ENTRE VULNERABILIDAD Y RESILIENCIA: ESTUDIO DE CASO SOBRE EL USO DE DIARIOS PERSONALES EN TERAPIA OCUPACIONAL EN LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS.

Matías Reyes-Muñoz[1], Oscar Hernández-Lanas[2]

1. Unidad de Terapia Ocupacional, Servicio de Medicina Física y Rehabilitación. Hospital Dipreca
2. Departamento de Terapia Ocupacional y Ciencia de la Ocupación, Facultad de Medicina. Universidad de Chile

Introducción La hospitalización en la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) es una experiencia estresante que puede causar complicaciones físicas, cognitivas y psicológicas (1). Entre sus efectos se incluyen ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático (2). Para mitigar estas secuelas, los diarios personales escritos por pacientes o su entorno se usan como herramientas terapéuticas que facilitan la expresión emocional, la reconstrucción de recuerdos fragmentados y la resignificación de experiencias traumáticas (3). Estos diarios promueven la coherencia narrativa y contribuyen a la humanización de los cuidados en la UCI, ofreciendo además un recurso valioso para la Terapia Ocupacional (4). Objetivo Explorar la utilidad del diario personal escrito por un paciente durante su estancia en UCI y hospitalización, evaluando su aporte como recurso terapéutico para la recuperación emocional y funcional desde la perspectiva de la Terapia Ocupacional. Metodología Se realizó un estudio de caso único con enfoque cualitativo(5), en un paciente adulto con politraumatismo grave atendido en la UCI de un hospital público de alta complejidad en Chile, entre enero de 2024 y febrero de 2025. Se analizaron las anotaciones del paciente en su diario y las del terapeuta ocupacional utilizando análisis de contenido, identificando temas relacionados con emociones, apoyo familiar, participación ocupacional y avances funcionales. El diario fue elaborado progresivamente desde la UCI hasta la rehabilitación ambulatoria, integrándose en el plan interdisciplinario de rehabilitación. Resultados El análisis evidenció cinco ejes temáticos: el impacto psicológico del accidente y la recuperación emocional; la percepción de deshumanización y la búsqueda de autonomía; la importancia del apoyo familiar y profesional; la reconfiguración de la identidad ocupacional; y la recuperación entendida como un proceso prolongado. El diario facilitó la reconstrucción narrativa, el procesamiento emocional, la identificación de hitos de recuperación y la promoción de la autonomía. Esta herramienta contribuyó a un abordaje centrado en el paciente desde Terapia Ocupacional, fortaleciendo la resiliencia, la participación ocupacional y el respeto a la dignidad del paciente crítico. Conclusión Los diarios personales en contexto de UCI son un recurso terapéutico integral que favorece la recuperación emocional y funcional, promoviendo la participación significativa y la autonomía del paciente. Complementan la labor de Terapia Ocupacional al apoyar la reconfiguración de la identidad ocupacional y ofrecer información relevante para cuidados humanizados. La recuperación es un proceso continuo que involucra dimensiones físicas, emocionales y sociales, donde el acompañamiento familiar y profesional juega un rol fundamental. La integración de estos diarios facilita un abordaje humanizado en entornos críticos, mejorando la experiencia global de hospitalización y la continuidad en la rehabilitación.