

# “TODO LO QUE PARECE NUEVO, EN VERDAD VIENE A SER LO VIEJO BIEN OLVIDADO”

Sandra Abad Condado\* Adriana Mosquera Mata\* Irene Anula Morales\* Virginia Delgado Merino\*

\* Enfermeras Residentes de Salud Mental. Unidad docente Hospital Universitario La Paz, Madrid.

XXXII CONGRESO  
NACIONAL DE  
ENFERMERÍA SALUD  
MENTAL  
Burgos 2015

## INTRODUCCIÓN

Las terapias alternativas y complementarias comprenden un espectro de filosofías curativas o escuelas de pensamiento. Se basan principalmente en el uso de medios naturales como los alimentos, ejercicio, las plantas, el uso de las manos y la mente, como elementos que potencian los recursos internos de la persona para alcanzar su bienestar y el equilibrio interno y externo.

La OMS reconoce la necesidad del desarrollo del conocimiento de estas terapias.

## OBJETIVOS

- ❖ Dar a conocer los diferentes recursos que utiliza la población para solucionar los problemas de salud.
- ❖ Ofrecer herramientas y alternativas al tratamiento convencional.
- ❖ Proporcionar otra forma de entender el abordaje terapéutico desde una perspectiva de enfermería.

## METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica de la literatura actual sobre terapias alternativas en salud mental.

## DESARROLLO



## CONCLUSIONES

En muchos países desarrollados se está haciendo cada vez mas popular un enfoque alternativo a tratamientos convencionales utilizados en salud mental. Esto puede estar propulsado por la preocupación creciente sobre los efectos adversos de los fármacos, cuestionamiento de enfoques y mayor acceso a la información, ofreciendo medios mas livianos para tratar enfermedades crónicas y debilitantes.

Además en los países en vías de desarrollo en ocasiones constituye la única fuente asequible y accesible de atención sanitaria.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional: 2002-2005. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2002.
2. Fornés J, Gómez J. Psicopatología, diagnosis y terapéutica psiquiátrica. Enfo Ediciones. 2007; 323-347.
3. Ingham E. Método reflexológico Ingham. Ediciones Abraxas; 1999.
4. NCCAM. National Center for Complementary and Alternative Medicina. National Institutes Health;2015 [10/Febrero/2015] Disponible en: <http://www.nccam.nih.gov>.
5. Klainin-Yobas P, Cho MAA, Creedy D. Efficacy of mindfulness-based interventions on depressive symptoms among people with mental disorders: A meta-analysis. Int J Nurs Stud. 2012; 49(1): 109-121.

Muchas teorizadoras de la enfermería también lo definen en sus modelos. En nuestro entorno actual existe una apuesta firme por denominarlas “instrumentos complementarios de los cuidados de enfermería”, considerando que son un medio en nuestras manos para proporcionar cuidados profesionales enfermeros.



**MARTHA ROGERS (1970)**

Definió la salud como el estado de armonía entre los campos de energía del ser humano y del entorno.



**MADELEINE LEININGER (1960)**

La persona es un ser que no puede ser separado de su acervo cultural.



**EUNICE INGHAN (1930)**

Elaboró un mapa de las zonas reflejas de los pies.



**FLORENCE NIGHTINGALE (1820)**

“Solo la naturaleza cura... Lo que ha de hacer la enfermera es ayudar a ese proceso reparador poniendo a la persona en las mejores condiciones para que la naturaleza actúe...y que la persona conserve la energía”