

V CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA CIUDAD DE GRANADA

"Evidencia científica en la Seguridad del Paciente: Asistencia sanitaria de calidad y promoción de salud"

INTERVENCIONES PARA CUIDADORES FAMILIARES DE PERSONAS DEPENDIENTES. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

Autor principal MARÍA POVEDANO JIMÉNEZ

CoAutor 1

CoAutor 2

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

Palabras clave CUIDADORES ESTUDIOS DE INTERVENCIÓN DEPENDENCIA ENFERMERÍA

» **RESUMEN.** Se recomienda utilizar estructura IMRAD (Introduction, Methods and Materials, Results, and Discussion — introducción, materiales y métodos, resultados y discusión)

Introducción: La gran mayoría de las personas en proceso de dependencia reciben apoyo del Cuidador Principal. Éste proporciona la mayor parte de la atención diaria al paciente, o permite seguir viviendo en su ámbito familiar, de forma cómoda y segura. Muchos estudios revelan la elevada intensidad que supone cuidar a una persona dependiente, incidiendo negativamente en la calidad de vida del cuidador. Los profesionales de la salud realizan intervenciones que proporcionan conocimientos y ayudan a la adquisición de habilidades de los cuidadores. El propósito de este estudio fue realizar una revisión sistemática de la eficacia y viabilidad de los programas e intervenciones de soporte dirigidas a cuidadores informales de personas dependientes. **Materiales y métodos:** Se trata de una revisión bibliográfica de lo publicado desde el año 2004 en las bases de datos de Ciencias de la Salud sobre intervenciones para cuidadores informales. **Resultados:** Muchos de los estudios consideran que las intervenciones activas son el medio más eficaz para reducir el estrés percibido en los cuidadores. **Discusión:** Las conclusiones finales sobre la eficacia de las intervenciones para promover la calidad de vida del cuidador informal revisadas son insuficientes, por ello se requieren futuros

» **ANTECEDENTES / OBJETIVOS.** Se identifica los antecedentes del tema, relevancia del mismo, referencias actualizadas, experiencias válidas fundamentadas, que centre el trabajo, justifique su interés, enuncie las hipótesis y/o los objetivos del trabajo.

Los grandes avances técnicos y farmacológicos ocurridos en las últimas décadas, han permitido incrementar la esperanza de vida produciendo un envejecimiento progresivo de la población. En España hay un índice de envejecimiento del 17% y se sospecha que el 37% de la población total para el año 2049 superará los 60 años de edad. El aumento de la tasa de supervivencia de las patologías crónicas y degenerativas conlleva a la aparición de la dependencia y mayor necesidad de atención y servicios de salud (1). Según los datos de la Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y situaciones de Dependencia (EDAD 2008), 2.088.140 personas reciben ayuda para realizar alguna de las actividades básicas de la vida diaria, de las que un 19% representa a la población mayor. Entre el grupo de personas mayores, presentan discapacidad un 32,2%, y de 85 y más años, un 63,6%.

Actualmente, el proceso de dependencia se considera un fenómeno muy importante en el que las personas cuidadoras representan un papel fundamental. Se deben distinguir los dos tipos de cuidados: formal e informal o familiar. El cuidado formal se define como el servicio prestado por todas aquellas personas que prestan asistencia y cuidados, dependientes de organismos públicos o privados, con o sin ánimo de lucro, y por personas organizadas en voluntariado, a través de sus planes, programas y servicios sociales, para cubrir las necesidades de los enfermos en la realización de todas las actividades de la vida diaria. Mientras que el cuidado informal es el prestado de forma altruista y gratuita a las personas que presentan algún grado de discapacidad o dependencia, fundamentalmente por sus familiares y allegados, aunque también puede ser proporcionado por otros agentes y redes distintos de los servicios formalizados de atención (2).

La gran mayoría de las personas en proceso de dependencia (80-88%) reciben apoyo familiar o informal, pues en el contexto familiar es donde comienza a manifestarse la enfermedad y donde se ofrecen los cuidados. Dichos cuidados suelen recaer en un único miembro de la familia a quien se le identifica como Cuidador Principal (CP). Éste proporciona la mayor parte de la atención diaria al paciente, o permite seguir viviendo en su ámbito familiar, de forma cómoda y segura. El CP suele ser mujer de entre 45 a 55 años, con bajo nivel educativo, dedica una media de 4 horas diarias, sin descansar ni recibir apenas apoyo institucional (1).

