



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA EN
CUIDADOS INTENSIVOS**

**EFFECTIVIDAD DEL USO DE DIARIOS COMO ESTRATEGIA PARA
REDUCIR LOS SÍNTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS
POSTRAUMÁTICO EN PACIENTES Y SUS FAMILIARES
POST CUIDADOS INTENSIVOS**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE ESPECIALISTA
EN ENFERMERÍA EN CUIDADOS INTENSIVOS**

Presentado por:

**AICA HUAMÁN, SOFIA
CASTAÑEDA CAMPOZANO, RUTH ELIZABETH**

ASESOR: MG. AVILA VARGAS-MACHUCA, JEANNETTE GISELLE

LIMA - PERU

2019

DEDICATORIA

A nuestros padres por su continuo apoyo, por inculcarnos valores, el deseo de superación y progreso en el transcurso de nuestra vida personal y profesional.

AGRADECIMIENTO

A la Mg. Jeannette Avila, nuestra docente de EBE, por guiarnos y motivándonos constantemente para concluir el presente estudio.

Asesor: MG. AVILA VARGAS MACHUCA, JEANNETTE GISELLE

JURADO

Presidente: Dra. Rivera Lozada de Bonilla, Oriana

Secretario: Mg. Pretell Aguilar, Rosa María

Vocal: Mg. Bonilla Asalde, Cesar Antonio

INDICE

CARATULA	i
HOJA EN BLANCO	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ASESOR	v
JURADO	vi
INDICE	vii
INDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	12
1.1 Planteamiento del problema	12
1.2 Formulación del problema	15
1.3 Objetivos	15
CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	16
2.1 Diseño de estudio: Revisión sistemática	16
2.2 Población y muestra	16
2.3 Procedimiento de recolección de datos	16
2.4 Técnica de análisis	17
2.5 Aspectos éticos	17

CAPÍTULO III: RESULTADOS	18
3.1 Tabla 1	18
3.2 Tabla 2	28
CAPÍTULO IV: DISCUSION	32
4.1 Discusión	32
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	35
5.1 Conclusiones	35
5.2 Recomendaciones	36
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	

ÍNDICE TABLAS

	Pág.
Tabla 1: Revisión de estudios sobre la Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos.	18
Tabla 2: Resumen de estudios sobre la Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos.	28

RESUMEN

OBJETIVO: Sistematizar las evidencias disponibles respecto a la Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos.

MATERIAL Y METODO: La revisión sistemática de los 10 artículos científicos encontrados sobre la Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos, fueron hallados en la siguiente base de datos Cochrane, Lilacs, Scielo, Pubmed, Epistemonikos, Bvs y analizados según la escala Grade para precisar su fuerza y calidad de evidencia.

RESULTADOS: Del total de los 10 artículos revisados, el 70% de estos, son de alta calidad, el 30% corresponde a moderada evidencia científica, los autores sugieren realizar más estudios de investigación. **CONCLUSIONES:**

El 70% (7/10) de las revisiones realizadas evidencia que el uso de diarios fue una medida efectiva, el 20% (2/10) mínima evidencia y el 10% (1/10) no hay evidencia que el uso de los diarios favorece la disminución de los síntomas del TEPT en los pacientes y/o familiares post cuidados intensivos. Se evidencia el uso de diarios fue intervención 50%(5/10) más efectiva en familiares de los pacientes críticos, donde las enfermeras realizan la redacción de los diarios.

Palabras Claves: diarios, pacientes, familiares, cuidados intensivos, terapia intensiva, trastorno de estrés postraumático.

SUMMARY

OBJECTIVE: To systematize the available evidence regarding the effectiveness of the use of newspapers as a strategy to reduce the symptoms of posttraumatic stress disorder in patients and their relatives after intensive care. **MATERIAL AND METHOD:** The systematic review of the 10 scientific articles found on the effectiveness of the use of newspapers as a strategy to reduce the symptoms of posttraumatic stress disorder in patients and their post-intensive care relatives, were found in the following Cochrane database, Lilacs, Scielo, Pubmed, Epistemonikos, Bvs and analyzed according to the Grade scale to specify their strength and quality of evidence. **RESULTS:** Of the total of the 10 articles reviewed, 70% of these are of high quality, 30% correspond to moderate scientific evidence, the authors can carry out more research studies. **CONCLUSIONS:** 70% (7/10) of the reviews carried out evidence the use of newspapers was an effective measure, 20% (2/10) minimum evidence and 10% (1/10) there is no evidence that the use of the newspapers favor the reduction of PTSD symptoms in patients and / or relatives after intensive care. The use of newspapers for 50% (5/10) intervention is more effective in relatives of critical patients, where nurses write the journals.

Key words: diaries, patients, relatives, intensive care, intensive therapy, posttraumatic stress disorder.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema.

En las áreas de Cuidados Intensivos los pacientes se encuentran en estado crítico y tienen un riesgo inminente de muerte. Un ingreso en este tipo de unidad provoca angustia y preocupación, aún mayores que las de un ingreso en cualquier otra unidad (1). Los pacientes, sufren incomodidades derivadas de su enfermedad, así como de la arquitectura u organización de las UCI. El ruido continuo, la luz excesiva, las conversaciones entre profesionales de la salud, el dolor, el miedo, el insomnio, la restricción de visitas que les aleja de sus familias, y otros son factores estresantes para estos pacientes (2).

Johnson et al. (2001), concluyeron que los pacientes egresados de las UCI no logran alcanzar el estado de salud anterior a la situación crítica vivida, siendo propensos a desarrollar síntomas físicos como psicológicos que disminuyen su calidad de vida (fatiga y debilidad, dolor, discapacidad física, alteraciones del sueño, depresión, irritabilidad, estrés postraumático, etc.) (3)

Se ha demostrado que los sobrevivientes de UCI, incluso con diferentes diagnósticos de presentación, enfrentan problemas psicológicos comunes durante su recuperación entre ellos el trastorno de estrés postraumático (TEPT) (4).

Este trastorno se define “como una reacción tardía a un suceso estresante o a una experiencia (breve o prolongada) de origen amenazante, que altera el bienestar emocional de la persona”. (5),

Los síntomas relacionados con T.E.P.T son la forma más grave de trastornos mentales posteriores a la UCI y se han encontrado en el 14% al 41% de los pacientes, asimismo tiene un efecto marcado en la calidad de vida, conduciendo al aislamiento social, problemas matrimoniales, desempleo y problemas de salud a largo plazo (6) y también afectan a sus familias. De acuerdo al estudio realizado por O. J. Bienvenu et al. el 35% de pacientes presentaron síntomas de TEPT, con la mayor prevalencia dentro de los 3 meses de seguimiento (7).

