1ª Jornada Riojana de enfermería de salud mental/AEESME

Del miedo a la confianza

Efectividad de las intervenciones de enfermería basadas en la evidencia para prevenir la ansiedad ante una mastectomía

María Belén Orive Martínez
Jone Agredas Pando
Esther Muñoz Rodríguez

INTRODUCCIÓN

La mastectomía es un proceso de gran impacto no solo físico sino también emocional. El recelo a la intervención, la anestesia, el dolor, los cambios en la imagen corporal, incertidumbre y la preocupación incrementan la ansiedad. Influye negativamente. La EBE incorpora soluciones para favorecer la preparación integral del paciente, transformando el miedo en confianza.

OBJETIVOS

Disminuir la ansiedad preoperatoria previa a la mastectomía.
Mejorar la información y percepción de control sobre el proceso quirúrgico.
Favorecer estrategias de afrontamiento y reducción del miedo.
Potenciar una atención enfermera humanizada, cercana e individualizada.

METODOLOGÍA

Términos: mastectomy, breast cancer surgery, preoperative anxiety, nursing interventions, patient education y non-pharmacological interventions.



DESARROLLO

1. Valoración individualizada.
2. Información preoperatoria.
3. Comunicación terapéutica.
4. Técnicas de relajación.
5. Preparación anticipada.
6. Continuidad enfermera.



CONCLUSIONES

La ansiedad ante una mastectomía requiere una intervención enfermera precoz, individualizada. La educación terapéutica, la comunicación empática, la preparación anticipada y las técnicas de relajación pueden transformar el miedo en confianza. Integrar estas intervenciones en un protocolo perioperatorio enfermero puede mejorar la experiencia de la paciente y contribuir a una atención más humana y segura

Antes de cuidar la herida, cuidemos el miedo

BIBLIOGRAFÍA

1. Tola YO, Chow KM, Liang W. Effects of non-pharmacological interventions on preoperative anxiety and postoperative pain in patients undergoing breast cancer surgery: a systematic review. J Clin Nurs. 2021;30(23-24):3369-84. doi:10.1111/jocn.15827.
2. Ruiz Hernández C, Gómez-Urquiza JL, Pradas-Hernández L, Vargas Roman K, Suleiman-Martos N, Albendín-García L, et al. Effectiveness of nursing interventions for preoperative anxiety in adults: a systematic review with meta-analysis. J Adv Nurs. 2021;77(8):3274-85. doi:10.1111/jan.14827.
3. Alanazi AA. Reducing anxiety in preoperative patients: a systematic review. Br J Nurs. 2014;23(7):387-93. doi:10.12968/bjon.2014.23.7.387.
4. Agüero-Millan B, Abajas-Bustillo R, Ortego-Maté C. Efficacy of nonpharmacologic interventions in preoperative anxiety: a systematic review of systematic reviews. J Clin Nurs. 2023;32(17-18):6229-42. doi:10.1111/jocn.16755.

S. Sui S, Bao L, Zhu L, Tang Y, Gu S, Mi Y, et al. Nonpharmacological management of preoperative anxiety in adults: a systematic review. J Perianesth Nurs. 2026;41(2):446-56. doi:10.1016/j.jopan.2025.06.009.