

Boletín

ISSN: 2745-2255
(En línea)

Red CroniFam

"A la vanguardia del cuidado en cronicidad"

CONTENIDO

Retos y Oportunidades en el Cuidado:
Enfermería Aeroespacial **3**
Buitrago Ubaque LP.

Presentación de CroniSem: Semillero de
innovación social **10**
López León AD

Intervenciones de Enfermería para el
desarrollo de las fortalezas psicológicas
en cuidadores familiares. **15**
Ferniza Graciano E., Cortes Montelongo DB.



2023



Boletín Red CroniFam

"A la vanguardia del cuidado en cronicidad"

Este boletín es una publicación seriada de la Red Latinoamericana de Cuidado al Paciente Crónico y la Familia - Red CroniFam. Recopila la producción de la Red en aspectos de docencia, investigación y extensión. Su objetivo es la transferencia de información a la comunidad científica y a la sociedad en general acerca de las tendencias, avances e innovaciones en el cuidado a la persona con enfermedad crónica y su familia, en especial, el cuidador familiar.

Del ejemplar:

Junio - 2023, Vol. 3, No. 1, Pags. 20 - Periodicidad: Semestral

ISSN:

2745-2255 (En línea)

Publicación oficial de:

- Red Latinoamericana de Cuidado al Paciente Crónico y la Familia - Red CroniFam.

Editoras:

- Sonia Patricia Carreño Moreno., PhD. Universidad Nacional de Colombia.
- Lorena Chaparro Díaz., PhD. Universidad Nacional de Colombia.

Comité editorial:

- María Stella Campos de Aldana., MSN. Universidad de Santander.
- Clara Rocío Galvis López., MSN. Universidad de los Llanos.
- Cristian David Cifuentes Tinjaca., SN. Universidad de los Llanos.
- María Victoria Rojas. MSN., Universidad de Cundinamarca.
- Madeleine Cecilia Olivella Fernández., MSN. Universidad del Tolima.
- Monica Muñoz Cardona., MSN. Corporación Universitaria Adventista, INCODOL.
- Sandra Milena Hernández Zambrano., PhD. Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud.
- Olga Marina Vega Angarita., PhD. Universidad Francisco de Paula Santander.
- María Mercedes Ramírez Ordoñez., MSN. Universidad Francisco de Paula Santander.

Edición, diseño y diagramación:

- David Santiago Poveda., SN. Universidad Nacional de Colombia.
- Cristian David Cifuentes Tinjaca., RN,BSN,MSN(s). Universidad de los Llanos.

Contacto y redes sociales:

✉ gcronico_febog@unal.edu.co

🐦 [@GC_Febog](https://twitter.com/GC_Febog)

📘 [/CuidandoAlosCuidadores](https://www.facebook.com/CuidandoAlosCuidadores)

📺 [/Cuidando a los Cuidadores](https://www.youtube.com/channel/UC...)

📷 [@cuidadoresunal](https://www.instagram.com/cuidadoresunal)

🌐 gcronico.unal.edu.co

Artículo de experiencia

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial

Lina Paola Buitrago Ubaque ¹

Información de autores:

1. Miembro Grupo de Investigación Cuidado de Enfermería al Paciente Crónico.
Miembro Grupo de Investigación de Ciencias Planetarias (Titán) y Astrobiología - GCPA UN.
Asistente - Bioastronautics Journal Club - Johns Hopkins University.
Miembro Sigma Theta Tau International.
Miembro Red CroniFam.

INTRODUCCIÓN

La habilidad inherente de los seres humanos para el pensamiento, el razonamiento y la adquisición de conocimientos los distingue de otras especies animales y desempeñó un papel fundamental en su evolución, llevándolos desde antiguos homínidos hasta los sapiens, seres de sabiduría. A través de los tiempos, la incesante búsqueda de conocimiento ha estado invariablemente motivada por la curiosidad y el afán de comprender el entorno que nos rodea. Siguiendo las palabras de Pascal, la curiosidad impulsa nuestras vidas, y conforme avanzan las tecnologías de viaje, nos aventuramos en la exploración de territorios inexplorados y nos enfrentamos a desafíos físicos y fisiológicos nunca antes imaginados.

La medicina aeroespacial y la enfermería espacial desempeñan un papel importante en la comprensión y gestión de la adaptación del cuerpo humano a entornos extremos, especialmente ahora que la exploración espacial del espacio y la posibilidad de viaje están en el horizonte. La ciencia de la salud espacial es esencial para la atención integral de los astronautas en misiones espaciales y sigue siendo un pilar de nuestra continua evolución y exploración de lo desconocido.

La enfermería es una profesión de vital importancia en la sociedad actual, desempeñando un papel fundamental en la promoción de la salud y el bienestar de las personas. Las enfermeras realizan una amplia variedad de tareas y funciones en diversas especialidades, brindando atención esencial a los pacientes. Además de su labor directa en el cuidado de la salud, las enfermeras también actúan como defensoras de sus pacientes, asegurándose de que se satisfagan sus necesidades y escuchando sus preocupaciones. No solo limitan su influencia al entorno clínico, sino que también desempeñan un papel esencial en la promoción de la salud pública a través de la educación y la divulgación. Con su amplio conocimiento y

Cómo citar:

Buitrago Ubaque LP. Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial. *Boletín Red CroniFam*. Jun, 2023; 3(1): 3-9.

