



# La relación y el vínculo terapéutico en enfermería de salud mental como motor de cambio.



“CIUDAD DE GRANADA”

López Cánovas Nieves, Vílchez Tornero  
Miriam, Medina Rodríguez Lucía

## INTRODUCCIÓN

Se define a la relación terapéutica en enfermería de salud mental, como aquella interacción significativa entre enfermera-paciente, donde se establece una alianza terapéutica basada en la confianza con objetivo de ayudar al en su bienestar, para lo cual es imprescindible también la aceptación incondicional hacia el paciente, así como al vínculo terapéutico como una relación basada en la confianza, la empatía y el respeto mutuo entre el profesional de salud y el paciente. Este trabajo explora cómo la relación y el vínculo terapéutico pueden ser utilizados como la herramienta fundamental para capacitar al paciente en la toma de control sobre su salud mental, su autonomía y autocuidado, promoviendo una participación activa en su tratamiento y la autogestión de su bienestar emocional.

## OBJETIVOS

- Principal: Examinar la evidencia acerca del poder de la relación y el vínculo terapéutico para favorecer la mejoría en pacientes de salud mental.
- Secundarios:
  - Promocionar la importancia de la mejora de la relación terapéutica con los pacientes como vehículo de autocuidado
  - Promover el vínculo como herramienta terapéutica

## METODOLOGÍA

Se realiza una revisión bibliográfica de la evidencia científica en la BV-SSPA, Dialnet, NIH y revista web “Enfermería y salud mental”. Se establece como criterio de exclusión principal artículos anteriores a 2010 y se usan como palabras clave “vínculo”, “relación terapéutica”, “salud mental”, “autonomía” y “autocuidado”, obteniendo finalmente tras una lectura crítica 16 artículos.

## RESULTADOS

A partir de la revisión de la literatura, se ha encontrado que un vínculo fuerte entre el paciente y el profesional de salud mental tiene una correlación positiva con el incremento de la mejoría de su salud.

El tiempo que se dedica al paciente, unido a la comunicación, pueden suponer la modificación del comportamiento humano que, de forma directa e indirecta, promueven su salud. En este intercambio de información que es la comunicación, se favorece un ambiente de confianza, que beneficia tanto al paciente como a la enfermera y ayuda a que los primeros establezcan su estado emocional y aumenten la cooperación. Mediante la relación terapéutica, el paciente será capaz de desarrollar nuevas ideas, sentimientos y conductas que faciliten su proceso vital y le permitan resolver sus dificultades, también desde la responsabilidad. Los pacientes que reportan una mayor conexión emocional con sus enfermeras especialistas, tienden a mostrar mayor motivación para seguir las recomendaciones médicas, así como para asumir un papel activo en la gestión de su salud mental.

En intervenciones basadas en enfoques centrados en el paciente, el establecimiento de un vínculo empático y de confianza se ha demostrado esencial para fomentar la colaboración y el desarrollo de estrategias de autocuidado. Los pacientes no solo se sienten más comprendidos, sino que también desarrollan una mayor confianza en su capacidad para manejar los desafíos relacionados con su salud.

## CONCLUSIÓN

El vínculo terapéutico es una herramienta poderosa, un refugio temporal mientras las personas adquieren conductas de afrontamiento adaptativo para la vida. Mediante la escucha activa, calidez, empatía y confianza, trabajando en objetivos comunes, se puede desarrollar un vínculo fuerte, que permite que los pacientes adquieran las habilidades y la confianza necesarias para participar activamente en su tratamiento, lo que, a su vez, puede mejorar los resultados a largo plazo en términos de bienestar emocional y gestión de la enfermedad, pudiendo tomar sus propias decisiones, pero acompañados. Promover un equilibrio entre apoyo y autonomía es esencial para el éxito de las intervenciones terapéuticas y el fomento del autocuidado.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aznar-Huerta et al. La aceptación incondicional en la relación terapéutica enfermera-paciente en su conjunto: Un estudio cualitativo exploratorio en el contexto de los servicios de salud mental. Rev Enferm Salud Ment. 2021; 14. Disponible en: <http://www.reesme.com/index.php/REESM-AEESME/article/view/111>
- Moreno-Poyato AR. La relación terapéutica en la enfermería de salud mental del siglo XXI: integrando reflexión teórica y evidencia empírica. Rev Enferm Salud Ment. 2019; 13 : 24-28. Disponible en: doi:10.5538/2385-703X.2019.13.24
- Roviralta-Vilella M, Moreno-Poyato AR, Rodríguez-Nogueira Ó, Duran-Jordà X, Roldán-Merino JF; MiRTIME.CAT Working Group. Relationship between the nursing practice environment and the therapeutic relationship in acute mental health units: A cross-sectional study. Int J Ment Health Nurs. 2019 Dec;28(6):1338-1346. doi: 10.1111/inm.12648. Epub 2019 Oct 14. PMID: 31609540.