Existen variados planteamientos para su intervención que tienen como objetivo principal el disminuir los efectos que este trastorno ocasiona en el paciente durante su estancia en las unidades críticas con el fin de cuidar su salud mental.

Carretero-Gómez (8) sugiere como medidas de intervención: disminución del dolor, propiciar un entorno que favorezca un adecuado reposo, tratamiento no farmacológico al paciente y, cuidado a las necesidades físicas y psicológicas propias del paciente.

Knowles y Tarrier (9) concluyen que el uso del diario en el paciente egresado de la unidad de cuidados intensivos permite expresar sus sentimientos producto de las experiencias vividas y regularlos para ambientarse saludablemente. Los diarios no solo benefician a los pacientes, sino también a sus familias y permiten a los profesionales dar a conocer su labor. (10)

Por todo lo mencionado surge la necesidad de la prevención y/o detección precoz del síndrome de trastorno del estrés postraumático en el paciente durante su estancia y/o posterior al egreso de las unidades críticas, con el fin de minimizar el riesgo de que aparezcan secuelas de

este tipo. Dentro de las intervenciones no farmacológicas tenemos el uso del diario o la diarización durante la estancia del paciente.

El diario es un registro diario de la estadía en la UCI de los pacientes, escrita en lenguaje cotidiano por enfermeras y familiares y acompañada de fotografías apropiadas (11). Varios estudios han demostrado que los diarios de la UCI son bien aceptados por los pacientes y sus familias. Estos están diseñados para ayudar a llenar esta brecha de memoria y/o recuerdos ausentes reportados y recrear un recuento biográfico de hechos reales para los sobrevivientes con el objetivo de reducir la morbilidad asociada con la falta o el recuerdo de su experiencia.

Los estudios revisados describen el uso de diarios como una medida para disminuir los síntomas del TEPT y su efectividad en la mejora del bienestar psicológico del paciente y familia después de una enfermedad crítica. (12).

Las enfermeras de cuidados críticos han sido identificadas como las principales autoras de los diarios (13). Asimismo, ellas asumen un papel indispensable tanto en la prevención como en la detección de complicaciones.

Teniendo en consideración la revisión bibliográfica realizada en la actualidad no existe estudios a nivel nacional sobre la efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos. Siendo esta una intervención no farmacológica simple y económica en la práctica que disminuye los síntomas del TEPT surge nuestro interés como enfermeras especialistas en la unidad de cuidados intensivos, proponiendo en nuestro trabajo de investigación la necesidad de poder comprobarlo y llevarlo a cabo en nuestra realidad.

1.2. Formulación del problema.

La pregunta formulada para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología **PICO** y fue la siguiente:

P = Paciente/ Problema	I = Intervención	C = Intervención de comparación	O = Outcome Resultados
Pacientes y sus Familiares Post Cuidados Intensivos	Uso de diarios	No corresponde	Reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático

¿Es el uso de diarios una estrategia efectiva para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos?

1.3. Objetivo

Analizar sistemáticamente las evidencias sobre la Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos.

CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática.

Es un diseño de investigación observacional y retrospectivo, que sintetiza los resultados de diversas investigaciones primarias acerca del tema que vamos a investigar. Son parte sustancial de la enfermería basada en la evidencia por su rigurosa metodología, identificando los estudios relevantes para responder preguntas específicas de la práctica clínica (14).

2.2. Población y muestra.

La población está conformada por la revisión bibliográfica de 10 artículos científicos publicados e indexados en las bases de datos científico, que reunieron los criterios de selección para el desarrollo de nuestro estudio, y que responden a artículos publicados en idioma español e inglés, con una antigüedad no mayor de diez años.

2.3. Procedimiento de recolección de datos.

La recolección de datos se realizó a través de la revisión bibliográfica de artículos de investigaciones tanto nacionales como internacionales que tuvieron como tema principal Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos; de todos los artículos hallados, se incorporaron los más relevantes según nivel de evidencia y se excluyeron los menos relevantes. Se estableció la búsqueda con artículos científicos de texto completo.

El algoritmo de búsqueda sistemática de evidencias fue el siguiente:

Diaries AND UCI.

Diaries AND Posttraumatic Stress Disorder

Diaries AND critical care.

Base de datos: Lilacs, Scielo, Pubmed, Cochrane Plus, Bvs.

2.4. Técnica de análisis.

El análisis de la revisión sistemática está conformado por la elaboración de una tabla de resumen (Tabla N°1) con los datos principales de cada uno de los artículos seleccionados, evaluando cada uno de los artículos para una comparación de los puntos o características en las cuales concuerda y los puntos en los que existe discrepancia. Además, de acuerdo a criterios técnicos pre establecidos, se realizó una evaluación crítica e intensiva de cada artículo, a partir de ello, se determinó la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada artículo.

2.5. Aspectos éticos.

La evaluación crítica de los artículos científicos revisados, está de acuerdo a las normas técnicas de la bioética en la investigación verificando que cada uno de ellos haya dado cumplimiento a los principios éticos en su ejecución.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Tablas 1: Estudios revisados sobre la Efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y familiares post cuidados intensivos.

DATOS DE LA PUBLICACION

1. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Ullman A., Aitken L., Rattray J., Kenardy J., Brocque R., MacGillivray S., et al.	2015	Intensive care diaries to promote recovery for patients and families after critical illness: A Cochrane Systematic Review. Diarios de cuidados intensivos para promover la recuperación para pacientes y familias después de una enfermedad crítica: Una Revisión Sistemática Cochrane. (15).	International Journal of Nursing Studies. DOI: 10.1002/14651858.CD10468 Australia	52: 1243-1253

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Revisión Sistemática	3 estudios. N =02 con pacientes. N=01 familiares de pacientes.	No aplica	De 1439 títulos seleccionados solo 3 ECA fueron incluidos por el tipo de diseño. Los diarios fueron escritos por personal de salud y de enfermería, familiares y amigos. En un estudio con pacientes (n=322) con estancia de 72 horas en la UCI y al menos 24 horas en ventilación mecánica, no hubo evidencia en los puntajes promedio de sintomatología del TEPT (con diarios 24, DS 11.6; sin diario 24, DS 11.6) y delirio durante la UCI (con diarios 55%, sin diarios 52%). En otro estudio de familiares de pacientes (n=30) hubo una disminución de los síntomas de TEPT, con diario (mediana 19; rango 14-28), en relación con el otro grupo sin diario (mediana 28; rango 14-38). En el último estudio de pacientes (n=36) se evaluó solo el riesgo de desarrollar ansiedad o depresión en participantes que recibieron y aquellos que no recibieron diarios de la UCI.	En este estudio, hay mínima evidencia del beneficio del uso de diarios de pacientes y familiares en UCI para reducir los síntomas de Trastorno de estrés postraumática, debido tamaño de muestra de los ECA, por lo cual es necesario realizar más trabajos de investigación.

