



## Proyecto enfermero sobre empoderamiento, calidad de vida y salud física en pacientes con Trastorno Mental Grave

David Uzquiza Ochoa de Retana, Martí Subías Miquel, Maialen Urbistondo Arzak, Marta Núñez Aguilera, Rosa Cobo Yagüe  
XXXIII Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental

### Introducción

Los pacientes con diagnóstico Trastorno Mental Grave (TMG), suelen presentar un alto déficit de auto cuidados, autonomía, ocio y relaciones interpersonales que afectan de forma directa sobre los hábitos de vida (sedentarismo, malas dietas..)

Todo esto hace que este perfil de pacientes presenten, de forma asociada, tasas de comorbilidad y mortalidad superiores a la población general ( riesgo de Síndrome metabólico, enfermedades cardiovasculares, respiratorias e infecciosas) con un fuerte impacto sobre su calidad de vida y el sistema sanitario.(1)

El desarrollo de un abordaje en Salud Mental menos paternalista, que favorezca el empoderamiento del paciente (toma de decisiones y manejo de enfermedad), nos lleva a una educación sanitaria basada en el “paciente experto”. Estos programas tratan de “utilizar” a pacientes que son capaces de responsabilizarse de su enfermedad para liderar acciones terapéuticas y de empoderamiento sobre sus iguales, bajo las mismas experiencias, cercanía, dificultades y mismo lenguaje.

### Metodología

El proyecto se realizará en el Centro de Salud Mental de Adultos de Ripollet-Cerdanyola que pertenece al Parc Sanitari Sant Joan de Déu, que atiende a 1345 pacientes, 840 con un diagnóstico de trastorno mental grave.

Es un proyecto cuantitativo de un año de duración (Marzo 2016-Marzo 2017). Se realizarán 13 sesiones teórico/prácticas de una hora y media a la semana (3 meses), con posterior seguimiento grupal una vez al mes hasta completar el año ,para consolidar conocimientos y recogida de datos.

Criterios de inclusión: Pacientes con trastorno mental grave.

Criterios de exclusión: retraso mental y/o barrera idiomática.

El grupo estará formado por 10 pacientes, escogidos por conveniencia por el personal de enfermería del total de la muestra.

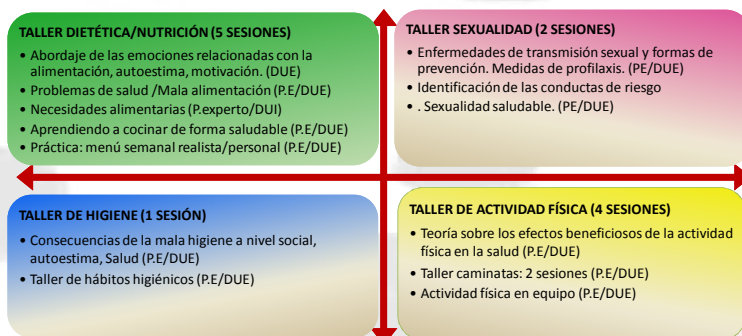
Se valorará, motivación, interés por ayudar y empatía mediante entrevista personal.

Dos semanas antes del inicio se realizará una sesión para favorecer e vínculo terapéutico. Una vez seleccionado el paciente experto para cada taller, se le dará formación complementaria.

Se realizará una recogida de datos antes, durante y después del programa.

### Bibliografía

Francisca Molina Escribano, Encarna Castaño Moreno, Javier Massó Orozco' Experiencia Educativa con un Paciente Experto. Revista Clínica de Medicina de Familia versión impresa ISSN 1699-695X Rev Clin Med Fam v.2 n.4 Albacete jun. 2008  
(1)Jerónimo Saiz-Ruiz, M. Dolores Saiz-González, Andalucía A. Alegría, Esperanza Mena, Julia Luque, Julio Bobes. Impact of the Spanish Consensus on Physical Health of Patients with Schizophrenia. Vol. 03. Núm. 04. Octubre 2010 - Diciembre 2010 Consejería de Salud. Junta de Andalucía. Promoción de la salud en personas con trastorno mental grave: Análisis de Situación y Recomendaciones sobre alimentación equilibrada y actividad física. Consejería de Salud 2011.



### Objetivo

Desarrollar un programa grupal llevado por “paciente experto” con trastorno mental grave y supervisado por el equipo de enfermería, dirigido a diferentes intervenciones que ayuden a disminuir los factores de riesgo asociados a otras enfermedades, así como en la adquisición de buenos hábitos de vida.

### Resultados

Para ver el efecto de los talleres se recogerán los siguientes datos.

|                | 0 MES | 1 MES | 3 MESES | 6 MESES | AÑO |
|----------------|-------|-------|---------|---------|-----|
| PESO           | X     | X     |         | X       | X   |
| P.ABDOMINAL    | X     | X     | X       | X       | X   |
| T.ARTERIAL     | X     | X     | X       | X       | X   |
| GLUCEMIA       | X     |       |         | X       | X   |
| DISLIPEMIA     | X     |       | X       |         | X   |
| E.SATISFACCIÓN |       |       | X       |         | X   |

### Conclusiones

Basándonos en la revisión bibliográfica y en los datos obtenidos en la literatura revisada , llegamos a la conclusión de la importancia que tienen este tipo de grupos en pacientes de salud mental, tanto en el mantenimiento de una buena calidad de vida como en la modificación de conductas de riesgo que afecten a su salud global, por lo que creemos que es de vital importancia el desarrollo de estos modelos educativos dirigidos por una unión enfermera/paciente.