

IV CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA CIUDAD DE GRANADA

"La Atención Especializada en la Seguridad del Paciente"

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN EL MANTENIMIENTO DE LA AUTONOMÍA"

Autor principal MARIA DOLORES ROJAS PEREZ

CoAutor 1 MARÍA FERNÁNDEZ NAVARRETE

CoAutor 2 MERCEDES RODRIGUEZ MARTIN

Área Temática La Seguridad del Paciente en el área de Enfermería Comunitaria

Palabras clave AUTONOMIA ENVEJECIMIENTO EDAD CAMBIOS

» Resumen

La autonomía ideal es utópica a una cierta edad de la vida, el objetivo es obtener una autonomía parcial, es decir, un equilibrio entre una alteración modesta de sus funciones psicológicas, físicas y sus condiciones de vida social. El equilibrio es extremadamente frágil y el cuidado médico no puede estar muy atento a los acontecimientos más banales que pueden modificar la autonomía de un sujeto mayor que parecía bien equilibrado y que de un día para otro se vuelve confuso, postrado, en cama, aunque sus funciones intelectuales estén excelentes. El peligro estará en considerar tales manifestaciones como testigo de una enfermedad, cuando un tratamiento medicamentoso solo puede, al contrario, agravar el déficit y poner al sujeto totalmente dependiente.

De ahí el interés de la gerontología de ser más atentos a los factores de alteración de la autonomía en esta etapa de la vida. Ser suficiente, es el deseo de la mayor parte de los sujetos que avanzan en edad. Preservar todo lo posible su autonomía, es decir su libertad de

» Contexto de partida. Antecedentes. Experiencias previas. ¿Dónde se realizó el trabajo? ¿En qué tipo de organización o departamento? ¿Cómo surge? ¿Hay experiencias previas en el área desarrollada?

Podemos centrarnos en el ámbito gerontológico aunque cualquier persona de cualquier edad puede verse afectada a este tipo de problemas bien sea por enfermedad u otros, pero el principal problemas de la autonomía está ligada a la edad y al envejecimiento progresivo de la población, de ahí que nos debamos centrar en la personas mayores y trabajar en el ámbito donde ellos se mueven, bien en domicilios propios o centros de estancia, teniendo en cuenta que conservar la autonomía de este grupo de personas se convierta en una tarea fundamental en el trabajo del

» Descripción del problema. ¿Sobre qué necesidades o problemáticas del contexto pretendía actuar el proyecto? ¿Cómo se analizaron las causas de esos problemas? ¿Qué tipo de intervención se realizó? ¿Cómo se cuantificó el problema?

El envejecimiento es el conjunto de modificaciones morfológicas y fisiológicas que aparecen como consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos, que supone una disminución de la capacidad de adaptación en cada uno de los órganos, aparatos y sistemas, así como de la capacidad de respuesta a los agentes lesivos que inciden en el individuo. El envejecimiento de los organismos y particularmente el nuestro como especie humana, ha sido motivo de preocupación desde hace años.

Si lo vemos desde un punto de vista más humano y no tan científico, diríamos, que el envejecimiento es una etapa de la vida que se trata de un proceso biológico normal e inevitable. Debido a ello, con el paso de tiempo el organismo va sufriendo cambios graduales en los órganos y sistemas, los cuales van a determinar una pérdida progresiva de adaptabilidad y disminución de la capacidad funcional para realizar actividades de la vida diaria (AVD).

Podemos mencionar diferencias individuales en el proceso de envejecimiento que nos llevan a hacer una determinación del mismo en tres tipos: normal, patológico y satisfactorio.

En el normal hablaríamos de cambios funcionales que va experimentar la persona y se consideran normales para su edad. En este proceso es habitual que sucedan alteraciones en la pérdida de agudeza de los sentidos y enlentecimiento y dificultades para el desarrollo de funciones vinculadas a la capacidad motriz.

En el tipo patológico, los cambios se aceleran a causa de enfermedades o factores ambientales, y en el satisfactorio se experimentan cambios

» Soluciones aportadas / Viabilidad / Aplicabilidad. Coste-Beneficio. ¿Cuáles fueron los efectos y cómo se midieron? ¿Hasta qué punto las soluciones aportadas resolvieron el problema?

