



7 al 21  
de mayo,  
2018

IV Congreso Virtual Inter-  
nacional de Enfermería  
en Salud Mental

# RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA AL ALTA EN PACIENTES CON ENFERMEDAD

Víctor Gallego Herrera, María José García Zamora, Cristina González-Carrasco, María Dolores Giménez Ferreres, Rosa María Matallana Pozuelo, Antonia Valera Ortega

## INTRODUCCIÓN

La calidad de vida, la evolución de la enfermedad mental y especialmente su pronóstico, están vinculados a recomendaciones básicas saludables junto con cumplimiento del tratamiento farmacológico.

## OBJETIVO

Trasmitir recomendaciones básicas al alta del paciente con enfermedad mental.

## METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica de distintos libros y manuales, bases de datos: Scielo, Cuiden, Cochrane, selección de criterios relacionados con salud mental, intervenciones enfermeras, calidad de vida, alta enfermera.

## RESULTADOS

Las recomendaciones enfermeras al alta del paciente con patología mental irán encaminadas a insistir en la importancia de buena higiene del sueño y horas de descanso, cumplir con las citas del psiquiatra, fomentar la importancia de tomar el tratamiento, animarle a que realice actividades saludables (caminar, deportes, leer, ir al cine, reducir consumo tabáquico, abstenerse de consumir bebidas alcohólicas), que faciliten la relación con otras personas y sean de su agrado, usar técnicas de relajación y afirmaciones positivas, así mismo, a que expresen verbalmente, dándole confianza y que vigile cualquier signo que pudiera indicar ideas autolesivas. Reiterar la necesidad de llevar una vida organizada en los hábitos alimenticios recordándole consumir una dieta rica en fibra, abundantes líquidos, ejercicio de forma regular y vigilar el tránsito intestinal, entre otras.

## CONCLUSIONES

La intervención enfermera y las recomendaciones al alta, son un medio para conseguir mejorar el control de la patología y seguridad del paciente concienciándolo de que el tratamiento y pautas deben mantenerse aunque hayan desaparecido parte de los síntomas para evitar recaídas e ingresos.

## BIBLIOGRAFÍA

- Johnson Marion, Bulechek Gloria, McCloskey Dochterman Joanne, et. al. Interrelaciones NANDA, NOC y NIC: Diagnósticos Enfermeros, Resultados e Intervenciones. 2ª edición. Madrid: Editorial Elsevier, 2007.
- North American Nursing Diagnos NANDA International, Diagnósticos enfermeros: definiciones y clasificación 2009-2011, Barcelona: Editorial Elsevier, 2011.
- Mª Jesus, Etxabe Marceil Mª Pilar, Guía práctica de informes de enfermería en salud mental. Santa Cruz de Tenerife: Editorial Glosa, S.L., 2007.
- Sistema informático Selene: Hospital General Universitario Reina Sofía. Murcia, 2013.