

El reto de la investigación en cuidados en salud mental, y la necesidad de hacerlo de forma colaborativa

The challenge of research in mental health care, and the need for collaborative approaches

M. Teresa Moreno-Casbas RN, PhD, FEAN, FAAN

Unidad de Investigación en Cuidados y Servicios de Salud (Investén-isciii), Instituto de Salud Carlos III, Madrid, España
Centro de Investigación Biomédica en Red Fragilidad y Envejecimiento Saludable (CIBERFES), Instituto de Salud Carlos III, Madrid, España.

EDITORIAL

La salud mental se ha convertido en una prioridad de salud pública mundial, con una carga cada vez mayor para los sistemas de salud y un impacto significativo en la sociedad. Según la Organización Mundial de la Salud, se estima que una de cada ocho personas en todo el mundo sufre algún trastorno mental, una cifra que va en aumento debido a factores como la pandemia de COVID-19, los conflictos y las desigualdades globales, sociales y económicas.

El panorama de la atención y la prestación de servicios de salud mental está evolucionando, al igual que nuestra comprensión de los orígenes del “dolor psicológico”. Ahora está claro que las explicaciones biológicas han sido exageradas y, por otro lado, las experiencias traumáticas y dañinas contribuyen más a los problemas de salud mental de los individuos.

Además, las deficiencias de los tratamientos tradicionales utilizados en la atención de salud mental son evidentes y la atención centrada en la persona es una prioridad. En este escenario, la investigación en salud mental cobra más importancia que nunca.

Abordar esta crisis de salud mental requiere la integración del trabajo científico de muchas disciplinas diferentes, desde la neurociencia y la psiquiatría hasta la atención comunitaria y la enfermería. Sin embargo, en España y en muchos países, el modelo jerárquico sigue relegando a las enfermeras a puestos subordinados. Esto da como resultado una reducción significativa de la perspectiva y la experiencia práctica, que son importantes para desarrollar estrategias de atención efectivas. Las dificultades más comunes incluyen depresión, ansiedad, trastornos por uso de sustancias y trastorno de estrés postraumático.

Esta condición afecta a personas de todas las edades y regiones, pero afecta particularmente a los grupos vulnerables. En España, la situación refleja estas tendencias globales, con un incremento significativo de casos de depresión y ansiedad en los últimos años. El acceso a servicios de salud mental sigue siendo desigual, y persisten barreras como la falta de profesionales especializados y el estigma asociado a buscar ayuda psicológica.

El establecimiento oficial de la especialidad en Enfermería de Salud Mental en España tuvo lugar en 1987, lo que marcó un punto de inflexión en el reconocimiento de esta disciplina. No obstante, los progresos en la investigación en esta área de conocimiento han sido restringidos. Pese a estos desafíos, las iniciativas para incorporar el punto de vista de la enfermería en las políticas de salud mental están mejorando y empiezan a ser más visibles, fomentando un enfoque más integral e inclusivo.

En nuestro país, recientemente se ha definido la investigación en cuidados como aquella que proporciona una perspectiva integrada de la investigación en salud en general, desde la perspectiva de los cuidados. Hace referencia a toda la investigación significativa para la profesión de enfermería y otras disciplinas del campo de la salud que brindan atención a los pacientes y a la población en general. Finalmente, se argumenta que puede ser realizada por científicos de diversas disciplinas, aunque usualmente es llevada a cabo por enfermeras, y sus hallazgos podrían ser relevantes para otros expertos con experiencia en prestación de cuidados. Dentro de las prioridades y áreas a las que se enfoca esta investigación en cuidados, se incluyen, entre otras, la promoción y prevención de la salud, el cuidado

de eventos/enfermedades crónicas y complejas, la efectividad de tratamientos no farmacológicos, los cuidados necesarios ante la aparición de eventos agudos/críticos y la eficiencia y efectividad de los cuidados y servicios de salud.

