

XXIII Congreso de la asociación Nacional de Enfermería en Salud Mental (ANESM). Conclusiones

Durante los días 6,7 y 8 de abril, la Asociación Nacional de Enfermería de Salud Mental - ANESM, celebró en Torremolinos, su XXIII Congreso Nacional, bajo el lema "Los cuidados de salud mental en el laberinto de las emociones". A lo largo de estas jornadas, y por medio de la realización de las diversas actividades científicas programadas (ponencias, comunicaciones y mesas redondas), los asistentes acuerdan resumir el intenso trabajo desarrollado en las siguientes conclusiones:

- Las emociones, son estados afectivos que nos indican circunstancias internas personales, motivaciones y deseos, siendo entidades psicológicas complejas en las que se combinan, de forma heterogénea, aspectos fisiológicos, sociales y psicológicos, como respuesta a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación.
- Gracias a las emociones se produce una activación que nos proporciona la energía necesaria para responder con rapidez a cualquier estímulo que atente contra el bienestar físico o psicológico, permitiendo así la supervivencia y la adaptación al medio. Temor, sorpresa, tristeza, disgusto, ira, alegría, etc.; cada una de éstas emociones nos ayudan a adaptarnos a las demandas de nuestro ambiente aunque de diferentes formas. Se pueden combinar para producir un rango de experiencias mas amplio: tristeza, alegría, sorpresa, etc.
- El mecanismo básico que está implicado en la comprensión infantil de las emociones es la capacidad del niño de pensar a medida que crece sobre sus propios estados mentales, lo que podríamos llamar "autoconciencia emocional" y la capacidad de imaginar que las demás personas también experimentan emociones.
Existen dos elementos claves para entender el desarrollo emocional en la infancia: el descubrimiento de uno mismo y la adquisición del lenguaje.
- La lectura de las emociones se puede realizar desde distintas teorías pero en cualquier caso en la manifestación de las mismas hay el reconocimiento del Otro que interpela una demanda. Dentro del "Sujeto Racional", también tienen cabida las emociones sin que ello lo deje invalidado para una acción éticamente responsable.

Notas

- Dentro de la categorización de las emociones algunas emociones son definidas como emociones negativas, a las que hay que eliminar, un sufrimiento inútil, un desorden de lo orgánico que falla. Es el caso de la Angustia, ya sea en su forma de "estado" o en su forma de "acceso", es un fenómeno universal pero no general, no todo el mundo está angustiado, aunque todos podemos estar abocados en uno u otro momento de nuestra existencia por motivos diferentes. Indica que algo de la vida "no va". No es algo a eliminar sino que puede ser una vía de acceso a la verdad del sujeto, a la verdad de su deseo, al cual se llegará a través de la palabra, pudiendo tener la oportunidad de hacerse cargo de su fracaso e inventarse una salida más digna.
- En la actual psiquiatrización del vivir, y acorde con dos de las posiciones actuales que intentan escapar de las consecuencias de los actos: la victimización y la infantilización; en ambas se trata de gozar de los beneficios de la sociedad del bienestar sin sufrir ninguno de sus inconvenientes. Son dos estrategias para huir de la dificultad de ser, dos estrategias de la irresponsabilidad. La infantilización culmina en la inmadurez perpetua y la victimización es sinónimo de la ausencia de culpa, de la ausencia de responsabilidad, dejando al sujeto como "supuesto indefenso" que reclama al Otro social lo que le debe y a lo que no está dispuesto a renunciar.
- Para la interpretación de las emociones en otras culturas es necesario descodificar ciertos signos, sobre todo en las de tradición más oral y menos literatura escrita, donde la palabra tiene un papel fundamental, a modo de un río que fluye a lo largo del tiempo. Una de sus máximas expresiones son los cuentos, sobre todo

en el África Subsahariana, donde no son tan solo una leyenda del pasado contada de padres a hijos, sino mucho más que esto: la definición de fronteras, el temperamento de un pueblo, las maldiciones que les persiguen desde su pasado y sobre todo un referente para su moral y sus leyes.

- Paralelamente reclamamos para nuestra sociedad la reubicación de nuestros mayores su función de cronistas o transmisores culturales y de experiencias que enriquezcan a los jóvenes. Que sean un puente entre el pasado y el presente, que sus experiencias se vivan como enriquecedoras y su conocimiento aplicable al futuro. Las nuevas tecnologías pretenden aportar lo mismo pero de forma deshumanizada, sin sentido y afecto. En suma ellos, los mayores pueden transmitir emociones y sentimientos junto a la información. Esto es transmitir cultura en un sentido amplio.



- Los objetivos generales de la intervención con las familias se centran en aumentar los recursos psicológicos de éstas y en disminuir su vulnerabilidad ante la situación en la que se encuentran. Como objetivos específicos se proponen el manejo y expresión de sentimientos y emociones,

ayudar a que los familiares establezcan un significado y den un sentido a sus experiencias, potenciar el manejo de las pérdidas asociadas a la enfermedad para prevenir procesos de duelo patológico, procurar que se establezcan canales de comunicación adecuados entre los miembros de la familia e impulsar la movilización de recursos y habilidades de afrontamiento propiciando la participación en las tareas y decisiones relativas al cuidado.

