

Enfermería psicosocial en el ámbito comunitario

M.^a Engracia Olivé Ribas*

INTRODUCCIÓN

Llamamos «Enfermería Psicosocial» a las aportaciones de enfermería que enfatizan y estudian los aspectos psicosociales de los cuidados. Éstos parten de la conjunción y síntesis de materias humanas y sociales procedentes de la Psicología, Sociología y Antropología principalmente, seleccionadas y adaptadas para completar la visión del fenómeno «cuidar» en su vertiente técnica, entendiéndolo como ejercicio pilar de la actuación de la enfermera. Desde una perspectiva psicosocial Watson (en Forest, D. 1989) cree que el «cuidar» representa arte y ciencia, tal y como se demuestra y se practica, una forma de «relación interpersonal» donde tanto la enfermera como el paciente tienen potencial para beneficiarse y crecer a través del proceso de cuidar.

La experiencia de la enfermedad incluye un proceso de toma de decisiones por parte del enfermo

Las relaciones interpersonales ocupan un lugar destacado en los procesos psicosociales y consecuentemente en los aspectos psicosociales de los cuidados de enfermería, dado que la enfermera desarrolla su actividad profesional relacionándose con pacientes, familia, comunidad, equipo, etcétera.

El desarrollo de las actitudes del ser humano no puede ser explicado desde la perspectiva meramente psicológica e individual; las normas compartidas por los miembros de un grupo influyen en la conducta de las mismas perso-

RESUMEN

La influencia de los factores psicosociales en los problemas de salud comunitaria tiene especial relevancia en los últimos tiempos, por lo que es indispensable que la enfermera que desarrolla su actividad profesional en la comunidad, actualice sus conocimientos a través de conceptos y enfoques nuevos de esta vertiente del cuidar. La autora refiere la necesidad de aumentar los conocimientos, las habilidades y el adiestramiento pertenecientes al campo de las ciencias psicosociales en general —Psicología, Sociología, Antropología...— y de Enfermería Psicosocial en particular, para hacer frente a las demandas sociales del momento en materia de salud.

nas. Las interacciones que se dan a partir de las relaciones interpersonales explican cómo los organismos biológicos llegan a convertirse en los seres humanos que conocemos: individuos con personalidad, que participan en una cultura y ayudan a transmitirla, que se enfrentan y tratan de resolver sus problemas personales y sociales. La experiencia de la enfermedad incluye un proceso de toma de decisiones por parte del enfermo; los factores sociales, psicológicos y culturales influyen sobre las distintas respuestas que el ser humano presenta ante esta experiencia de enfermar.

Importancia de los aspectos psicosociales en el ámbito comunitario

La necesidad de aplicar los conocimientos de la enfermería psicosocial en el proceso de cuidados, en la actividad general de la enfermera, y en particular de la enfermera Comunitaria, se sustenta y refrenda a través de los puntos siguientes:

En primer lugar, si se parte de la concepción global del ser humano, la salud es entendida como un estado de armonía o equilibrio entre las distintas dimensiones que componen a la persona, y entre ésta y su entorno. En cualquier

*Profesora ayudante de la Unidad Docente de Enfermería de Salud Mental y Psiquiátrica de la E.U.E. Universidad de Barcelona.

ATENCIÓN PRIMARIA

hecho en el que participe el ser humano confluyen muchos elementos que lo convierten en un proceso altamente complejo. Por ejemplo, si centramos la atención en el proceso de enfermar o cualquier otro fenómeno humano, se observa que se diferencia de otros por ser multideterminado. Desde una visión holística se considera al ser humano como un ser bio-psicosocial; en este sentido los cuidados que la enfermera debe impartir de forma integral, implican atender a la persona en su globalidad o, dicho de otra forma, tanto los aspectos físicos como psíquicos y / o sociales.

En segundo lugar señalar que desde las distintas teorías de enfermería actuales, se postula y asume el concepto de atención integral como inherente al proceso de cuidados. Polletti R. en Aspectos Psiquiátricos de los Cuidados de Enfermería 1980, señala:

«el conjunto de los cuidados de enfermería concierne, pues, a todos los cuidados físicos, lo mismo que a los psicológicos aplicados a los enfermos que presenten o no problemas de salud mental»

Las catorce necesidades de V. Henderson contemplan e incluyen las psicológicas. Peplau refiere que por medio de

las relaciones interpersonales que se establecen a partir de la experiencia de la enfermedad, se contribuye al desarrollo y crecimiento personal del paciente / familia. Según esta misma autora, uno de los objetivos de las relaciones interpersonales es el de ayudar al mayor número de personas posible a alcanzar una efectiva madurez adulta, y estabilidad emocional. Los tres sistemas del modelo conceptual de I. King son: el personal, el interpersonal y el social, reflejándose ampliamente la perspectiva psicosocial de la persona, influyendo a la vez en la calidad de los cuidados que la enfermera presta a pacientes, familia y comunidad.

