

El modelo de la marea en la recuperación en Salud Mental: Modelo Tidal

Cada vida es un "océano de experiencias vividas".

(1) Adriana Fernández Camino, (2) Candela Garrido Omar.

(1,2) Enfermera especialista Salud Mental.

Introducción

El modelo de la marea (Modelo Tidal) surgió a mediados de la década de 1990. Fue creado por el enfermero psiquiátrico escocés Phil Barker, que defiende la existencia de un trabajo cooperativo entre la enfermera y el paciente, en el que el profesional asume el papel de aprendiz sobre la experiencia vivida por la persona. En el centro de este modelo se sitúa un "conocimiento de las historias". Considera que todo está marcado en la historia de vida de las personas, que presenta todos los cambios que se han producido durante el trayecto desde el nacimiento, y cómo han respondido a cada uno de ellos.

Para El Modelo Tidal, recuperar estas historias y problemas personales como seres humanos es el primer paso para recuperar el control sobre la propia vida.

Objetivo General

- Describir el modelo de la marea (Modelo Tidal).

Objetivos específicos

- Identificar los compromisos esenciales del modelo de la marea.
- Conocer las fases del modelo.
- Determinar la aplicación del modelo en la práctica de la enfermera especialista en salud mental.

Metodología

Se realizó una búsqueda bibliográfica, publicaciones en diferentes bases de datos PubMed, Science Direct y Scielo. Se utilizó como criterio de búsqueda el descriptor "tidal model" and "nursing". Se seleccionaron artículos con antigüedad máxima de cinco años and full text available.

Los 10 compromisos: valores esenciales del modelo de la marea.

El Modelo Tidal enumera diez compromisos que constituyen la esencia de su aplicación en la práctica profesional:

1. Valorar la voz de los sujetos.
2. Respetar el lenguaje.
3. Convertirse en un aprendiz.
4. Trabajar un paso más allá.
5. Utilizar el equipo de herramientas disponible.
6. Regalar tiempo.
7. Desarrollar una curiosidad genuina.
8. Saber que el cambio es constante.
9. Revelar la sabiduría personal.
10. Ser transparente.

Dimensiones de la persona

Barker propone en el modelo Tidal 3 dimensiones que representan la personalidad: el mundo, el uno mismo y los demás; las cuales tiene como objetivo evitar la reducción de la persona a un fenómeno, a través de instrumentos como la escucha y el diálogo, el profesional de enfermería y de salud orienta a la persona en el proceso de recuperación.

Fases de la marea

Este modelo utiliza el agua como metáfora para describir la fluidez, el cambio constante y la experiencia humana en salud mental.

Para aplicar esta metáfora en la práctica clínica (específicamente en el Plan de Atención Enfermero - PAE), el modelo se estructura en **6 fases** o "compromisos" (a veces llamados fases de la marea), orientados a ayudar a la persona a retomar el control de su vida:

Navegando en el océano (Antecedentes/Cotidianidad): Se refiere a la comprensión de la vida cotidiana de la persona, sus antecedentes y la situación antes de que ocurriera el suceso imprevisto o la crisis.

Lanzarse a nadar (Compromiso con la crisis): Se presenta cuando la persona tiene un malestar grave y se necesita un compromiso activo para abordar la situación de crisis.

El inicio del viaje (Valoración inicial): Comienzan los esfuerzos colaborativos para identificar las necesidades del paciente.

Encuentro con las tormentas (Gestión de la crisis): Reconocimiento de los momentos de mayor inestabilidad emocional o mental.

Aprender a nadar (Desarrollo de recursos): El enfoque en la construcción de recursos propios de la persona para afrontar la situación.

Volver a empezar el viaje (Recuperación y sostenibilidad): La fase final donde la persona busca retomar el control de su propia historia de vida.

Conclusiones

La aplicación de la teoría de la marea y la metáfora central del agua, con el apoyo del profesional de enfermería, permite dar al paciente herramientas basadas en la propia experiencia y la contemplación de sus propias vivencias, con el fin de superar la situación por la cual se encuentra atravesando actualmente.

Bibliografía

Ardila Suárez EF, Moreno Ríos MM, Mosquera Valencia D, Saldarriaga Moreno KY, Correa Pérez M. Cuidando la salud mental en pandemia desde la teoría de la marea: Una experiencia de cuidado. CES Enferm [Internet]. 2023; 4(1), 31-38. <https://doi.org/10.21615/cesenferm.7109>
Suárez, E. F. A., Ríos, M. M. M., Valencia, D. M., Moreno, K. Y. S., & Pérez, M. C. (2023). Cuidando la salud mental en pandemia desde la teoría de la marea: una experiencia de cuidado. CES Enfermería, 4(1), 31-38.