



# Revista Española de Medicina Nuclear e Imagen Molecular



## 077 - GUÍA DE ACTUACIÓN PARA EL CONTROL ÓPTIMO DE LA ANSIEDAD Y AUMENTO DEL BIENESTAR EN LOS PACIENTES QUE ACUDEN A MEDICINA NUCLEAR

M.I. Ibáñez Garrido<sup>1</sup>, M.S. Crespo Mesa<sup>1</sup>, J. Gómez Hidalgo<sup>1</sup>, J.J. Duque Gallo<sup>1</sup>, E. Ariza Cabrera<sup>2</sup>, F. Martín Estrada<sup>3</sup>, M. Gayubo López<sup>4</sup>, M.C. Burgos Gutiérrez y N. Santos López<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Servicio de Medicina Nuclear, Hospital Universitario de Burgos, Burgos, España. <sup>2</sup>Servicio de Medicina Nuclear, Hospital Universitario Puerta del Mar, Cádiz, España. <sup>3</sup>Servicio de Medicina Nuclear, Hospital Punta Europa, Cádiz, España. <sup>4</sup>Servicio de Radiodiagnóstico, Hospital Universitario de Burgos, Burgos, España.

### Resumen

**Objetivo:** Diseñar una guía de actuación personalizada para pacientes con ansiedad, ante una prueba en el servicio de medicina nuclear, que permita alcanzar una disminución o control de la misma.

**Material y métodos:** Revisamos bibliografía en las bases de datos CINAHL y PubMed, utilizando descriptores: "anxiety", "patient satisfaction", "diagnostic imaging". Analizamos información y planteamos una guía de actuación a 930 pacientes que acuden a Medicina Nuclear desde julio del 2020 a diciembre del 2020. Antes de aplicarla realizamos dos preguntas para valorar el estado de ansiedad previo: 1. ¿Se siente alterado por la realización de la prueba? 2. ¿Se siente angustiado por la ejecución de la prueba? Aplicamos las intervenciones de la guía a todos los pacientes: explicamos el procedimiento incluyendo las sensaciones que pueden experimentar, proporcionamos información objetiva durante toda la prueba, damos seguridad, escuchamos con atención y facilitamos la confianza para manifestar sentimientos y miedos. Instruimos si precisa la técnica de relajación progresiva Jacobson combinada con una respiración adecuada. Posteriormente realizamos dos nuevas preguntas a los 735 pacientes que contestaron afirmativamente a alguna de las preguntas del primer cuestionario: 1. ¿Se siente calmado tras las intervenciones realizadas? 2. ¿Se siente relajado tras la ejecución de las intervenciones?

**Resultados:** El resultado esperado tras la aplicación de la guía es el autocontrol de la ansiedad: 195 pacientes (21%) no estaban alterados ni angustiados antes de realizar la prueba. 735 pacientes (79%) estaban alterados y/o angustiados, y tras la aplicación de la guía, conseguimos que 721 (98% de los angustiados previamente) se sintieran calmados y relajados, 14 pacientes no consiguieron controlar la ansiedad: 1 paciente se negó a realizar la prueba y a otros 13 hubo que administrar medicación ansiolítica.

**Conclusiones:** Todas las intervenciones propuestas de la guía diseñada ayudan a disminuir el nivel de ansiedad del paciente, estando más relajado y en óptimas condiciones para realizar el estudio en el servicio de Medicina Nuclear.