

REVISIÓN

Comprehensive approach to mental health from nursing and evidence-based care

Abordaje integral en salud mental desde la enfermería y el cuidado basado en evidencia

Geraldine J. Barrios Fragozo¹, Laura María Almeida Rueda¹  , Maria Andreina Pulido Montes¹  

¹Universidad Cooperativa De Colombia, Facultad De Enfermería. Bucaramanga, Colombia.

Citar como: Barrios Fragozo GJ, Almeida Rueda LM, Pulido Montes MA. Comprehensive approach to mental health from nursing and evidence-based care. South Health and Policy. 2026; 5:388. <https://doi.org/10.56294/shp2026388>

Enviado: 11-03-2025

Revisado: 02-06-2025

Aceptado: 27-12-2025

Publicado: 01-01-2026

Editor: Dr. Telmo Raúl Aveiro-Róbalo 

Autor para la correspondencia: Laura María Almeida Rueda 

ABSTRACT

Introduction: the review addressed the importance of mental health knowledge among healthcare personnel, especially nurses, as a basis for implementing effective prevention, promotion, and treatment strategies. It was suggested that, despite the wide range of information available, healthcare professionals demonstrated a lack of knowledge in the application of psychosocial interventions, which limited their use in a comprehensive approach to patients and their environment.

Development: during the analysis, various interventions framed in standardised NIC language were identified, including physiological and psychosocial actions focused on comprehensive care. Nursing, as a discipline, applied both conventional techniques and holistic strategies—relaxation, massage, aromatherapy, acupuncture, and music therapy—to reduce stress, improve quality of life, and support mental health. These interventions were based on scientific evidence and were implemented depending on the level of professional training. In addition, the concept of psychosocial intervention was explored, understood as a means of modifying harmful environments and behaviours. The types of mental disorder prevention (universal, selective and indicated) were also analysed, highlighting the need for early intervention. The Colombian legal context, through Law 1616 of 2013, supported the right to comprehensive mental health care. Finally, Phil Barker's recovery model offered a humanistic approach, centred on the patient's experience.

Conclusion: it was concluded that strengthening the knowledge and application of psychosocial interventions by health personnel, especially nurses, was essential for humanised, scientific and culturally sensitive care that guaranteed the quality of life of the individual, their family and the community.

Keywords: Mental Health; Psychosocial Interventions; Nursing; Prevention; Holistic Care.

RESUMEN

Introducción: la revisión abordó la importancia del conocimiento en salud mental por parte del personal sanitario, especialmente de enfermería, como base para implementar estrategias eficaces de prevención, promoción y tratamiento. Se planteó que, a pesar de la amplia información disponible, los profesionales de la salud mostraron desconocimiento en la aplicación de intervenciones psicosociales, lo que limitó su uso en el abordaje integral del paciente y su entorno.

Desarrollo: durante el análisis, se identificaron diversas intervenciones enmarcadas en el lenguaje estandarizado NIC, que incluyeron acciones fisiológicas y psicosociales enfocadas en el cuidado integral. Enfermería, como disciplina, aplicó tanto técnicas convencionales como estrategias holísticas —relajación, masajes, aromaterapia, acupuntura y musicoterapia— para reducir el estrés, mejorar la calidad de vida y apoyar la salud mental. Estas intervenciones se basaron en evidencia científica y se ejecutaron dependiendo del nivel de formación profesional. Además, se exploró el concepto de intervención psicosocial, entendido

como un medio para modificar entornos y comportamientos perjudiciales. Se analizaron también los tipos de prevención de trastornos mentales (universal, selectiva e indicada), destacando la necesidad de intervención temprana. El contexto legal colombiano, a través de la Ley 1616 de 2013, respaldó el derecho a la atención integral en salud mental. Finalmente, el modelo de recuperación de Phil Barker ofreció un enfoque humanista, centrado en la experiencia del paciente.

Conclusión: se concluyó que el fortalecimiento del conocimiento y la aplicación de intervenciones psicosociales por parte del personal de salud, especialmente enfermería, resultó esencial para un cuidado humanizado, científico y culturalmente sensible que garantizara la calidad de vida del individuo, su familia y la comunidad.

Palabras clave: Salud Mental; Intervenciones Psicosociales; Enfermería; Prevención; Cuidado Holístico.