Por otro lado, la práctica basada en la evidencia ha sido identificada como un componente crítico en la prestación de cuidados de calidad, y esto también se aplica particularmente en el campo de la salud mental que nos ocupa. Las enfermeras que trabajan en entornos de salud mental se enfrentan a necesidades complejas y a menudo únicas de los pacientes, lo que las obliga a tomar decisiones informadas que estén respaldadas por los últimos resultados de la investigación. Al adoptar un enfoque basado en la evidencia, las enfermeras pueden garantizar que sus intervenciones se basan en los resultados científicos más actualizados y fiables, lo que en última instancia conduce a mejores resultados para los pacientes.

La investigación en enfermería enfrenta una serie de desafíos significativos que pueden influir en su desarrollo y aplicación efectiva. A continuación, detallo, según mi percepción, algunos de los aspectos que considero cruciales en la situación actual para el crecimiento de la investigación en cuidados en el ámbito de la salud mental:

1. Muchos profesionales de enfermería no reciben suficiente capacitación en investigación durante su formación académica, lo que limita su capacidad para diseñar y llevar a cabo estudios robustos.
2. Publicar en revistas de alto impacto puede ser un desafío para las enfermeras en salud mental debido a la competencia y los rigurosos procesos de revisión por pares. La visibilidad de la investigación en enfermería puede mejorarse mediante estrategias de publicación bien planificadas y el apoyo institucional a los grupos de investigación.
3. La resistencia al cambio, la falta de apoyo institucional y las barreras administrativas pueden impedir la adopción de nuevas prácticas basadas en evidencia. La implantación de prácticas basadas en la evidencia permite a las enfermeras en general y a las de salud mental en concreto aplicar las intervenciones más efectivas y seguras, mejorando la calidad de la atención.
4. La investigación en enfermería gana en calidad y visibilidad cuando se da la cooperación con otras disciplinas. No obstante, las diferencias en las perspectivas y prioridades pueden dificultar la integración y colaboración eficaz entre equipos de diferentes disciplinas. La interdisciplinariedad conlleva la ampliación de una disciplina a través del conocimiento de otras y es vital para tratar problemas complejos que no se podrían solucionar con un enfoque único. La colaboración efectiva en equipos multidisciplinares puede mejorar los resultados de salud de la población, mejorar el conocimiento científico en esa área de conocimiento y lograr proporcionar cuidados de alta calidad.

Me gustaría ampliar un poco más este último punto porque creo que es importante señalar que estamos en un momento crítico en la investigación de la salud mental. La intersección de la pandemia de COVID-19, los desafíos provenientes del cambio climático y los conflictos internacionales han demostrado que no hay tiempo que perder para impulsar la investigación en salud mental. Esta rara oportunidad subraya la necesidad de un cambio significativo en la colaboración dentro de la enfermería: las enfermeras deben asumir roles de liderazgo y convertirse en coinvestigadoras con poder de decisión en proyectos multidisciplinares. Dadas las circunstancias, las instituciones de investigación deben esforzarse por garantizar que las prioridades establecidas sean verdaderamente relevantes y reflejen la realidad actual de las necesidades de la población en materia de salud mental.

En este mismo sentido, y teniendo como fondo lo ya explicado en una editorial previamente publicada: “Investigar colaborando o colaborar para investigar en enfermería intensiva”¹, el término “colaboración” en investigación alude a la cooperación equitativa entre profesionales de diversas disciplinas y roles, incluidos enfermeros, psicólogos, médicos y trabajadores sociales. En este contexto, la enfermería en salud mental es fundamental no solo en la aplicación de cuidados, sino en el liderazgo de investigaciones que transformen la práctica clínica y social.

Notas al pie

1. Editorial: “Investigar colaborando o colaborar para investigar en enfermería intensiva”. DOI: 10.1016/j.enfi.2020.10.001

La investigación en salud mental debe adaptarse a la creciente complejidad de los problemas emocionales y conductuales. Esta especialidad enfrenta retos únicos: el estigma social, la variabilidad en los sistemas de atención y la necesidad de enfoques integrales. Los esfuerzos de investigación deben enfocarse en superar estos desafíos, apoyándose en la colaboración interdisciplinaria y el liderazgo enfermero.

