



TALLER DE CUIDADOS BÁSICOS PARA CUIDADORES DE PACIENTES HOSPITALIZADOS

AUTORES: PÉREZ ÁLVAREZ, MIGUEL ÁNGEL; POLO HERNÁNDEZ, M^º ESTHER; PUEBLA ARGANDOÑA, M^º TERESA. HOSPITAL CIVIL DE MÁLAGA. MEDICINA INTERNA.

INTRODUCCIÓN

Los cuidadores/as dedican mucho tiempo a la atención y cuidado de su familiar, con una elevada carga física y mental, alterándose su vida en el ámbito emocional, laboral y social, y según algunos estudios, refieren disponer de poca información sobre las posibilidades de accesos a servicios de ayuda manifestando poco soporte material, moral y físico y una falta de atención y coordinación del sistema sanitario y social que les desborda y angustia.

Este taller de cuidados básicos pretende ayudarlos en la difícil tarea de cuidar a los demás, dentro de una sociedad donde el aumento de población mayor dependiente, es ya inminente.



OBJETIVOS GENERALES:

- ✦ Educación sanitaria y orientación a los cuidadores/as para que aprendan y apliquen los cuidados básicos necesarios para el mantenimiento de la calidad de vida de la persona cuidada.
- ✦ Cuidados seguros al paciente realizados por el cuidador.
- ✦ Proteger la salud del cuidador.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ✦ Los cuidadores desarrollarán conocimientos, habilidades y aptitudes que mejoren la calidad de los cuidados básicos aplicados a personas cuidadas al alta hospitalaria del paciente.

METODOLOGÍA

Taller consistente en una parte teórica con charla expositiva e interrogativa de carácter presencial con apoyo audiovisual y otra práctica con participación interactiva dirigido a **cuidadores de pacientes ingresados** en el Servicio de Medicina Interna (Hospital Civil) pertenecientes a las unidades de Pluripatológicos, Hospitalización Domiciliaria y Cuidados Paliativos.

La parte teórica impartida por dos Enfermeras está dividida en diferentes unidades didácticas:

- ✦ Presentación y objetivos.
- ✦ Recomendaciones generales.
- ✦ Cuidados básicos: higiene, movilidad, alimentación y eliminación.
- ✦ Signos de alarma.
- La captación se realiza por el personal encargado del taller, Supervisora del Servicio y carteles informativos.
- Realizado en el salón de actos del Hospital Civil, se formarán grupos de 10 – 20 personas con una duración de 90 minutos (1ª parte de bloques temáticos y 2ª parte práctica)
- Se intenta adaptar el contenido y orientación del taller según las características propias del grupo.
- Se evalúan los conocimientos con fáciles cuestionarios pre y post, anónimos y pudiendo incluir sugerencias como línea de mejora.
- La parte práctica realizada por dos Técnicos de Cuidados Auxiliares de Enfermería con una sesión para ejemplificar las movilizaciones, y demostraciones y práctica individual utilizando una cama hospitalaria y material de apoyo necesario.

RESULTADOS

- Se realizan dos talleres en el Salón de Actos del Hospital Civil de Málaga en el mes de Enero de 2011. Aunque el taller está dirigido a cuidadores de pacientes ingresados, acudieron algunos alumnos de la Escuela Universitaria de Enfermería que en ese momento estaban haciendo prácticas en las unidades y algunos Enfermeros y Auxiliares de Enfermería interesados en este tema, reforzando nuestra idea de que es un tema que despierta interés a todos los niveles. Se cumplen las expectativas pues al primer taller acuden doce personas y al segundo catorce.
- Los cuestionarios pre y post sólo se pasan a los cuidadores y se constata en la evaluación anónima que el 80% de ellos mejoran en sus respuestas.
- En los siguientes ítems se observa un mayor número de errores en el cuestionario pre, obteniéndose en el cuestionario post una correcta adquisición de conocimientos:
 - ✦ "Para el cuidado de la piel. ¿es bueno dar masajes con alcohol de romero? Respuesta correcta: NO".
 - ✦ "¿ Cuánto tiempo se necesita para airear una habitación de tamaño medio? Respuesta correcta: 10 minutos,."



CONCLUSIONES

- La mayoría de las dudas y lo que suscitaba más interés entre los cuidadores era referente a la movilización, prevención de úlceras por presión y consejos para el cuidador en cuanto a higiene postural.
- El taller práctico con la cama hospitalaria (como se aprecia en la foto del poster) y el video de "Escuela de Pacientes para cuidadores y cuidadoras de la Junta de Andalucía" fueron los aspectos del taller que originaron más interacción y participación, generando preguntas y aportando experiencias.
- Los cuidadores demandan este tipo de talleres por la necesidad de mejorar conocimientos y estrategias para los cuidados y para mejorar su calidad de vida.