DATOS DE LA PUBLICACION

2. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Mehlhorn J., Freytag A., Schmidt K., Brunkhorst F., Graf J., Troitzsch U., et al.	2014	Rehabilitation Interventions for Postintensive Care Syndrome: A Systematic Review Intervenciones de rehabilitación para cuidados postintensivos Síndrome: una revisión sistemática. (16)	Critical Care Medicina DOI:10.1097/CCM.000000000000148 Alemania	42(5):1263-71

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Revisión Sistemática	18 estudios Hospitalización: 4 Pacientes egresados: 9 Pacientes de ambos grupos: 5	No aplica	Solo 5 estudios evaluaron el TEPT, cuatro estudios evidenciaron efectos favorables: En un estudio los diarios de la UCI disminuyeron un nuevo episodio de TEPT (5 % vs 13%, p = 0.02) posterior a los 3 meses. El segundo obtuvo una media más baja en el IES-R (21.0 vs 32.1, p = 0.03) posterior a los 12 meses. En tercer lugar, el seguimiento al egreso de la UCI disminuyó el efecto de la escala de eventos para las mujeres (20 vs 31; p <0.01). El último estudio considera un manual de autoayuda como parte de la atención complementaria para la reducción del TEPT y se obtuvo un IES-R a las 8 semanas (p = 0,026), pero no realizo a los 6 meses.	En este estudio recomienda el uso de los diarios como una intervención para reducir o prevenir los síntomas del TEPT. Se requiere más estudios de alta calidad metodológica para confirmar el uso de diarios como una intervención en la rehabilitación de pacientes TEPT.

DATOS DE LA PUBLICACION

3. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Futuna T, Inoue T, Kinoshita Y, Yukawa T	2015	Effectiveness of ICU Diaries: Improving "Distorted Memories" Encountered during ICU Admission. Eficacia de los diarios de la UCI: mejora los "recuerdos distorsionados" encontrados durante la admisión a la UCI (17)	Open Journal of Nursing DOI: 10.4236/ojn.2015.54034 Japón	(5):313-324

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Ensayo controlado no aleatorizado	40 pacientes: Intervención: n = 17 Controles: n = 23	El estudio fue aprobado por el Instituto de Investigación Médica de la Universidad de Medicina y Odontología de Tokio, se realizó el consentimiento de familiares y pacientes	En este estudio de 40 pacientes, se incluyeron a ≥ 20 años y una estancia ≥ 3 días, con ventilación mecánica y sedación en UCI, se excluyeron a los pacientes con problemas psicológicos. Se creó un modelo de diario y lo emplearon las enfermeras de la UCI y el investigador quien es el encargado del seguimiento del uso del diario, y la entrega del diario se realiza a la semana del alta de la UCI y a los 10 días se tomó un cuestionario escala de estrés y HADS. En el grupo control con cuidados rutinarios se encontró DS 42.8 ± 14.0 y una media de 40 y en el grupo de intervención con cuidados rutinarios más el uso de diario se encontró DS 44.3 ± 13.4 y una media de 43.	En este estudio hay mínima diferencia en la reducción de los síntomas de estrés en los pacientes egresados de la UCI. Los resultados tendrían un mejor impacto con un seguimiento continuo de la enfermera en el uso del diario.

DATOS DE LA PUBLICACION

4. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Kredentser M., Blouw M., Marten N., Sareen J., Bienvenu J., Ryu J., et al.	2018	Preventing Posttraumatic Stress in ICU Survivors: A Single Center Pilot Randomized Controlled Trial of ICU Diaries and Psychoeducation. Prevención del estrés postraumático en los sobrevivientes de la UCI: un ensayo controlado aleatorizado piloto en un solo centro de los diarios de la UCI y la psicoeducación (18)	Crit Care Med. DOI: 10.1097/CCM.0000000000003367 Canadá	16

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Ensayo Controlado Aleatorizado	N: 58 pacientes y familiares Cuidado usual:14 Diarios en UCI:15 Psicoeducación:14 Diarios y Psicoeducación: 15	Fue aprobado por el Comité de Revisión de Investigación del Hospital St. Boniface y las juntas de ética de investigación de la Universidad de Manitoba.	Los criterios de inclusión para este estudio los pacientes estancia mayor a 72 horas en UCI y 24 horas en ventilación mecánica, mayor de 17 años y que hable inglés. El personal de salud, enfermeras y de miembros de la familia eran invitados a escribir en el diario. A los 30 días posterior al alta un investigador conjuntamente con el paciente reviso el diario y otro control a los 90 días. El cuidado usual, uso de diario y la psicoeducación como intervención para la prevención del TEPT es p=0.9. El uso de diario de UCI + intervención de psicoeducación (folletos) tuvieron disminuciones significativas) el IES-R (PTSD) puntajes IQR=1.0 (0.5–1.4) vs IQR: 0.4 (0.1–0.7); p = 0.02 entre 30 y 90 días. En un estudio posterior se comparó a los pacientes que usaron diarios y los que no, obteniéndose 11.5 % Vs 15.4% en los 30 días y el 11.5% Vs 18.2% a los 90 días.	En este estudio los diarios de la UCI son una intervención viable si es que se realiza conjuntamente con la psicoeducación, los resultados iniciales apoyan la eficacia de estos, para reducir la morbilidad psicológica después del alta.

