

**PLAN DE CUIDADOS ENFERMEROS ESTANDARIZADO EN LOS TRASTORNOS DEL SUEÑO PARA PACIENTES CON PATOLOGIA PSIQUIATRICA****COMPLEJO ASISTENCIAL UNIVERSITARIO DE PALENCIA. HOSPITAL SAN TELMO.**

**Autores:** Carvajal Gutiérrez María del Pilar, Villameriel Díez Marta, Martínez Díez Tania, Granado Guijarro Sandra, Gómez González Jesús

**INTRODUCCIÓN:**

El insomnio es un trastorno del sueño consistente en la imposibilidad para iniciar o mantener el sueño, o de conseguir una duración y calidad adecuada para restaurar la energía y el estado de vigilia normal. Es una patología muy frecuente en la población. Se estima que entre un 10-15% de la población adulta padece insomnio crónico y que un 25-35% ha sufrido un insomnio ocasional o transitorio en situaciones estresantes.

Los planes de cuidados son herramientas muy importantes para el equipo de enfermería. La protocolización de dichos planes permite proporcionar cuidados de mayor calidad a pacientes que presentan la misma enfermedad.

**OBJETIVO:** Elaborar un plan de cuidados estandarizado que sirva como guía al equipo de enfermería en una unidad de hospitalización psiquiátrica.

**METODOLOGÍA:**

Para la elaboración del plan de cuidados se utiliza el proceso de atención de enfermería y la Taxonomía Nanda-I 2024-2026. Se realiza la valoración de enfermería en base a los patrones funcionales de Marjory Gordon.

**DESARROLLO:**

Tras la valoración, en función de los patrones alterados, se formulan los diagnósticos de enfermería en el paciente con ansiedad generalizada, y se determinan los objetivos e intervenciones correspondientes.

<b>DIAGNÓSTICOS NANDA</b>	<b>RESULTADOS NOC</b>	<b>INTERVENCIONES NIC</b>
Trastornos del patrón del sueño (00198)	Sueño (0004)	Mejorar el sueño(1850) Técnicas de relajación (5880)
Disposición para mejorar el sueño (00165)	Fatiga: efectos nocivos (0008)	Manejo ambiental: confort(6482) Disminución de la ansiedad (5820)
Insomnio (0095)	Descanso (0003)	Mejorar afrontamiento (5230) Enseñanza: Procesos del sueño(5602)

**CONCLUSIONES:**

La estandarización de los planes de cuidados facilita a los profesionales de enfermería prestar cuidados de mayor calidad, lo cual se traduce en una evolución más favorable en el estado de salud del paciente.

**BIBLIOGRAFIA:**

- 1, Elsevier. NNNConsult. [Online].; 2023 [cited 2023 Abril 13. Available from: <https://www.nnnconsult.com/>.
- 2, American Psychiatric Association. DSM-V. 1st ed. Washington DC: Asociación Americana de Psiquiatría; 2016.
- 3, MedlinePlus. medlineplus.gov/spanish. [Online].; 2021 [cited 2023 Abril 14. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>