

COM-033: INTERVENCIONES ENFERMERAS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD DE LOS PADRES CON HIJOS EN LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS

AUTORES

Nicolás Boix Leiva. Martina Martí Hidalgo. Rocío Mendes Santamaría. Inés Navarro Ballester. Eva Mei Núñez Overton. Alba Tormo Castelló

RESUMEN

Introducción La Unidad de cuidados intensivos neonatales ofrece atención especializada a recién nacidos críticamente enfermos o que requieren cuidados continuos. Los padres enfrentan estrés y desafíos para adaptarse a esta situación, lo que puede afectar al vínculo parental y por ende al desarrollo adecuado del niño. En la bibliografía se relatan algunas intervenciones que pueden ser efectivas para la disminución de la ansiedad de los padres.

Objetivos Determinar las intervenciones enfermeras para reducir la ansiedad de los padres con hijos en la Unidad de cuidados intensivos neonatales. Identificar: las necesidades emocionales y de apoyo a los padres, y la eficacia de las intervenciones actuales para reducir la ansiedad.

Material y métodos Se realizó una revisión bibliográfica, en el ámbito académico, en las bases de datos Dialnet, Scielo, Elsevier, revistas y en webs. Se incluyeron artículos en español a texto completo y de los últimos cinco años de niños ingresados en la Unidad

de cuidados intensivos neonatales y sus padres. Se encontraron 46 artículos y se seleccionaron 9.

Resultados Las necesidades identificadas son; la comunicación abierta y fluida entre el equipo enfermero y los padres, fortalecer el rol de madre, un ambiente agradable, y cubrir las necesidades emocionales de éstos. Para subsanar dichas necesidades se destacan ciertas intervenciones; comunicación y cuidados enfermeros efectivos, el método canguro, el programa abrazo, la implicación de los padres en todos los cuidados posibles, la apertura de las Unidades de cuidado intensivos neonatales durante 24h, la reducción de los ruidos de los equipos biomédicos, psicoterapia, los grupos de apoyo, y preparar a los padres para la estancia en la Unidad.

Conclusiones Finalmente, se ha comprobado que las intervenciones enfermeras comentadas anteriormente son medidas efectivas para atender las principales necesidades de los padres y del niño, consiguiendo así, favorecer el desarrollo óptimo del vínculo entre estos.

INTRODUCCIÓN

La unidad de cuidados intensivos neonatales ofrece una atención especializada a los recién nacidos críticamente enfermos o que requieren unos cuidados continuos. Los padres enfrentan estrés y desafíos para adaptarse a esta situación, lo que puede afectar al vínculo parental y por ende al desarrollo adecuado del niño. En este departamento se trabaja con tecnología avanzada y con profesionales sanitarios capacitados para brindar un cuidado especializado. Pueden haber complicaciones como nacer de manera prematura, que la gestante tenga un parto difícil o tener defectos congénitos. La mayoría de bebés que ingresan en esta unidad son prematuros, nacidos antes de la

semana 37, tienen un bajo peso, menor a 2'5 gramos o tienen una enfermedad que requiere un cuidado específico (1).

JUSTIFICACIÓN

Disminuir la ansiedad de los padres con hijos ingresados en la unidad de cuidado intensivos es fundamental para los profesionales de enfermería, ya que puede tener un gran impacto en el desarrollo del bebé y en el fortalecimiento del vínculo padres-hijo, además de mejorar la experiencia de los padres durante este periodo estresante.

OBJETIVO PRINCIPAL

Determinar las intervenciones enfermeras para reducir la ansiedad de las madres y los padres con hijos en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatal.

OBJETIVOS SECUNDARIOS

Identificar las principales necesidades emocionales y de apoyo de los padres con hijos en la Unidad de cuidados intensivos neonatales.

Evaluar la eficacia (preferencias y percepciones de los padres) de las intervenciones actuales para reducir la ansiedad en los padres en la Unidad de cuidados intensivos neonatales.

MÉTODO

Diseño: La búsqueda de información se llevó a cabo mediante una revisión bibliográfica en el mes de abril y mayo de 2024.

Estrategia de búsqueda: Se realizó la recogida de información mediante las bases de datos: Scielo, Dialnet y Elsevier junto con webs y revistas. En la estrategia de búsqueda se utilizaron las palabras clave: ansiedad, madre, padre, neonatos, UCI neonatal, cuidados enfermeros, enfermera, intervención y estrés. Además, mediante el tesauro "Descriptores en Ciencias de la Salud" se obtuvieron descriptores que se utilizaron junto con los operadores booleanos "AND" y "OR".

