

III CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA CIUDAD DE GRANADA

"Innovación y mejora en la calidad de los cuidados integrales al paciente como derecho del ciudadano"

EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE UN PROGRAMA PSICOEDUCATIVO DE SOPORTE A LOS COLEGIOS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD EN LOS ADOLESCENTES

Autor principal FRANCISCA CAÑETE RUIZ

CoAutor 1

CoAutor 2

Área Temática Innovación y mejora en la calidad de los cuidados integrales en el Área Salud Mental

Palabras clave EDUCACIÓN SANITARIA ANSIEDAD ADOLESCENCIA PROCESO DE ENFERMERÍA

» Resumen

La adolescencia temprana constituye un periodo crítico del ciclo vital del adolescente, en el cual se producen importantes cambios físicos, psíquicos y biológicos. Entre el 10% y 20% de los escolares se ven afectados por problemas de ansiedad. A pesar de su elevada prevalencia, relativa cronicidad y de actuar como factor para el desarrollo de otras alteraciones, muchos adolescentes no reciben una adecuada asistencia especializada, lo que dificulta un diagnóstico precoz y la prevención de futuras psicopatologías. Por ello es preciso dar una atención a estos adolescentes, dirigiendo nuestra intervención a disminuir su ansiedad. El objetivo de nuestro estudio es verificar la eficacia de un programa psicoeducativo de soporte a los colegios para disminuir la sintomatología de ansiedad. El diseño del estudio es analítico cuasiexperimental, llevando a cabo un programa psicoeducativo para reducir la ansiedad en el grupo que la presenta, durante 8 meses. Se evaluará la eficacia de la intervención pasando una escala al inicio y a la finalización del mismo, analizando posteriormente los resultados.

» Contexto de partida. Antecedentes. Experiencias previas. ¿Dónde se realizó el trabajo? ¿En qué tipo de organización o departamento? ¿Cómo surge? ¿Hay experiencias previas en el área desarrollada?

A lo largo de los años, se han llevado a cabo distintos programas de educación para la salud en la escuela, teniendo como foco principal los temas de salud relacionados con la alimentación y nutrición; de enfermedades de transmisión sexual; consumo de drogas; prevención de accidentes; promoción del ejercicio físico (Arco y Fernández Castillo, 2001).

Sin embargo, hasta la fecha de hoy se ha presentado muy poca atención al diseño, análisis y aplicación de programas de prevención para los trastornos psicopatológicos. Aunque la Ley General de Sanidad y el Informe de la comisión Ministerial para la Reforma Psiquiátrica destacaban la necesidad de desarrollar programas específicos para la atención a la infancia y adolescencia, la atención a estos, en los últimos 25 años, se ha llevado a cabo de manera desigual, sin un plan global de desarrollo.

A pesar de la relevancia de la sintomatología ansiosa y los denominados estados de ánimo negativos entre los adolescentes, existe un claro déficit de investigaciones cualitativas que analicen estos fenómenos. Creemos necesario que tanto desde ámbito de la atención sanitaria como escolar se realicen estudios sobre esta patología. Esto podría contribuir a minimizar el sufrimiento de muchos jóvenes que se inician en la etapa de la adolescencia, ya que evitaría la evolución de la sintomatología ansiosa hacia cuadros de mayor gravedad, detectándolo precozmente y abordándolo desde sus inicios.

» Descripción del problema. ¿Sobre qué necesidades o problemáticas del contexto pretendía actuar el proyecto? ¿Cómo se analizaron las causas de esos problemas? ¿Qué tipo de intervención se realizó? ¿Cómo se cuantificó el problema?

Con la aplicación de un programa psicoeducativo en los colegios dirigido por la Enfermera Especialista de Salud Mental disminuirá la ansiedad de los adolescentes.

El objetivo principal sería en verificar la eficacia de un programa psicoeducativo de soporte a los colegios dirigido por la Enfermera Especialista de Salud Mental para disminuir la sintomatología de ansiedad en los adolescentes.

Los objetivos específicos:

Identificar los adolescentes con sintomatología de ansiedad mediante escala STAIC.

Valorar una disminución de la ansiedad en los adolescentes 1º ESO al finalizar el programa psicoeducativo.

El análisis se lleva a cabo un estudio observacional ANALÍTICO CUASI-EXPERIMENTAL, pretest y posttest, con el grupo de adolescentes que presentan ansiedad. Se realizará durante un periodo de 8 meses. El estudio se realizará en un colegio público, durante ocho meses. La muestra se obtendrá de los alumnos que se hayan detectado con sintomatología de ansiedad y que cumplan las características definitorias implantadas en el diagnóstico de ansiedad de la NANDA, además de cumplir los criterios de inclusión/ exclusión. La muestra de esta fase tendrá un máximo de 30- 35 alumnos para poder trabajar adecuadamente el programa psicoeducativo de la ansiedad. Se espera una N aproximadamente de 30 alumnos.