DATOS DE LA PUBLICACION

5. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Jones C., Backman C., Capuzzo M., Egerod I., Flaatten H., Granja C., et al.	2010	Intensive care diaries reduce new onset post-traumatic stress disorder following critical illness: a randomised, controlled trial. Los diarios de cuidados intensivos reducen el trastorno de estrés postraumático de nueva aparición después de una enfermedad crítica: un ensayo aleatorizado y controlado. (19)	Critical Care. DOI: 10.1186/cc9260 Inglaterra.	14: 168-178

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Ensayo controlado aleatorizado	322 pacientes: Intervención: n = 162 Controles: n = 160	Aprobación del comité de ética local. La investigación se desarrolló en cumplimiento con la declaración de Helsinki.	Los criterios de inclusión de este estudio son pacientes con más de 72 horas de estancia en la UCI y más de 24 horas en ventilación mecánica. También se consideró a pacientes con antecedentes de ansiedad y depresión. El personal de salud se encargó de escribir el diario para el paciente mientras estaba en la UCI y la familia también podía participar en la redacción. El diario fue presentado al paciente por un enfermero y/o médico, quien explica su contenido. En algunos casos debido a la distancia se realizó la discusión del diario por vía telefónica con el paciente. La incidencia de nuevos casos de Trastorno de estrés post traumático fue menor en el grupo de intervención (5%) comparado al grupo control (13%). p = 0.02. En un análisis post-hoc del PTSS-14 se observó una reducción de -23 a comparación con los controles equivalentes que fue de -2 entre uno y tres meses para todos los pacientes que completaron el seguimiento.	En el estudio el uso de diarios en pacientes de UCI ayuda a la recuperación psicológica y reduce la incidencia de trastornos estrés postraumático de nueva aparición.

DATOS DE LA PUBLICACION

6. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Nielsen A., Angel S., Egerod I., Lund T., Renberg M., Hansen T.	2019	<p>The effect of family-authored diaries on posttraumatic stress disorder in intensive care unit patients and their relatives: A randomised controlled trial (DRIP-study)</p> <p>El efecto de los diarios de familia en el trastorno por estrés postraumático en pacientes de la unidad de cuidados intensivos y sus familiares: un estudio aleatorizado ensayo controlado (20)</p>	<p>Australian Critical Care. DOI: 10.1016/j.aucc.2019.01.004 Australia</p>	1036- 7314(18)30191-7

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspecto Ético	Resultados principales	Conclusiones
Ensayo Controlado Aleatorizado	<p>Muestra: 48</p> <p>Control: n=22 pacientes y 47 familias</p> <p>Intervención: n=26 pacientes y 44 familias</p>	<p>Fue aprobado por los Comités de Ética de Investigación de Salud de Dinamarca Central y el Agencia Protección de Datos .El estudio siguió a la Declaración de Helsinki</p>	<p>Al final se realizó un seguimiento en tres meses, se incluyeron a pacientes con estancia en UCI mayor de 48 horas y con ventilación mecánica más de 24 horas, debía tener un familiar cercano. Los familiares fueron guiados por las de enfermeras en la redacción del diario y eran orientados de como socializar el diario con su paciente.</p> <p>Los familiares obtuvieron una puntuación más baja de TEPT con un 26.3% en el grupo diario en comparación al grupo control (IC 95%: 4.8% a 52.2%).</p> <p>Los pacientes obtuvieron una puntuación más baja de TETP con un 11.2% en el grupo diario en comparación con el grupo control (IC 95%: -15.7% a 46.8%)</p> <p>La realización del diario por los familiares puede ocasionar que la intensidad del efecto del diario varíe y por lo tanto ser menos efectivo en pacientes. Además, los pacientes tenían diferentes niveles de síntomas de TETP; por lo tanto, dar el diario a todos los pacientes puede disminuir el efecto del diario.</p>	<p>En este estudio el uso de diarios escritos por los familiares redujo significativamente los síntomas de trastorno de TETP en familiares y pacientes. Se requiere más estudios.</p>

DATOS DE LA PUBLICACION

7. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Mcllroy P., King R., Garrouste-Orgeas M., Tabah A., Ramanan M.	2019	The Effect of ICU Diaries on Psychological Outcomes and Quality of Life of Survivors of Critical Illness and Their Relatives: A Systematic. El efecto de los diarios de la UCI sobre la psicología, resultados y calidad de vida de los sobrevivientes de la enfermedad crítica y sus familiares. (21)	Critical Care Medicine DOI: 10.1097/CCM.0000000000003547 Australia	47(2):273-279

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población y muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Revisión sistemática	4 Artículos ECA:02 D.OBS: 01 EPA:01	No aplica	Se contrasto un grupo que hizo uso del diario con otro que no lo utilizo. Se incluyó a los pacientes y a sus familiares con tiempo de ingreso a la UCI mayor a 48 horas, sin diferenciar la edad, la complejidad de la enfermedad o el motivo de ingreso. Los resultados en conjunto no encontraron una reducción significativa en los síntomas del TEPT de los pacientes de Uci que usaron los diarios (razón de riesgo, 0,75 [0,3-1,73]; p = 0,5; n = 3 estudios); Por el contrario, dos investigaciones evidenciaron una reducción significativa en los síntomas del TEPT de sus familiares; pero estos resultados no se lograron agrupar por las discordancias en los informes.	El uso de diarios evidenció una mayor disminución de los síntomas del TEPT en los familiares que en los pacientes críticos. Se requieren de ensayos multicéntricos con números de muestra de mayor dimensión para corroborar estos resultados.

DATOS DE LA PUBLICACION

8. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Jone C., Bäckman C.and D. Griffiths R.	2012	Intensive care diaries and relatives' symptoms of posttraumatic stress disorder after critical illness: a pilot study Diarios de cuidados intensivos y síntomas de familiares del trastorno de estrés postraumático después de una enfermedad crítica: un estudio piloto. (22)	American Journal of Critical Care DOI: 10.4037/ajcc2012569 Reino Unido	21 (3) 172-178

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población y muestra	Aspecto Etico	Resultados Principales	Conclusiones
Estudio Caso-Control	N:30 Familiares Intervención: n = 15 Controles: n = 15	No Aplica	<p>Los familiares fueron considerados según los criterios de inclusión para los pacientes: estancia en la UCI de 72 horas o más y expuestos a ventilación mecánica de 24 horas o más. Estos diarios eran escritos por el personal de salud mientras los pacientes estaban en la UCI y su familiar también tenía opción a participar.</p> <p>Una semana después del alta de la UCI, el familiar más cercano del paciente, fue incluido para el estudio. El reclutamiento se realizó durante un período de 9 meses, con 3 meses adicionales para que los familiares completaran los cuestionarios de seguimiento, previamente debían haber leído el diario de la UCI. Los síntomas relacionados con el TEPT de los familiares se evaluaron un mes después del alta de la UCI mediante el uso del (PTSS-14).</p> <p>Los familiares de los pacientes que recibieron su diario al mes presentaron niveles más bajos de síntomas asociados con el TEPT (P = .03) en el seguimiento de 3 meses en contraste grupo de control. El cambio medio en la puntuación PTSS-14 para los familiares de pacientes con la intervención entre 1 y 3 meses fue de -5, evidenciando una disminución en comparación con los controles equivalentes, donde hubo un aumento en la puntuación de +5.</p>	<p>La implementación de los diarios en la UCI es una medida sencilla y económica que favorece la reducción de los niveles asociados a los síntomas del TEPT en los familiares de los pacientes.</p> <p>Una restricción considerable de esta investigación es el corto número de familiares incluidos,</p>

