

Dimensión espiritual y bienestar emocional en la práctica enfermera de salud mental: una revisión bibliográfica

XII ENCUENTRO DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME / ANDALUCÍA

Autoras: Miriam Cano Fontacaba, Alba Rubio Carreira, Ana Areoso López



COLEGIO OFICIAL DE
ENFERMERÍA DE CÓRDOBA

Introducción

La dimensión espiritual constituye un pilar esencial del ser humano, íntimamente ligada al sentido de vida, la esperanza y la conexión con uno mismo, con los demás y con lo trascendente (2). En salud mental, esta dimensión adquiere especial relevancia, ya que los trastornos mentales pueden alterar la identidad, el propósito vital y la capacidad de resiliencia (1).

En este contexto, los cuidados espirituales emergen como herramienta terapéutica complementaria que favorece la recuperación emocional y el bienestar integral. Las enfermeras de salud mental, desde su enfoque holístico, se encuentran en una posición privilegiada para integrar la espiritualidad en la atención, promoviendo la conexión, la esperanza y el sentido de vida (3).

Objetivos

- Analizar la evidencia científica reciente sobre la relación entre espiritualidad, bienestar emocional y recuperación en salud mental.
- Identificar estrategias enfermeras efectivas para integrar el cuidado espiritual en la práctica clínica.
- Reflexionar sobre las implicaciones éticas y formativas del abordaje espiritual en la enfermería de salud mental.

Desarrollo

La evidencia indica que la espiritualidad mejora el bienestar psicológico, la regulación emocional y el afrontamiento del sufrimiento (1). Aunque los pacientes valoran este apoyo, suele abordarse poco en la práctica clínica (4).

Las enfermeras de salud mental pueden favorecer la expresión espiritual mediante escucha activa, empatía y acompañamiento, reforzando la esperanza y el sentido vital (3).

Intervenciones como narrativa terapéutica, meditación, acompañamiento en la soledad o gratitud se asocian a mayor bienestar y menos síntomas depresivos (5).

La valoración espiritual mediante modelos como FICA o HOPE permite identificar valores, propósito vital y recursos de fe, mientras que la formación en competencias espirituales incrementa la calidad del cuidado (6). Organismos como la OMS y la AEESME reconocen la espiritualidad como dimensión esencial del cuidado centrado en la persona en salud mental (7,8).

Metodología

- Revisión narrativa (enero–septiembre 2025).
- Bases de datos: PubMed, CINAHL, Scielo, PsycINFO.
- Descriptores: spiritual care, mental health nursing, spirituality, well-being, recovery.
- 8 artículos seleccionados (2020–2025)

Conclusión

La integración del cuidado espiritual en la enfermería de salud mental favorece el bienestar emocional, la adherencia terapéutica y la recuperación personal. Las enfermeras deben formarse para identificar y atender las necesidades espirituales de las personas mediante escucha, empatía y presencia terapéutica.

La evidencia muestra que la espiritualidad actúa como recurso protector ante el sufrimiento psíquico, fortaleciendo la esperanza, la resiliencia y el sentido vital. Avanzar hacia una enfermería más humanista y espiritual supone un compromiso ético y profesional indispensable en los servicios de salud mental.

Bibliografía:

1. Koenig HG. Spirituality and Mental Health: Current Evidence and Future Directions. *J Psychiatr Ment Health Nurs*. 2022;29(5):735–742.
2. Puchalski CM, Vitillo R, Hull SK. Spiritual Care: An Essential Domain of Palliative and Mental Health Care. *Front Psychiatry*. 2021;12:678384.
3. Watson J. Human Caring Theory and the Integration of Spirituality in Nursing Practice. *Nurs Sci Q*. 2022;35(1):24–30.
4. Weathers E, et al. Patients' Perceptions of Spiritual Care in Mental Health Settings: A Qualitative Study. *Int J Ment Health Nurs*. 2023;32(2):410–419.
5. Delgado MC, Sánchez-García M, Torres MJ. Mindfulness and Spiritual Well-being in Psychiatric Nursing Interventions. *J Adv Nurs*. 2024;80(4):1120–1130.
6. Villaverde P, Molina A, et al. Competencias espirituales en enfermería: revisión sistemática. *Enferm Clin*. 2023;33(2):89–97.
7. Organización Mundial de la Salud. Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice. OMS; 2023.
8. AEESME. Cuidado humanizado y salud mental: perspectivas enfermeras. AEESME; 2022.