Por otra parte, la palabra PICO ayudó a completar la búsqueda y en ella se prescindió de la comparación utilizando PIO, siendo la población, padres con hijos en la UCI neonatal, la intervención, cuidados enfermeros, y el resultado (outcomes), reducir la ansiedad.

Selección de artículos: Los registros obtenidos oscilaron entre 46 artículos y páginas web de los cuales se seleccionaron 9. Los criterios de inclusión que utilizamos a la hora de escoger los artículos fueron: texto completo, presencia de alguna palabra clave en el título o resumen, en español y con una antigüedad de 5 años o superior.

RESULTADOS

Como se ha mencionado anteriormente, los padres de los neonatos prematuros ingresados en la unidad sufren grandes niveles de estrés y tienen el desafío de adaptarse positivamente a esta experiencia. Se ha comprobado que estas emociones en los padres pueden tener consecuencias que dificultan el desarrollo positivo del bebé, así como del vínculo neonato parental (1). Por lo tanto, debemos identificar las principales necesidades emocionales y de apoyo en los padres con hijos en la UCI neonatal, además de las intervenciones actuales para reducir la ansiedad de estos.

Se ha demostrado que la comunicación abierta y fluida enfermería - padres, es importante para mejorar los niveles de estrés que pueden sufrir los padres con neonatos ingresados, ya que el déficit de información puede tener efectos negativos. Se destacan intervenciones como la comunicación y los cuidados enfermeros efectivos. Entre estos cuidados encontramos la importancia de escuchar atentamente, informar de forma clara, respetar los silencios, transmitir confianza (hacer sentir que el neonato se encuentra en buenas manos), animar a los padres a hacer preguntas y a expresar sus experiencias, no hacer juicios de valor, mantener la esperanza en función de la situación y pronóstico, y facilitar la expresión de emociones (permitir que lloren, emplear preguntas abiertas - "¿cómo te sientes hoy?") (2).

Es importante tener en cuenta el rol de la madre, pues este se ve afectado al estar sometida al aislamiento físico (no poder alimentar o cambiarle el pañal al neonato), y al aislamiento afectivo (al tener un determinado horario de visita y no poder compartir al bebé con otros miembros de la familia), a parte de sentir impotencia por no poder evitar la realización de procedimientos dolorosos en el bebé. Todo esto es considerado por las madres como una situación extremadamente estresante, ya que las que están pasando por el ingreso de un hijo en una unidad de cuidados intensivos neonatales identifican como una necesidad el contacto con su hijo/a (3). El rol de madre por tanto, se puede fortalecer a través de intervenciones como el Método Canguro, el Proyecto Abrazo o la implicación de los padres en todos los cuidados posibles. El Método Canguro, según la OMS "debe iniciarse tan pronto como los neonatos estén clínicamente estables. El neonato prematuro crece más rápido y está más saludable, llora menos y duerme mejor, mientras que las madres están menos ansiosas y estresadas, invierten más en la lactancia materna y se sienten más ligadas a su bebé (4). El Proyecto Abrazo es un programa de asesoramiento a padres y sus familias que tienen un diagnóstico prenatal o postnatal, que ha demostrado tener efectos positivos en los padres sobre el grado de estrés, ansiedad y depresión al alta de sus hijos, presentando al inicio del ingreso niveles mucho más elevados (5).

Otro factor estresante para los padres son los equipos biomédicos como monitores y aparatos. Al ser desconocidos por las madres son vistos como sinónimo de gravedad, y las alarmas que estos emiten como una señal de emergencia de que algo no va bien, convirtiéndose así en una gran fuente de estrés. Por lo tanto, lo que puede hacer enfermería es tratar de reducir la cantidad de estos monitores y los ruidos que emiten siempre que no sean necesarios, identificando cualquier fuente de ruido excesivo, como carritos de comida, puertas automáticas, teléfonos, alarmas y/o localizadores. Aunque es esencial que ciertas alarmas se escuchen por encima del nivel de ruido, es posible establecer unos requisitos mínimos a la hora de comprar equipos (6).

Otro factor a tomar en consideración es la separación de los padres de su recién nacido por la restricción del horario de visita y aislamiento que deben cumplir, lo cual contribuye a limitar el daño físico pero que probablemente aumenta el daño emocional, siendo este último poco atendido por la ausencia de un personal entrenado que establezca un enlace entre la unidad y los padres (7).

La apertura de estas unidades a los padres las 24 horas del día puede ser una intervención eficaz para que puedan estar constantemente acompañando a su bebé y así reducir sus niveles de ansiedad (8).

Estas dos últimas intervenciones pueden contribuir a conseguir un ambiente agradable en la unidad.

