

Regular antes que contener: modulación sensorial como estrategia enfermera frente a la agitación en hospitalización psiquiátrica

Autor: Víctor Peinado Díaz, enfermero residente de Salud Mental del Hospital Universitario de Jerez de la Frontera, (Cádiz).

1. Introducción

La agitación psicomotriz en hospitalización psiquiátrica puede evolucionar hacia conductas de riesgo y favorecer el empleo de medicación de rescate, aislamiento o contención. La modulación sensorial utiliza estímulos individualizados táctiles, propioceptivos, vestibulares, visuales o auditivos para disminuir la activación y facilitar la autorregulación. Su carácter voluntario, no invasivo y centrado en la persona la convierte en una estrategia preventiva y complementaria coherente con los cuidados informados por el trauma y la reducción de prácticas coercitivas. La enfermera de salud mental puede detectar precozmente el aumento del malestar, explorar preferencias sensoriales y acompañar la intervención (1-3).

2. Objetivos

- Analizar la evidencia científica sobre la efectividad de la modulación sensorial en hospitalización psiquiátrica.
- Identificar sus beneficios para los cuidados enfermeros y su potencial contribución a una atención menos coercitiva y centrada en la persona.

3. Metodología

Se realizó una revisión narrativa mediante búsqueda en PubMed y revisión de referencias, utilizando los términos “sensory modulation”, “sensory room”, “psychiatric inpatient”, “agitation”, “seclusion” y “restraint”. Se priorizaron revisiones sistemáticas con evaluación metodológica explícita, población adulta y aplicabilidad a hospitalización psiquiátrica. Se seleccionaron tres revisiones por su nivel de evidencia, rigor metodológico y pertinencia clínica (1-3).

4. Desarrollo

- Huber et al. revisaron 39 estudios sobre intervenciones breves no farmacológicas en situaciones de crisis y evaluaron su calidad mediante herramientas del Joanna Briggs Institute. Pese a la heterogeneidad, que impidió realizar metaanálisis, las salas de modulación sensorial destacaron como una de las pocas intervenciones con resultados consistentes en la reducción del estrés durante la hospitalización (1).
- Haig y Hallett analizaron 18 estudios específicos de salas sensoriales. Encontraron resultados favorables sobre estrés, regulación emocional, automanejo y experiencia de ingreso, aunque la evidencia fue insuficiente para afirmar una reducción consistente de aislamiento, contención o violencia (2).
- Ma et al., en una revisión sistemática de métodos mixtos de 16 estudios con evaluación independiente de calidad, identificaron efectos favorables sobre calma emocional, activación corporal, autocuidado y relación enfermera-paciente. La individualización del estímulo, un entorno seguro, la relación terapéutica y la autonomía aparecieron como componentes esenciales (3).

En conjunto, las revisiones apoyan la modulación sensorial como herramienta de regulación y desescalada temprana, especialmente cuando se aplica de forma precoz, individualizada y voluntaria (1-3).

5. Conclusiones

La evidencia científica respalda la modulación sensorial como una estrategia prometedora para disminuir el estrés, favorecer la autorregulación y promover una hospitalización más centrada en la persona. Sus beneficios adquieren especial relevancia cuando la intervención es precoz, voluntaria e individualizada. Aunque se necesitan estudios de mayor calidad para establecer su impacto sobre contenciones y aislamientos, los resultados actuales apoyan su incorporación como herramienta complementaria en los cuidados de salud mental. La enfermera especialista ocupa una posición clave para liderar su aplicación mediante valoración sensorial, acompañamiento terapéutico y evaluación de la respuesta, favoreciendo un cambio de paradigma: intervenir para regular antes que contener (1-3).

6. Bibliografía

1. Huber JP, Milton A, Brewer MC, Norrie LM, Hartog SM, Glozier N. The effectiveness of brief non-pharmacological interventions in emergency departments and psychiatric inpatient units for people in crisis: a systematic review and narrative synthesis. *Aust N Z J Psychiatry*. 2024;58(3):207-226. Doi: <https://doi.org/10.1177/00048674231216348>
2. Haig S, Hallett N. Use of sensory rooms in adult psychiatric inpatient settings: a systematic review and narrative synthesis. *Int J Ment Health Nurs*. 2023;32(1):54-75. Doi: <https://doi.org/10.1111/inm.13065>
3. Ma D, Su J, Wang H, Zhao Y, Li H, Li Y, et al. Sensory-based approaches in psychiatric care: a systematic mixed-methods review. *J Adv Nurs*. 2021;77(10):3991-4004. Doi: <https://doi.org/10.1111/jan.14884>



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL



Colegio Oficial de
Enfermería de
La Rioja