

## ¿Mejora la ansiedad y depresión de los pacientes crónicos en diálisis con la realización de actividades recreativas durante las sesiones?

**María Guenoun Sanz, María Antonia Bauçà Capellà**

Hospital Universitario Son Espases. Islas Baleares

### Introducción:

Los pacientes sometidos a la técnica dialítica deben asimilar su duro tratamiento consistente en ir cuatro horas por día al hospital, tres días a la semana de forma ininterrumpida. La espera del trasplante renal, es vivida, en muchos casos, como larga e incierta. La hemodiálisis puede resultar ser una experiencia cargada de tedio, además de causar incomodidad durante su realización. Es común que los pacientes relaten que el tiempo parece arrastrarse o durar más. Los pacientes son conscientes de esta situación por lo que demandan a los profesionales la realización de dichas actividades y un espacio propio y permanente de reunión y almacenaje del material empleado en dichas actividades.

### Objetivos:

Reducir la ansiedad y la depresión de los pacientes mediante la realización de actividades recreativas.

Conocer la prevalencia de ansiedad y depresión de la unidad de hemodiálisis.

### Metodología:

Estudio cuantitativo longitudinal en el que se utiliza la Escala de ansiedad y depresión de Goldberg (EADG) para averiguar la prevalencia de ambos problemas. Se repartió el test antes de realizar las actividades recreativas a 28 participantes. Las actividades consistieron en organizar un Belén viviente, un carnaval, festejar una fiesta popular de la localidad donde residen los pacientes, realizar un taller de confección de máscaras de carnaval durante la hemodiálisis, jugar al bingo, crear una

biblioteca con material donado por los pacientes (libros, juegos, material de dibujo) para un uso colectivo. Se volvió a repartir a los dos meses de la última actividad el test a 23 participantes. Se utilizó el programa estadístico SPSS para el procesamiento de los datos.

### Resultados:

El 50% de los pacientes tuvieron ansiedad y el 64,3% depresión, antes de actuar con ellos. Tras la realización de las actividades, se detectó un 47% de los pacientes con ansiedad y un 56,5% con depresión, siendo los resultados no estadísticamente significativos.

### Conclusiones:

Existe un alto porcentaje de ansiedad y depresión en la unidad. Trabajar la necesidad de Virginia Henderson de las actividades recreativas se revela esencial para mejorar los resultados hallados. Por lo tanto, una nueva realidad es planteada a enfermería no sólo por el cambio que supone en sus cuidados la incorporación de las actividades recreativas durante las sesiones de hemodiálisis sino por el esfuerzo creativo que implica esta nueva forma de trabajo. La iniciativa que tuvo el personal de enfermería de aplicar actividades recreativas durante la hemodiálisis, hace dos años en nuestro centro, ha despertado el interés de algunos pacientes. No sólo ha logrado mejorar la rutina de la sesión de diálisis de algunos de ellos sino que demandan la organización de más actividades para evitar el retroceso a la situación anterior. Esta novedosa realidad obliga a cambiar el enfoque de los cuidados enfermeros y a normalizar el uso de las actividades recreativas.