DATOS DE LA PUBLICACION

9. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Garrouste-Orgeas M., Coquet I., Périer A., Timsit J., Porchard F., Lancrin F., et al.	2012	Impact of an intensive care unit diary on psychological distress in patients and relatives. Impacto de un diario de unidad de cuidados intensivos sobre la angustia psicológica en pacientes y familiares. (23)	Crit Care Med DOI: 10.1097/CCM.0b013e31824e1b43 Francia	Vol. 40, N° 7

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población Y Muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Estudio Cohorte	n:143 Prediario: 48 Diario: 49 Postdiario:46	El comité de ética del Hospital Saint Joseph aprobó el estudio de acuerdo con la ley francesa, que no requería el consentimiento informado de los pacientes o familiares.	La inclusión en esta investigación ocurrió después del cuarto día en la UCI. El diario fue escrito el personal de salud y por los familiares del paciente de la UCI. En el estudio se incluyó un solo familiar por paciente, este familiar participaba con mayor registro del diario familiar. Los pacientes y familiares completaron el cuestionario de experiencias disociativas peritraumáticas posterior a los 3 meses del egreso UCI, y completaron la escala de impacto de eventos IES-R, evaluando los síntomas relacionados con el estrés postraumático 12 meses después del alta. Los síntomas severos relacionados con el TEPT después de 12 meses en los familiares: (prediar 80%, diario 31,7%, postdiary 67,6%; p menor.0001). En caso de los pacientes el resultado fue:(predario 34,6 +-15,9 diario 21 +- 12.2, y post-diario 29.8 +-15.9; p = .02). Los síntomas asociados con TEPT se redujeron durante la etapa de intervención: la evitación y la intrusión mostraron las mayores disminuciones.	El uso del diario de la unidad de cuidados intensivos tuvo un mayor impacto en la disminución de los síntomas asociados con el estrés postraumático en los familiares de los pacientes sobrevivientes 12 meses después del alta de la unidad de cuidados intensivos.

DATOS DE LA PUBLICACION

10. Autor	Año	Título del Artículo	Nombre de la Revista URL/DOI PAÍS	Volumen Y Numero
Schoeman T., Sundararajan K., Micik S., Sarada P., Edwards S., Poole A., et al	2017	The impact on new-onset stress and PTSD in relatives of critically ill patients explored by diaries study (The "INSPIRED" study). El impacto en el estrés de nueva aparición y el trastorno de estrés postraumático (TEPT) en los familiares de enfermos críticos pacientes explorados por el estudio de diarios(24).	Australian Critical Care DOI: 10.1016/j.aucc.2017.11.002 Australia	31(6):382-389

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población Y Muestra	Aspecto Ético	Resultados Principales	Conclusiones
Estudio Cohorte Prospectivo	n:36 Familiares	El Real Comité de Ética de Investigación Humana del Hospital Adelaide aprobó el estudio, con consentimiento informado de familiares.	Se consideró a los pacientes mayores de 18 años, con una estancia en UCI mayor de 48 horas. El personal de enfermería recibió pautas para la redacción del diario, que comenzó el día 3 con un breve resumen, pero estructurado, detallando el motivo del ingreso. Se completó una nota de resumen final. Los diarios de la UCI se redactaron de forma prospectiva y se dirigieron personalmente al paciente por personal médico en el momento del alta de la UCI. Los familiares contribuían con sus vivencias, fotografías. No hubo relación entre el TEPT en el seguimiento y el porcentaje en la utilidad del diario, (valor de p global = 0.303). Tampoco hubo relación entre el TEPT en Seguimiento y uso diario, controlando el PTSD en la línea de base (P global). valor = 0.9005). Con respecto al TEPT (IES-R > 33); independiente de Grupo diario, los familiares son significativamente más propensos a tener TEPT en valor inicial que a los 3 meses (OR = 3.3, IC 95%: 1.3, 8.2, P = 0.0092).	En este estudio no se evidencio una relación favorable en el uso de diarios y la reducción de los síntomas de TEPT en familiares de los pacientes de UCI. Se requiere más estudios dentro las limitaciones los diarios de la UCI a no estaban completos, y desinterés por parte de los familiares.

3.2 Tablas 2: Estudios revisados sobre la efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos.

Diseño de estudio / título	Conclusiones	Calidad de evidencia (según sistema de grado)	Fuerza de recomendación	País
<p>Revisión sistemática Diarios de cuidados intensivos para promover la recuperación para pacientes y familias después de una enfermedad crítica: Una Revisión Sistemática Cochrane.</p>	<p>En este estudio, hay mínima evidencia del beneficio del uso de diarios de pacientes y familiares en UCI para reducir los síntomas de Trastorno de estrés postraumática, debido a un tamaño de muestra de los enfermos críticos: ECA, por lo cual es necesario realizar más trabajos de investigación.</p>	ALTA	FUERTE	AUSTRALIA
<p>Revisión Sistemática Intervenciones de rehabilitación para cuidados postintensivos Síndrome: una revisión sistemática</p>	<p>En este estudio recomienda el uso de los diarios como una intervención para reducir o prevenir los síntomas del TEPT. Se requiere más estudios de alta calidad metodológica para confirmar el uso de diarios como una intervención en la rehabilitación de pacientes TEPT..</p>	ALTA	FUERTE	ALEMANIA
<p>Ensayo Controlado Aleatorio Eficacia de los diarios de la UCI: mejora los “recuerdos distorsionados” encontrados durante la admisión a la UCI</p>	<p>En este estudio hay mínima diferencia en la reducción de los síntomas de estrés en los pacientes egresados de la UCI. Los resultados tendrían un mejor impacto con un seguimiento continuo de la enfermera en el uso del diario</p>	ALTA	FUERTE	JAPON