La colaboración multiprofesional en la investigación en cuidados es fundamental para mejorar tanto la calidad como el alcance de los cuidados prestados a los pacientes. Este enfoque colaborativo, a menudo denominado colaboración interprofesional, está reconocido como de carácter totalmente necesario, para prestar una atención integral a los pacientes y a la población. Integra la experiencia y las habilidades de varios profesionales de la salud, lo que resulta esencial para abordar las necesidades en creciente complejidad de los pacientes, tanto en los entornos de atención hospitalaria, atención primaria, comunitaria y otros ámbitos como el sociosanitario y las urgencias y emergencias. Una revisión sistemática realizada en 2022, subraya la importancia de este enfoque colaborativo para mejorar la calidad de la atención hospitalaria. Sus resultados sugieren que cuando los profesionales sanitarios colaboran entre sí, la atención prestada no solo es más completa, sino que también responde mejor a las necesidades individuales de los pacientes.

En la práctica, la investigación colaborativa ayuda a desarrollar nuevas metodologías para ofrecer una atención eficaz y centrada en la persona. Comprender el proceso de recuperación de las personas con problemas de salud mental puede conducir a intervenciones mejor diseñadas que apoyen dicha recuperación. El enfoque de la investigación-acción participativa, por ejemplo, se ha utilizado para diseñar de forma conjunta y poner en práctica actividades en hospitales de día de salud mental, mejorando las relaciones terapéuticas y los resultados de los pacientes.

No obstante, hay que tener en cuenta que investigar colaborando implica la participación equitativa y activa de las enfermeras en todas las etapas de la investigación. Esto fortalece la disciplina al permitir la generación de conocimiento relevante para el cuidado, lo que a mi juicio se debe diferenciar de colaborar para investigar, donde, por el contrario, se suele asignar un rol secundario a las enfermeras, lo que puede limitar su impacto en los resultados científicos y en la mejora de prácticas clínicas.

Querría finalmente hacer hincapié en que el principal objetivo de la investigación en este campo es fortalecer la calidad de vida de los pacientes, contribuyendo al diseño de prácticas basadas en evidencia y estrategias preventivas. En este sentido propondría algunos temas de interés para la investigación en cuidados en este ámbito de la salud mental:

1. Optimización del cuidado emocional: Diseñar e implementar intervenciones centradas en la resiliencia, la autorregulación y la prevención del deterioro psicológico.
2. Superación del estigma social: Analizar y generar herramientas educativas para combatir la discriminación hacia personas con enfermedades mentales, lo que a su vez facilita el acceso a cuidados.
3. Desarrollo de resiliencia: Programas educativos liderados por enfermeras que fortalecen las habilidades de afrontamiento en poblaciones vulnerables, como adolescentes y personas mayores.
4. Fomento de la relación terapéutica: Las enfermeras, a través de su interacción directa con los pacientes, pueden liderar investigaciones que estudien cómo mejorar las dinámicas interpersonales y la empatía en el entorno clínico.
5. Evaluación de tecnologías digitales: Herramientas como aplicaciones de *mindfulness*, servicios de teleconsulta o teleterapia, o las plataformas de telesalud, representan campos emergentes en el cuidado de la salud mental que requieren exploración rigurosa.
6. Manejo del estrés: Proyectos enfocados en desarrollar programas integrados de manejo del estrés, combinando enfoques clínicos y comunitarios.

7. Redes de apoyo mutuo: Estudios sobre grupos terapéuticos dirigidos por enfermeros han demostrado su efectividad en fomentar el sentido de pertenencia y reducir la ansiedad social.

8. Incorporar la perspectiva de la persona usuaria con experiencia en primera persona, su familia y sus cuidadores: La relación enfermera-usuario es central en la salud mental, pero la investigación actual tiende a subestimar la voz de los usuarios, de sus familias y sus cuidadores. Es importante investigar en intervenciones juntamente con todos ellos, integrando sus experiencias para desarrollar cuidados más efectivos y personalizados.

