DISPOSITIVO DE INTERNACIÓN DE SALUD MENTAL Y ADICCIONES
HOSPITAL REGIONAL DR. VÍCTOR MANUEL SANGUINETTI.

Comunicación activa en salud mental: una herramienta para la humanización del cuidado de enfermería.

HOSPITAL REGIONAL

Salud y salud mental

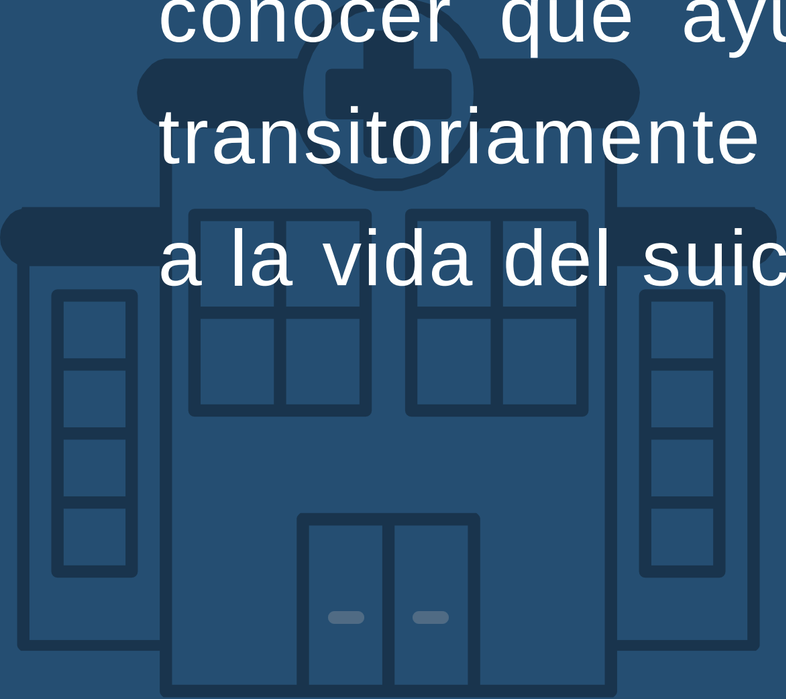
·Según la OMS, salud es "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

·La salud mental es un estado de bienestar que permite a las personas afrontar el estrés de la vida, desarrollar sus habilidades, aprender, trabajar y contribuir a su comunidad. Es un derecho humano fundamental y esencial para el desarrollo personal y socioeconómico.



¿Cómo brindar cuidado?

Virginia Henderson dijo: "Las enfermeras deben de alguna forma ponerse en la piel de cada enfermo para conocer qué ayuda necesita de ella. La enfermera es transitoriamente la conciencia del inconsciente, el amor a la vida del suicida, la pierna del amputado..."





RELACIÓN ENFERMERO- PACIENTE

OBJETIVO: establecer un vínculo de confianza que permita al usuario expresar sus sentimientos, emociones y necesidades de forma segura. Facilitando un cuidado humanizado y de calidad.

PRINCIPIOS DE LA RELACIÓN TERAPÉUTICA:

- Empatia
- Respeto
- Confianza
- Escucha activa
- Confidencialidad
- Comunicación clara

Rol del enfermero

- Asistencia directa/ evaluación continúa.
- Manejo de crisis.
- Educar y prevención al paciente y a su familia.
- Defensa de derechos
- Promover la autonomía y la autoestima.
- Coordinar el cuidado con el equipo interdisciplinario.







COMUNICACIÓN ACTIVA

La comunicación activa es un proceso en el que el profesional de enfermería escucha, comprende y responde de manera empática a las necesidades del paciente.

- En salud mental, permite comprender el sufrimiento emocional del paciente, validar sus sentimientos, reducir la ansiedad y crear un vínculo de confianza mediante el uso consciente de palabras, silencios y lenguaje corporal.

Elementos de la comunicación activa

- Escucha activa: prestar atención sin interrumpir.
- Empatía: comprender la experiencia del paciente sin juzgar.
- Lenguaje claro y respetuoso: utilizar palabras sencillas y un tono adecuado.
- Comunicación no verbal: mantener contacto visual, postura abierta y gestos de interés.
- Retroalimentación: verificar que el mensaje haya sido comprendido.

El lenguaje no estigmatizante

Consiste en utilizar palabras que respeten la dignidad de las personas y eviten reforzar prejuicios o estereotipos relacionados con la salud mental. Su objetivo es poner a la persona por delante del diagnóstico, favoreciendo una atención más humana y respetuosa

Importancia:

- Favorece la expresión de emociones y sentimientos.
- Disminuye la ansiedad, el miedo y el aislamiento.
- Fortalece el vínculo terapéutico entre enfermero y paciente.
- Reduce conflictos y malentendidos.
- Contribuye a una atención más humanizada y respetuosa.

