

# PREVENCIÓN DEL CANSANCIO DEL ROL DE CUIDADOR EN ENFERMOS CON DEMENCIA

Autoras: **Fernández Díaz, N., López Antúnez, S.E., López Alcoholado, R.**  
Hospital Universitario Virgen de la Victoria. Área de Hospitalización. Málaga.

## Introducción

La **demencia** es un problema cada vez más frecuente debido al envejecimiento de la población al que estamos sometidos en nuestro contexto sociohistórico.

Estos pacientes requieren unos cuidados de larga duración e intensidad que normalmente son ofrecidos por un miembro de la familia, el **cuidador principal**, el cual está sometido a una gran presión física y emocional que puede originar problemas biopsicosociales, con la posterior aparición del **cansancio del rol del cuidador**. En la actualidad, el cuidador principal es una figura relegada a un segundo plano, hasta que empieza a manifestar síntomas de deterioro en su estado de salud que repercute directamente sobre el bienestar del enfermo con demencia. Por ello, es necesario elaborar un plan de cuidados dirigidos a la **prevención del Síndrome del Cuidador**, basándonos en NANDA, NOC y NIC

## Palabras clave

Cuidador principal, Demencia, Cansancio del Rol de Cuidador, Prevención

## Objetivos

- Establecer una relación terapéutica entre el cuidador principal y la enfermera para la prevención del cansancio del rol del cuidador.
- Capacitar al cuidador principal para brindar unos cuidados de calidad y asumir la progresión de la dependencia del receptor de los cuidados

## Metodología

- Desarrollo de un plan de cuidados siguiendo la taxonomía NANDA, NOC, NIC, en el que se ofrecerá la atención de enfermería a través de: consulta de Enfermería, sesiones de formación en grupos y visitas domiciliarias.

## **DdE: RIESGO DE CANSANCIO DEL ROL DE CUIDADOR 00062**

### **FACTORES DE RIESGO**

Relacionados con el cuidador

- El cuidador no está preparado desde la perspectiva de su desarrollo para asumir ese papel
- Falta de experiencia en brindar cuidados
- El cuidador desempeña roles que entran en competencia

Relacionados con la salud de la persona dependiente

- Curso imprevisible de la enfermedad o inestabilidad de la salud del receptor de cuidados
- Problemas psicológicos o cognitivos del receptor de los cuidados
- Cuidados numerosos o complejos

### **NOC:**

- BIENESTAR DEL CUIDADOR FAMILIAR 2508

### **NIC:**

- APOYO AL CUIDADOR PRINCIPAL 7040
- FOMENTO DE LA IMPLICACIÓN FAMILIAR 7110
- EDUCACIÓN SANITARIA 5510

### **CONSULTA DE ENFERMERÍA**

- Determinar la aceptación del cuidador de su papel y nivel de conocimientos
- Apreciar los recursos físicos, emocionales y educativos del cuidador principal
- Proporcionar ayuda sanitaria de seguimiento al cuidador, mediante llamadas telefónicas y/o cuidados de enfermería comunitaria.
- Ayudar al cuidador principal a conseguir el material para proporcionar los cuidados necesarios

### **VISITA DOMICILIARIA**

- Identificar la capacidad de los miembros de la familia para implicarse en el cuidado del paciente
- Observar la estructura familiar y sus roles
- Determinar el nivel de dependencia respecto de la familia que tiene el paciente, si procede a la edad o a la enfermedad

### **SESIONES DE FORMACIÓN EN GRUPO**

- Informar al cuidador sobre recursos de cuidados sanitarios y comunitarios
- Enseñar al cuidador estrategias de mantenimiento de cuidados sanitarios para sostener la propia salud física y mental y técnicas del manejo del estrés
- Utilizar demostraciones, participación de alumnos y manipulación de los materiales al enseñar las técnicas psicomotoras
- Promover una red social de cuidadores

## **Conclusiones**

Una estrategia adecuada de prevención del cansancio del rol del cuidador debe incluir actividades dirigidas a:

- Aumentar el nivel de conocimientos y habilidades en el cuidador principal
- Proporcionar los recursos socio sanitarios necesarios para llevar a cabo los cuidados del enfermo dependiente
- Fomentar el autocuidado en el cuidador principal.

## **Bibliografía**

- Alonso BA, Garrido BA, Díaz PA, Casquero RR, Riera PM. Perfil y sobrecarga de los cuidadores de pacientes con demencia incluidos en el programa ALOIS. Aten Primaria 2004;33(2):61-8.
- Martínez CF Necesidades de aprendizaje del cuidador principal para el tratamiento del anciano con demencia tipo Alzheimer. Rev Cubana Enfermería 2009; 25(3-4)
- Un cuidador. Dos vidas. Programa de Atención a la Dependencia. Apoyo al cuidador familiar. Barcelona: Obra Social Fundación La Caixa; 2008. 1: 131-203