En tercero y último lugar destacar que parte importante de la demanda actual en materia de salud, por parte del paciente / familia o grupo que acude en busca de asistencia en el primer nivel de atención sanitaria, tiene en muchas ocasiones un sustrato psicológico y social importante como desencadenante de la situación o problema.

En relación a ello diversos autores, como Roberts y Stoekel (en Martín Zurro, A.; Cano Pérez, J.F. 1988) señalan que: «al menos la mitad de los pacientes que son atendidos en el primer nivel de atención sanitaria, tienen un factor psicosocial como precipitante de su demanda y que la mayor



Los cuidados integrales implican atender a la persona en su globalidad, también en su aspecto social.

parte de los trastornos emocionales y adaptativos son atendidos también en este primer nivel»

Siguiendo en esta misma línea distintos autores, más recientemente, amplían y documentan este tipo de afirmaciones (en Martí Tusquets J.L. y Murcia Grau M.J. 1988). Muñoz P.E. encontró que en varios centros asistenciales de la comunidad de Madrid de atención general (no psiquiátricos), una tasa superior al 60 por cien de pacientes presentaba un trastorno psicológico o psiquiátrico de fondo.

Otro aspecto importante a destacar en relación a estos datos es el grupo de las enfermedades psicósomáticas. Mac-Kinnon (en Longo D.L. y Williams R.A., 1971) menciona que: «cada persona dispone de un aspecto psicósomático de su vida emocional» Este importante grupo de enfermedades incluyen síndromes tales como la hipertensión arterial, la úlcera péptica, asma bronquial, colitis ulcerosa, etc.; este tipo de alteraciones demuestran la utilización del canal fisiológico para expresar sentimientos y emociones por estar bloqueados o alterados alguno de los otros canales que utiliza el ser humano para comunicarse. Sin duda alguna, al contrastar estos datos con el enfoque eminentemente biológico de los profesionales sanitarios, cabe subrayar la necesidad

de introducir cambios y nuevos enfoques en los cuidados del paciente, familia y comunidad, de acuerdo con las necesidades de la realidad social que los envuelve.

Aumentar e integrar conocimientos, habilidades y adiestramiento pertenecientes al campo de las ciencias Psicosociales (Enfermería Psicosocial, Psicología Comunitaria y de la Sociología, etc.) dotará a la enfermera de instrumentos válidos, capacitándola para el abordaje de la problemática psicosocial de los pacientes, familias y comunidad. Las enfermeras que comprenden y valoran adecuadamente el concepto de promoción de la salud y que ponen en práctica la doctrina de salud holística y del trabajo en equipo, se hallan en situación excelente para llevar a la práctica su labor profesional de forma más eficaz.

La enfermera comunitaria: requisitos básicos para proporcionar cuidados psicosociales

El ámbito donde desarrolla la actividad profesional la enfermera comunitaria se sitúa en el primer nivel de

La salud es entendida como un estado de armonía o equilibrio entre las distintas dimensiones que componen la persona



La enfermera debe favorecer el crecimiento personal y la maduración de los individuos.

atención sanitaria. Ella es el primer eslabón de la población con los servicios de salud convirtiéndose en una fuerza social dentro de la comunidad, siendo agente destacado en las misiones educativas, preventivas y de promoción de la salud en general y de la salud mental en particular, a la vez que ha de ser capaz de dirigir y motivar a todos los grupos de profesionales relacionados con la salud.

No puede ignorarse la dificultad que supone promover la salud en una sociedad que concede gran valor a su capacidad de resolver las crisis mediante la tecnología y que favorece la conducta enfermiza por medio de los medios de comunicación masivos.

Para el cuidado de los aspectos psicosociales de los pacientes, familia, comunidad en general, equipo, etc., la enfermera comunitaria deberá poseer conocimientos, destrezas y habilidades procedentes del campo de la Enfermería Psicosocial para poder estar sintonizada con la perspectiva actual de la enfermería, que hace referencia a los cuidados integrales y a la vertiente biopsico-social del ser humano y, así, poder actuar de la forma más beneficiosa y eficaz posible.



