

IMPACTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DE MODERADA-ALTA INTENSIDAD SOBRE LOS SÍNTOMAS NEGATIVOS EN PACIENTES CON ESQUIZOFRENIA.

XII ENCUENTRO DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME /ANDALUCÍA

ALAÑA MARTÍNEZ, JAVIER; SANZ CAMACHO, BLANCA; TORRES HERRERA, CARMEN MARÍA.
EIR SALUD MENTAL HOSPITAL UNIVERSITARIO REINA SOFÍA.



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL



COLEGIO OFICIAL DE
ENFERMERÍA DE CÓRDOBA

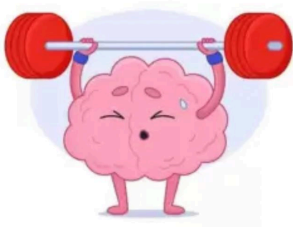
INTRODUCCIÓN

La esquizofrenia es un trastorno mental grave que repercute aproximadamente al 1% de la población mundial. Se caracteriza por tener síntomas positivos, negativos y cognitivos, los cuales afectan de forma intensa a la calidad de vida. Pese a que el tratamiento farmacológico es la base terapéutica, un 40% de los pacientes presentan una respuesta parcial o resistencia al mismo.

En la actualidad, ha surgido una creciente evidencia sobre la importancia del ejercicio físico terapéutico como intervención complementaria, capaz de producir beneficios neurobiológicos, psicológicos y sociales. Además, constituye una intervención accesible, económica y favoreciendo la recuperación y el empoderamiento de los pacientes.

OBJETIVOS

- Analizar la más novedosa evidencia científica acerca de la eficacia del ejercicio físico de moderada intensidad como un tratamiento complementario en la esquizofrenia.
- Determinar los indicadores más significativos (intensidad, tipo, frecuencia y duración) de las diversas intervenciones.
- Exponer el rol de la enfermería en la organización, implementación y mantenimiento de proyectos de ejercicio terapéutico en los diversos dispositivos relacionados con la salud mental.



DESARROLLO

Los resultados obtenidos de los diferentes artículos han concluido en que la actividad física estructurada y supervisada mejora exponencialmente la mayor parte de la sintomatología esquizofrénica negativa y general. el funcionamiento social y la cognición. Las actividades realizadas óptimas se identifican por La combinación de entrenamiento y las variedades cuerpo-mente exponen efectos superiores sobre la regulación emocional y atención plena.

A destacar que hay una adherencia alta en el paciente si la intervención está adaptada y dirigida. El ejercicio se afianza como una intervención biopsicosocial la cual mejora la autoestima, salud física, interacción social, base del proceso de recuperación. En este contexto, la enfermera de salud mental desempeña un papel fundamental en la prescripción, monitorización y acompañamiento, beneficiando a la adherencia, motivación y personalización del plan de actividad física.

METODOLOGÍA

Se desarrolló una revisión bibliográfica de literatura publicada entre los años 2020 y 2025, revisando bases de datos de Cochrane, PubMed, Scopus y CINAHL. Se incorporaron estudios cuantitativos y de alta evidencia, Criterios de inclusión que se consideraron: población adulta con diagnóstico de esquizofrenia, intervenciones fundadas en ejercicio físico, cuatro semanas de duración mínima y evaluación de resultados clínicos o funcionales. Criterios de exclusión a valorar, son los centrados exclusivamente en actividad recreativa no estructurada, muestras pediátricas o sin diagnóstico confirmado.

BIBLIOGRAFÍA



CONCLUSIÓN

El ejercicio terapéutico es una herramienta e intervención eficaz disminuyendo los síntomas negativos y mejora la calidad de vida de los pacientes. Enfermería, gracias a su visión holística del cuidado, permite implementar programas de prescripción de ejercicio, anexándolos a los planes de cuidados y en la rehabilitación psicosocial. Todo ello permite un avance hacia modelos asistenciales centrados en la persona, en su recuperación y en la salud integral.