Con el trabajo de un equipo preparado, multidisciplinar, formado para el desarrollo de este tema, favorecería la satisfacciones de las personas que necesitan mantener su autonomía y así conseguir propósitos y objetivos. Los objetivos que se pueden marcar respecto a este temas son los siguiente:

El objetivo principal sería el mantenimiento y fomento de la autonomía de la persona.

1. Mejorar la calidad de vida general y el proceso de envejecimiento y dependencia de las personas mayores o con necesidades de este tipo.
2. Fomentar y favorecer la autonomía de las personas y prevenir un proceso inicial de dependencia.
3. Cuidado de los sentidos, mantenimiento adecuado del estado de vigilia-sueño.
4. Mantenimiento del aparato locomotor para prevenir pérdidas de masa ósea e incrementar la fuerza y sincronización muscular, y la vez disminuir o prevenir los factores de riesgo de caídas.
5. Activar funciones fisiológicas y cardiorespiratorias.

» Barreras detectadas durante el desarrollo.

Considerando los problemas demográficos, económicos y humanos que trae la dependencia, nos preguntamos sobre los medios de mantener durante largo tiempo en lo posible la autonomía de la persona mayor en su integridad física, psíquica y medio-ambiental.

El mantenimiento de la autonomía impone dos objetivos prioritarios, la prevención de un envejecimiento acelerado patológico, pero más aún importante, la adaptación de los recursos disponibles gracias a la creatividad, a la imaginación de los dedicados a la salud y de todos aquellos que cerca o lejos están implicados con nuestros mayores.

Para reforzar un envejecimiento satisfactorio tenemos que mantener el cuidarse y estar activo, el entrenamiento y la dedicación son elementos importantes para garantizar los beneficios.

» **Oportunidad de participación del paciente y familia.**

La familia tiene un papel importante en este tema debido a que son el apoyo principal de las personas mayores.

Cuando se interroga a las personas mayores , sus deseos esenciales no son deseos de dinero o de placeres, pero todos quieren "guardar su cabeza", "no terminar en una silla de ruedas", "no depender económicamente de su familia, ni ser un cargo para ellos en lo que a cuidados se

» **Propuestas de líneas de investigación.**

Cuando se interroga a las personas mayores , sus deseos esenciales no son deseos de dinero o de placeres, pero todos quieren "guardar su cabeza", "no terminar en una silla de ruedas", "no depender financieramente de su familia, ni ser un cargo para ellos en lo que a cuidados se refiere, atención, dedicación).

Envejecer es un proceso natural que comporta la necesidad de adaptarse a las nuevas situaciones que se suceden. En este proceso de envejecimiento del ser humano, se producen una serie de cambios fisiológicos que lo hacen más vulnerables a ciertas enfermedades, sin embargo se ha demostrado científicamente que la incorporación de unos hábitos de vida saludables tiene efectos positivos sobre la salud, tanto desde la óptica de la prevención como por la disminución del proceso evolutivo de algunas enfermedades ya instauradas.

El deseo de cualquier persona es envejecer con éxito, sin enfermedades y con una vida social activa.

Para ello se propone el fomento de la actividad física mediante programas adaptados y personalizados como Programas de intervención terapéutica, Programas de atención sanitaria, Programas de intervención con familias y de intervención ambiental, con ejercicios que estimulen las funciones cognitivas y fomenten hábitos de educación sanitaria que estén dirigidos a cuidar los sentidos aumentando con todo ello las posibilidades de mejorar el proceso de envejecimiento. dentro de cada uno de los programas mencionados se desarrollarían de forma individual referente a los aspectos a trabajar así como terapias funcionales, cognitivas, psicoafectivas, socializadoras, programas de alimentación, aseo e higiene control de esfínteres prevención de caídas, servicio de información y orientación para la familia, grupos de autoayuda, psicoeducativos, etc.

Es importante que el envejecimiento se afronte con actitudes positivas y abiertas, buscando así la máxima información y apoyo profesional para

» **Bibliografía.**

Documentos políticos. Consejería de asuntos sociales. Documentos técnicos. Programas de intervención.

Dirección general de atención a mayores, discapacitados y personas dependientes.

sistemas de apoyos formales para mayores y coordinación interinstitucional.

Envejecimiento - Organización Mundial de la Salud