MÁS ALLÁ DEL SÍNTOMA: De la etiqueta diagnóstica a la historia de vida. La terapia narrativa y el papel de la enfermería en la reconstrucción de la identidad

I JORNADA RIOJANA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL / AEESME

AEESME
Asociación Española de Enfermería de Salud Mental

Autores: María Cerviño Rey, Garazi Pascual Larraza, Rodrigo Legerén Vieytes
Enfermeros especialistas de Salud Mental de la OSI Araba (Osakidetza).

INTRODUCCIÓN

En salud mental, centrar la atención exclusivamente en los síntomas puede reducir la identidad de la persona a su enfermedad, dejando en segundo plano su historia, sus recursos y sus capacidades. La **terapia narrativa (TN)**, propone comprender el sufrimiento dentro de la historia vital de cada persona, diferenciando su identidad del problema y favoreciendo la **construcción de relatos alternativos** que incorporen sus fortalezas y experiencias.

OBJETIVOS

Explorar las aportaciones de la TN a los cuidados de enfermería en salud mental, describiendo sus herramientas y beneficios potenciales para una atención más humanizada y centrada en la persona.

METODOLOGÍA

Revisión sistemática de la literatura mediante la estrategia de búsqueda (“Narrative Therapy ") AND ("Mental health" OR " Mental Health Nursing ") AND (Therapeutic Communication” OR “Psychotherapeutic Techniques "). Se realiza búsqueda en la base de datos Dialnet y SciELO, aplicando criterios de inclusión y exclusión, se analizan **5 artículos**.

RESULTADOS

La TN parte de la idea de que las personas construyen el significado de sus experiencias mediante las **historias** que cuentan sobre sí mismas. Cuando el sufrimiento domina estos relatos, la persona puede definirse por su diagnóstico o dificultades.

Objetivo :

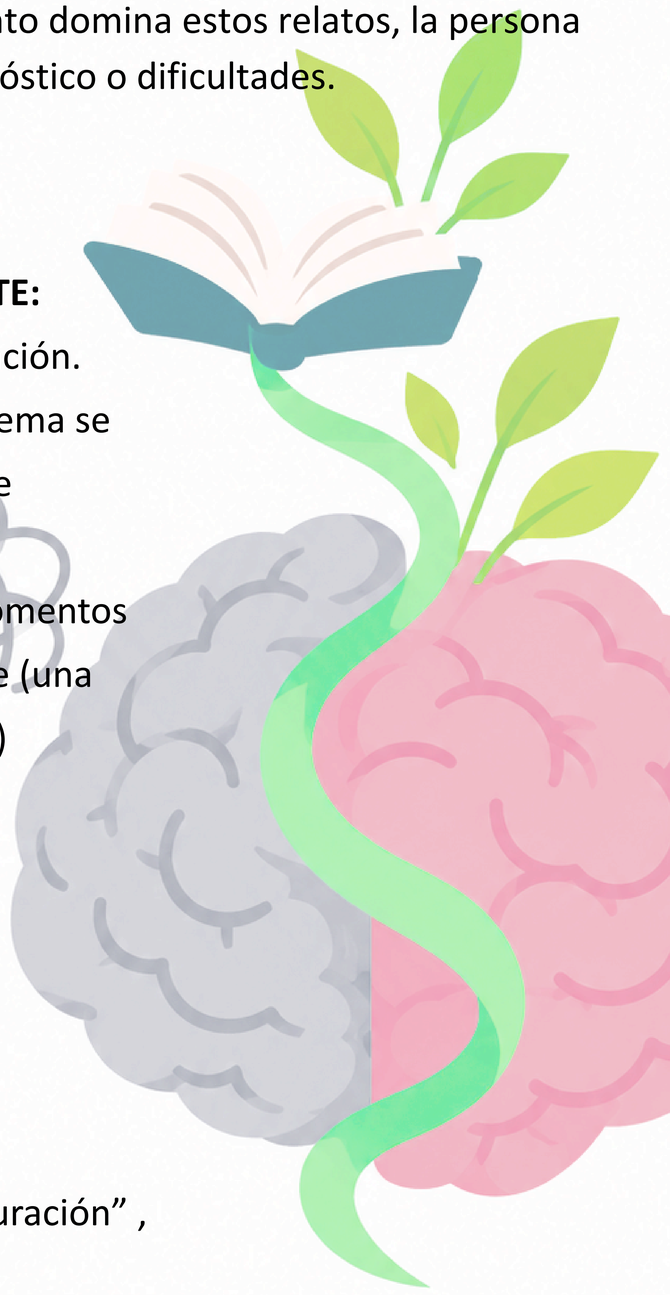
- *Diferenciar a la persona del problema*
- Construir *relatos alternativos* que visibilizan capacidades

HERRAMIENTAS

1. **IDENTIFICACIÓN DE LA HISTORIA DOMINANTE:** experiencias de fracaso, recaída o estigmatización.
2. **EXTERNALIZACIÓN DEL PROBLEMA** : el problema se convierte en algo externo con lo que se puede negociar.
3. **IDENTIFICACIÓN DE RESULTADO ÚNICOS:** momentos en los que la historia dominante no se cumple (una decisión, forma distinta de afrontar una crisis)
4. **REAUTORIA:** conexión de resultados unicos y elaboración de una narrativa alternativa
5. **CONSOLIDACIÓN**

BENEFICIOS

- Reconstrucción de identidad
- Recuperación del sentido vital
- Aumento de la esperanza, no basada en la “curación” , sino en la posibilidad de convivencia.



APLICABILIDAD ENFERMERA

- **Acceso a relatos** que rara vez emergen en espacios terapéuticos formales.
- Posibildiad de s**ostener la subjetividad** del paciente sin que su identidad quede reducida al diagnóstico.
- Traducir la experiencia del paciente al equipo sin patologizarla
- Acompañar **procesos de resignificación** tras recaídas

CONCLUSIONES

La TN plantea:

- Forjar una **identidad** menos condicionada por el diagnostico
- Cuidar más allá del síntoma
- Ayudar a la persona a reconocer sus **capacidades** y participar activamente en su recuperación.
- Fomentar una relación terapéutica más **colaborativa.**

Bibliografía