

SEXUALIDAD Y SALUD MENTAL: INTERVENCIÓN EDUCATIVA ENFERMERA EN UN HOSPITAL DE DÍA



PAULA YUBERO GARCIA Enfermera especialista en Geriatría. EIR 1. Hospital de Día Salud Mental.
ELIA MARCOS DEL POZO Enfermera especialista en Salud Mental. Hospital de Día Salud Mental.
PATRICIA DELICADO MORO. Enfermera especialista en Salud Mental. Hospital Gral. Universitario de Segovia.
ANA GONZALEZ PALOMARES. Enfermera especialista en Salud Mental. Hospital Gral. Universitario de Segovia.

INTRODUCCIÓN

La sexualidad forma parte esencial del bienestar global. En salud mental continúa siendo un tema infravisibilizado, influido por estigma, síntomas psicopatológicos y efectos de la medicación.

La enfermería de salud mental ocupa un lugar privilegiado para abrir espacios seguros donde explorar la sexualidad, resolver dudas y favorecer el autocuidado.

Desde esta necesidad surge una sesión educativa dirigida a usuarios de un Hospital de Día de Salud Mental.



METODOLOGÍA

- Diseño: sesión grupal de educación para la salud (50 min).
- Participantes: 9 usuarios adultos (30-58 años) del Hospital de Día.
- Enfoque: metodología participativa y vivencial.
- Estructura de la sesión:
 - Exploración inicial: lluvia de ideas y mitos.
 - Bloque teórico-práctico: sexualidad, psicofármacos y autocuidado.
 - Cierre: dudas, emociones y propuestas.
- Evaluación: encuesta pre y post.



OBJETIVOS

Objetivo General

Promover la salud sexual y el bienestar emocional mediante una intervención educativa enfermera.

Objetivos Específicos

- Facilitar la expresión y reflexión sobre sexualidad desde el respeto y la diversidad.
- Identificar mitos y creencias erróneas.
- Aportar información sobre salud sexual, anticoncepción e ITS.
- Fomentar actitudes positivas hacia la autoimagen y las relaciones afectivas saludables.



RESULTADOS

- Mayor disposición a hablar de sexualidad en el contexto terapéutico.
- Identificación de creencias erróneas y dudas frecuentes.
- Incremento del conocimiento percibido sobre autocuidado sexual.



DESARROLLO DE LA INTERVENCION

- La participación fue activa y espontánea.
- Los usuarios verbalizaron interés en aspectos habitualmente silenciados: deseo sexual, efectos de la medicación, autoestima y relaciones afectivas.
- El rol facilitador de enfermería permitió generar un espacio de confianza, promover el diálogo y desmontar prejuicios.
- La reflexión grupal destacó la importancia de reconocer los derechos sexuales dentro del proceso de recuperación.



CONCLUSIÓN

Incorporar la sexualidad en los programas de salud mental es necesario y beneficioso.

La intervención educativa enfermera:

- Favorece la comunicación,
- Empodera a los usuarios,
- Contribuye al bienestar emocional,
- Permite detectar nuevas necesidades asistenciales.

Romper el tabú supone avanzar hacia una atención más humana, inclusiva y centrada en la persona.

La enfermería, por su cercanía y visión holística, puede liderar este cambio.



BIBLIOGRAFIA