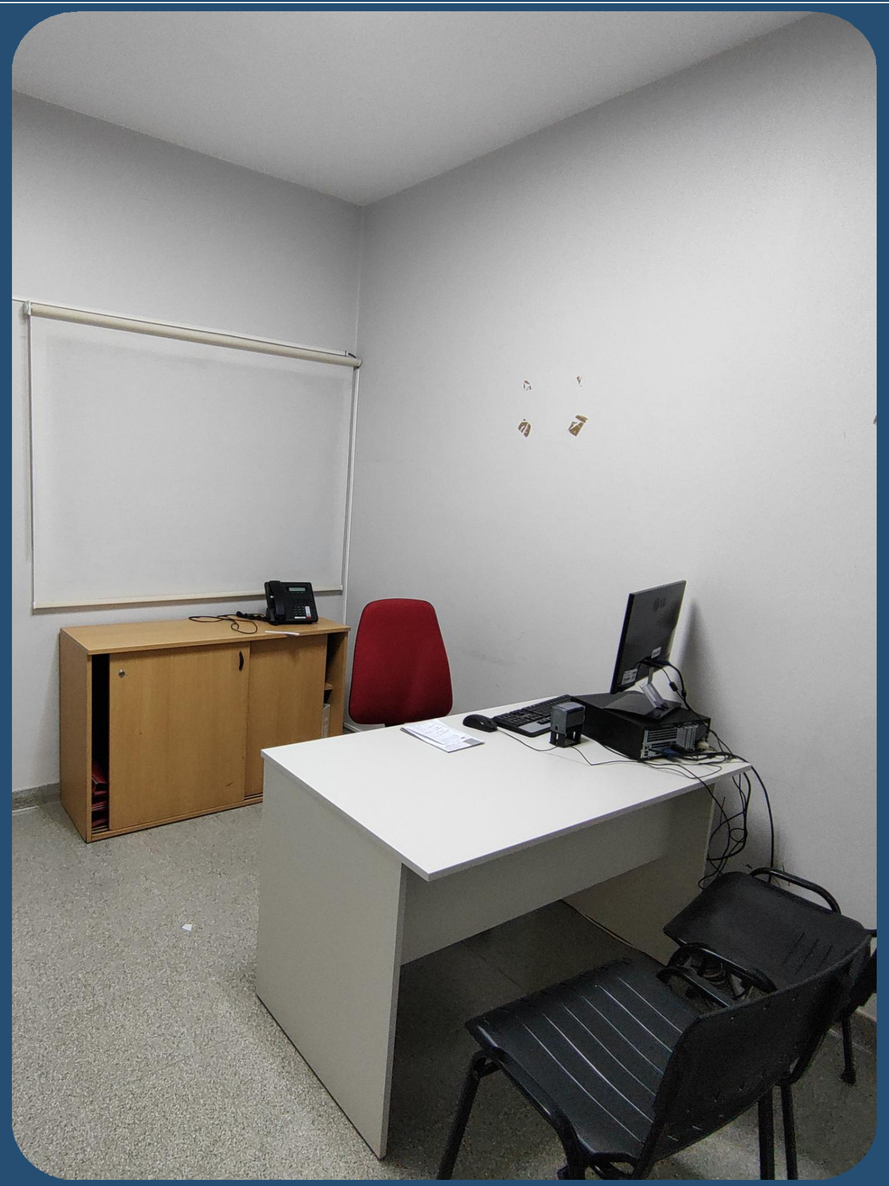
EN LA PRÁCTICA



Evita decir:	Mejor decir:
"Es un esquizofrénico."	"Es una persona con esquizofrenia."
"Es un suicida."	"Es una persona con riesgo suicida" o "que ha tenido un intento de suicidio".
"Es un paciente difícil."	"Es un paciente con necesidades complejas de atención."
"Es un adicto."	"Es una persona con un trastorno por consumo de sustancias."

CÓMO ENFERMEROS DEBEMOS:

- Llamar al paciente por su nombre.
- Escuchar sin juzgar ni etiquetar.
- Evitar bromas o comentarios despectivos sobre la salud mental.
- Explicar los procedimientos con respeto y un lenguaje claro.
- Reconocer las fortalezas y capacidades de la persona, además de sus necesidades.





Beneficios de una relación terapéutica humanizada

- Mejor calidad del cuidado.
- Favorece la adherencia al tratamiento.
- Mejora la comunicación y la satisfacción con la atención.
- Reduce el estigma y fortalece la confianza.
- Contribuye a una recuperación más integral.

Ejemplo:

Un paciente con depresión manifiesta que no desea hablar. En lugar de presionarlo, el enfermero puede decir:
"Entiendo que este momento puede ser difícil para usted. Estoy aquí para escucharle cuando se sienta preparado. Su bienestar es importante y trabajaremos juntos para ayudarle."
Esta respuesta demuestra empatía, respeto y disponibilidad, fortaleciendo la relación terapéutica.



Conclusiones

La relación enfermero-paciente es uno de los pilares de la atención en salud mental. Cuando se basa en la empatía, la comunicación efectiva y el respeto por la dignidad humana, se convierte en una herramienta fundamental para la humanización de los servicios de enfermería, favoreciendo tanto la recuperación como la calidad de vida del paciente.

El uso de un lenguaje no estigmatizante es una herramienta esencial para la humanización de los servicios de enfermería, ya que contribuye a brindar un cuidado más respetuoso, empático y centrado en la persona. Además, ayuda a reducir la discriminación y favorece la recuperación e integración social de las personas con problemas de salud mental.

MUCHAS GRACIAS



Velásquez Manuel

Enfermero. Jefe serv. De internación de Salud Mental



Ramírez Johana

Enfermera



Leviñanco Tamara

Enfermera