<p>Ensayo Controlado Aleatorio</p>	<p>En este estudio los diarios de la UCI son una intervención viable si es que se realiza conjuntamente con la psicoeducación, los resultados iniciales apoyan la eficacia de estos, para reducir la morbilidad psicológica después del alta.</p>	ALTA	FUERTE	CANADA
<p>Ensayo Controlado Aleatorio</p>	<p>En el estudio el uso de diarios en pacientes de UCI ayuda a la recuperación psicológica y reduce la incidencia de trastornos de estrés postraumático de nueva aparición.</p>	ALTA	FUERTE	INGLATERRA
<p>Ensayo Controlado Aleatorio</p>	<p>En este estudio el uso de diarios escritos por los familiares redujo significativamente los síntomas de trastorno de TEPT en familiares y pacientes.</p> <p>Se requiere más estudios.</p>	ALTA	FUERTE	AUSTRALIA
<p>Revisión Sistemática</p>	<p>El uso de diarios evidenció una mayor disminución de los síntomas del TEPT en los familiares que en los pacientes críticos.</p>	ALTA	FUERTE	AUSTRALIA

enfermedad crítica y sus familiares Se requieren de ensayos multicéntricos con números de muestra de mayor dimensión para corroborar estos resultados.

<p>Estudio Caso-Control</p> <p>Diarios de cuidados intensivos y síntomas de familiares del trastorno de estrés posttraumático después de una enfermedad crítica: un estudio piloto</p>	<p>La implementación de los diarios en la UCI es una medida sencilla y económica que favorece la reducción de los niveles asociados a los síntomas del TEPT en los familiares de los pacientes.</p> <p>Una restricción considerable de esta investigación es el corto número de familiares incluidos</p>	<p>MODERA DA</p>	<p>FUERTE</p>	<p>REINO UNIDO</p>
<p>Estudio Cohorte</p> <p>Impacto de un diario de unidad de cuidados intensivos sobre la angustia psicológica en pacientes y familiares.</p>	<p>El uso del diario de la unidad de cuidados intensivo tuvo un mayor impacto en la disminución de los síntomas asociados con el estrés posttraumático en los familiares de los pacientes sobrevivientes 12 meses después del alta de la unidad de cuidados intensivos.</p>	<p>MODERA DA</p>	<p>FUERTE</p>	<p>FRANCIA</p>
<p>Estudio Cohorte Prospectivo</p> <p>El impacto en el estrés de nueva aparición y el trastorno de estrés posttraumático (TEPT) en los familiares de enfermos críticos pacientes explorados por el estudio de diarios</p>	<p>En este estudio no se evidencio una relación favorable en el uso de diarios y la reducción de los síntomas de TEPT en familiares de los pacientes de UCI. Se requiere más estudios dentro las limitaciones tenemos que los diarios de la UCI a no estaban completos, y desinterés por parte de los familiares.</p>	<p>MODERA DA</p>	<p>DEBIL</p>	<p>AUSTRALIA</p>

CAPITULO IV: DISCUSIÓN

4.1 Discusión

La revisión sistemática de los 10 artículos científicos encontrados sobre estudios revisados sobre la efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés posttraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos, fueron hallados en la siguiente bases de datos Cochrane, Lilacs, Scielo, Pubmed, todos ellos corresponden al diseño metodológico de revisiones sistemáticas (03), ensayos aleatorizados(04), estudio de cohorte (02) y estudio caso-control (01). El 40%(n=4/10) de estos son investigaciones realizadas en el continente europeo (Alemania, Inglaterra, Francia), el 40% corresponde al continente Oceánico (Australia), el 10% en América del Norte (Canadá) y el 10% en el continente asiático (Japón).

Respecto a la calidad de evidencia de las revisiones realizadas muestran que, del total de 10 artículos, el 70% (7/10) de estos, son de alta calidad y el 30% (3/10) corresponde a moderada.

Del total de estudios revisados solo el 70%(7/10) demuestran que es efectivo el uso de los diarios en la disminución del TEPT en pacientes y/o sus familiares. De los cuales el 50% (5/10) evidencio un mayor efecto en familiares según los autores:

Jone C. (2012) refiere que la implementación de los diarios en la UCI es una medida sencilla y económica que favorece la reducción de los niveles asociados a los síntomas del TEPT en los familiares de los pacientes críticos. (22).

Ademas, Mcllroy P., et al, Garrouste-Orgeas M.et al. refieren que el uso del diario tuvo un mayor impacto en la disminución de los síntomas asociados con el estrés postraumático en los familiares en comparación de los pacientes críticos. (21, 23). Se identificaron dos factores que no permitieron que se evidencie el impacto del uso diarios en los pacientes críticos: la discordancia en los informes impidió agrupar los resultados obtenidos y en algunos casos se realizó el seguimiento a través de una entrevista vía telefónica. También, Kredentser MS., afirma que los diarios de la UCI son una intervención viable tanto en pacientes y familiares si es que se realiza conjuntamente con la psicoeducación, los resultados iniciales apoyan la eficacia de estos, para reducir la morbilidad psicológica después del alta. (18) y Nielsen A., et. al., (20) afirma que los diarios son efectivos en familiares y pacientes críticos, y que para lograr un mayor impacto es necesario que los diarios sean redactados por personal de enfermería o personal de salud asimismo que el test de evaluación sea breve para favorecer el incremento de número de participantes y tener una muestra significativa. Se debe entregar el diario a los pacientes con mayor índice en el nivel de PTSS-14.

Tenemos el 20% (2/10) de estudios con evidencia en la disminución de los síntomas del TEPT solo en pacientes. Según la revisión sistemática realizada por Mehlhorn J. afirman que el uso de los diarios en pacientes críticos es una intervención que favorece la rehabilitación y asimismo previene los síntomas del TEPT. (16) Jones C., (2010) también afirman que la efectividad del uso de los diarios en pacientes de la UCI es una medida efectiva para la reducción y prevención de una nueva aparición de los síntomas del TEPT. En el análisis post Hot realizado se evidencio un mayor impacto en los pacientes con un mayor índice de PTSS-14 (Escala de Evaluación del trastorno del Estrés postraumático). (19)

Además, tenemos 20% (2/10) estudios revisados que se realizaron en pacientes y/o sus familiares donde existe mínima evidencia en la disminución de los síntomas del TEPT, Ullman A.J. quien refiere que se logró un mínimo impacto del uso de los diarios en pacientes y sus familiares debido a los pocos trabajos de investigación encontrados. (15) Por otro

lado, tenemos un estudio que se enfocó solo en pacientes, Futuna T., sugiere que la enfermera de la uci debe revisar el diario con el paciente, se debe incrementar el número de muestra y el periodo de estudio debe ser mayor (17), considerando como referencia las otras investigaciones realizadas.

