I JORNADA CÁNTABRA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL / AEESME

Enfermería y salud mental: detectar, acompañar y cuidar

Teresa Prieto Gutiérrez, Susana Ortiz Lecanda, Ana Fernández Lucio

Centro de trabajo: Hospital Comarcal Sierrallana, Servicio Cántabro de Salud, Torrelavega (Cantabria)

Población: personas con problemas de salud mental, sus familias y profesionales de enfermería

Introducción

Los trastornos mentales figuran entre las diez principales causas de carga de enfermedad en el mundo, sin evidencia de reducción desde 1990 (1). Casi la mitad (48,4 %) comienza antes de los 18 años (2), lo que sitúa a la enfermería comunitaria y escolar en una posición privilegiada para la detección precoz. En España, el Real Decreto 450/2005 reconoce la Enfermería de Salud Mental como especialidad (3). A ello se suma la salud mental de las propias profesionales: un metaanálisis global estimó una prevalencia de síntomas de burnout del 11,2 % en enfermeras (4).

48,4 %
de los trastornos mentales empiezan antes de los 18 años (2)

11,2 %
de las enfermeras presentan síntomas de burnout (4)

Objetivos

Describir el papel de la enfermería en la atención a la salud mental. Identificar sus principales áreas de intervención. Reflexionar sobre el marco profesional en España y sobre el cuidado de la salud mental de las enfermeras.

Metodología

Revisión narrativa de una fuente oficial (Boletín Oficial del Estado) y de publicaciones científicas internacionales (*Lancet Psychiatry*, *Molecular Psychiatry*, *Journal of Psychiatric Research*), seleccionadas por su relevancia y calidad metodológica. Se sintetizaron los datos epidemiológicos y el marco normativo, y se organizaron las funciones enfermeras en áreas de actuación.

Desarrollo

Se identifican cuatro áreas de actuación enfermera:

1. **Detección precoz.** La edad temprana de inicio justifica el cribado en atención primaria, centros educativos y servicios pediátricos (2).
2. **Continuidad de cuidados.** El seguimiento tras el alta y la coordinación entre niveles asistenciales evitan la fragmentación de la atención.
3. **Educación para la salud.** Incluye hábitos saludables, reducción del estigma y prevención del suicidio.
4. **Apoyo a familias y cuidadores,** como parte de un abordaje integral.

En el plano profesional, la existencia de la especialidad (3) plantea el reto de su desarrollo efectivo, que debería evaluarse con datos oficiales de cada comunidad autónoma. Por último, el burnout afecta a las enfermeras de todo el mundo (4). Los autores del metaanálisis lo presentan como un estímulo para estudiar intervenciones y mejorar las condiciones laborales.

Conclusiones

La enfermería es clave en la detección precoz y el acompañamiento en salud mental por su cercanía a la comunidad. Es necesario consolidar la especialidad de forma homogénea. Cuidar la salud mental de las enfermeras es condición para una atención de calidad.

Bibliografía

1. GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. Lancet Psychiatry. 2022;9(2):137-50. doi:10.1016/S2215-0366(21)00395-3
2. Solmi M, Radua J, Olivola M, Croce E, Soardo L, Salazar de Pablo G, et al. Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. Mol Psychiatry. 2022;27(1):281-95. doi:10.1038/s41380-021-01161-7
3. Real Decreto 450/2005, de 22 de abril, sobre especialidades de Enfermería. Boletín Oficial del Estado, nº 108, (6 de mayo de 2005). Disponible en: https://www.boe.es/eli/es/rd/2005/04/22/450
4. Woo T, Ho R, Tang A, Tam W. Global prevalence of burnout symptoms among nurses: a systematic review and meta-analysis. J Psychiatr Res. 2020;123:9-20. doi:10.1016/j.jpsychires.2019.12.015