

“TECNOLOGÍA SILENCIOSA”:

OBJETOS COTIDIANOS COMO DISPOSITIVOS TERAPÉUTICOS EN ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL

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

El cuidado enfermero en salud mental se ha centrado tradicionalmente en protocolos estandarizados, técnicas psicosociales y farmacoterapia. Sin embargo, la práctica clínica muestra que muchos pacientes recurren a objetos cotidianos (mantas, auriculares, libretas o tazas...) que aportan calma, seguridad y continuidad de identidad. Estos elementos pueden considerarse “tecnologías silenciosas”, actuando como recursos terapéuticos no convencionales que favorecen regulación emocional y recuperación.

La evidencia reciente sobre modulación sensorial demuestra que estímulos simples reducen ansiedad y agitación en hospitalización psiquiátrica (1,2). A su vez, la atención orientada a la recuperación subraya la importancia de respetar elecciones y significados personales, donde los objetos cotidianos adquieren un papel central (3).

OBJETIVO

1. Analizar el valor terapéutico de los objetos cotidianos en cuidados de enfermería en salud mental.
2. Clasificar las principales funciones clínicas de los objetos cotidianos.
3. Proponer pautas para integrar los objetos cotidianos en los planes de cuidados.

MÉTODOLOGÍA

Se realizó un estudio exploratorio-descriptivo mediante revisión narrativa de literatura y observación de casos clínicos en Bizkaia. La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en PubMed, CINAHL, Scopus y Web of Science con los descriptores: “mental health nursing”, “sensory modulation”, “weighted blankets”, “daily objects”, “therapeutic tools” y “recovery-oriented care”.

Se incluyeron artículos en inglés o español publicados entre 2019 y 2025, relacionados con el uso de objetos o recursos sensoriales en salud mental. El análisis inductivo permitió identificar funciones clínicas y proponer una clasificación preliminar de uso en planes de cuidados enfermeros.



“Diseñada por Freepik”

DESARROLLO

Del análisis emergen tres categorías principales:

1. Anclajes emocionales: mantas con peso que ayudan a reducir ansiedad e insomnio (4,5).
2. Moduladores sensoriales: auriculares, luces suaves o materiales táctiles que disminuyen sobrecarga sensorial y agitación (1,2,6).
3. Mediadores narrativos de identidad: libretas, fotografías o dibujos que refuerzan continuidad biográfica y expresión subjetiva (3).

La integración clínica implica: valoración inicial de objetos significativos, inclusión en el plan de cuidados, registro de efectos y revisión conjunta con el paciente.

CONCLUSIONES

Reconocer los objetos cotidianos como tecnologías silenciosas amplía la perspectiva enfermera en salud mental. Su sistematización transforma prácticas invisibles en intervenciones reconocidas y evaluables, reforzando autonomía del paciente y humanización de la hospitalización.



“Diseñada por Freepik”

BIBLIOGRAFÍA

1. Wright L, Coles L, Charalambous T, O'Donovan JL, Thomas D, Grace S. Improving the use of sensory approaches in an acute mental health unit. *BMJ Open Qual.* 2024;13(2):e002883.
2. Doroud N, Alwashmi M, Kralik D, Armstrong M, Beattie J. Sensory rooms within mental health settings: a systematic scoping review. *Issues Ment Health Nurs.* 2025;46(1):38-55.
3. Lorien LM, Fleury J, Fetherstonhaugh D, Clendon J, Chandler R, Nicholls A. Recovery-oriented practice in a hospital mental health unit. *Int J Ment Health Nurs.* 2024;33(4):874-83.
4. Ekholm B, Spulber G, Adler M, Walteros C, Persson H, Eriksson E. A randomized controlled study of weighted chain blankets for insomnia in psychiatric disorders. *J Clin Sleep Med.* 2020;16(9):1567-73.
5. Zhao Y, Ma X, Li J, Wang W, Lu X. Safety and effectiveness of weighted blankets for symptom relief: a meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract.* 2024;54:102896.
6. Forsberg K, Sandlund M, Nilsson B, Wallström S. Experiences of participating in a group-based sensory modulation intervention in mental health services. *Scand J Occup Ther.* 2024;31(1):77-88.