La experiencia de tener un hijo en la UNCI cursa con acontecimientos que en su mayoría son inesperados y en consecuencia abrumadores para los padres. Los cambios por sí mismos generan estrés y si se agrupan dos o más (nacimiento de un hijo, nueva dinámica familiar, prematurez...) se vive una condición realmente difícil. Los profesionales enfermeros pueden ayudar dedicando tiempo no sólo a los cuidados técnicos sino también al apoyo emocional de los padres. Esto lo pueden conseguir a través de intervenciones como la psicoterapia, los grupos de apoyo, los diarios o preparando a los padres para la estancia en las unidades. Los padres y madres que participaron en grupos de apoyo experimentaron una mayor implicación en el cuidado de su bebé y se sintieron más capacitados para afrontar la situación, lo que resultó en una reducción del estrés, la ansiedad y la depresión. Además, diarios, psicoterapia y enseñanza de habilidades emocionales para manejar y resolver problemas también demostraron ser efectivas. La evidencia resalta la importancia de preparar a los padres para la estancia en la unidad, por tanto, la experiencia y vivencia de los progenitores depende en gran medida del cuidado que ofrece el equipo de enfermería durante el ingreso del neonato (9).

CONCLUSIONES

Finalmente, se ha comprobado que la apertura Unidad de cuidados intensivos neonatales 24h, el método canguro, el proyecto abrazo, la implicación padres en todos los cuidados posibles, su preparación para la estancia en la unidad, los grupos de apoyo, los diarios, la psicoterapia, la comunicación efectiva y todo el conjunto de los cuidados enfermeros son medidas efectivas para atender las principales necesidades de los padres y del niño, consiguiendo así, favorecer el desarrollo óptimo del vínculo entre éstos.

BIBLIOGRAFÍA

1. The neonatal intensive care unit (NICU) [Internet]. Stanfordchildrens.org. [citado el 8 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=the-neonatal-intensive-care-unit-nicu-90-P05498>
2. Iriarte Roteta A, Carrión Torre M. Experiencias de los padres de grandes prematuros en la Unidad de Cuidado Intensivo Neonatal: revisión sistemática de la evidencia cualitativa. *Metas Enferm* [Internet]. 2013 [citado el 8 de mayo de 2024]; 16(2):20-25. Disponible en: <https://www.enfermeria21.com/revistas/metas/articulo/80416/>
3. Sánchez-Veracruz M^a José, Leal-Costa César, Pastor-Rodríguez Jesús David, Díaz-Agea José Luis. Relación entre el grado de satisfacción y el nivel de estrés identificado en padres y madres con hijos ingresados en una unidad de cuidado intensivo neonatal. *Enferm. glob.* [Internet]. 2017 [citado 2024 Mayo 08]; 16(47): 270-291. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412017000300270&lng=es.

4. Sánchez Mogrovejo P, Osejos Moreira D, Crespo Moreno A, Soria Garcés XP. Análisis del método madre canguro en recién nacidos prematuros menores de 36 semanas y menores de 2500 gramos hospitalizados en la unidad de cuidados intensivos neonatales del Hospital Gineco Obstétrico de Nueva Aurora “Luz Elena Arismendi” y “Hospital Matilde Hidalgo de Procel” en el año 2018. BVS [Internet]. enero 2018 [citado el 8 de mayo de 2024]; 19 (1): 39-44. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-996437>
5. Evelyn Cano. Proyecto abrazo [Internet]. evelyncano.com. [citado el 8 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.evelyncano.com/proyecto-abrazo/>
6. Ecophon. Cinco consejos para reducir los niveles de ruido en los hospitales. ecophon.com. [citado el 8 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.ecophon.com/es-lat/articles/knowledge/five-tips-for-reducing-noise-levels-in-hospitals/>
7. Parra Falcón Flor María, Moncada Zulia, Oviedo Soto Sandra Josefina, Marquina Volcanes Mary. Estrés en padres de los recién nacidos hospitalizados en la Unidad de Alto Riesgo Neonatal. Index Enferm [Internet]. 2009 Mar [citado 2024 Mayo 08] ; 18(1): 13-17. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962009000100003&lng=es.
8. El papel de los padres en la UCI de Neonatos [Internet]. Elpartoesnuestro.es. [citado el 8 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.elpartoesnuestro.es/blog/2012/12/26/el-papel-de-los-padres-en-la-uci-de-neonatos>
9. Vista de Cuidados psicosociales dirigidos a los padres en una unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (UCIN) [Internet]. Conocimientoenfermero.es. [citado el 8 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.conocimientoenfermero.es/index.php/ce/article/view/65/38>