



"CUIDAR A LAS CUIDADORAS"

Benítez Díaz, N. y Benítez Marín, A.

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

La cuidadora principal es la persona familiar o no, que proporciona la mayor parte de la asistencia y apoyo diario, a quien padece una enfermedad, y que permite seguir viviendo en su entorno de una manera confortable y segura a una persona que por razones de edad o incapacidad no es totalmente independiente. Los cuidados que prestan estas cuidadoras, son en general cuidados personales y relacionados con la salud, proporcionando compañía y vigilancia y manifestando la mayoría cansancio en el rol del cuidador.

El objetivo principal es demostrar la necesidad de aumentar los conocimientos de las cuidadoras informales; los objetivos secundarios son: - Aumentar la atención a las cuidadoras, - ofrecer ayuda a las cuidadoras con el enfermo, - aliviar las acciones de cuidado, - enseñar técnicas adecuadas para el cuidado.

MATERIAL Y MÉTODO

Se realiza un estudio observacional de prevalencia, a través de un diseño descriptivo. Se ha seleccionado una muestra de 40 cuidadoras a nivel domiciliario de nuestro ámbito de trabajo.

El instrumento de medición es una encuesta elaborada con quince preguntas cerradas, diez de ellas con variable dicotómica (si/no) y cinco con cuatro posibles opciones a contestar.

RESULTADO



CONCLUSIONES

Considerando a la cuidadora principal como la persona que suele tener el mayor peso en la responsabilidad de los cuidados de la persona dependiente, se ha comprobado que el cuidado de un familiar repercute en la salud de la persona que lo presta y que indirectamente por tanto igualmente lo hace en la calidad de los cuidados que recibe el paciente. Tras analizar minuciosamente los resultados obtenidos, podemos concluir afirmando que:

- 1- Existe una deficiencia en conocimiento sobre los recursos que pueden poseer las personas que se dedican al cuidado, por lo que no solicitan ayuda.
- 2- Las cuidadoras se sienten solas y desprotegidas ante el cuidado del paciente.
- 3- Manifiestan estados de salud deteriorados y poco definidos, prevaleciendo la ambivalencia de sentimientos.
- 4- Casi toda la población estudiada, agradecería una ampliación de los conocimientos que poseen, para poder mejorar tanto ellas, como las personas receptoras del cuidado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Joga M., Fernández M., Rodríguez E., González C., Iglesias R. M. Sobrecarga del cuidador principal de pacientes inmovilizados en Atención Primaria. Atención Primaria 2010 [Revista en internet]; vol. 17: 10-14. -Cuiden [base de datos en internet]. Granada: Fundación Index; 2006. Disponible en: <http://www.doc6.es/index/> -Álvarez M., Morales J. M., (Eds). Guía para cuidadoras de personas dependientes. Asociación Andaluza de Enfermería Comunitaria; vol. I, II, III. Málaga, 2007.