Muchos estudios revelan la elevada intensidad que supone cuidar a una persona dependiente, incidiendo negativamente en la calidad de vida del cuidador (3). Algunos autores lo definen como Síndrome del cuidador en el que se pone en relieve un conjunto de manifestaciones físicas (cefaleas, alteraciones del sueño, dolores osteoarticulares, etc.), psíquicas (estrés, ansiedad, irritabilidad...), alteraciones sociales (aislamiento, abandono, soledad...) y problemas laborales (absentismo, bajo rendimiento, pérdida del puesto de trabajo). Un estudio sobre la salud de los cuidadores informó que estos refirieron menos efectos sobre la salud física que sobre la psicológica, y que los problemas de salud del cuidador están más relacionados con la conducta del enfermo que con el grado de dependencia y de los cuidados suministrados.

La ayuda prestada por los profesionales sanitarios y/o sociales, se considera imprescindible para evitar la sobrecarga que genera el cuidado continuado y favorecer la permanencia del enfermo dependiente en su entorno. (4)

Desde los servicios formales, los profesionales de la salud realizan diversos programas e intervenciones, individuales o grupales, que proporcionan conocimientos y ayudan a la adquisición de habilidades para facilitar la adaptación tanto de los pacientes como la de sus cuidadores. Las enfermeras están capacitadas, por sus conocimientos y su preparación, y son cada vez más conscientes de su función como docente por la American Nurses Association Standards of Nursing Practice, considerándose una función independiente de la práctica y responsabilidad primordial de las mismas. En EE.UU. son muchos programas psicosociales los que se han demostrado un gran potencial en la mejora del estado de ánimo del cuidador, de su calidad de vida, y retraso en la institucionalización de la persona a quien cuida (5).

» **DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA- MATERIAL Y MÉTODO.** Debe estar claro y conciso. Definición necesidades o problemas. Población identificada. Contexto de recogida información. Método de selección. Definición tipo de estudio. Detalle del análisis.

Los objetivos de este estudio son:

- Realizar una revisión sistemática de la eficacia y viabilidad de los programas e intervenciones de soporte dirigidas a cuidadores informales de personas dependientes.

- Conocer qué tipo de investigaciones se han realizado y examinar las principales características y la confluencia de sus resultados.

Se trata de una revisión bibliográfica de lo publicado en las bases de datos de Ciencias de la Salud sobre intervenciones para cuidadores informales de personas dependientes. La búsqueda se realizó consultando los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y en el Medical Subjects Headings (MeSH). En DeCS encontramos todos los términos. En MeSH encontramos para Cuidadores el descriptor Caregivers, para Estudios de intervención el descriptor Intervention Studies, para Dependencia se encontró Dependency (Psichology) y para Enfermería, Nursing. Las bases de datos utilizadas para la búsqueda bibliográfica fueron: Medline, IBECs y Dialnet. Se limitó la búsqueda de documentos publicados entre el año 2000 hasta la actualidad y excluyendo los anteriores.

» **RESULTADOS Y DISCUSIÓN. Descripción resultados en función objetivos. Análisis coherente. Debe contrastar los objetivos iniciales del estudio con los datos obtenidos, establece las limitaciones, las conclusiones emergen de la discusión y dan respuesta a los objetivos del estudio.**

De la búsqueda inicial, en las bases de datos Medline, IBECs y Dialnet se seleccionaron 30 estudios por ser intervenciones a cuidadores informales de personas dependientes.

En la base de datos Dialnet, se eligió una búsqueda con palabras clave que se encontrasen en el resumen.

Tras la revisión bibliográfica realizada, se descubre que existe escasez de estudios relacionados con intervenciones de apoyo a cuidadores informales de personas dependientes en las bases de datos de Ciencias de la Salud. Un 13% fueron programas e intervenciones de apoyo a los cuidadores familiares y el resto revisiones sistemáticas y estudios descriptivo-observacionales. Es importante señalar el creciente interés por la problemática de los cuidadores informales, sobre todo a partir del 2008, sin embargo los profesionales de enfermería destacan en la realización de la mayoría de las intervenciones de apoyo a los cuidadores informales. La mayor parte de los estudios han sido realizados en Estados Unidos y Europa. Generalmente, las intervenciones se centran en cuidadores de personas con demencia, ancianos y patologías degenerativas invalidantes.

En otro estudio de Franco, C. et al. publicado por la base de datos IBECs en 2010, explica que las intervenciones realizadas con cuidadores de enfermos con Alzheimer suelen ser efectivas, pero sus efectos se diluyen con el tiempo por lo que se hace necesario estrategias de seguimiento que permitan conservar los efectos beneficiosos de las intervenciones.