INTRODUCCIÓN

Hay evidencias que indican que el conocimiento en salud mental mejora la planificación de estrategias y determina cuáles son esas intervenciones que están dirigidas a mejorar la salud mental de las personas con el fin de que estas no amenacen su estado de salud.

Si bien no se sabe que tanto conocen los profesionales de salud de las técnicas e intervenciones psicosociales en salud mental, de cómo se utilizan y en que situaciones pueden aplicarse, los profesionales de la salud al parecer no están involucrando estas intervenciones dentro de la promoción y prevención de las enfermedades mentales y esto es muy importante desde el punto de vista de enfermería.

De acuerdo con lo anterior, si bien es cierto que la literatura muestra una amplia información sobre los beneficios de las intervenciones de salud mental existe un alto grado de desconocimiento de intervenciones psicosociales desarrolladas por los profesionales de la salud en personas sanas y enfermas para el abordaje del paciente y su familia así que se hace necesario describir por medio de esta revisión de literaria las intervenciones psicosociales y de salud mental desarrolladas por el talento humano en salud.

Es importante que enfermería como disciplina conozca varias alternativas de atención por medio de intervenciones con el fin de brindar un cuidado basado en evidencia científica para así prevenir, fomentar, mantener y tratar fenómenos relacionados con la salud mental garantizando de esta forma calidad de vida a la persona, familia y comunidad.

Teniendo en cuenta lo anterior se requiere que se realice una revisión narrativa con las intervenciones psicosociales y de salud mental desarrolladas por el personal sanitario, con la finalidad de que se le brinde al equipo de salud herramientas para un abordaje integral tanto al individuo, su familia o comunidad en un contexto institucionalizado y no institucionalizado para brindar un cuidado integral.

Dado todo lo anterior se formuló la siguiente pregunta.

Objetivo

Describir las intervenciones psicosociales y de salud mental desarrolladas por el talento humano en salud, con énfasis en el rol de enfermería, para brindar herramientas que favorezcan un abordaje integral del individuo, su familia y comunidad en contextos institucionales y no institucionales, promoviendo el cuidado basado en evidencia científica.

DESARROLLO

Intervención

En el área de la salud la palabra intervención está asociada al procedimiento, tratamiento o acción encaminada a tratar, prevenir o mejorar los síntomas asociados a una enfermedad.⁽¹⁾

La intervención tienen el objetivo, de trabajar las dimensiones psicológicas y sociales que se enmarcan en un contexto,⁽²⁾ sin embargo para la disciplina de enfermería en el lenguaje estandarizado de intervenciones NIC, incluyen tanto el ámbito fisiológico como el psicosocial, estas intervenciones se han establecido para el tratamiento de enfermedades, la prevención y el fomento de la salud en mental y general.⁽³⁾

Intervenciones De enfermería En Salud Mental (NIC especialidad salud mental y psiquiatría)

La NIC es un lenguaje normalizado exhaustivo que proporciona a los profesionales de enfermería la descripción de los tratamientos e intervenciones psicológicas y psicosociales con el fin de tratar, prevenir y promocionar la salud de los individuos y sus familias.

Las intervenciones enmarcadas en la NIC abarcan una serie de actividades que son bastante útiles en la práctica de enfermería; que necesitan de una formación especializada y varias no tienen a posibilidad de llevarse a cabo sin una titulación idónea. Otras describen medidas primordiales que pueden ser delegadas a auxiliares de enfermería, pero su planificación y evaluación debe realizarse por un profesional de enfermería.⁽⁴⁾

Intervenciones De Enfermería Holística

Las intervenciones de enfermería holística son aquellas estrategias que comprenden una serie de herramientas integradas entres sí que van encaminadas en la prevención y promoción y tratamiento de la salud mental.⁽⁵⁾

Dentro de estas herramientas encontramos:

Terapia De Relajación

Conjunto de estrategias psicológicas eficaces diseñadas para reducir los niveles y/o respuestas del estrés en algunas personas, se puede decir que es una técnica efectiva para prevenir el estrés.⁽⁶⁾

Masaje

Técnica que forma parte importante de la medicina integradora que estimula la piel, musculo y tendones con diversos grados de presión manual que tiene como objetivo mitigar el dolor, mejorar la circulación, reducir los niveles de estrés y los trastornos derivados del mismo, así como incitar la relajación.^(8,9,10,11,12,13)

