



# BAJO LA PIEL QUE HABITO

Perfectamente, y bajo un proceso de razonamiento inductivo, se podría inferir que la probable temática de este artículo, y bajo este titular, pudiera estar relacionada con una historia de ciencia-ficción al símil con el popular *thriller* psicológico de Almodóvar. Pero no. No voy a escribir de ficción, aunque sí de ciencia, al estar dicho manuscrito referido al cuerpo unificado de conocimientos relativo a la Disciplina Enfermera.

Con este titular se pretende dejar al descubierto aquellas cualidades que habitan bajo una piel, y que a buen criterio, conforman la esencia de la enfermera especialista en cuidados de salud mental, constituyendo su SELF profesional.

Referentes a nivel nacional e internacional han contribuido a la delimitación de las funciones y quehaceres de la profesión Enfermera en el ámbito de la Salud Mental que hoy conocemos, conformada por profesionales que tienen conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes para dar respuestas a las necesidades de salud y bien estar y demandas de cuidados que plantean los grupos sociales en la comunidad (1). Profesionales que en su intervención, practican abordajes individuales, familiares y grupales, potencian la promoción y prevención de la salud mental, ejercen en los diversos servicios sociosanitarios, diversifican sus actividades y usan técnicas y métodos de enfermería para personalizar, capacitar y socializar a la persona que presenta problemas de salud mental, procurando su autonomía y su calidad de vida, asumiendo el incremento de responsabilidades derivadas del ejercicio autónomo de la profesión (2).

Quizás, con esta ajustada descripción, no habría nada más que especificar. Sin embargo, queremos enfatizar aquellas características vitales que las enfermeras especialistas en cuidados de salud mental comparten para CULTIVAR con éxito un COMPROMISO INTERPERSONAL, base de toda relación de ayuda. Estos rasgos incluyen:

## **PENSAMIENTO CRÍTICO**

Como no hay dos personas que presenten las mismas necesidades biológicas, psicológicas, socioculturales y/o espirituales, es imperativo que la enfermera especialista en cuidados de salud mental no emplee los mismos métodos en la acción de cuidar o enfoques para cada persona, en este caso con problemas de salud mental. Cada persona necesita un enfoque personalizado en la atención y cuidados, y esto puede implementarse a través de técnicas de pensamiento crítico.

## **EMPATÍA**

Una enfermera especialista en cuidados de salud mental nunca puede olvidar que está tratando a una persona, teniendo presente de una manera muy importante, sus aspectos a veces más íntimos, que tienen que ver con la mente, la personalidad y las emociones. Para emplear la empatía con las personas y los grupos sociales, la enfermera debe tener excelentes habilidades interpersonales.

## **CONFIABILIDAD**

Una enfermera es una profesional en la que las personas con las que cuida y sus compañeros y compañeras de trabajo confían en su apoyo. Como tal, está claro que una enfermera especialista en cuidados de salud mental que aspire al éxito en su praxis debe ser una persona extremadamente confiable. Su comportamiento en la tarea diaria también debe ser coherente. La confiabilidad también abarca una amplia gama de otras cualidades, incluida la profesionalidad y la responsabilidad.

## **INTERÉS SINCERO**

Las enfermeras deben poseer unas cualidades humanas esenciales para ayudar a las personas, como es la capacidad de ser asertiva y estar entrenada en el ejercicio de la paciencia, tratando de infundir confianza y promoviendo el encontrar la esperanza e identidad personal positiva. Para que una enfermera especialista en cuidados de salud mental transmita esta confianza, debe mostrar interés y compromiso en la acción y estar genuinamente interesada en su quehacer, el CUIDADO PROFESIONAL.

Nunca olvidemos que la ACTIVIDAD ENFERMERA se encuentra ANCLADA en el día a día, compuesta de pequeños gestos, expresiones, discursos, fruto de un carisma que da sustento a su propio devenir.

Carlos Aguilera Serrano

Twitter: @CAguiler2

Instagram: @enfermera\_de\_saludmental

Unidad de Salud Mental Comunitaria de Motril.

Area de Gestión Sanitaria Sur de Granada.

## **Bibliografía**

- 1.- Pacheco Borrella, G. (2010) La construcción social enfermo mental, su repercusión en el individuo y familia y en los cuidados de salud mental. Editorial Academia Española. Saarbrücken, Deutschland / Alemania.
- 2.- Pacheco Borrella, G; Vila Blasco, B. (1995) Evolución de la enfermería de salud mental en Andalucía. Rev Rol Enf, 198: 37-40.