

IMPORTANCIA DEL CONTROL DE LA ANSIEDAD DEL PACIENTE EN LA CONSULTA DE ENFERMERÍA



PALABRAS CLAVES

Ansiedad, atención de enfermería, diagnóstico de enfermería, Test de Hamilton.

Luna Galveño, S.; Abdel Karim Ruiz, M.; Camarero Martín, M.R.

INTRODUCCIÓN

- Según la OMS, los trastornos mentales de ansiedad y depresión se encuentran entre los trastornos psiquiátricos de mayor prevalencia, aunque hay variaciones culturales en su incidencia. En numerosas ocasiones provocan una discapacidad importante, sufrimiento y limitaciones en las actividades de la vida diaria a las personas que las padecen. Es por esto que la enfermería de consulta se encuentra cada vez más comprometida en el control de la ansiedad.
- La ansiedad es la expresión de preocupaciones debidas a cambios en los acontecimientos vitales. Está relacionado con amenaza en: rol, estado de salud, los patrones de interacción, funciones del rol, entorno y situación económica.

OBJETIVO

- Determinar la importancia de la actuación enfermera en el control de la ansiedad del paciente que acude a consulta de enfermería.

MATERIAL Y MÉTODO

- Se realiza un estudio comparativo en el que se incluyen 30 mujeres entre 40 y 50 años con manifestaciones de ansiedad que acuden a la consulta de enfermería para el autocontrol de la ansiedad en el Consultorio Gabia de Granada, durante el periodo de Febrero a Noviembre del 2015.
- Se emplea el Test de Hamilton para valorar el estado de ansiedad, se recogen los datos antes de las intervenciones de enfermería en consulta y después de haber trascurrido 6 meses. Los puntos de corte que se establece para el Test de Hamilton son:
 - ✓ 0-5: ausencia de ansiedad.
 - ✓ 6-14: ansiedad leve.
 - ✓ ≥15: ansiedad moderada/grave.
- En la consulta de enfermería utilizamos de manera estandarizada la Clasificación de los Resultados de Enfermería (NOC-Nursing Outcomes Classification) y la Clasificación de las Intervenciones de Enfermería (NIC-Nursing Interventions Classification) para el autocontrol de la ansiedad.

RESULTADOS (NOC)

- ✓ (1211) Nivel de ansiedad.
- 121117 Ansiedad verbalizada
- 121119 Aumento de la presión sanguínea.
- ✓ (1402) Autocontrol de la ansiedad.
- 140215 Refiere ausencia de manifestaciones físicas de ansiedad.
- 140217 Controla la respuesta de ansiedad

INTERVENCIONES (NIC)

- ✓ (0200) Fomento del ejercicio.
- ✓ (2300) Administración de medicación.
- ✓ (4920) Escucha activa.
- ✓ (5210) Guía de anticipación.
- ✓ (5270) Apoyo emocional.
- ✓ (5820) Disminución de la ansiedad.
- ✓ (5840) Entrenamiento autogénico.
- ✓ (5880) Técnica de relajación.
- ✓ (6040) Terapia de relajación simple.
- ✓ (6160) Intervención en caso de crisis.
- ✓ (6760) Preparación al parto.
- ✓ (7680) Ayuda en la exploración.

Diagnóstico enfermero: Ansiedad, relacionado con la amenaza de: rol, estado de salud, los patrones de interacción, funciones del rol, entorno y situación económica, manifestado por expresión de preocupaciones debidas a cambios en los acontecimientos vitales.

