



Cuidados enfermeros y técnicas no farmacológicas para el control del dolor: Revisión bibliográfica

Liliana Guita Gherghisan, Araceli Plaza Andrés



Introducción

Los Cuidados Paliativos tienen como objetivo principal ofrecer una mejor calidad de vida para los pacientes y sus seres queridos. Es imprescindible que el personal sanitario tenga conocimientos sobre el tratamiento para manejar el dolor¹.

Objetivo: Identificar las medidas no farmacológicas para el control del dolor y los cuidados enfermeros disponibles para ello.

PubMed, Scielo y Google Académico

Metodología

Artículos originales de acceso a texto completo y libre, en español, publicados en los últimos 5 años



Revisión Bibliográfica
agosto 2024

AND AND

Cuidados Paliativos, Manejo del dolor, Cuidados de Enfermería

4 manuscritos seleccionados y analizados

Resultados

Referencias	Medidas No Farmacológicas	Evidencia científica	Cuidados de Enfermería
Martínez Ramírez, YB. ²	<ul style="list-style-type: none"> Aromaterapia Musicoterapia Terapia de relajación mental y física 	<ul style="list-style-type: none"> Se demostró que el uso de aceite de lavanda por vía inhalatoria y tópica (masaje), ha dado resultados positivos para el alivio del dolor en pacientes con cáncer. La musicoterapia ayudó a mejorar el estado psicológico y físico, disminuyó los niveles de ansiedad y aumentó el confort y la calidad de vida. El uso del yoga, obtiene resultados beneficiosos para el dolor, la disminución de las náuseas y el estrés, ayudando a mejorar la conciliación del sueño. La relajación muscular ayuda a liberar tensión y disminuir el dolor de las zonas tensionadas. 	<ul style="list-style-type: none"> Humidificar el ambiente con aceites que desprenda un olor agradable (aceite de lavanda). Realizar masajes para favorecer la circulación de retorno. Permitir al paciente que interactúe con la música. Enseñar al paciente técnicas de relajación, como cerrar los ojos y pensar en algo agradable. Enseñar que realice respiraciones profundas y rítmicas para ayudar a liberar tensiones musculares.
Ruiz-Reyes D, et al. ³	<ul style="list-style-type: none"> Musicoterapia Arte terapia 	<ul style="list-style-type: none"> Escuchar y cantar a la vez contribuye a aumentar las concentraciones de Ig A y IgG, activando la aceleración de producción de células sanguíneas y contribuyendo al aumento de niveles de Interleuquina 1 en sangre (citoquina fundamental para la defensa del organismo). La Arte Terapia usada en forma de psicoterapia, ayuda a expresar emociones y conflictos emocionales y psicológicos a través de la creatividad. Se usa como una forma de comunicación no verbal que puede ofrecer información sobre preocupaciones, miedos y vivencias, teniendo un efecto beneficioso. 	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar material para escuchar música ,como por ejemplo cascos ,dejar al paciente que elija melodías de su gusto. Ofrecer actividades de distracción y dar la posibilidad de que el paciente exprese sus sentimientos a través del dibujo, beneficioso en paciente que tiene dificultad en la comunicación oral.
Holzinger A. ⁴	<ul style="list-style-type: none"> Terapia de baile 	<ul style="list-style-type: none"> Uso terapéutico y psicoterapéutico del movimiento del cuerpo que ayuda a personas con problemas emocionales, físicos y sociales. La actividad física ayuda a la liberación de endorfinas, que reduce los estados de pesimismo, mejorando las funciones del sistema inmunológico, además de otros sistemas como el circulatorio, respiratorio, esquelético y muscular. 	<ul style="list-style-type: none"> Ofrecer un espacio para bailar, es importante que los familiares participe en esta actividad, ayuda a los pacientes olvidar por un momento que se encuentra ingresados en un hospital.
Bertino V. ⁵	<ul style="list-style-type: none"> Terapia espiritual 	<ul style="list-style-type: none"> La espiritualidad es una herramienta paliativa que puede usarse en situaciones de estrés y aspectos negativos que la persona experimenta a lo largo de la enfermedad. La práctica religiosa es útil para las personas que creen en el más allá. 	<ul style="list-style-type: none"> Respetar su creencias. Facilitar el encuentro con el sacerdote si lo necesita.



Conclusiones

Las enfermeras deben tener en cuenta que el dolor es un síntoma multifactorial y debe ser tratado de forma integral junto con unos cuidados humanizados, ya que el paciente necesita ser tratado como persona y no como enfermedad para satisfacer sus necesidades biopsicosociales y espirituales. La evidencia científica respalda la utilidad de los tratamientos no farmacológicos ya que no tiene efectos secundarios y ayuda al paciente en participar de forma activa en elegir el tratamiento que más se adapte a él.

Referencias

- Rincón Tejedor L. Técnicas complementarias para el manejo del dolor oncológico. [trabajo fin de Grado en Internet]. [España]: Universidad de Cantabria, Facultad de Enfermería. 2020:33p. Disponible en: https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/20065/RINCON20TEJEDOR_%20LIDIA.pdf?sequence=1
- Martínez Ramírez YB. Terapias Complementarias para el Manejo del Dolor Oncológico. [tesis de maestría en Internet]. [Ecuador]: Universidad Regional Autónoma de los Andes "Unianandes". 2023:23p. Disponible en: <https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/16224/1/UA-MEO-EAC-010-2023.pdf>
- Ruiz-Reyes D, García-Rodríguez DM, Carvajal-Otaño NM. Expresiones del arte como terapia complementaria al cáncer pediátrico. MedEst [revista en Internet]. 2023;3(2):186.p. Disponible en: <https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/186>
- Holzinger A. Efectos de la danza movimiento terapia en la memoria y atención en pacientes con demencia senil. [tesis de pregrado en Internet]. [Santa Fe]: Universidad del Gran Rosario. 2023:71p. Disponible en: <https://rid.ugr.edu.ar/bitstream/handle/20.500.14125/754/Inv.%20D-514%20MFN%207751%20tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bertino Gieco V. Espiritualidad en cuidados paliativos: experiencias e intervenciones de terapeutas ocupacionales. [tesis en Internet] [Rosario]: Universidad del Gran Rosario. 2023:57p. Disponible en: <https://rid.ugr.edu.ar/bitstream/handle/20.500.14125/545/Inv.%20D-337%20MFN%207554%20tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



IMÁGENES Y FUENTES etiquetadas para su utilización disponibles en: flaticon.es, dafont.com y google.com