

“ESPACIOS QUE CALMAN”: DISEÑO DE ENTORNOS TERAPÉUTICOS INCLUSIVOS PARA PERSONAS NEURODIVERGENTES. UNA PERSPECTIVA DESDE LA ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL.

1 INTRODUCCIÓN

Las personas neurodivergentes (TEA, TDAH, hipersensibilidad sensorial, entre otras) presentan diferencias cognitivas y sensoriales que influyen en su interacción con el entorno. Los espacios sanitarios, generalmente diseñados para personas neurotípicas, pueden generar sobrecarga sensorial, ansiedad o evitación.

En salud mental, donde el entorno terapéutico es clave para la recuperación, la enfermería tiene un rol esencial en la creación de espacios accesibles, reguladores y centrados en la persona.

2 OBJETIVOS

- General: Explorar el papel de la enfermería de salud mental en el diseño de entornos terapéuticos accesibles para personas neurodivergentes.
- Específicos:
 - Identificar factores ambientales que afectan negativamente la experiencia de personas neurodivergentes.
 - Visibilizar buenas prácticas enfermeras en la creación de espacios neuroamigables.
 - Proponer un decálogo de intervenciones ambientales sensorial y emocionalmente accesibles.

3 METODOLOGÍA

Revisión narrativa en PubMed, Scopus y CINAHL (2015–2024) utilizando los descriptores neurodivergence, autism, mental health nursing, sensory processing y environmental design.

Se incluyeron artículos en inglés y español, junto con guías de diseño universal, informes institucionales y materiales de asociaciones neurodivergentes.

4 DESARROLLO

La evidencia señala que muchos entornos clínicos no consideran las necesidades sensoriales de las personas neurodivergentes. Elementos como la iluminación fluorescente, ruidos inesperados, olores intensos y la falta de previsibilidad pueden desencadenar estrés o conductas adversas, dificultando la adherencia al tratamiento y generando sensación de inseguridad.

Se identificaron intervenciones enfermeras efectivas que incluyen:

- Adaptación de la iluminación y control del ruido para minimizar estímulos aversivos.
- Creación de espacios de autorregulación sensorial que permitan momentos de tranquilidad.
- Uso de apoyos visuales y pictogramas para anticipar rutinas y favorecer la comprensión.
- Comunicación clara, validación emocional y flexibilidad en el trato.
- Participación activa de las personas neurodivergentes en el diseño y adaptación de su entorno.
- Estas prácticas promueven una atención centrada en la persona, fomentan la autonomía y mejoran el vínculo terapéutico.

Se propone un decálogo de buenas prácticas para su implementación en diferentes niveles asistenciales, desde unidades hospitalarias hasta atención comunitaria.

5 CONCLUSIÓN

Diseñar entornos terapéuticos sensorial y emocionalmente accesibles es una responsabilidad ética y profesional en salud mental.

La enfermería, con su visión integral del cuidado, está en posición de liderar el diseño de espacios inclusivos que promuevan bienestar y autonomía. No se requieren grandes recursos, sino sensibilidad, formación y colaboración activa con las personas neurodivergentes.

BIBLIOGRAFÍA

AUTORAS



Estefanía Loaisa Sánchez.
María del Pilar Llanos Duarte
Fátima González López



Hospital Universitario
JUAN RAMÓN JIMÉNEZ

