



CONTENCIÓN MECÁNICA EN SALUD MENTAL : IMPACTO EN EL PERSONAL QUE LA APLICA

Miriam Ávila Valladares, Víctor Peinado Díaz, Virginia Dorantes Caro
Enfermeros Interno-Residentes del H.U Jerez de la Frontera

INTRODUCCIÓN

La contención mecánica es una práctica relativamente habitual en unidades de hospitalización psiquiátrica, para garantizar la seguridad tanto del paciente como del personal que la aplica, en situaciones de riesgo. Sin embargo, aunque sea necesaria, esta medida puede tener consecuencias negativas para ambos grupos. El uso de la contención mecánica sigue siendo un tema relevante y de actualidad que genera preocupación por sus efectos emocionales y éticos.

OBJETIVOS

- Analizar cómo la contención mecánica afecta al personal sanitario en unidades psiquiátricas españolas.
- Identificar estrategias para reducir su uso y mejorar el bienestar del personal.

METODOLOGÍA

Se ha realizado una revisión narrativa en los principales metabuscadores científicos sobre el tema en cuestión (Pubmed, Cuiden, Scielo y Google Académico). Se incluyeron artículos publicados a nivel estatal en los últimos diez años.

DESARROLLO

Los estudios revisados sostienen que la aplicación de contención mecánica (CM) produce en el personal sanitario una serie de emociones tales como culpa o ansiedad, así como los expone a diversos conflictos éticos. Sienten que, aunque esta medida es necesaria, puede ir en contra de sus principios morales. Esta disonancia impacta negativamente en su bienestar emocional y, en algunos casos, contribuye al agotamiento profesional o "burnout".

Además, la CM no solo afecta a nivel emocional, sino que también puede influir en la dinámica del equipo de trabajo. Su uso está condicionado no sólo por criterios clínicos, sino también por factores organizativos, la formación previa y la propia cultura de la unidad en la que nos encontremos. Estas variables influyen en la percepción de riesgo y en la decisión de recurrir a estas medidas, que en ocasiones se usan de manera inapropiada. Esto puede generar conflicto en los equipos, especialmente cuando existen diferencias de opinión sobre cuándo y cómo aplicar la contención; evidenciando la importancia de crear y aplicar protocolos precisos que faciliten la toma de decisiones en cuanto a su uso.

La comunicación efectiva tanto con los pacientes como dentro del grupo de trabajo resulta clave para prevenir situaciones de riesgo. La formación continua en técnicas de desescalada y el desarrollo de habilidades para anticiparse y abordar situaciones conflictivas es de vital importancia.

Asimismo, tras un episodio de agitación que finalice con la aplicación de CM es altamente recomendable la puesta en marcha de un análisis "debriefing" que facilite la puesta en común de miedos, dudas y recomendaciones, favoreciendo la cohesión del equipo. Estas estrategias ayudan a reducir la carga emocional y el estrés, mejorando el clima laboral y la calidad del cuidado.

CONCLUSIONES

La contención mecánica impacta negativamente en el bienestar del personal sanitario que la realiza. Por ello, la adopción de estrategias de cara a reducir su uso es fundamental, fomentando un entorno laboral saludable y una atención centrada en la persona. Es necesario promover la formación continua y el apoyo psicológico al personal que se enfrenta a estas situaciones, así como desarrollar protocolos que prioricen la prevención y favorezcan la adquisición de alternativas a la contención mecánica



BIBLIOGRAFÍA



COLEGIO OFICIAL DE
ENFERMERÍA DE CÓRDOBA