9. Importancia de la perspectiva de género. Este aspecto es un enfoque crucial, ya que, por un lado, las mujeres tienen un mayor riesgo de experimentar depresión, ansiedad y trastornos relacionados con el estrés, mientras que, por otro, los hombres suelen estar más afectados por trastornos por consumo de sustancias y suicidio. Esto no solo refleja diferencias biológicas, sino también sociales, culturales y estructurales.

No puedo acabar este repaso a los posibles campos de investigación sin poner de manifiesto el rol actual de la inteligencia artificial (IA) en el cuidado de la salud mental, facilitando el diagnóstico temprano y la personalización de tratamientos e intervenciones. La IA puede identificar patrones en datos de comportamiento, texto y voz que indican trastornos mentales antes de que sean evidentes para los profesionales de la salud. Los algoritmos de aprendizaje automático pueden analizar datos individuales para recomendar terapias e intervenciones específicas o ajustar tratamientos en tiempo real. Los *chatbots* y aplicaciones móviles están ofreciendo apoyo inmediato y accesible a pacientes, especialmente en áreas con escasez de profesionales de la salud mental. Finalmente, los sensores y dispositivos de IA pueden evaluar continuamente el estado emocional y de comportamiento, alertando sobre cambios significativos que requieran intervención.

En conclusión, el rol de las enfermeras en salud mental no debe limitarse al cuidado directo, sino extenderse al ámbito científico. La investigación en salud mental es un componente indispensable para la mejora de los cuidados y la calidad de vida de las personas. Al liderar investigaciones colaborativas e innovadoras, las enfermeras especializadas pueden contribuir significativamente al avance del conocimiento en este campo. Los gestores y financiadores de la investigación en salud deben priorizar la transición hacia un modelo donde las enfermeras sean reconocidas como investigadoras principales, contribuyendo a un cambio cultural en el ámbito académico y profesional.

Bibliografía

- Abuadas, M. H. (2021). Correlates of evidence-based nursing practice among nurses in Saudi Arabia: A structural equation model. *Belitung Nursing Journal*, 7(6), 457–466. <https://doi.org/10.33546/bnj.1803>
- Camacho-Bejarano, R., Lima-Serrano, M., González de la Torre, H., Fernández-Ortega, P., & González-Chordá, V. (2024). Transfer of results into clinical practice and citizen participation in health care research. *Enfermería Clínica (English Edition)*, 34(5), 343–345. <https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2024.10.001>
- Kaiser, L., Conrad, S., Neugebauer, E. A. M., et al. (2022). Interprofessional collaboration and patient-reported outcomes in inpatient care: A systematic review. *Systematic Reviews*, 11, 169. <https://doi.org/10.1186/s13643-022-02027-x>
- Linares-Rueda, C.-I. (2021). Estudio cualitativo sobre la relación enfermera-paciente de salud mental desde la perspectiva del usuario. *Enfermería y Cuidando*, 4(3), 2–21. Disponible en: <https://enfermeriacuidandote.com/articulo/view/4295>
- Pons Prata, J., & Galbany Estragués, P. (2017). Evolución de los cuidados enfermeros en salud mental y su relación frente al estigma. *Revista Española de Enfermería de Salud Mental*, 1(2017). <https://doi.org/10.35761/reesme.2017.1.05>
- Ventosa-Ruiz, A., Moreno-Poyato, A., Lluch-Canut, T., et al. (2022). Impact of collaborative nursing care on the recovery process of mental health day hospital users: A mixed-methods study protocol. *BMJ Open*, 12, e057969. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-057969>
- Wand, T., Glover, S., & Paul, D. (2022). What should be the future focus of mental health nursing? Exploring the perspectives of mental health nurses, consumers, and allied health staff. *International Journal of Mental Health Nursing*, 31(1), 179–188. <https://doi.org/10.1111/inm.12947>