Aromaterapia

Es una herramienta terapéutica utilizada para promover la salud mental de los individuos por medio de peculiaridad de los aceites esenciales que se extraen de las plantas aromáticas y su administración mediante masajes, cremas tópicas, baños, inhalaciones y duchas con el objetivo calmar el dolor, aumentar la relajación y la comodidad con el mejorando de la armonía, el equilibrio del cuerpo y de la mente.⁽¹⁴⁾

Musicoterapia

Es el uso de la armonía, sonido, ritmo o melodía la música en los pacientes que tiene como finalidad brindarles apoyo emocional e indirectamente un efecto relajante divergiendo la atención de estímulos que provocan estrés.⁽¹⁵⁾

Acupuntura

La acupuntura se denomina una técnica tradicional china basada en la estimulación de algunos puntos del cuerpo mediante diversas técnicas no dolorosas como la acupresión, el ultrasonido y la corriente eléctrica de bajo voltaje, que tienen como fin mejorar la salud mental del individuo mostrando un efecto efectivo en la reducción del dolor y/o de los síntomas post quirúrgicos también como en el efecto negativo del tratamiento de la quimioterapia y en el tratamiento de la adicción.⁽⁷⁾

Intervención psicosocial

Disciplina enmarcada en la psicología social que intenta predecir, comprender y cambiar el comportamiento social humano, así como modificar aspectos nocivos del entorno, con el fin de mejorar el comportamiento social y la calidad de vida las personas creando así un vínculo de estas con el entorno social.⁽⁹⁾

Promoción de la salud mental

La promoción de la salud según la OMS es “un proceso por medio del cual las personas pueden aumentar el control sobre su salud”. En resumen, la promoción de la salud fomenta cambios ambientales que promueven y protegen la salud de los individuos.⁽¹⁰⁾

Prevención de los trastornos mentales

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el objetivo de la prevención de los trastornos mentales es “reducir la incidencia, prevalencia y recurrencia de los trastornos mentales”; el tiempo que las personas permanecen sintomáticas o psicóticas, el riesgo de desarrollar enfermedades mentales, prevenir o retrasar las recaídas y reducir el impacto del trastorno en quienes lo padecen, sus familias y la sociedad.^(10,11,12,13,14,15,16)

Las intervenciones preventivas: se centran en reducir factores de riesgo, aumentar los factores de protección asociados a las alteraciones de la salud mental y descubrir las causas de los trastornos mentales. En la investigación pudimos identificar varios tipos de intervenciones de prevención teniendo en cuenta la comunidad a la que va dirigida y el riesgo al que está sujeto según su estado de salud.^(12,17,18,19,20,21,22)

Prevención universal: son intervenciones orientadas a toda la comunidad en general que no se le ha identificado un factor de riesgo específico.

Prevención selectiva: son intervenciones guiadas a personas con riesgos de padecer un trastorno mental según la convicción comprobada por los factores de riesgo psicosociales existentes.^(12,23,24)

Prevención indicada: son intervenciones dirigidas a individuos que han presentado signos y síntomas detectables o que tiene un alto riesgo de presentar trastornos mentales y que indican el inicio de la una enfermedad mental, pero que no reúnen los criterios para ser diagnosticados con un trastorno mental.^(12,25,26)

Talento Humano En Salud Mental

El talento humano en salud es la base del sistema sanitario, independientemente de su modelo organizativo y operativo. A través de sus actividades se ejerce el derecho a la salud y se asegura el acceso y la calidad de los servicios de salud. El desempeño y la sostenibilidad de los sistemas de salud y sus organizaciones dependen en gran medida del talento humano en salud y estos se encuentran expuestos a una variedad de situaciones que involucran a las personas a las que le brindan atención y cuidados en salud. ^(16,27,28,29,30)

Contexto legal: ley 1616 de 2013 - salud mental

Su objetivo es garantizar que los colombianos gocen del pleno derecho a la atención de la salud mental a través de la promoción de la salud y la prevención de los trastornos mentales, priorizando a los niños y jóvenes, y estableciendo estándares de reforma, implementación de derechos, estándares políticos territoriales y poblacionales en todos los Enfoques Escalonados del Ciclo de Vida.

