

Intervenciones de Enfermería para el Manejo del Estrés en Familias de Niños diagnosticados de Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad

Julia Nuño de Abajo | Dra. Maria Lavilla García
 jnunodeabajo@alumni.unav.es | Dra. Amparo Zaragoza Salcedo



INTRODUCCIÓN

TDAH → trastorno del neurodesarrollo que afecta a todos los ámbitos de la vida de la persona, incluyendo las relaciones sociales, el aprendizaje y las relaciones familiares(1,2)

Estrés parental → desequilibrio percibido entre las demandas del rol parental y los recursos disponibles para afrontarlas.(4)

OBJETIVO

Analizar la evidencia científica disponible sobre la efectividad de las intervenciones dirigidas al manejo del estrés parental en familias con niños diagnosticados de Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), identificando aquellas estrategias susceptibles de ser implementadas desde el ámbito de la enfermería.

IMPULSIVIDAD(3)

- Acciones apresuradas que se producen en el momento sin reflexión, y que crean un gran riesgo



INATENCIÓN(3)

- Desviaciones en las tareas
- Falta de persistencia
- Dificultad para mantener la atención

HIPERACTIVIDAD(3)

- Actividad motora excesiva cuando no es apropiado



- Dicho estrés afecta negativamente a (4):
- La relación padre-hijo,
 - La percepción de eficacia parental
 - Las prácticas educativas

METODOLOGÍA

BASES DE DATOS



LÍMITES

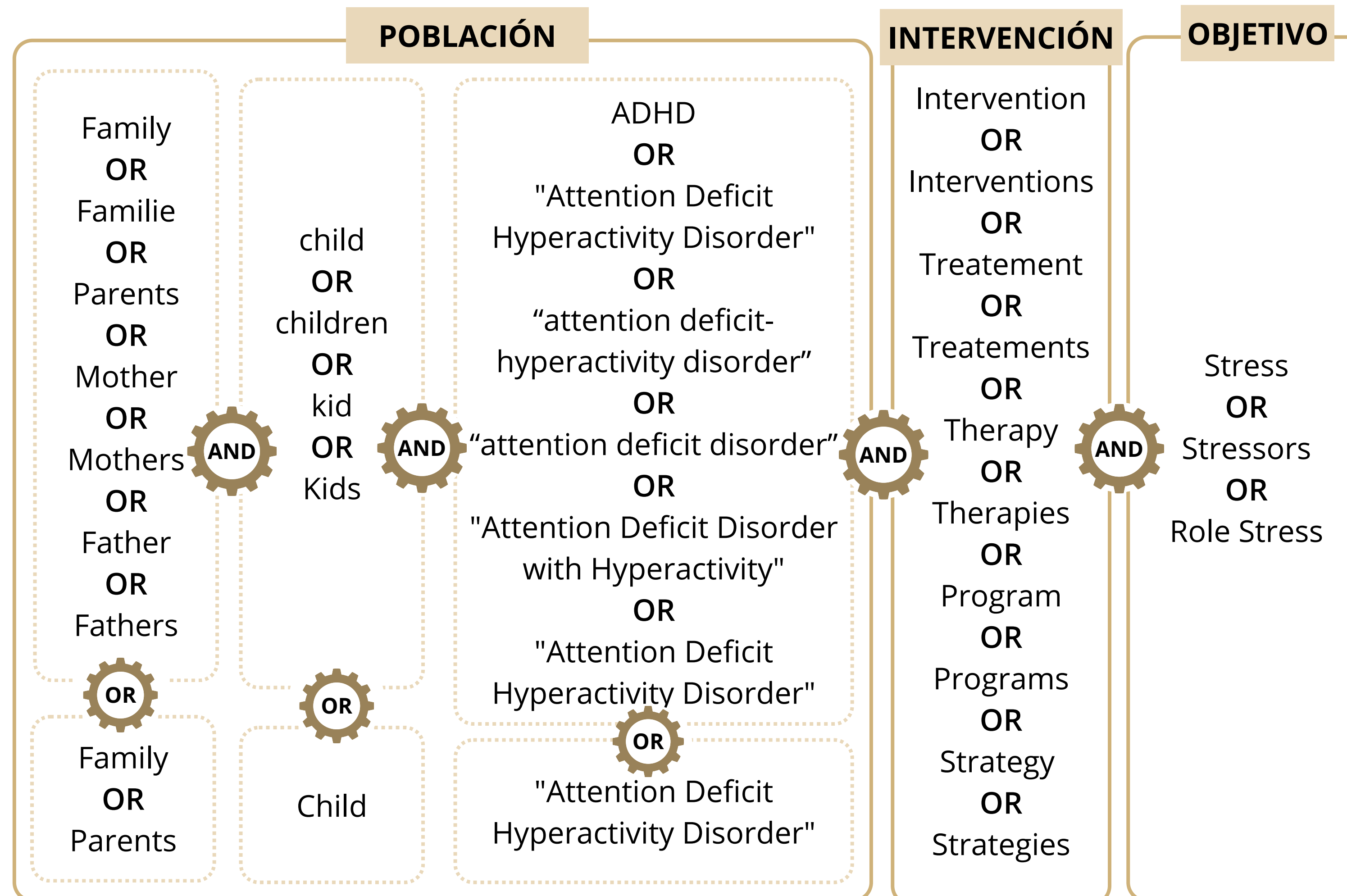
Inglés y Español
 Últimos 5 años

¿Qué intervenciones de enfermería son más efectivas para el manejo del estrés en familias de niños diagnosticados con TDAH?

CRITERIOS

- #### INCLUSIÓN
- Intervenciones que podrían ser llevadas a cabo por enfermería o recomendadas
 - Intervenciones realizadas a los familiares de niños con TDAH
 - Artículos cuyo objetivo principal sea el estrés parental

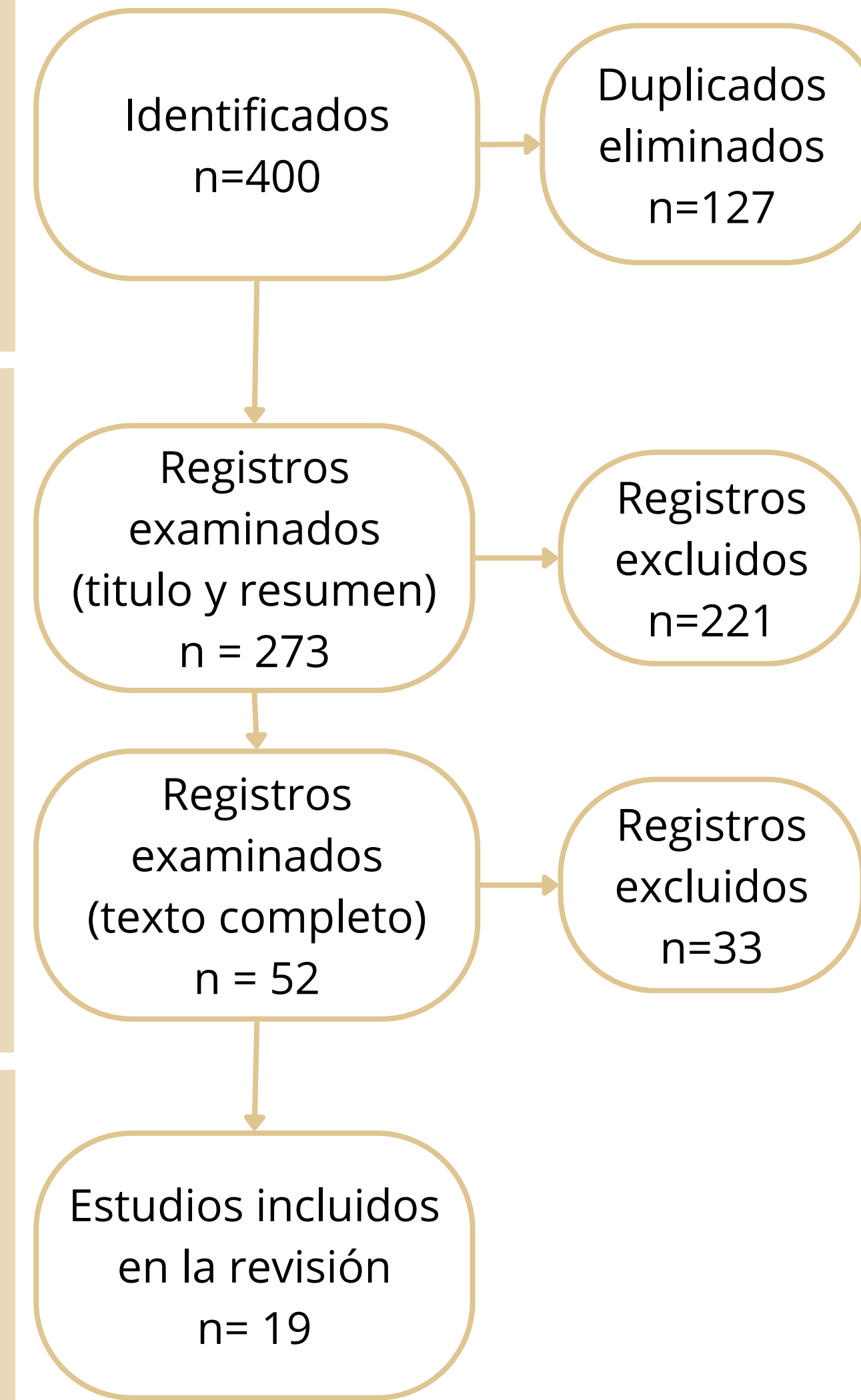
- #### EXCLUSIÓN
- Literatura gris
 - Adultos con TDAH
 - Otros trastornos del desarrollo que no incluyan el TDAH
 - Intervenciones que precisen de tratamiento farmacológico a los niños diagnosticados con TDAH
 - Artículos cuya intervención no esté descrita y no sea posible acceder a ella por ningún medio
 - Meta-análisis o revisiones de la literatura cuyos artículos sean en su mayoría anteriores a 2020



IDENTIFICACIÓN

SELECCIÓN

INCLUSIÓN



RESULTADOS

Terapia Cognitivo Conductual

PENDAH(5)

- Psicoeducación; refuerzo positivo y economía de fichas.
- Gestión de la desobediencia y comunicación con la escuela
- Impacto en los Padres:
 - ↓ sostenida del estrés y calidad de vida.
 - ↓ del estrés (efecto tardío).

Well Parent Japan(6)

- Cultura japonesa (armonía, autocontrol, sensibilidad, estigma salud mental) → madres vulnerables ya que comportamiento disruptivo del niño rompe la armonía
- ↑ en la autoeficacia parental, prácticas de crianza y reducción de la tensión familiar

Caring in Chaos(7)

- Psicoeducación, manejo de conductas disruptivas
- Eficacia: ↑ la competencia parental y ↓ la conducta disruptiva del niño, siendo = efectivo para niveles muy variados de síntomas de TDAH



Mindfulness

Mindful Parenting Program(8)

- Meditación sentada/caminando, yoga consciente, ejercicios de crianza consciente, explorar sensaciones y emociones en momentos de estrés con el hijo.
- **Objetivos**: Consolidar las habilidades aprendidas.
- Dimensiones: escucha con atención plena, aceptación no juiciosa del hijo, conciencia emocional de uno mismo y del niño, autorregulación en la relación de crianza y compasión por ambos.
- Resultados
 - ↓ Estrés Parental
 - ↓ síntomas de depresión
 - Mejor gestión de los síntomas del TDAH en los niños.



MYmind(9,10)

- A padres e hijos de forma conjunta.
- ↓ estrés parental, ↑ autorregulación y el bienestar familiar.
- Los beneficios en los padres son rápidos, mientras que en los niños aparecen a medio-largo plazo.

Apoyo Social

Parent-to-Parent Support Program(11)

- Dirigido por enfermería de salud mental.
- Contenido de las Sesiones:
 - Espacio para discutir los problemas de conducta de los niños y aprender técnicas de modificación conductual.
 - Discusión sobre factores estresantes y estrategias de afrontamiento.
 - Demostración y práctica guiada de ejercicios de respiración profunda como herramienta de autocuidado.
- Resultados
 - ↓ en los niveles de estrés y ansiedad
 - Los participantes valoraron el grupo como una herramienta eficaz para reducir la culpa, aumentar la conciencia sobre el trastorno y mejorar la relación con sus hijos.



Multicomponente

Health Promotion Program(12)

- Dirigido por profesionales sanitarios entre ellos expertos en enfermería psiquiátrica
- Psicoeducación, actividad física, alimentación, entrenamiento parental, manejo del estrés, apoyo social
- Resultado: ↓ Estrés y angustia Parental y ↓ interacción disfuncional padre-hijo
- Impacto en los hijos:
 - ↓ Hiperactividad/impulsividad
 - ↓ Conductas oposicionistas
 - Estilos de vida saludables



Parent-Teacher Trainin(13)

- Entrenamiento para Profesores:
 - ↑ conocimiento y habilidades sobre el TDAH en el aula
 - Entrenamiento para Padres:
 - ↑ conocimientos de TDAH
 - manejo de la conducta familiar
 - terapia familiar individualizada
 - uso de comandos, recompensas, disciplina y manejo del estrés.
- El 64.8% de los padres consideraron que el tratamiento ayudaría a sus hijos.

CONCLUSIONES

- Intervenciones familiares en TDAH → eficaces para reducir el estrés parental
- Enfoque integral → actúan sobre:
 - Conducta del niño
 - Bienestar emocional de los cuidadores

- Principales estrategias efectivas:
 - Entrenamiento parental
 - Mindfulness
 - Programas psicoeducativos

- Beneficios observados:
 - ↓ Estrés percibido
 - ↓ Percepción de carga familiar
 - ↑ Autoeficacia parental
 - ↑ Dinámicas familiares adaptativas

- Rol de enfermería:
 - Enfoque biopsicosocial
 - Funciones: acompañamiento, educación y apoyo continuo

BIBLIOGRAFÍA

