

PROGRAMA GRUPAL DE EXPRESIÓN EMOCIONAL DIRIGIDO POR LA ENFERMERA EN UNA COMUNIDAD TERAPÉUTICA DE SALUD MENTAL PARA PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE: DISEÑO, IMPLANTACIÓN Y EVALUACIÓN EN CURSO

Autores: Muñoz Revert, Vanessa; Pelegrina López, Lucía; Baños Martos, Francisco Jesús; Plaza, del Pino, M^e Dolores.



INTRODUCCIÓN

Las personas con Trastorno Mental Grave (TMG) pueden presentar dificultades en la identificación, expresión y regulación de las emociones, con repercusión sobre el funcionamiento psicosocial, las relaciones interpersonales y el proceso de recuperación.

La enfermera especialista en Salud Mental desempeña un papel relevante en el desarrollo de intervenciones grupales orientadas a potenciar competencias emocionales, favorecer la participación activa y promover estrategias de afrontamiento adaptativas.

El empleo de metodologías creativas y participativas, como la música, el dibujo, la escritura terapéutica y las dinámicas grupales, puede facilitar la expresión emocional y favorecer el aprendizaje experiencial. Sin embargo, son limitadas las experiencias descritas que integran estas estrategias en un programa estructurado dentro de una comunidad terapéutica.

OBJETIVOS



Objetivo principal

Diseñar e implantar un programa grupal de expresión emocional dirigido por una enfermera especialista en Salud Mental para personas con TMG ingresadas en una comunidad terapéutica.



Objetivo secundario

Establecer un protocolo de evaluación que permita valorar la evolución de las competencias emocionales percibidas por los participantes.

METODOLOGÍA



Proyecto de intervención desarrollado en una comunidad terapéutica de Salud Mental mediante un programa grupal semanal de 60 minutos, dirigido por una Enfermera Especialista en Salud Mental.



Cada sesión mantiene una estructura común:



Se emplean diferentes técnicas de expresión y participación, fundamentalmente **música, dibujo y pintura e imágenes**, adaptadas a las características y necesidades del grupo.



Las sesiones abordan diferentes dimensiones emocionales, incluyendo: alegría, tristeza, miedo, ira, ansiedad, autoestima, culpa, gratitud y resiliencia.



EVALUACIÓN



Cuestionario ad hoc compuesto por 8 ítems, valorados mediante una escala tipo Likert de 1 (nunca) a 5 (siempre), que explora:

- Conciencia emocional
- Identificación de emociones
- Expresión emocional
- Búsqueda de apoyo
- Regulación emocional
- Control de impulsos



Además, se incorporó una **Escala Visual Analógica (EVA)** de 0-10 para valorar la percepción global sobre la capacidad para manejar las emociones.

DESARROLLO



El programa se encuentra actualmente en fase de implementación, integrado en la programación terapéutica de la comunidad y con periodicidad semanal.

Hasta el momento se ha completado la evaluación inicial de los participantes y continúan desarrollándose las sesiones previstas.

La evaluación final permitirá comparar las puntuaciones obtenidas pre y postintervención, así como analizar la evolución de las competencias emocionales percibidas.

De forma complementaria, se recogerán observaciones cualitativas derivadas de la participación y evolución de los asistentes durante el desarrollo del programa.



CONCLUSIONES

La implantación de un programa estructurado de expresión emocional dirigido por una enfermera especialista en Salud Mental constituye una intervención factible e integrable en el contexto de una comunidad terapéutica.

El programa proporciona un marco organizado para trabajar competencias emocionales mediante estrategias creativas y participativas, favoreciendo espacios de expresión, reflexión y aprendizaje compartido.

La evaluación actualmente en curso permitirá determinar la evolución de las competencias emocionales percibidas y aportar evidencia sobre la utilidad de este tipo de intervenciones enfermeras en personas con TMG.



BIBLIOGRAFÍA

1. World Health Organization. Guidance on community mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches. Geneva: WHO; 2021.
2. Killaspy H, White S, Dowling S, et al. Community-based social interventions for people with severe mental illness: a systematic review. *World Psychiatry*. 2022;21(3):371-380.
3. American Psychiatric Association. The American Psychiatric Association Practice Guideline for the Treatment of Patients With Schizophrenia. 3rd ed. Washington (DC): APA; 2020.



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL



IDENTIFICAR
lo que siento



EXPRESAR
lo que soy



COMPARTIR
lo que vivo



REGULAR
lo que necesito