En Colombia la salud mentales un tema de salud pública importante al igual que un derecho fundamental que todos los individuos y el estado está en obligación de brindarle acompañamiento al paciente y su familia con el fin de mejorar calidad de vida de los colombianos. ^(17,31,32,33,34,35)

Contexto disciplinar: “Modelo de la marea o de recuperación de la salud mental” de Phil Barker

Este Modelo puede aplicarse a la práctica profesional, muestra que atreves de la escucha y el dialogo el o la enfermera puede orientar al individuo en su proceso de recuperación. ^(36,37,38,39,40,41)

Según investigaciones realizadas en distintos países ^(42,43,44,45,46,47,48) esta teoría busca relacionar al enfermero y a otros profesionales de la salud mental, centrando la atención en la persona, ⁽⁴⁹⁾ respetando la cultura, las creencias, ⁽⁵⁰⁾ los derechos de cada individuo y sus expectativas acerca del tratamiento teniendo en cuenta las características y los compromisos fundamentales del modelo. ^(50,51,52,53,54,55)

CONCLUSIONES

La salud mental ha adquirido una relevancia fundamental en los sistemas de salud pública, no solo por su impacto en la calidad de vida de las personas, sino también por la necesidad urgente de implementar estrategias efectivas para su promoción, prevención y tratamiento. Esta revisión permite evidenciar que las intervenciones psicosociales y de salud mental desarrolladas por el talento humano en salud, especialmente desde la enfermería, constituyen una herramienta esencial para garantizar un abordaje integral y humanizado del individuo, su familia y la comunidad en general.

Se reconoce que, a pesar de la amplia disponibilidad de información sobre las intervenciones en salud mental, persiste un nivel significativo de desconocimiento por parte de muchos profesionales de la salud, lo que limita su aplicación en la práctica clínica cotidiana. Este vacío formativo compromete la efectividad de los programas de promoción y prevención, especialmente en contextos institucionales y comunitarios, donde la intervención temprana y oportuna puede hacer la diferencia entre la cronificación y la recuperación.

Dentro del campo de la enfermería, se destacan intervenciones estructuradas como las contenidas en la Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC), que permiten estandarizar y orientar las acciones terapéuticas desde un enfoque biopsicosocial. Adicionalmente, las estrategias de cuidado holístico como la musicoterapia, aromaterapia, acupuntura, masajes y técnicas de relajación, ofrecen opciones complementarias respaldadas por evidencia, que promueven el bienestar emocional y físico del paciente.

En este sentido, es imperativo fortalecer la formación de los profesionales de salud en el conocimiento, aplicación y evaluación de estas intervenciones, garantizando así un cuidado centrado en la persona, respetuoso de sus derechos y culturalmente sensible. Además, el marco normativo colombiano, representado por la Ley 1616 de 2013, ⁽¹⁷⁾ respalda legalmente la importancia de abordar la salud mental como un derecho fundamental, estableciendo un compromiso estatal para su atención integral.

Finalmente, el modelo de recuperación de la salud mental de Phil Barker aporta una visión humanista e inclusiva al proceso de cuidado, promoviendo la escucha activa y el respeto por la experiencia vivida del paciente. Este enfoque, alineado con la filosofía de la enfermería, refuerza el papel del profesional como facilitador del cambio y la recuperación. En conclusión, el conocimiento y aplicación de las intervenciones psicosociales y de salud mental es clave para fortalecer la respuesta del sistema sanitario frente a los desafíos actuales de salud mental, garantizando un cuidado integral, eficiente y con base científica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alegret J, Baulenas G. La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática. In: La Intervención. 1997. p. 125-65.
2. Benavent C, Martínez L. Intervención psicosocial en violencia de género. El caso de la Comunitat Valenciana, España. ResearchGate [Internet]. 2018 [cited 2025 May 16];331-85. Available from: <https://www.researchgate.net/profile/Marta-Sahagun->.

