

**Palabras clave:**

Repercusiones, cuidar, cuidadoras, dependientes, intervención, cuestionario ICUB97©

**Autores**

Ramírez Fuentes, M.D.

Garrido Jiménez, J.

Ubago Palma, E.

INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA PARA DISMINUIR LAS REPERCUSIONES EN SALUD DE LOS CUIDADORES

Introducción

- ▶ Las *cuidadoras informales* tienen una salud precaria ya que el cuidar a lo largo de muchos años a personas discapacitadas, enfermas o ancianos, supone la renuncia a una buena parte de la vida del cuidador.
- ▶ A través de *programas de intervención* se mejoran sus condiciones y se reduce el efecto nocivo sobre su salud y sobre ellas mismas. La información y formación de la familia de personas dependientes por parte de enfermería mejoran la calidad de los enfermos y de sus familiares.

Metodología

Enfermera de enlace

Base de datos de cuidadoras adscritas al centro



Contacto telefónico

Entrevista personalizada/
Consentimiento informado/
Cuestionarios pre-intervención



Taller
8 sesiones



Grupo de discusión

Objetivos

- ▶ Describir los cuidados y repercusiones del cuidar en las cuidadoras informales a través del cuestionario ICUB97© basado en las 14 necesidades básicas de V. Henderson.
- ▶ Evaluar el efecto de un programa de intervención educativa en las cuidadoras.

Participantes 25 cuidadoras

- ◆ 15 cuidadoras de personas mayores dependientes
- ◆ 10 cuidadoras de personas discapacitadas físicas/psíquicas

Conclusiones

- ▶ El instrumento de valoración de las repercusiones del cuidar en las necesidades de las cuidadoras ICUB97© permite prevenir el cansancio del rol del cuidador y su claudicación familiar, ya que proporciona información para poder planificar las atenciones que estas necesitan y poder así mejorar su calidad de vida.
- ▶ A través del programa de intervención se obtiene que existe una disminución significativa de las repercusiones del cuidar en la salud de las cuidadoras.

Estudio descriptivo, transversal, con intervención y evaluación pre y post // Programa estadístico SSPS

Resultados

▶ **Perfil de la cuidadora:** Mujer de edad madura (59,13 años \pm 8,86), hija de la persona dependiente, con estudios primarios, que no trabaja fuera de su hogar, convive con la persona cuidada, que dispone de alguna ayuda (social y remunerada) para cuidarlo, mantiene unas relaciones agradables con la persona cuidada y percibe su salud como regular.

▶ **Cuidados realizados a la persona dependiente para ayudarla a satisfacer sus 14 necesidades fundamentales:** Asistencia en actividades instrumentales y actividades básicas de la vida diaria.

▶ **Repercusiones que manifiestan tener el cuidador por el hecho de cuidar en función de sus 14 necesidades fundamentales:**

Pre-intervención: El 90% tiene menos tiempo libre, el 60% presenta problemas físicos (dolor de espalda, cansancio, alteraciones en el sueño), entre el 50-60% tienen manifestaciones psicológicas (ansiedad, irritabilidad, nerviosismo, impotencia), el 40% tienen menos relaciones sociales y el 35,7% ha visto reducida su economía.

Post-intervención: Los resultados muestran una diferencia significativa por la disminución en el número de ítems marcados respecto al pre-test.