinación con el equipo terapéutico (5).



CONCLUSIONES

El turno nocturno no debe entenderse únicamente como un tiempo de vigilancia pasiva, sino como un espacio terapéutico en sí mismo. La enfermería, desde el rol de guardianes emocionales, puede incrementar la percepción de seguridad y contribuir a la regulación emocional de los pacientes hospitalizados en unidades de agudos de psiquiatría. Reconocer este valor clínico permite consolidar intervenciones estructuradas que integren la dimensión emocional en los cuidados nocturnos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Melrose S. Keeping clients safe on the night shift [Internet]. Lethbridge (CA): Sherri Melrose Publications; 2023 [cited 2025 Sep 7]. Available from: <https://pressbooks.pub/sherrimelrosepublications/chapter/keeping-clients-safe-on-the-night-shift>
2. Du Y, Yang L, Zhang X. Emotion regulation strategy moderates the impact of emotional labor on burnout among psychiatric nurses. BMC Nurs [Internet]. 2025;24:87 [cited 2025 Sep 7]. Available from: <https://bmcnurs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12912-025-03487-x>
3. Van der Heijden B, Mulder E, Fourie C, Linde J, Botha J. Support interventions for nurses working in acute psychiatric units: A review. Health SA Gesondheid [Internet]. 2024;27:25-35 [cited 2025 Sep 7]. Available from: <https://scielo.org.za/pdf/hsa/v27/25.pdf>
4. Maben J, Adams M, Bridges J, Callaghan P. Monitoring night-time nursing interventions in acute care units. Enferm Intensiva (Engl Ed) [Internet]. 2024;35(2):125-33 [cited 2025 Sep 7]. Available from: <https://www.elsevier.es/en-revista-enfermeria-intensiva-english-edition--430-articulo-monitoring-night-time-nursing-interventions-in-S2529984025000515>
5. Palacios-Ceña D, Losa-Iglesias ME, Gómez-Calero C, et al. The role of nurses in providing emotional support during night shifts: A qualitative synthesis. J Adv Nurs [Internet]. 2021;77(12):4832-43 [cited 2025 Sep 7]. Available from: <https://doi.org/10.1111/jan.15045>