



HABLAR EN METÁFORAS: UNA HERRAMIENTA PARA LA PSICOEDUCACIÓN EN SALUD MENTAL.

AUTORES: MARÍA DEL CARMEN MOREIRA RODRÍGUEZ (CSM LANGREO)
ROMINA CASTRO GARCÍA (UHP HOSPITAL VALLE NALÓN)

INTRODUCCIÓN

Una definición general de psicoeducación sería una aproximación terapéutica, en la cual se proporciona al paciente y la familia información específica sobre su enfermedad, tratamiento y pronóstico, basados en evidencia científica actual y relevante para el abordaje de la patología. El objetivo de la psicoeducación sería que las personas con un trastorno mental entiendan y sean capaces de convivir con sus dificultades(1) La comunicación terapéutica permite establecer una relación de ayuda, sin embargo, hay ciertos procesos mentales que por su naturaleza abstracta (emociones, pensamientos intrusivos, disociación, ...) pueden generar una brecha comunicativa entre profesional y paciente; es ahí donde el uso de metáforas puede ayudar al profesional a transformar conocimiento científico abstracto en cogniciones más comprensibles y significativas para el paciente o su familia(1,2). La metáfora puede ser una herramienta útil en psicoeducación ya que facilita recordar y comprender conceptos complejos, reduce las defensas psíquicas del paciente, genera empatía y además fomenta la creatividad(3).

OBJETIVOS

Analizar el uso de metáforas clínicas como herramienta psicoeducativa en enfermería de salud mental a partir de la evidencia científica disponible.

Objetivos específicos:

1. Identificar metáforas clínicas con utilidad psicoeducativa en los principales trastornos mentales que son atendidos por enfermería.
2. Describir el impacto del uso de metáforas en la comprensión de la enfermedad, la adherencia terapéutica o la alianza terapéutica.

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión bibliográfica en las bases de datos de PubMed, PsycINFO y Google Scholar. Los términos de búsqueda fueron los descriptores en ciencias de la salud (DeCS/MeSH): metáforas, psicoeducación y enfermería de salud mental. Los descriptores se combinaron mediante los operadores booleanos. Se limitó la búsqueda a artículos en castellano e inglés, sin restricción de fechas para los textos fundacionales y para aquellos de evidencia clínica desde 2020 en adelante. Se excluyeron los artículos que no abordaban el uso de metáforas en un contexto terapéutico o psicoeducativo de forma directa.

La selección final fueron 15 artículos que se analizaron a través de síntesis narrativa.

BIBLIOGRAFÍA

1. Godoy D, Meza ML, Fierro A. Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. Rev Med Clin Los Condes. 2020;31(2):263-270. DOI:10.1016/J.RMCLC.2020.02.001
2. Alfonso Sánchez JR, Cholán Cabanillas JJ, Velásquez Porras PC, Aguayo Cabana A. Comunicación terapéutica y terapia narrativa: aplicaciones en el cuidado de enfermería. REV Cienc Cuidado. 2023;20(1):92-103
3. Sakin B, Kaftar Y, Albay M. Nurses perception of therapeutic communication: a metaphor study. Gen Med (Los Angel). 2024;12(3):1-8

CONCLUSIÓN

La revisión bibliográfica permitió identificar los siguientes resultados:

1. **La metáfora como mecanismo cognitivo en psicoeducación: el lenguaje figurado recluta sistemas sensoriomotores, emocionales y narrativos, facilitando el acceso a experiencias difíciles de verbalizar y fortaleciendo la alianza terapéutica. Su eficacia psicoeducativa radica en que traduce lo abstracto (la experiencia subjetiva del trastorno mental) en imágenes concretas y culturalmente accesibles, reduciendo la amenaza y abriendo opciones de afrontamiento.**
2. **Evidencia en enfermería de salud mental: las metáforas constituyen una herramienta valiosa para comprender y comunicar aspectos cruciales de la comunicación terapéutica centrada en el paciente.**
3. **Consideraciones clínicas en psicosis: la evidencia señala que los pacientes con trastornos psicóticos pueden presentar dificultades en la comprensión de ciertas metáforas, lo que impide significativamente la comunicación. Esto subraya la importancia de seleccionar cuidadosamente metáforas simples, concretas y culturalmente familiares en este grupo de pacientes.**
4. **Guía de metáforas útiles para enfermería de salud mental:**
 - a. **Trastorno de ansiedad: "La alarma de humo que suena sin fuego"**
 - b. **Depresión: "Caminar con una mochila de piedras", "Una gárgola en el hombro"**
 - c. **Trastorno bipolar: "Un barco en el mar agitado"**
 - d. **TOC: "arenas movedizas"**
 - e. **Adherencia: "El conductor del autobús"**