- Actualmente el trabajo de las emociones en el currículum académico se lleva a cabo bajo diferentes orientaciones, normalmente humanistas pero demasiado cerradas a una asignación concreta de una materia y bajo un modelo excesivamente academicista. Normalmente no existe una continuidad del currículum emocional en las prácticas clínicas y este elemento ya solo dependerá de la sensibilidad de los profesores.
- En el nuevo Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) nos plantea un trabajo curricular basado en la adquisición de una serie de competencias donde las emociones se encuentran dentro de las habilidades interpersonales y de comunicación, que suponen proporcionar la información adaptada a las necesidades del interlocutor, establecer una comunicación fluida y proporcionar un óptimo soporte emocional. En definitiva se introducirá un nuevo término en el currículo formativo, la "competencia emocional", y esta competencia solo se puede conseguir a través de una mayor integración curricular, con el planteamiento de objetivos comunes e integrados durante toda la práctica formativa. Debemos reclamar a los responsables educativos universitarios y a los profesores, esa competencia emocional. El modo en como se consigue ésta, debe de ser de forma transversal,

durante toda la formación de la titulación. En todos los practicum o prácticas clínicas se deben plantear objetivos formativos en esta línea si queremos conseguir titulados emocionalmente competentes.

- Gestionar cuidados tiene una doble dimensión: la demanda del sujeto que cuida y el sujeto que demanda cuidados. Esto supone una revisión en profundidad de los valores. No es posible gestionar sin valores, o sin desplegar el aparato emocional. Los gestores de cuidados se encuentran con las emociones que emanan de la imposible adecuación del sujeto al orden social y a una cuota de malestar latente donde se mantiene en alza el eslogan del mínimo esfuerzo, mínimo sufrimiento y tolerancia cero a la frustración. El dolor es un sinsentido absoluto. La gestión de los cuidados es mantener un equilibrio inestable y siempre precario entre lo posible y lo imposible. Tendrá que articular su posición desde la firme responsabilidad de no eludir el compromiso con el sujeto que la institución encubre. La institución desde un discurso racionalista promueve un saber que desplaza al sujeto. Alguien que manifiesta sus miedos o temores está dando cuenta de que existe otro que le interpela en su demanda y lejos de mostrar su debilidad, esta promoviendo su inscripción en una dimensión subjetiva que posibilita el encuentro.
- Numerosos estudios del medio laboral han puesto de manifiesto que las emociones desagradables repercuten negativamente no sólo en la salud de la persona que las experimenta, sino también, por efecto rebote, sobre las personas a ella contiguas, como compañeros de trabajo, familia, amigos e incluso usuarios de sus servicios por lo que es necesario hacer una reflexión profunda, con el fin de encontrar soluciones que permitan, no

sólo disminuir o evitar experiencias desagradables, sino también propiciar los recursos necesarios para que los profesionales puedan protegerse emocionalmente cuando ocurran. Se entiende pues que la responsabilidad para estas soluciones radica básicamente en dos frentes: La formación, asegurando recursos de afrontamiento a los trabajadores, y la organización, implementando políticas que favorezcan el desarrollo de comportamientos éticos y ambientes saludables.

- Recordar situaciones laborales del pasado, de los métodos asistenciales utilizados en los cuidados de Salud Mental o de las instituciones custodiales de antaño, aunque sea con el pretexto de una obra teatral... nos produce emociones encontradas que van desde la ira contenida a la tristeza o la simple sonrisa ingenua.

El presente inmediato de nuestra realidad profesional, esta lleno de desencuentros que fácilmente nos pueden llevar a la frustración, entre ellos:

- Descontento generalizado entre la mayoría de los profesionales por algunos de los contenidos del RD 450/2005:
 - Alrededor de unos 1500 profesionales, a pesar de disponer de experiencia y formación, deberán realizar un examen para acceder al título de especialista.
 - Un número similar no podrán acceder al título de especialista porque no reunieron la totalidad del tiempo trabajado requerido antes del 4 de agosto de 1998.
- La experiencia de la formación EIR de estos años ha llevado ya a una serie de conclusiones:

- La formación que se obtiene en las diversas unidades docentes es desigual tanto en contenido como en calidad.

- La duración actual de un año no permite adquirir la formación necesaria.

- Es necesario impulsar la elaboración e implementación de las llamadas Áreas de Capacitación Específica (ACE), que consisten en una ampliación de la formación especializada.

- Nuestros especialistas son reclamados por otros países europeos para trabajar en sus sistemas de salud, cuando aquí se ven obligados a trabajar en áreas diferentes de la salud mental.

- En beneficio de la mejora de la atención a nuestra población, es urgente definir por parte de la Administración y de manera consensuada con las sociedades científicas, un catálogo de puestos de trabajo donde se definan aquellos puestos donde sea imprescindible ser especialista para ejercer la profesión, así como la creación en las distintas comunidades autónomas la creación de la Categoría de Especialista en Salud Mental.