Finalmente, tenemos 10% estudio que se enfocó en familiares donde no se evidencio una disminución significativa de los síntomas de TEPT, Schoeman T. et al, sugiere que se debe sensibilizar a los familiares sobre los beneficios del uso de los diarios para favorecer la disminución de los síntomas del TEPT y así generar un mayor interés para su participación y asimismo se requiere más estudios. (24)

Las limitaciones de la presente revisión requieren más estudios de alta calidad metodológica para confirmar la evidencia sobre la efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y familiares post cuidados intensivos. Asimismo, no se encontraron estudios de investigación en nuestro país.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1.- Conclusiones

La revisión sistemática de los 10 artículos científicos sobre la efectividad del uso de diarios como estrategia para reducir los síntomas del trastorno de estrés postraumático en pacientes y sus familiares post cuidados intensivos, fueron hallados en la siguiente base de datos: Lilacs, Cochrane y Pubmed; todos ellos corresponden al tipo y diseño de estudios revisiones sistemáticas, ensayos aleatorizados y estudios de cohorte.

El 70% (7/10) de las revisiones realizadas evidencia que el uso de diarios fue una medida efectiva en pacientes y/o sus familiares, el 20% (2/10) mínima evidencia y el 10% (1/10) no hay evidencia que el uso de los diarios favorece la disminución de los síntomas del trastorno de estrés postraumático en los pacientes y/o familiares en la unidad de cuidados críticos.

Se evidencia que el uso de diarios fue una intervención 50% (5/10) más efectiva en familiares de los pacientes críticos, donde el personal de salud y/o enfermera realizaron la redacción de los diarios y también se debe considerar el empleo de la psico educación como una herramienta para generar un mayor impacto en la disminución de los síntomas del trastorno del estrés postraumático.

El impacto del uso de diarios exclusivo en pacientes para reducir los síntomas del trastorno del estrés postraumático, conto con pocos artículos de investigación y las limitaciones metodológicas de los estudios.

En los estudios que se aplicó simultáneamente a los pacientes y sus familias no se encontró evidencia significativa que favorezca al paciente sino más a sus familiares.

5.2.- Recomendaciones

Es necesario que el personal de la UCI se involucre en el proceso de desarrollo del diario sobre todo enfocado en los familiares de los pacientes críticos siendo previamente capacitado sobre los beneficios e impacto, estructura del diario, el tipo de lenguaje en la redacción y el tipo de información a registrar. Las etapas del proceso de diarización: selección, ejecución, seguimiento y evaluación (pre y post Cuestionario de Experiencias Disociativas Peritraumáticas).

Se sugiere tener en cuentas las siguientes medidas para lograr una mayor efectividad el uso de diarios en pacientes críticos (Sedanalgesia, estadia en UCI mayor a 72 horas y tiempo de Ventilación mecánica mayor a 48 horas):

- Capacitar y sensibilizar al equipo multidisciplinario (médico, enfermera y psicólogo) respecto al TEPT y el uso de diario
- El personal de salud realizara una entrevista a cada familia y se entregara a la familia un folleto que brinda explicaciones generales sobre la UCI. Asimismo, se explicará sobre la importancia y beneficios del uso de diario.
- Las primeras páginas del diario se estandarizarán para incluir una explicación del propósito de este y debe incluir glosario de términos médicos, un organigrama actualizado del personal de la UCI con fotografías del ambiente (monitores, equipos médicos). La primera entrada del diario será un resumen de un médico o enfermera del historial del paciente antes de la admisión a la UCI y el estado al 3er día.
- El personal debe escribir su nombre y cargo y la fecha al comienzo de cada entrada y usar el lenguaje cotidiano para describir los eventos médicos, los procedimientos y la información dada a los familiares. La única instrucción dada a las familias y al personal sobre las anotaciones en el diario evitar escribir sobre asuntos confidenciales.

- Al alta, un miembro del personal escribirá una conclusión con la esperanza de una pronta recuperación si el paciente era dado de alta con vida o reconfortaba a la familia si el paciente había muerto. Para los pacientes dados de alta en las salas, el diario se colocará en un sobre etiquetado con el nombre del paciente y una declaración de que el sobre y su contenido serán propiedad privada del paciente.
- Se debe asignar a un personal para el seguimiento al 1 y 12 meses después del alta que aplique los cuestionarios de TEPT y realice el acompañamiento durante la lectura y uso del diario por parte del paciente.

Para evidenciar el impacto en la efectividad del uso de diarios exclusivo en pacientes, simultáneamente a los pacientes y sus familias para reducir los síntomas del trastorno del estrés postraumático, se requiere que se realicen más estudios de investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Escudero D, Viña L, Calleja C. Por una UCI de puertas abiertas, más confortable y humana. Es tiempo de cambio. *Med Intensiva* [Internet]. 2014. [Citado el 29 de jun. del 2018]; 38(6):371-375. Disponible en: <http://www.medintensiva.org/es-por-una-uci-puertas-abiertas-articulo-S0210569114000370>
2. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders - revised*. 4. Washington, DC: American Psychiatric Association [Internet]. 2000. Disponible en: <https://dsm.psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425596>
3. Johnson P, Chaboyer W, Foster M, van der Vooren R. Caregivers of ICU patients discharged home: what burden do they face? [Internet]. 2001 [Citado el 29 de jun. del 2018]; 17(4):219-27. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11868730>
4. Friedman H, Tucker JS, Schwartz JE. Psychosocial and behavioral predictors of longevity: the aging and death of the “termites.” *Am J Psychol* [Internet]. 1995 [Citado el 29 de jun. del 2018]; 50:69-78. Disponible en: <http://psycnet.apa.org/record/1995-21229-001>
5. Organización Panamericana de la Salud. *CIE 10 Clasificación Internacional de Enfermedades*. Vol 1. 10ma ed. Washington D.C: OPS,1995
6. Myhren H, Tøien K, Ekeberg O, et al. Patients’ memory and psychological distress after ICU stay compared with expectations of the relatives. *Intensive Care Med* [Internet]. 2009 [Citado el 25 de oct. del 2018]; 35:2078–2086. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19756511>