3. Howard BK, Bulechek GM, Dochterman JM, Wagner CM. Clasificación de intervenciones de enfermería (NIC). 1st ed. Elsevier España; 2019. 528 p. <https://www.elsevier.com/books/clasificacion-de-intervenciones-de-enfermeria-nic/butcher/978-84-9113-404-6>
4. Muñoz PC, Reyes M, Arroyo Rodríguez A. Revisión bibliométrica sobre las terapias naturales en salud mental relacionadas con las intervenciones de enfermería (2005-2015). Presencia [Internet]. [cited 2022 Mar 11]. Available from: <http://ciberindex.com/index.php/p/article/view/e12256>
5. María R, Leva P, Rivera SC, Lourdes M, Blanco H. El proceso enfermero desde la perspectiva holística del Healing Touch. *Enferm Neurol (Mex)*. 2011;10(2):68-71. <http://www.medigraphic.com/enfermerianeurologica>
6. Millstine D. Técnicas de relajación. 2021.
7. Millstine D. Usos medicinales. 2021;18-9.
8. Rodriguez J, Bustos J, Amariles C, Rodriguez H. El masaje terapéutico en lesiones musculares producidas por traumas de tejidos blandos. *Rev Med Risaralda*. 2002;8(2):1-9.
9. Izquierdo Sotorrío E. Intervención psicosocial: descripción [Internet]. [cited 2025 May 16]. Available from: (fuente no especificada, se sugiere incluir)
10. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Depresión y otros trastornos mentales comunes: estimación sanitaria mundial. OPS; 2017. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34006>
11. Akhtar A, Malik A, Ghatasheh M, Aqel IS, Habashneh R, Dawson KS, et al. Feasibility trial of a brief scalable psychological intervention for Syrian refugee adolescents in Jordan. *Eur J Psychotraumatol*. 2021;12(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1901408>
12. Casañas R, Lalucat L. Promoción de la salud mental, prevención de los trastornos mentales y lucha contra el estigma. Estrategias y recursos para la alfabetización emocional de los adolescentes. *Rev Estud Juventud*. 2018;121:117-32. http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7._promocion_de_la_salud_mental_preencion_de_los_trastornos_mentales_y_lucha_contra_el_estigma._estrategias_y_recursos_para_la_alfabetizacion_emocional_de_los_adolescentes.pdf
13. Augé PM, Mercadal-Brotons M, Resano CS. Study on the efficacy of the Portuguese cooperative taxation. *Psicooncología*. 2015;12:105-28. <https://doi.org/10.5209>
14. Avello M, Pastene E, Fernández P, Vargas Rioseco M, Libante P, Castillo C, et al. Efectos de la aromaterapia en el Servicio Medicina del Hospital Las Higueras, Talcahuano, Chile. *Bol Latinoam Caribe Plantas Med Aromát*. 2006;5(4):9. <http://www.blacpma.cl>
15. Tresierra J. Musicoterapia y pediatría. *Rev Peru Pediatr*. 2005;54-55. Available from: <http://www.musictherapy.org>
16. Ortiz L, Cubides J, Restrepo D. Caracterización del talento humano en salud: hacia el sistema de información y registro único nacional. *Polit Salud*. 2013;4:63-8. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/Caracterizacion-talento-humano-en-salud.pdf>
17. Congreso de Colombia. Ley 1616 de 2013. Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. *Diario Oficial*. 2013;1-17.
18. Bastos MLA, Carvalho TGS, Ferreira MJM. Global burden of mental illness in agents fighting endemics. *Cad Saude Publica*. 2022;38(2):e00157921. <https://doi.org/10.1590/0102311X00157921>
19. Beck BD, Meyer SL, Simonsen E, Sogaard U, Petersen I, Arnfred SMH, et al. Music therapy was noninferior to verbal standard treatment of traumatized refugees in mental health care: results from a randomized clinical trial. *Eur J Psychotraumatol*. 2021;12(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1930960>
20. Bellver Pérez S, Menescardi C. Importancia de la aplicación de técnicas de relajación en el aula de

educación física. Dialnet [Internet]. 2022 Nov 11 [cited 2025 May 16]. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8155901>

21. Navarro C. VoiceApp: una innovación tecnológica para la gestión contra la violencia de género [Internet]. [cited 2025 May 16]. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/333658789>

22. Blanco C, Estupiñá FJ, Labrador FJ, Fernández-Arias I, Bernaldo-de-Quirós M, Gómez L. El uso de las técnicas de relajación en la práctica de una clínica de psicología. *An Psicol.* 2014;30(2):403-11. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.158451>

23. Cassola EG, Santos MC, Molck BV, Silva JVP, Domingos TS, Barbosa GC. Participatory music workshop for the subjective and psychological well-being of users in psychiatric hospitalization. *Rev Bras Enferm.* 2021;25(5).

