

CONSEJERÍA DE IGUALDAD,

SALUDY POLÍTICAS SOCIALES "DECUBRIENDO ACTIVOS SANITARIOS:

TALLER DE CUIDADORAS EN LA UGC DE MARCHENA"

Morente Navajas, MaDolores (Fisioterapeuta de la UGC Marchena)

Recio Campos, María Carmen (Enfermera Gestora de Casos Comunitaria de la UGC de Marchena)

Introducción:

El cuidado de personas con enfermedades crónicas discapacitantes es asumido principalmente por mujeres de su entorno familiar.

La sobrecarga, tanto física como psíquica y social, que padecen dichas cuidadoras hace que su salud se vea comprometida. Además, la falta de habilidades para el manejo del paciente y la falta de autocuidado de las personas cuidadoras, conlleva riesgos para la seguridad de ambos. Por ello es importante tener en cuenta el compromiso 3º que recoge el IV Plan Andaluz deSsalud, dentro del mapa de activos del tercer nivel, que

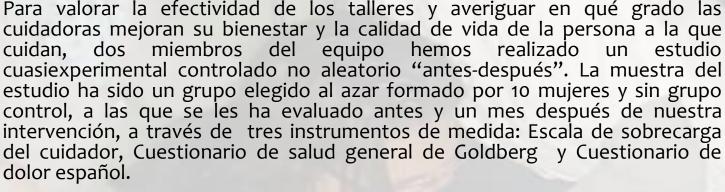
es "el recurso sanitario existente en la población".

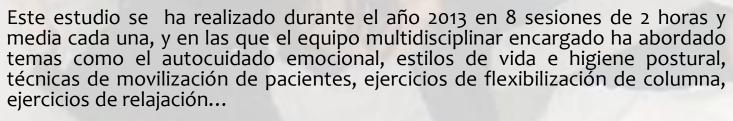
Entre los recursos, dentro del mapa de activos en la UGC de Marchena, contamos con talleres de cuidadoras y cuidadores, donde nos planteamos los siguientes objetivos: Formar a cuidadoras y cuidadores, para que desarrollen habilidades y estrategias que mejoren su autocuidado; y mejorar la seguridad de los pacientes discapacitados a través de las habilidades desarrolladas por sus cuidadores.



Metodología:

Los talleres se llevan a cabo en grupos de 10 cuidadores, seleccionados a través del censo de la UGC de Marchena y de la Asociación de Familiares de Alzheimer de Marchena.



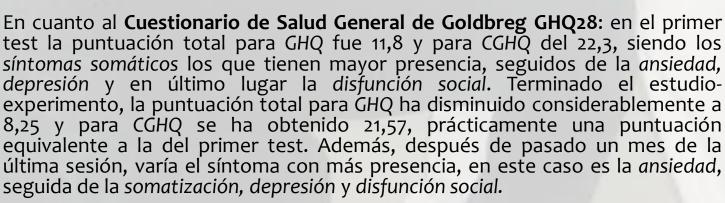


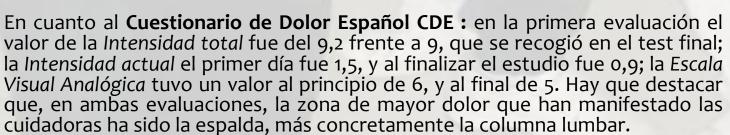


Resultados

Tras la recogida de datos de los tres test, se puede evidenciar que:

En cuanto a la **Escala de sobrecarga del cuidador**: en el primer test, el 70% ha presentado sobrecarga intensa y un 30 % sobrecarga leve. Al finalizar los talleres, se ha mantenido un 70% de cuidadoras que presentan sobrecarga intensa, pero el porcentaje de sobrecarga leve ha disminuido a un 20%, y ha aparecido ún 10% que ha manifestado no tener en ese momento sobrecarga alguna.













Conclusiones

- 1.- Existe una estrecha relación entre la sobrecarga y el deterioro en el estado de salud de las cuidadoras.
- 2.- Con una formación y un entrenamiento adecuado para las actividades que realizan, las cuidadoras pueden llegar a mejorar su percepción de salud física y psíquica, y con ello, la del paciente al que cuidan.
- 3.- Según manifiestan las cuidadoras, es necesario adaptar nuestras intervenciones a las características y necesidades específicas de cada una de ellas, así como mantener los talleres de forma periódica, ya que refieren tener una mejora en su salud y en la de la persona a la que cuidan.

<u>Bibliografía</u>

- Torres Egea, Pilar; Ballesteros Pérez, Esperanza; Sánchez Castillo, Pablo David y Gejo Bartolomé, Adela. Programas, intervenciones y redes informales en salud. Nursing; 2008; vol.26, N°6.
- Núñez Castillo, Gloria; Cerón Serrano, Alicia. Proyecto de trabajo grupal con mujeres cuidadoras principales informales de familiares mayores dependientes. Cuadernos de Trabajo Social;2001,
- Villarejo Aguilar, L; Zamora Peña, MA; Casado Ponce, G. Sobrecarga y dolor percibido en cuidadoras de ancianos dependientes. Enfermería Global; 2012, 27: 159-165.