

CUANDO EL INGRESO GENERA ANSIEDAD: CUIDADOS ENFERMEROS CENTRADOS EN LA PERSONA.

INTRODUCCIÓN

La ansiedad es uno de los síntomas más prevalentes en hospitalización psiquiátrica, intensificada por factores como el entorno cerrado y la pérdida de autonomía. Ante este escenario, la enfermería de salud mental desempeña un papel determinante mediante la valoración integral y la aplicación de intervenciones basadas en la evidencia. El uso del proceso enfermero y el establecimiento de una relación terapéutica sólida son herramientas esenciales para reducir el malestar del paciente, garantizando un entorno seguro y favoreciendo su proceso de recuperación.

DESARROLLO

El manejo de la ansiedad en las unidades de hospitalización psiquiátrica comienza con una adecuada valoración por parte de la enfermera incluyendo la observación del comportamiento, la identificación de factores desencadenantes, la detección precoz de signos y síntomas tanto físicos como psicológicos y el uso de escalas de valoración específicas.

SÍNTOMAS:



Entre los factores que pueden empeorar el estado basal del paciente se encuentran el ingreso involuntario, la falta de información, el aislamiento, la sintomatología psicótica y los efectos secundarios de la medicación.

Por tanto, el abordaje enfermero de la ansiedad en las unidades de hospitalización psiquiátrica requiere una intervención estructurada, individualizada y adaptada al contexto clínico, donde la observación, la comunicación terapéutica y la identificación precoz de necesidades resultan fundamentales.

CONCLUSIONES

El manejo enfermero de la ansiedad en unidades de hospitalización psiquiátrica es una intervención esencial para garantizar la seguridad, el bienestar emocional y la eficacia del tratamiento. La valoración continua, el uso de intervenciones no farmacológicas y la creación de un entorno terapéutico favorecen y mejoran la experiencia del ingreso. La enfermería de salud mental desempeña un rol clave como agente terapéutico y de contención emocional dentro del equipo asistencial.

BIBLIOGRAFÍA

- Organización Mundial de la Salud. Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en los servicios de salud no especializados. Ginebra: OMS; 2016.
- García-López LJ, Muela JA, Espinosa-Fernandez L. Intervenciones psicológicas y de enfermería en el tratamiento de la ansiedad. Rev Enferm Salud Ment. 2017;10(2):45-52.
- National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Generalised anxiety disorder and panic disorder in adults: management [Internet]. London: NICE; 2020 [citado 2026 Ene 21]. Disponible en: <https://www.nice.org.uk>

OBJETIVOS

- Analizar el papel de la enfermería en el manejo de la ansiedad en unidades de hospitalización psiquiátrica.
- Identificar los principales factores desencadenantes de ansiedad en pacientes hospitalizados en unidades psiquiátricas.
- Describir las intervenciones enfermeras más utilizadas para el control de la ansiedad.
- Analizar la importancia de la relación terapéutica enfermera-paciente en la reducción de los niveles de ansiedad.

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión bibliográfica narrativa mediante una búsqueda sistemática en las bases de datos PubMed, CINAHL y SciELO. Se utilizaron descriptores DeCS/MesH como 'ansiedad', 'enfermería' y 'hospitalización psiquiátrica', seleccionando artículos de evidencia científica reciente en español e inglés. El análisis se centró en identificar intervenciones enfermeras y estrategias de manejo clínico aplicables a la práctica asistencial, priorizando recomendaciones basadas en guías de práctica clínica y documentos institucionales de salud mental.

Los cuidados de enfermería en el manejo de la ansiedad podemos dividirlos en dos grupos:

