

Grupo focal de enuresis en un centro de salud mental: Protocolo clínico

Myriam Rubio. Estudiante de 3^{er} curso de Enfermería. Escuela de Enfermería de la CAM.

RESUMEN

La enuresis primaria nocturna en niños en los que se ha descartado otro tipo de patología requiere de un abordaje multidisciplinar. El Grupo de Enuresis creado en el Centro de Salud Mental de Fuenlabrada tiene como objetivo principal conseguir que el niño controle su esfínter vesical y comience el proceso de separación natural del vínculo materno, mediante el aprendizaje de estrategias de autonomía. En este procedimiento intervienen, además de los niños y sus familiares (padre o madre preferentemente), 1 psiquiatra, 1 psicólogo, 2 D.U.E. y 1 Auxiliar de Enfermería. Se utilizan las instalaciones del centro para llevar a cabo las seis sesiones de que consta el procedimiento y se entregará a cada niño un cuadernillo de información para trabajar sobre él en su domicilio.

PALABRAS CLAVE: Grupo focal de enuresis en un centro de salud mental: Protocolo Clínico

ABSTRACT

Nocturnal enuresis in children without any other pathology needs a multiprofessional approach. The main objective of the enuresis group developed in the Centre of Mental Health in Fuenlabrada is to get the child to control his urinary sphincter and to begin the natural separation from the mother, learning some strategies of autonomy. 1 psychiatrist, 1 psychologist, 2 nurses and an auxiliary nurse take part during this process together with the kid and his family (father or mother preferably). The six sessions of the process take place in the centre and every child receives a booklet with information and exercises to fill at home.

KEY WORDS: Enuresis Focal group in a mental health center: A clinical protocol

INTRODUCCION Y OBJETIVO

El Grupo de Enuresis que se realiza en el Centro de Salud Mental de Fuenlabrada es un grupo focalizado psicoeducativo para el tratamiento de niños que presentan enuresis como único síntoma.

El objetivo principal del grupo es conseguir que el niño controle su esfínter vesical y comience el proceso de separación natural, mediante el aprendizaje que propone el grupo. La justificación del grupo radica en aprender los recursos necesarios para comenzar el proceso de autonomía del niño dándole un espacio y una tarea para él, al tiempo que se contienen las ansiedades de las madres y éstas aprenden a no interferir en el proceso de separación de su hijo, viviéndolo como algo natural.

Se trata de un grupo compuesto por 6 u 8 niños acompañados por un familiar (padre o madre preferentemente) y que tendrá lugar en el Centro de Salud Mental.

Criterios de inclusión: Se incluirán en el grupo todos los niños con enuresis primaria nocturna con edades comprendidas entre 7 y 11 años, en los que se haya descartado otro tipo de patología, tanto física u orgánica como emocional o psicológica, que pudiera ser la causa de enuresis, por lo que no requieren administración de medicamentos.

INTERVENCION Y RECURSOS MATERIALES Y PROFESIONALES

- 1 Psiquiatra
- 1 Psicólogo
- 2 D.U.E.
- 1 Auxiliar de Enfermería.

Dirigirán el grupo 2 profesionales de enfermería utilizando como material: sala, pizarra, tizas y sillas. Entregaremos un cuadernillo de información (Anexo 1) y actividades a los niños que incluye un apartado de información a los padres. También abriremos una hoja de seguimiento (Anexo 2) en la que se incluya la siguiente información:

- Nombre
- Nº de historia
- Edad
- Nº de hermanos
- Terapeuta
- Fecha
- Enfermeras
- Arbol genealógico: padre (edad), madre (edad), paciente y hermanos (en caso de tenerlos) y edad de los mismos
- Tipo de enuresis
- Tratamientos anteriores
- Antecedentes familiares y otros problemas.

Matriz de actividades de enfermería

| <u>Matriz Temporal</u> | <u>Sesión 1</u> (15 días) | <u>Sesión 2</u> (15 días) | <u>Sesión3</u> (30 días) | <u>Sesión 4</u> (30 días) | <u>Sesión5</u> (45 días) | <u>Sesión 6</u> |
|----------------------------------|--|--|---|---|---|---|
| <u>Actividades de enfermería</u> | <p>Acondicionamiento de la sala (se colocan las sillas en círculo) y preparación del material (pizarra, tizas, papel continuo, lápices...).</p> <p>Presentación de los profesionales y enmarcar el grupo. Invitar a los niños a presentarse y presentar a sus madres.</p> <p>Preguntar que les trae al grupo y acabar hablando del "pis", explicando lo que es, como se produce, por donde se elimina, etc.</p> <p>Todo ello para aprender que la enuresis es un problema de aprendizaje que tiene solución pero no culpables.</p> <p>Proponer un grupo de trabajo como alternativa a la enuresis y dar pautas de trabajo que tienen que anotar en un cuaderno que posteriormente se verá en grupo.</p> <p>Explicar que el cuaderno donde deben anotar los ejercicios es trabajo del niño y no interferir en su elaboración es el de la madre.</p> | <p>Preparación del material y colocación de las sillas.</p> <p>Preguntar cómo les ha ido a cada uno. Las madres hablarán lo menos posible, dejando expresarse a los chicos.</p> <p>Se leen los cuadernos y se ven las dificultades, trabajando sobre las responsabilidades, conteniendo las tensiones y los agobios maternos, y devolviendo a cada uno su papel en el aprendizaje.</p> | <p>Colocación de la sala y los materiales.</p> <p>Puesta en común de los avances observados.</p> <p>Plantear diversas situaciones y preguntarles cómo se enfrentarían a ellas, tales como si se quedaran a dormir en otra casa y mojaran la cama...</p> | <p>Colocación del aula y disposición del material.</p> <p>Los niños expondrán sus impresiones sobre lo que ha ocurrido durante este mes primero, y luego desde el comienzo de los grupos. Se felicitarán los esfuerzos realizados por su parte.</p> | <p>Ordenación del aula (las sillas se pondrán formando un círculo).</p> <p>Se dejará a los niños explicar sus dificultades para controlar la micción y cuales han sido los cambios que se han realizado en su entorno.</p> | <p>Se produce el final de la tarea se cierra el grupo felicitando a los niños por lo que han aprendido y a las madres por haberlos "ayudado" en dicho aprendizaje</p> |

| | | | | | | |
|--------------------------------|--|---|--|---|--|---|
| <p><u>Actividad física</u></p> | <p>Recomendar: Aguantar las ganas de orinar todo lo que pueda. "Cortar" el chorro varias veces durante la micción. Si se hacen "pis" deben ser los propios niños los que recojan las sábanas y las lleven a la lavadora, para responsabilizarse de ello. Levantarles a las 2 horas de acostarse para ponerlos a orinar y dejarlos después dormir 7 horas seguidas.</p> | <p>Preguntar si han retenido la orina, cuantas veces han "cortado el chorro" y si han manchado y cambiado las sábanas. Hablar sobre las dificultades que han tenido y como las han superado, si las han superado.</p> | <p>Repasar los ejercicios y reforzar los avances en la ejecución de los mismos .</p> | <p>Asegurar que los niños continúan realizando los ejercicios y reforzar el esfuerzo realizado.</p> | <p>Cada niño contará cuantos "soles" y cuantas "nubes" hay en su cuadernillo desde la última sesión, y revisar la ejecución de todos los ejercicios.</p> | <p>Recordar la ejecución de los ejercicios para no perder el tono muscular trabajado.</p> |
| <p><u>Dieta</u></p> | <p>Recomendar beber abundante líquido durante el día, pero no 2 horas antes de acostarse.</p> | <p>Los niños dirán lo que cenan; ha qué hora cenan; si beben líquidos después de cenar y a qué hora es esto para controlar la ingesta nocturna de líquidos. Se corregirán aquellas acciones que favorezcan la enuresis.</p> | <p>Averiguar qué aspecto les resulta más difícil de cumplir en cuanto a la ingesta de líquidos. Dar alternativas para resolverlos. Preguntar si siguen las indicaciones dadas en el grupo.</p> | <p>Preguntar a los niños si han seguido las pautas de ingesta de líquido proporcionadas en anteriores sesiones. Felicitar a los que las han seguidos reforzando la continuidad de este autocuidado.</p> | <p>Seguir destacando la importancia del control de bebidas antes de acostarse.</p> | <p>Felicitar por el trabajo realizado y el control sobre lo que beben durante el día y antes de dormir.</p> |

Nure Investigación, nº 0, Noviembre 03

BIBLIOGRAFIA

Lasa A. La Psiquiatría infantil en España. Editorial Psiquiatría Pública 1997
De Ajuriaguerra J. Manual de psiquiatría infantil Ed. Masson 1993
DSM IV Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales Ed. Masson 1996

ANEXO 1: Cuaderno de información al paciente

¿Sabéis lo que es el pis?

Es un líquido que sobra en el organismo.

¿Sabéis por dónde sale?

Recorrido de la orina con un dibujo.

Controlar el pis es un problema de aprendizaje: el que no hayas aprendido aún no es culpa tuya ni de tu madre: lo mismo que se aprende a conducir, hay que aprender a controlar el pis.

Vas entrar en un grupo de trabajo en el que a unos os costará más que a otros. Por eso se trabaja en equipo: a veces no es fácil, pero juntos podéis hacerlo.

Para aprender hay que hacer estos ejercicios y rellenar una hoja del calendario cada día en tu casa.

Ejercicios para fortalecer los músculos de la vejiga:

1. Cuando tengas ganas de orinar, aguanta un poco sin hacerlo y, a medida que vas haciendo estos ejercicios, podrás aguantar mas tiempo sin hacer "pis"
2. Cuando se está haciendo "pis", se corta el chorro de la orina varias veces.

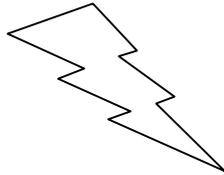


Calendario

Cada día tienes que apuntar si has hecho pis o no:

Un sol si no has hecho o un rayo si has hecho.

Acuérdate de apuntar también las veces que "cortas" el chorro!!!



Si todos los días haces los ejercicios (y completas el calendario) y sigues los consejos de tus padres, el aprendizaje será más fácil.



Mucha suerte!!!

ANEXO 2: Cuaderno de información a los padres

1. Mamá, desdramatiza el problema! Controlar el pis es un problema de aprendizaje y trabajando lo voy a conseguir si tú me ayudas.



2. Hay varias técnicas que puedo utilizar para disminuir la enuresis en las que tú me puedes ayudar: adecuar la luz nocturna, restringirme la ingestión de líquidos nocturna (no debo beber líquidos 2 horas antes de acostarme. Me despertarás a las 2 horas de irme a dormir y me dejarás descansar 7 horas seguidas. Por ejemplo: si me acuesto a las 10, a las 12 me despertarás para orinar y a las 7 como mínimo me despertaré).

Infórmate sobre el programa de uso nocturno de baño y utilizaré objetos y ropas adecuadas a mi edad: NO USARÉ PAÑAL o cosa parecidas (Ya no soy un bebé!).

3. Elimina los pañales si no lo has hecho ya!!
4. Elimina los pañales si no lo has hecho ya!!
5. Durante el día beberé abundante líquido (la restricción diurna aumenta mi ansiedad)
6. Anímame a manifestar los sentimientos.
7. Muéstrame amor y aceptación en casa para contrarrestar la ridiculización por parte de mis compañeros, pero no te pases: con la sobreprotección no me ayudas.
8. Felicítame siempre que consiga un logro con mimos, gestos, etc. No quiero recompensas materiales (caramelos, chucherías...) me gusta saber que me apoyas y que te alegras por mis batallas vencidas.
9. No me regañes si se me escapa, responde con serenidad, yo te ayudaré con el cambio de ropa y así tendré una mayor conciencia de lo que estoy consiguiendo.
10. No me castigues, amenazas, ni te burles de mi (tu hijo) por este motivo, producirías sensación de malestar en mí y puedes disminuir mi autoestima, repercutiendo en otras esferas de mi vida (relaciones sociales, escolarización...).
11. Debo ser consciente de las cantidades de líquido que bebo: beber de forma regular a lo largo del día me ayudará a tener un mejor control de mi capacidad vesical. Reducir la ingesta dos horas antes de irse a la cama y luego déjame dormir 7 horas seguidas. Y desde luego evitaré ciertas bebidas como: café, té, bebidas gaseosas. No te las pediré. Acompáñame a orinar justo antes de irse a dormir.
12. Deja que participe en actividades como los demás, como por ejemplo ir de colonias. Avisa a la monitora, pero que la enuresis no se convierta en un impedimento de mi vida normal.
13. Piensa de forma positiva: es muy importante que me acueste pensando de forma positiva, intentando evitar el pensar que voy a mojar la cama. Por lo tanto distráeme con otros temas.
14. Convence a papá y buscad un ratito todos los días para interesarnos por mis asuntos personales: no sólo soy un niño mayor que se hace pis en la cama
15. Me gusta saber que los dos me queréis y me apoyáis