ACTIVIDADES DE ENFERMERÍA

- ✓ 020001 Ayudar a identificar un modelo positivo para el mantenimiento del programa de ejercicios.
- ✓ 020002 Ayudar al paciente a desarrollar un programa de ejercicios adecuado a sus necesidades.
- ✓ 230001 Observar los efectos terapéuticos de la medicación en el paciente.
- ✓ 230002 Administrar la medicación con la técnica y vía adecuadas.
- ✓ 492001 Aclarar el mensaje mediante el uso de preguntas y retroalimentación.
- ✓ 492002 Calcular una respuesta, de forma que refleje la comprensión del mensaje recibido.
- ✓ 521001 Ayudar al paciente a adaptarse anticipadamente a los cambios de papeles.
- ✓ 521002 Ayudar al paciente a decidir la forma de solucionar el problema.
- ✓ 527001 Apoyar el uso de mecanismos de defensa adecuados.
- ✓ 527002 Apoyar al paciente a que exprese los sentimientos de ansiedad, ira o tristeza.
- ✓ 582001 Administrar masajes en la espalda/cuello, si procede.
- ✓ 582003 Administrar medicamentos que reduzcan la ansiedad, si están prescritos.
- ✓ 588001 Mantener contacto visual con el paciente.
- ✓ 588002 Acariciar la frente, si procede
- ✓ 604001 Alertar la demostración de la técnica de relajación por parte del paciente, si fuera posible.
- ✓ 604002 Anticiparse a la necesidad del uso de la relajación.
- ✓ 616001 Ayudar al paciente a decidirse sobre un curso de acción particular.
- ✓ 616002 Ayudar en el desarrollo de nuevas habilidades para solucionar problemas, si resulta necesario.

Test de Hamilton

- Se trata de una escala heteroadministrada por un clínico tras una entrevista. Una mayor puntuación indica una mayor intensidad de la ansiedad. Es sensible a las variaciones a través del tiempo o tras recibir tratamiento. Se pueden obtener, además, dos puntuaciones que corresponden a ansiedad psíquica y a ansiedad somática.

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Moderado	Grave	Muy grave (Incomunicable)
1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad.	0	1	2	3	4
2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4
3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4
4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4
5. Intelectual (cognitivo). Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4
6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4
7. Síntomas somáticos generales (musculares). Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4
8. Síntomas somáticos generales (sensoriales). Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4

9. Síntomas cardiovasculares. Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4
10. Síntomas respiratorios. Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea.	0	1	2	3	4
11. Síntomas gastrointestinales. Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborigmos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.	0	1	2	3	4
12. Síntomas genitourinarios. Micción frecuente, micción urgente, amenorrea, menorragia, aparición de la frigidez, eyaculación precoz, ausencia de erección, impotencia.	0	1	2	3	4
13. Síntomas autónomos. Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, piloerectación (pelos de punta), apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasarse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial.	0	1	2	3	4
14. Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico). Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasarse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial. Tragar saliva, crujir, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas energéticas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, exoftalmos (proyección anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.	0	1	2	3	4
Ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14)					
Ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13)					
PUNTUACIÓN TOTAL					

RESULTADOS

- Según este estudio, se concluye que:
 - ✓ 55% de los casos estudiados al inicio del estudio con ansiedad moderada/grave pasaron a tener al finalizarlo: 4% ansiedad moderada/grave; 38% ansiedad leve; 13% ausencia de ansiedad.
 - ✓ 45% de los casos estudiados al inicio del estudio con ansiedad leve pasaron a tener al finalizarlo: 27% ansiedad leve; 18% ausencia de ansiedad.

CONCLUSIONES

- Las actuaciones de enfermería mejoran la ansiedad de los pacientes que acuden a las consultas de enfermería, disminuyendo o eliminando su intensidad en el 69% de los casos estudiados, en el Consultorio Gabia de Granada.
- Se confirma de esta manera, que la adecuada intervención de enfermería en las consultas de enfermería es indispensable para el mantenimiento de su integridad biopsicosocial.
- Se propone un nuevo estudio a fin de verificar que las intervenciones intergrupales con otros profesionales de la salud favorecen el control de la ansiedad.

BIBLIOGRAFÍA

- Gordon Majory. Diagnóstico Enfermero. Proceso y Aplicación. (1996) 3ª edición. Barcelona: Mosby/Doyma.
- Hamilton M. The Assessment of Anxiety States by Rating. Br J Med Psychol. 1959 Mar 1;32 (1):50-5. <http://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>
- Pallares Neila L, García Junquera MJ. Guía práctica para evaluación de la calidad en la atención enfermera. Madrid: Olalla Ediciones, SL; 1996.