

EFICACIA DE LA INTERVENCIÓN ENFERMERA EN EL DIAGNÓSTICO NANDA DETERIORO DEL PATRON DEL SUEÑO EN PACIENTES DIAGNOSTICADOS DE TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR

AUTORES: MARÍA CIDONCHA QURÓS, ERIKA MARÍA HERRERA CANO, JOSE ANTONIO CAMACHO ALCÁNTARA.
(ENFERMEROS RESIDENTES DE SALUD MENTAL EIR-2 DEL HUVR, ESPECIALISTA DE ENFERMERÍA SALUD MENTAL)



INTRODUCCIÓN

El sueño es una necesidad fisiológica básica que se define como un estado de inconsciencia, donde el cuerpo se recupera del desgaste producido por la actividad diaria, por eso es tan importante conseguir un sueño reparador cada noche. Los trastornos del sueño aparecen entre el 12 y el 25 % de la población general.¹

En personas con trastornos mentales estas alteraciones se acentúan, con las importantes consecuencias que esto supone en relación no solo al rendimiento personal, laboral o social, sino en la influencia que en el desencadenamiento de recaídas tiene en éstos últimos. El deterioro del sueño puede inducir y pronosticar episodios maníacos, cuando se produce una crisis maníaco-depresiva va acompañado de toda clase de cambios corporales, y el más llamativo es la alteración del sueño y del alimento.²

La enfermera especialista en salud mental debe gestionar los cuidados que van a proveer a sus pacientes, recogiendo información específica sobre las necesidades de los pacientes y familiares, identificando los problemas (insomnio, privación del sueño,...), estableciendo objetivos, planificando intervenciones para resolver las necesidades de cuidados mediante el establecimiento de un plan de actuación, y ejecutarlas en colaboración con otros profesionales y de forma autónoma, y evaluando los resultados.³

OBJETIVO

Valorar la efectividad de un plan de cuidados para pacientes con trastorno afectivo bipolar que acuden a consulta de enfermería de la USMC Guadalquivir, encaminado a mejorar la calidad del sueño.

METODOLOGÍA

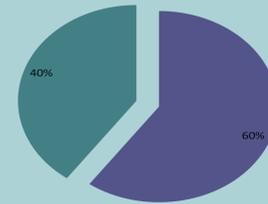
Es un estudio cuasi-experimental. Se incluyeron a 16 pacientes diagnosticados de trastorno afectivo bipolar, que presentan una alteración del patrón del sueño detectado en la valoración de enfermería.

Se realizó un programa que mejora la calidad del sueño, aplicando la intervención enfermera: "Mejorar el sueño" (según NIC), las sesiones se hicieron una vez a la semana de forma individual con una duración de una hora y en total fueron siete sesiones. Además de siete sesiones grupales semanales con pacientes con el mismo trastorno donde se llevaron a cabo técnicas de relajación. En cada sesión se evaluó la intervención y si era necesario mejorarla. Utilizamos el cuestionario de Oviedo del sueño tanto al inicio como al final.

RESULTADOS

A las dos semanas de terminar, se comenzaron a percibir cambios en el 60% de participantes. El resto no siguieron las pautas por la exacerbación de sintomatología o por abandono. Al mes el 55% de los pacientes presentan una mejora en la calidad del sueño.

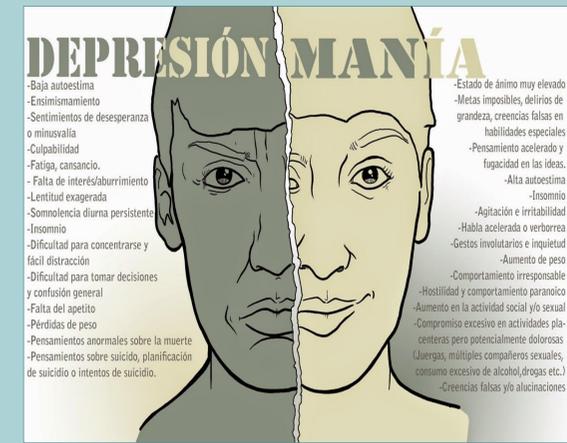
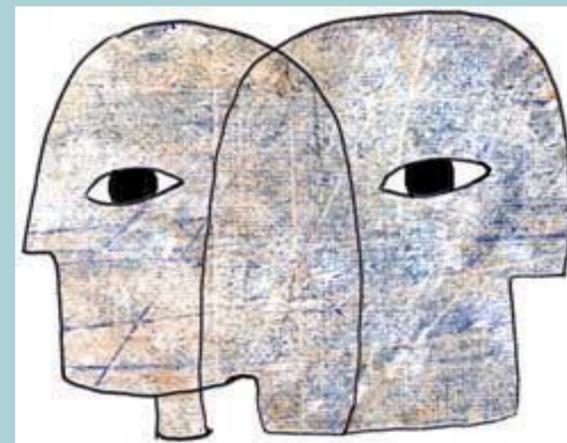
A LAS DOS SEMANAS



AL MES



Distribución



CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los resultados, vemos que existe una mejoría, aunque necesitaríamos de más intervenciones para tener unos resultados mejores. Dada la importancia de este problema en estos pacientes en los cuales estas alteraciones se acentúan, e influyen en el desencadenamiento de recaídas. Destacando el papel de enfermería, que es la parte del equipo multidisciplinar más vinculada al paciente.

BIBLIOGRAFÍA

1. Medina Cordero, A; Feria Lorenzo, DJ; Oscoz Muñoa, G. Los conocimientos sobre el sueño y los cuidados enfermeros para un buen descanso. Enfermería Global. 2009; 2 (17). Disponible en <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/75151/72901>
2. Solá Miravete, M^a E; Escoda Pellisa, T; García Villarroya, N; López Arce, C; Martín, E; Martínez Nicolás, M. ¿Cómo duermen nuestros pacientes? Metas de Enfermería. 2006;9 (4): 68-73.
3. Laguna Parras, JM; Jerez Rojas, MR; García Fernández, FP; Carrasco Rodríguez, MD; Nogales Vargas Machuca, I. Eficacia de las intervenciones Enfermeras en el Deterioro del Patrón del Sueño en una Unidad de Hospitalización de Salud Mental. Biblioteca Lascasas, 2007; 3 (1). Disponible en <http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0208.php>