Nuestros hallazgos concuerdan con el estudio de Etxeberria Arritxabal, I. et al., de la Revista Española de Geriátrica y Gerontología, cuando argumenta que dotar de estrategias y habilidades de regulación emocional a los cuidadores puede tener efectos positivos en su bienestar emocional y psicológico.

Muchos de los estudios consideran que las intervenciones psicoterapéuticas son el medio para reducir el estrés percibido en los cuidadores. (3,4,5).

En cuanto a la convergencia de resultados de los artículos, compartimos las conclusiones de Úbeda Bonet, I. (2), cuando manifiesta que la efectividad de las intervenciones de apoyo a los cuidadores, está asociada a la organización y desarrollo presente y futuro de los servicios sociales y sanitarios.

La utilidad y eficacia de las intervenciones para cuidadores es incuestionable, pero aún no está bien demostrada.

» **APORTACIÓN DEL TRABAJO A LA SEGURIDAD DEL PACIENTE.**

Son variadas las intervenciones propuestas para mejorar la calidad de vida del cuidador informal de personas dependientes, pero las conclusiones finales sobre la eficacia son insuficientes, por ello se requieren estudios a grandes escalas para poder extrapolar los resultados, y comprobar si realmente son efectivos.

Entendemos que para cuidar al cuidador familiar es necesario el trabajo de profesionales de la salud como las enfermeras de atención domiciliaria, sin embargo, tras la revisión bibliográfica realizada, se descubre que hay pocos estudios que incluyan la capacitación de estos profesionales para que puedan responder a situaciones de cuidado complejas que de forma frecuente ocurren en este contexto.

Los cuidadores informales deberían reclamar la necesidad de respaldo por parte de los servicios formales, así como el fomento de políticas

» **PROPUESTAS DE LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN.**

Resulta de gran importancia la reflexión de los profesionales de la salud sobre las intervenciones de apoyo que se ha llevado a cabo para los cuidadores informales, el acceso de éstos a mejores estrategias colaboran con la prevención de las consecuencias negativas que tiene el cuidar a una persona dependiente y, por tanto, mejorar su calidad de vida.

Quedan abiertos una serie de interrogantes que pueden servir para plantear futuros problemas a investigar.

En la mayoría de los estudios no se analizan los posibles beneficios a largo plazo tras la intervención de apoyo a los cuidadores, tampoco se analizan variables clínicas del paciente que puedan influir en la sobrecarga del cuidador.

La posición excepcional de la enfermera de Atención Primaria ayuda a incorporar un mayor número de intervenciones de ayuda al cuidador familiar para próximas investigaciones, en el que se incluyan marco teórico y objetivos claros, así como realizar seguimientos más extensos tras

» **BIBLIOGRAFÍA.**

1. Rico Blázquez, M.; Escortell Mayor, E.; Del Cura González, I.; Sanz Cuesta, T.; Gallego Berciano, P. et al. CuidaCare: effectiveness of a nursing intervention on the quality of lifes caregiver: cluster-randomized clinical trial. BMC Nursing. 2014; 13 (2). URL en: <http://www.biomedcentral.com/1472-6955/13/2>
2. Úbeda Bonet, I. Calidad de vida de los cuidadores familiares: Evaluación mediante un cuestionario. [Tesis]. Escuela de Enfermería de la Universidad de Barcelona, 2009.
3. Villavicencio Chávez, C.; Ferrer Benages, N.; Hernandez Gutierrez, M.A.; Terrade Bosch, J.; Garberi Vila, I. y Gonzalez Soria, C. Satisfacción de los cuidadores principales con el programa de atención domiciliaria equipo de soporte del Instituto de Atención Geriátrica y Sociosanitaria. Medicina Paliativa. 2012;19(3):105-112
4. Broughton, M.; Smith, E.R.; Baker, R.; Angwin, A.J.; Pachana, N.A.; Copland, D.A.; Humphreys, M.S.; Gallois, C. Evaluation of a caregiver education program to support memory and communication in dementia: A controlled pretestposttest study with nursing home staff. International Journal of Nursing Studies. 2011; 48: 14361444.
5. Gerard J. Byrne e, Helen J. Chenery fFerré Grau, C; Sevilla Casado, M; Boqué Cavallé, M; Aparicio Casals, M.R.; Valdivieso López, A y Lleixà