Los criterios de inclusión serán:

-Presentan sintomatología de ansiedad detectada a través del Inventario de Ansiedad Estado- Rasgo para niños (State Trait Anxiety Inventory for Children) STAIC y características definitorias del diagnóstico de ansiedad (NANDA)

-No patología psiquiátrica u orgánica diagnosticada previamente.

-Voluntariedad por parte del alumnado para participar en la intervención.

Los criterios de exclusión:

» Soluciones aportadas / Viabilidad / Aplicabilidad. Coste-Beneficio. ¿Cuáles fueron los efectos y cómo se midieron? ¿Hasta qué punto las soluciones aportadas resolvieron el problema?

El estudio consiste en la realización de un programa psicoeducativo pre-post.

Las herramientas que usaremos serán:

Indicadores del NOC de autocontrol de ansiedad

Donde se seleccionaron los indicadores codificados:

1-Planea estrategias para superar situaciones estresantes (140205). 2-Utiliza técnicas de relajación para reducir la ansiedad (140207). 3- Conserva las relaciones sociales (140211). 4-Mantiene la concentración (140212). 5-Refiere dormir de forma adecuada (140214). 6- Controla la respuesta de ansiedad (140217)

Programa psicoeducativo de soporte a los colegios para reducir la sintomatología de ansiedad en los adolescentes

Para evaluar la eficacia del programa, se procederá al apareamiento de los datos del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAIC) y al indicador NOC de autocontrol de Ansiedad.

Se realiza un análisis analítico, para comprobar la variación de la escala STAIC entre el momento de pre-programa y post-programa y valorar la evolución de los indicadores NOC de autocontrol de ansiedad

» **Barreras detectadas durante el desarrollo.**

Para el desarrollo de este estudio tenemos que contar con las siguientes dificultades y limitaciones:

-En primer lugar se relaciona con la experiencia y habilidad del moderador en el manejo del grupo. Esto es debido, a que existe la posibilidad de que la participación no sea activa en la sesión, por lo que disminuirían relevancia de los resultados obtenidos.

-La baja tasa de incidencia de la sintomatología de ansiedad en una muestra tan reducida puede ser que los significados esperados no sea tan significativos y haya que coger una muestra más amplia y ampliarlo en el tiempo para captar un volumen de casos suficientes.

-Los estudios cuasiexperimentales presentan la limitación de que no existe aleatorización de la intervención, debido a problemas éticos o logísticos. En este caso, la intervención no podría aplicarse solamente a algunos alumnos de la clase y a otros no, por lo que se va a aplicar a todos.

» **Oportunidad de participación del paciente y familia.**

Debido a la duración del programa educativo, 6 meses, es posible que existan abandonos o faltas de asistencia puntuales que puedan alterar el resultado de los datos obtenidos

» **Propuestas de líneas de investigación.**

El profesional de enfermería es un elemento clave en el ámbito escolar, como testigo del crecimiento y desarrollo del adolescente, por lo que es imprescindible la figura de la Enfermera Especialista de Salud Mental, por sus conocimientos y habilidades adquiridas en temas relacionados con la prevención de la sintomatología ansiosa, entrenamiento en habilidades sociales, autoestima, asertividad, resolución de conflictos para tratar las alteraciones psicopatológicas del adolescente.

Con la detección de la sintomatología ansiosa desde el ámbito escolar se podrían diagnosticar muchos casos de trastornos desconocidos hasta el momento que altera el funcionamiento del adolescente. Además tratando la sintomatología ansiosa desde la adolescencia podríamos evitar que muchos de ellos en su edad adulta presenten algún trastorno psiquiátrico, suponiendo con ello una reducción del gasto económico y sanitario para la sociedad.

Con la evaluación de la eficacia de este proyecto, extrapolaremos los resultados al Ministerio de Educación para llevarlo a cabo en todos los centros educativos del sistema nacional, difundiéndolo a todos los adolescentes de secundaria, tanto los de 1º, 2º, 3º y 4º de la Educación Secundaria Obligatoria como en todos los centros escolares públicos y privados. Ya que cabe esperar que el programa resulte muy eficaz para abordar la ansiedad en esta etapa de vida tan difícil para el adolescente, donde aportándole unos conocimientos, habilidades y actitudes básicas, van a poder hacer frente eficazmente cualquier situación problemática que se les presenten a lo largo de su vida.