

# Intervención de enfermería de urgencias en el paciente con crisis de ansiedad

Arroyo Núñez, Angeles; Fomies Perpiñan, Silvia; Badenas Orts, Laura; Sarrio Gil, Isabel; Barba Franco, Yolanda; Segura Blanco, Daniel.

Urgencias de Psiquiatría, Instituto de Atención Psiquiátrica: Salud Mental i Toxicomanías (IAPS). Hospital del Mar, Barcelona.

## Introducción

**Definición:** La ansiedad es una emoción muy común y esencial para los mecanismos adaptativos de las personas a los cambios.

La sintomatología es la experimentada por todos ante situaciones amenazantes, de peligro tensión y se manifiesta en diferentes esferas: cognitiva, afectiva, conductual y física.

El límite entre la ansiedad necesaria y la patológica lo determina el nivel de funcionamiento de la persona que la padece.

Nos encontraremos ante un caso susceptible de tratamiento cuando:

- La intensidad sea incapacitante
- La intensidad sea desproporcionada con el estímulo que la causa
- La aparición es de forma paroxística y sin estímulo aparente.

## Objetivo

El objetivo principal del estudio será conseguir la unificación de criterios ante la crisis de ansiedad, para la elaboración de un protocolo de actuación de enfermería ante un paciente con Crisis de Ansiedad en los servicios de urgencias.

## Desarrollo

### Caso clínico

Mujer de 27 años que consulta, en el servicio de urgencias por primera vez, por crisis de Ansiedad. Seguimiento en el Centro de Atención Primaria (CAP) con el cabecera por episodios de ansiedad que se controlan habitualmente con 5 mg de Diacepan oral.

Hoy en contexto de discusión con la pareja presenta sintomatología compatible con ansiedad que la paciente no logra controlar con la medicación.

A su llegada la paciente presenta:

1. Palpitaciones
2. Disnea
3. Ahogos
4. Escalofríos
5. Sudoración
6. Sequedad de boca
7. Temblor
8. Tensión muscular
9. Compulsiones

Constantes:

Tensión Arterial: 91/54 mmg/Hg  
Frecuencia Cardíaca: 108 x´  
Frecuencia Respiratoria: 20 x´  
Saturación O2: 97 %

La paciente informa que ha tomado Diacepan, un total de 10mg hace una hora.

Objetivo:

1. Disminuir el nivel de ansiedad.
2. Entrenar a la paciente en técnicas de respiración.

Intervenciones de Enfermería:

Situamos a la paciente en un Box de aislamiento e iniciamos adiestramiento en ejercicio respiratorio para disminuir la disnea y la hiperventilación:

Utilizar tono pausado, suave, de voz.

Empatizar con la paciente, reconocer la dificultad del ejercicio en su estado actual.

Reconocer los progresos y felicitar cada vez que se consigue una respiración profunda y pausada invitando a continuar el ejercicio y a concentrarse ahora más en la respiración.

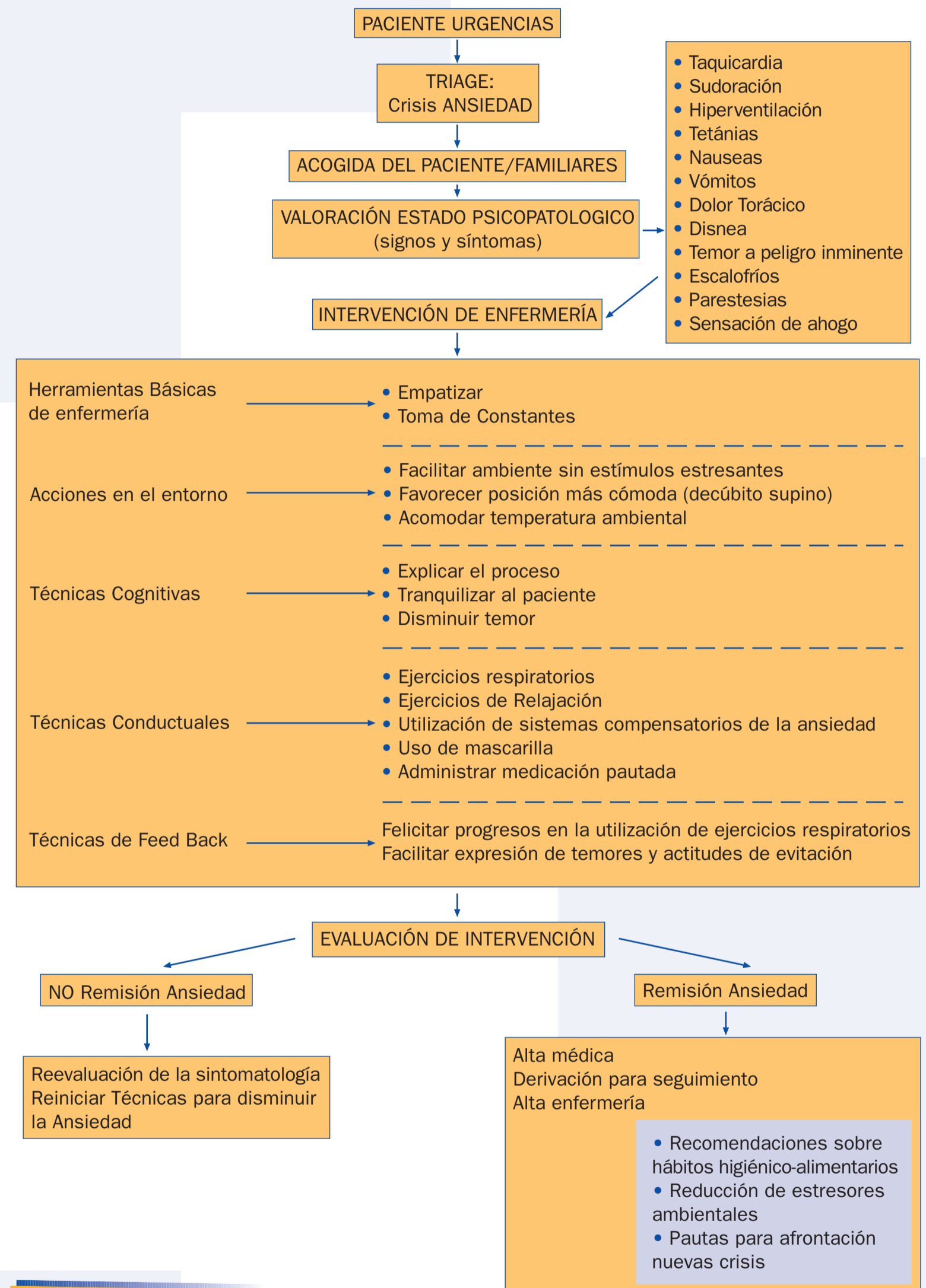
Una vez normalizada la frecuencia respiratoria, se administra la medicación pauta (Diacepan 10mg IM).

Informar a la paciente de sus progresos y la utilidad posterior de su aprendizaje.

Evaluación de las constantes y sintomatología ansiosa a los 20 minutos:

Tensión Arterial: 90/50 mmg/Hg  
Frecuencia Cardíaca: 89x´  
Frecuencia Respiratoria: 15x´  
Saturación: 98%

## GUIA DE ACTUACIÓN DE ENFERMERÍA



## Conclusión

La paciente ha mejorado ostensiblemente y se deriva al alta al Centro de Salud Mental de su zona para seguimiento y control de medicación si fuera necesario. Damos indicaciones respecto a actitudes y actividades de la vida diaria que disminuirán la aparición de episodios similares, así como pautas de afrontación para nuevas crisis.