

PRESENTACIÓN

El pasado mes de mayo se celebró en Vic la fase final del Primer Certamen Mejor Proyecto de Enfermería sobre Calidad de Vida y Salud Física en Pacientes con Trastorno Mental Grave, convocado por la *Revista de Enfermería y Salud Mental* y financiado gracias a la colaboración de Otsuka Pharmaceuticals y Lundbeck España.

El objetivo de esta convocatoria ha sido contribuir al desarrollo de programas de enfermería que, aunando las facetas clínica e investigadora, estén dirigidos a la mejora de la calidad de vida y de la salud física de personas con trastorno mental grave.

Se estima que unos 450 millones de personas en el mundo padecen en algún momento dado de su vida un trastorno mental o de comportamiento. Los trastornos mentales en conjunto constituyen la causa más frecuente de carga de enfermedad en Europa, y el impacto en la calidad de vida de estos pacientes es superior al de otras enfermedades crónicas como la diabetes, la artritis o la hipertensión.

La calidad de vida en la población de personas con trastorno mental grave se ve afectada por factores como el tratamiento farmacológico, las dietas poco equilibradas, los hábitos de vida poco saludables (como el consumo excesivo de sustancias tóxicas, tabaco y alcohol) y la inactividad física (o sedentarismo).

Dado que los problemas metabólicos son muy frecuentes en personas con este trastorno, especialmente cuando son tratadas con medicación antipsicótica, el ejercicio físico sistemático y sostenido puede normalizar, parcial o totalmente, los marcadores metabólicos, así como mejorar la neurocognición, el funcionamiento social y la autoestima.

Existe evidencia suficiente en el sentido de que las intervenciones de enfermería de salud mental enfocadas en la promoción de la salud mental favorecen la inserción del individuo en la comunidad, mejoran la calidad de vida y disminuyen los costes sociales y económicos relacionados con la enfermedad; asimismo, la intervención enfermera contribuye de manera notable a la mejora de la salud global de los individuos, al disminuir el riesgo de síndrome metabólico y de enfermedades cardiovasculares, entre otros cuadros.

La calidad de los proyectos presentados a esta convocatoria ha sido excelente, como atestiguan las complicadas deliberaciones llevadas a cabo por los miembros del tribunal. Finalmente, de los treinta y nueve trabajos inscritos, cuatro serían los finalistas seleccionados para su exposición y defensa en el IV Congreso Catalán de Enfermería de Salud Mental celebrado en Vic (Barcelona) los pasados 12 y 13 de mayo de 2016.

En esta primera edición se han presentado proyectos de investigación relacionados con programas psicoeducativos, paseos saludables, Zumba®, realización de ejercicio físico mediante dispositivos digitales y talleres de hábitos de vida saludables, entre otros.

Valorar la efectividad de la exposición a mensajes psicoeducativos sobre estilos de vida saludables ya desde el ingreso en una unidad de agudos fue el tema principal del proyecto *Menja i Mou-te* ('Come y Muévete').

En *Programa enfermero de control metabólico y calidad de vida en población ambulatoria con tratamiento antipsicótico* se identifican los cambios favorables logrados después de haber trabajado durante un año con los diagnósticos enfermeros NANDA Desequilibrio nutricional por exceso y Estilo de vida sedentario.

Por su parte, el trabajo *Grupo psicoeducativo para la promoción de la actividad física en una unidad hospitalaria de tratamiento y rehabilitación psiquiátrica* promueve la puesta en práctica de un estilo de vida saludable a través de la modificación de la conducta sedentaria y potenciando la actividad física mediante grupos psicoeducativos.

Por último, la iniciativa ganadora, *Proyecto de enfermería sobre calidad de vida y salud física en pacientes con trastorno mental grave*, incide en la idea de mejorar la salud física, la salud mental y la cognición de sus pacientes de la unidad de media estancia actuando principalmente en los factores de riesgo modificables a través de una serie de programas y de intervenciones psicoeducativas.

Ahora más que nunca, es tiempo de abordar una investigación eficiente dirigida a mejorar la salud y la calidad de vida de las personas con trastorno mental. Y solo mediante el esfuerzo común, gracias a la colaboración de diferentes profesionales y con la vista puesta en la mejora de la calidad de vida de las personas con trastornos mentales podremos lograrlo.



El Comité Científico

Cecilia Tapia Casellas
Pamela Rodríguez Latorre
Nuria Sekade Gutiérrez
David Fraguas Herráez
Víctor Pérez Sola