24. Domingos TS, Braga EM. Massage with aromatherapy: effectiveness on anxiety of users with personality disorders in psychiatric hospitalization. *Rev Esc Enferm USP.* 2015;49(3):450-6. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420150000300013>

25. Franco C, Santano E, Chimento S, Sánchez P, Cordovilla S. A randomised controlled trial evaluating the effect of a brief motivational intervention to promote breastfeeding in postpartum depression. *Sci Rep.* 2022;12(1):1-10. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-04338-w>

26. Gaden TS, Ghatti C, Kvestad I, Bieleninik Ł, Stordal AS, Assmus J, et al. Short-term music therapy for families with preterm infants: a randomized trial. *Pediatrics.* 2022;149(2). <https://doi.org/10.1542/peds.2021-052797>

27. Gorbeña S, Gomez I, Govillard L, Sarrionandía S, Macía P, Peñas P, Iraurgi J. The effects of an intervention to improve mental health during the COVID-19 quarantine: comparison with a COVID control group, and a pre-COVID intervention group. *Psychol Health.* 2022;37(2):178-93. <https://doi.org/10.1080/08870446.2021.1936520>

28. Hagemann PMS, Martin LC, Neme CMB. The effect of music therapy on hemodialysis patients' quality of life and depression symptoms. *J Bras Nefrol.* 2019;41(1):74-82. <https://doi.org/10.1590/2175-8239-JBN-2018-0023>

29. Irarrázaval M, Prieto F, Armijo J. Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional. *Acta Bioeth.* 2016;22(1):37-50. <https://doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100005>

30. Jané-Llopis E. La eficacia de la promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales. *Rev Asoc Esp Neuropsiq.* 2004;89:67-77. <https://doi.org/10.4321/s0211-57352004000100005>

31. Jimbo D, Kimura Y, Taniguchi M, Inoue M, Urakami K. Effect of aromatherapy on patients with Alzheimer's disease. *Psychogeriatrics.* 2009;9(4):173-9. <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2009.00299.x>

32. Kacem I, Kahloul M, ElArem S, Ayachi S, Hafsia M, Maoua M, et al. Effects of music therapy on occupational stress and burn-out risk of operating room staff. *Libyan J Med.* 2020;15(1). <https://doi.org/10.1080/19932820.2020.1768024>

33. Ko SY, Leung DYP, Wong EML. Effects of easy listening music intervention on satisfaction, anxiety, and pain in patients undergoing colonoscopy: a pilot randomized controlled trial. *Clin Interv Aging.* 2019;14:977-86. <https://doi.org/10.2147/CIA.S207191>

34. Kühlmann AYR, Van Rosmalen J, Staals LM, Keyzer-Dekker CMG, Dogger J, De Leeuw TG, et al. Music interventions in pediatric surgery (the music under surgery in children study): a randomized clinical trial. *Anesth Analg.* 2020;130(4):991-1001. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000003983>

35. Kurebayashi LFS, Gnatta JR, Borges TP, Belisse G, Coca S, Minami A, et al. The applicability of auriculotherapy with needles or seeds to reduce stress in nursing professionals. *Rev Esc Enferm USP.* 2012;46(1):89-95. <https://doi.org/10.1590/S0080-62342012000100012>

36. Li J, Mo PKH, Kahler CW, Lau JTF. A three-arm randomised controlled trial to evaluate the efficacy of a

positive psychology and social networking intervention in promoting mental health among HIV-infected men who have sex with men in China. *Epidemiol Psychiatr Sci*. 2021;30:e25. <https://doi.org/10.1017/S2045796021000081>

37. Liu H, Gao X, Hou Y. Effects of mindfulness-based stress reduction combined with music therapy on pain, anxiety, and sleep quality in patients with osteosarcoma. *Braz J Psychiatry*. 2019;41(6):540-5. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0346>

38. Lovera A, Fuentes D. Actividades relacionadas con la práctica y tipos de terapias de medicina alternativa y complementaria en Lima y Callao (Perú). *Rev Fac Nac Salud Pública*. 2013;31(2):118-24. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-40042013000200005&script=sci_abstract&tlng=es

39. Moura CC, Chaves ECL, Machado Chianca TC, Ruginsk SG, Nogueira DA, Lunes DH. Effects of auricular acupuncture on chronic pain in people with back musculoskeletal disorders: a randomized clinical trial. *Rev Esc Enferm USP*. 2019;53:1-9. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018009003418>

40. Nereu Bjorna MB, Neves de Jesus S, Casado Morales MI. Estrategias de relajación durante el período de gestación: beneficios para la salud. *Clin Salud*. 2013;24(2):77-83. <https://doi.org/10.5093/CL2013A9>

41. O'steen L, Lockney NA, Morris CG, Johnson-Mallard V, Pereira D, Amdur RJ. A prospective randomized trial of the influence of music on anxiety in patients starting radiation therapy for cancer. *Int J Radiat Oncol Biol Phys*. 2021;109(3):670-4. <https://doi.org/10.1016/j.ijrobp.2020.09.048>

