

Diario de UCI:

Herramienta en la recuperación terapéutica de un paciente crítico.

Ana Areoso López
Alba Rubio Carreira



Introducción

El síndrome post-cuidados intensivos (PICS) afecta a más de la mitad de los pacientes dados de alta de unidades de cuidados intensivos, manifestándose con alteraciones físicas, cognitivas y emocionales, como ansiedad, depresión y TEPT. En este contexto, los diarios de UCI surgen como una intervención psicosocial destinada a ayudar a los pacientes a reconstruir su experiencia hospitalaria y procesar el trauma vivido durante su estancia en cuidados intensivos.

Objetivos

Analizar la utilidad de los diarios de UCI como herramienta terapéutica y de humanización de los cuidados, así como su impacto en la recuperación emocional y psicológica de los pacientes críticos tras el alta.

Metodología

Se realizó una revisión narrativa y el análisis de un estudio multicéntrico realizado en Noruega (2024), en el que participaron 88 supervivientes de UCI. El cuestionario evaluó la experiencia, satisfacción y percepción de los pacientes respecto al diario recibido, considerando su contenido, método de entrega y utilidad emocional.

Desarrollo

Los diarios son redactados principalmente por personal de enfermería, con participación opcional de familiares, y recogen información clínica, visitas, avances y emociones observadas. Su lenguaje es claro y empático, e incluye fotografías con consentimiento.

Los resultados del estudio noruego mostraron que el 90 % de los pacientes se sintieron satisfechos con el diario, considerándolo útil para comprender lo ocurrido, agradecer la supervivencia y reconocer la atención recibida. No obstante, algunos manifestaron emociones negativas al revivir la experiencia, y quienes recibieron el diario por correo mostraron menor satisfacción, lo que refuerza la importancia de una entrega acompañada.

A pesar de las dificultades organizativas y de tiempo, el uso de diarios fomenta la humanización del cuidado intensivo, mejora la comunicación paciente-familia-equipo y contribuye a la recuperación emocional.

Conclusiones

Los diarios de UCI son una intervención de bajo coste y alto valor terapéutico que favorece la recuperación integral del paciente crítico. Su implementación requiere tiempo, compromiso profesional y apoyo institucional, pero su impacto emocional y humanizador los convierte en una práctica recomendable en cuidados intensivos.

Bibliografía