7. O. J. Bienvenu et al. Post-traumatic stress disorder symptoms after acute lung injury: a 2-year prospective longitudinal study. *Psychological Medicine*. *Psychological Medicine* [Internet]. 2013 [Citado el 25 de oct. del 2018]; 43: 2657–2671. Disponible en: <https://www.intramed.net/contenidover.asp?contenidoID=79356>
8. Gómez-Carretero P, Monsalve V, Soriano JF, de Andrés J. Emotional disorders and psychological needs of patients in an Intensive Care Unit. *Med Intensiva* [Internet]. 2007 [Citado el 25 de oct. del 2018] 31(6): 318-25 Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S021056912007000600006
9. Schnyder U, Moergeli H, Trentz O, Klaghofer R, Buddeberg C. Prediction of psychiatric morbidity in severely injured accident victims at one-year follow-up. *Am J Respir Crit Care Med* [Internet]. 2001 [Citado el 25 de oct. del 2018]; 164: 653-6. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11520732>
10. Davydow DS, Zatzick DF, Rivara FP, Jurkovich GJ, Wang J, Roy-Byrne PP et al. Predictors of posttraumatic stress disorder and return to usual major activity in traumatically injured intensive care unit survivors. *Gen Hosp Psychiatry* [Internet]. 2009 [Citado el 25 de oct. del 2018]; 31(5): 428-35. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19703636>
11. Ednel A.K, Silijergren S, Engström A. The ICU patient diary – A nursing intervention that is complicated in its simplicity: A qualitative study. *Intensive Crit Care Nurs* [Internet]. 2017 [Citado el 25 de oct. del 2018]; 40:70-76. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28233651>
12. Bergbom I, Svensson C, Berggren E, Kamsula M. Patients' and relatives' opinions and feelings about diaries kept by nurses in an intensive care unit: pilot study. *Intensive Crit Care Nursing* [Internet]

1999; [citado el 29 jun. 2018]; 15(4):185-191. Disponible desde:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10786503>

13. Egerod I & Christensen D Analysis of patient diaries in Danish ICUs: a narrative approach. *Intensive and Critical Care Nursing* [Internet]. 2009; [citado el 29 jun. 2018]; 25, 268–277. Disponible desde:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19632844>.
14. Urra E, Barría R, La revisión sistemática y su relación con la práctica basada en la evidencia en salud. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [internet]. 2010 [citado el 20 de ago. del 2019]; 18(4): [08 pantallas] Disponible desde http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n4/es_23.pdf.
15. Ullman A., Aitken L., Rattray J., Kenardy J., Brocque R., MacGillivray S., et al. Diarios de cuidados intensivos para promover la recuperación para pacientes y familias después de una enfermedad crítica: Una Revisión Sistemática Cochrane. *International Journal of Nursing Studies* [internet]. 2015 [citado el 29 de jun. del 2018]; 52:1243-1253 Disponible desde:
https://www.epistemonikos.org/es/documents/db40e71fcfb185b204fe95b1d6c1dfe42f1fc101?doc_lang=en
16. Mehlhorn J., Freytag A., Schmidt K., Brunkhorst F., Graf J., Troitzsch U., et al. Rehabilitation Interventions for Postintensive Care Syndrome: A Systematic Review. *Critical Care Medicine* [internet] 2014 [citado el 15 de noviembre del 2018]; 42(5):1263-71. Disponible desde:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24413580>
17. Fukuda T, Inoue T, Kinoshita Y, Yukawa T. Effectiveness of ICU Diaries: Improving “Distorted Memories” Encountered during ICU Admission. *Open Journal of Nursing* [internet] 2015 [citado el 15 de junio del 2019]; (5) 313-324. Disponible desde:
<https://www.scirp.org/journal/PaperInformation.aspx?PaperID=55253>

18. Kredentser M., Blouw M., Marten N., Sareen J., Bienvenu J., Ryu J., et al. Preventing Posttraumatic Stress in ICU Survivors: A Single Center Pilot Randomized Controlled Trial of ICU Diaries and Psychoeducation. *Crit Care Med.* [internet] 2018 [citado el 24 de octubre del 2018]; 16. Disponible desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term>
19. Jones C., Backman C., Capuzzo M., Egerod I., Flaatten H., Granja C., et al. Intensive care diaries reduce new onset post-traumatic stress disorder following critical illness: a randomised, controlled trial. *Crit. Care* [internet]. 2010. [citado el 29 de jun. del 2018]; 14: 168-178. Disponible desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20843344>
20. Nielsen A., Angel S., Egerod I., Lund T., Renberg M., Hansen T. The effect of family-authored diaries on posttraumatic stress disorder in intensive care unit patients and their relatives: A randomised controlled trial. *Australian Critical Care* [internet]. 2019. [citado el 18 de jun. del 2019]; 1036-7314(18)30191-7. Disponible desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30795978>
21. McIlroy P., King R., Garrouste-Orgeas M., Tabah A., Ramanan M. The Effect of ICU Diaries on Psychological Outcomes and Quality of Life of Survivors of Critical Illness and Their Relatives *Critical Care Medicine* [internet]. 2019 [citado el 24 de junio del 2019]; 47(2):273-279. Disponible desde: <https://journals.lww.com/ccmjournal/toc/2019/02000>
22. Jones C., Bäckman C., and Richard D. Griffiths, Intensive care diaries and relatives' symptoms of posttraumatic stress disorder after critical illness: a pilot study, *American Journal of Critical Care* [internet]. 2012 [citado el 29 de jun. del 2018]; (3) 172-178. Disponible desde: <http://ajcc.aacnjournals.org/content/21/3/17221>
23. Garrouste-Orgeas M., Coquet I., Périer A., Timsit J., Porchard F., Lancrin F., et al. Impacto de un diario de unidad de cuidados intensivos

sobre la angustia psicológica en pacientes y familiares. CritCareMed [internet]. 2012 [citado el 29 de jun. del 2018]; 40(7). Disponible desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22584757>

24. Schoeman T., Sundararajan K., Micik S., Sarada P., Edwards S., Poole A., et al. The impact on new-onset stress and PTSD in relatives of critically ill patients explored by diaries study (The “INSPIRED” study). Australian Critical Care [internet]. 2017 [citado el 2 de julio del 2019]; 31(6):382-389. Disponible desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2>