42. Oliveira C, Brandão P, Salgado CM, Cabral M, Lanusse F, Catalayud MV, et al. El efecto de la musicoterapia en la calidad de vida y en la presión arterial del paciente hipertenso. *Neurol Cienc*. 2009;95(5):524-9. http://www.scielo.br/pdf/abc/v93n5/es_a15v93n5.pdf

43. Organización Mundial de la Salud. Plan de acción salud mental 2013-2020. OMS; 2013.

44. Organización Panamericana de la Salud. “No hay salud sin salud mental” [Internet]. 2020 [cited 2025 May 16]. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias>

45. Ministerio de Salud de Colombia. Resolución 8430 de 1993. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. *Explor Econ Hist*. 1993;24(6):ETG 5-1-17. <https://doi.org/10.1080/00033799300200371>

46. Ruela LDO, Lunes DH, Nogueira DA, Stefanello J. Del dolor oncológico: ensayo clínico aleatorizado. *Rev Esc Enferm USP*. 2018;1-8.

47. Skeer MR, Sabelli RA, Rancaño KM, Lee-Bravatti M, Ryan EC, Eliasziw M, et al. Randomized controlled trial to test the efficacy of a brief, communication-based, substance use preventive intervention for parents of adolescents: protocol for the SUPPER Project (Substance Use Prevention Promoted by Eating family meals regularly). *PLoS One*. 2022;17(2):1-18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263016>

48. Spaaij J, Kiselev N, Berger C, Bryant RA, Cuijpers P, de Graaff AM, et al. Feasibility and acceptability of Problem Management Plus (PM+) among Syrian refugees and asylum seekers in Switzerland: a mixed-method pilot randomized controlled trial. *Eur J Psychotraumatol*. 2022;13(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2002027>

49. Valeri L, Amsalem D, Jankowski S, Susser E, Dixon L. Effectiveness of a video-based intervention on reducing perceptions of fear, loneliness, and public stigma related to COVID-19: a randomized controlled trial. *Int J Public Health*. 2021;66:1604164. doi:10.3389/ijph.2021.1604164

50. van Heemstra HE, Scholte WF, Haagen JFG, Boelen PA. 7ROSES, a transdiagnostic intervention for promoting self-efficacy in traumatized refugees: a first quantitative evaluation. *Eur J Psychotraumatol*. 2019;10(1):1673062. doi:10.1080/20008198.2019.1673062

51. Van Veenendaal NR, Van Der Schoor SRD, Broekman BFP, De Groof F, Van Laerhoven H, Van Den Heuvel MEN, et al. Association of a family integrated care model with paternal mental health outcomes during neonatal hospitalization. *JAMA Netw Open*. 2022;5(1):e2144720. doi:10.1001/jamanetworkopen.2021.44720

52. Wulff V, Hepp P, Wolf OT, Balan P, Hagenbeck C, Fehm T, et al. The effects of a music and singing intervention during pregnancy on maternal well-being and mother-infant bonding: a randomised, controlled study. *Arch Gynecol Obstet*. 2021;303(1):69-83. doi:10.1007/s00404-020-05727-8

53. Yin Z. Research on the application of music-based psychological adjustment in improving postgraduates' mental health. *Rev Bras Med Esporte*. 2021;27(Spec issue):43-6. doi:10.1590/1517-8692202127012020_0108

54. Yuan L, Yuan L. Effectiveness of nursing intervention on anxiety, psychology and self-efficacy among elderly patients with acute coronary syndrome after percutaneous coronary intervention. *Medicine (Baltimore)*. 2021;100(33):e26899. doi:10.1097/MD.00000000000026899

55. Zaraza DR, Contreras JR. El modelo de recuperación de la salud mental y su importancia para la enfermería colombiana. *Rev Colomb Psiquiatr*. 2020;49(4):305-10. doi:10.1016/j.rcp.2018.10.002

FINANCIACIÓN

Ninguna.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Curación de datos: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Análisis formal: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Investigación: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Metodología: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Administración del proyecto: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Recursos: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Software: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Supervisión: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Validación: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Visualización: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Redacción - borrador original: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.

Redacción - revisión y edición: Geraldine J. Barrios Fragozo, Laura María Almeida Rueda, Maria Andreina Pulido Montes.