La intervención psicosocial se lleva a cabo mediante el asesoramiento y apoyo.

Dentro de este contexto los requisitos básicos que debe poseer la enfermera que trabaja en la comunidad son:

1. Conocimientos generales de ciencias psico-sociales.
2. Habilidades relacionales. Comunicación. Observación y entrevista.
3. Actitudes facilitadoras de las relaciones: empatía, escucha activa, disponibilidad, aceptación, flexibilidad y aceptación.
4. Sensibilidad para captar estados emocionales.
5. Habilidades para la resolución de problemas.
6. Autoconocimiento y autocuidado. Cuidarse a uno mismo para poder cuidar a los demás.
7. Actitudes positivas para el trabajo en equipo.
8. Habilidades para la enseñanza-aprendizaje. Utilizar el feed-back como elemento generador de motivación.
9. Habilidades para la búsqueda de recursos disponibles, tanto naturales como organizados.

Intervención psicosocial: un instrumento para la enfermera comunitaria

Según define G. Novel et al. en Manual de Enfermería Psicosocial II, 1990 «La intervención psicosocial es el conjunto de actividades dirigidas a ayudar a la persona, familia o grupo, para hacer frente a los cambios y a las crisis de una manera adaptativa, a potenciar los recursos de la propia per-

sona y a utilizar las experiencias vitales como elementos de crecimiento personal» Según citan estas mismas autoras «la intervención psicosocial se lleva a cabo a través de dos tipos de actuación: ASESORAMIENTO Y APOYO»

Por tanto, siguiendo dentro del esquema propuesto por dicha autora, para que la enfermera pueda llevar a cabo el proceso de cuidados de forma integral en el ámbito de la comunidad, paciente y / o familia, deberá intervenir teniendo en cuenta, a modo de orientación general, los siguientes puntos:

1. Facilitar la expresión de sentimientos o emociones a través de la relación terapéutica.
2. Favorecer la adaptación de las personas a aquellas situaciones estresantes, conflictivas o dolorosas.
3. Favorecer el crecimiento personal, sinónimo de salud mental y maduración personal.
4. Detectar las carencias y necesidades que presente el paciente, familia y comunidad.
5. Utilizar los recursos disponibles, tanto naturales como organizados, de la forma más beneficiosa y eficaz posible.
6. Búsqueda de alternativas viables, con la participación activa del paciente, familia o grupo.
7. Facilitar elementos de análisis de la situación o problema.
8. Fomentar el autocuidado y el cuidado de los demás.
9. Reforzar los aspectos positivos, tanto a nivel individual como colectivo.

Parte importante de la demanda actual en materia de salud tiene un sustrato psicológico y social importante como desencadenante de la situación o problema

A modo de conclusión y para finalizar, subrayar que la profundización y puesta en práctica de todos estos conocimientos, a través de la enfermera comunitaria, además de significar un avance acumulativo en lo que a los cuidados de enfermería se refiere no deja de ser una respuesta a las demandas imperativas sociales del momento en materia de salud.

BIBLIOGRAFÍA

- BURTON, G.: **La enfermera y la comunidad**. Grijalbo, Barcelona, 1982.
- FOREST D.: **A.I.N.**, V. 14, pp. 813-815.
- LONGO, D.C. y WILLIAMS, R.A.: **La práctica clínica en enfermería psicosocial**. Alhambra, Madrid, 1982.
- MARTÍ TUSQUETS, J.L. y MURCIA GRAU, M.J.: **Enfermedad mental y entorno urbano**. Anthropos, Barcelona, 1988.
- MARRINER, A.: **Modelos y teorías de Enfermería**. Ediciones ROL, S.A, Barcelona, 1989.
- NOVEL, G., LLUCH, T. y DE MIGUEL, M.ª D.: **Manual de enfermería psicosocial III**. Salvat, Barcelona, 1990.
- POLETTI, R.: **Aspectos psiquiátricos de los cuidados de Enfermería**. Ediciones ROL, S.A., Barcelona, 1980.
- SÁNCHEZ VIDAL, A.: **Psicología comunitaria. Bases conceptuales y métodos de intervención**. Promociones y Publicaciones Universitarias, Barcelona, 1988.