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial

habilidades las enfermeras son pilares fundamentales en el sistema de atención médica, y su contribución tiene un impacto significativo tanto en las comunidades como en las personas que atienden.

La historia de la enfermería tiene sus raíces en tiempos antiguos, cuando la atención a los enfermos recaía principalmente en familiares o instituciones religiosas. No obstante, la enfermería moderna como profesión comenzó a tomar forma durante la guerra de Crimea en la década de 1850, bajo el liderazgo destacado de Florence Nightingale. A lo largo de los años, la profesión de enfermería ha evolucionado de manera significativa, asumiendo responsabilidades cada vez más complejas y desempeñando un papel esencial en los equipos de atención médica. En la actualidad, la enfermería es una profesión altamente respetada, con millones de enfermeras trabajando en diversos entornos y contribuyendo de manera significativa a la prestación de servicios de salud en todo el mundo.

Con el avance constante de la tecnología médica, los profesionales se ven ante la necesidad de mantenerse actualizados y adquirir nuevas habilidades. A pesar de estos desafíos, su papel en la atención de la salud sigue siendo esencial. Con una actitud de aprendizaje continuo y una apasionada dedicación a ayudar a los demás, los enfermeros pueden abordar con éxito estos retos y seguir teniendo un impacto positivo en la vida de quienes reciben su cuidado.

Historia y contexto aeroespacial

La exploración espacial, en particular, ha capturado la imaginación del mundo con hitos como el lanzamiento del Sputnik y la primera cosmonauta, Valentina Tereshkova. En el siglo XXI, la ciencia se centra en comprender las condiciones del espacio y la atmósfera para desarrollar sistemas que permitan la aptitud fisiológica humana en entornos de microgravedad. Estos avances han llevado a la creación de tecnologías que impactan nuestra vida diaria, como la navegación por satélite y las comunicaciones instantáneas. Además, dieron lugar a la creación de estaciones espaciales como

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial

la Estación Espacial Internacional, donde se estudia la adaptación del cuerpo humano a entornos hostiles.

En el contexto del vuelo espacial y la microgravedad, se producen importantes cambios fisiológicos en el organismo de los astronautas, incluyendo adaptación a nivel multisistémico. Estos cambios se ven agravados por la exposición a la radiación y otros riesgos espaciales, lo que afecta la salud de los astronautas incluso después de regresar a la Tierra. Entre los efectos más destacados se encuentran la redistribución de líquidos corporales hacia la bóveda craneal, afectación neurológica como cefaleas y desorientación espacial, y repercusiones en el sistema vestibular y somatosensorial que afectan la coordinación y el bienestar general de los astronautas. La microgravedad también puede influir en el desempeño cognitivo y los neurotransmisores cerebrales de los astronautas, lo que puede implicar preocupaciones adicionales para las misiones espaciales.

Desde el inicio del vuelo espacial, con la resistencia a la aceleración y la redistribución de líquidos hacia la parte superior del organismo, hasta la exposición prolongada que resulta en la pérdida de masa muscular y densidad ósea, así como en debilitamiento del sistema inmunológico, son efectos que plantean desafíos considerables para la salud de los astronautas. La adaptación cardiovascular incluye cambios en la frecuencia cardíaca y la presión arterial, mientras que el sistema inmunológico se ve comprometido, lo que aumenta la vulnerabilidad a infecciones. Además, la pérdida de masa muscular y densidad ósea afecta la movilidad y la fuerza muscular, y la necesidad de realizar ejercicios físicos a bordo es crucial para mitigar estos efectos.

Dado todos los riesgos potenciales, la fisiología aeroespacial debe de ser tratada como un campo especializado que se centra en proporcionar cuidados médicos a personas en vuelo, principalmente en la industria aeronáutica y aeroespacial. La historia de la enfermería aeroespacial se remonta a la Segunda Guerra Mundial, cuando las enfermeras militares de vuelo se encargaban de prestar atención médica a los soldados

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial



heridos durante el transporte aéreo. Con el paso de los años, el papel de la enfermería aeroespacial ha evolucionado y ahora las enfermeras prestan una serie de servicios, como evaluaciones sanitarias previas al vuelo, atención médica durante el vuelo y cuidados de seguimiento tras el vuelo. Este campo requiere una formación y unos conocimientos especializados, ya que los enfermeros aeroespaciales deben estar preparados para atender emergencias médicas y proporcionar cuidados en un entorno único y a menudo difícil.

Enfermería Aeroespacial

Actualmente representa un campo altamente especializado que se dedica a garantizar la salud y el bienestar de los astronautas en todas las etapas de sus misiones espaciales. Esta disciplina se diferencia de otras áreas de la atención médica en su enfoque holístico y humanista, que busca comprender y abordar los desafíos únicos que enfrentan los astronautas en entornos de ingravidez y microgravedad.

El proceso de atención de enfermería en el espacio se divide en tres fases fundamentales: la preparación previa al viaje espacial, la atención a bordo de la nave espacial y la atención posterior al regreso a la Tierra. Antes del lanzamiento, se lleva a cabo una evaluación exhaustiva de las capacidades físicas y psicológicas de los astronautas, junto con diagnósticos para determinar su aptitud para la misión. Durante la misión, las enfermeras monitorean constantemente los signos vitales, analizan datos clínicos y planifican intervenciones en caso de ser necesarias para abordar problemas de salud. Finalmente, tras el regreso a la Tierra, se evalúan los efectos de la exposición al espacio y se desarrollan planes de atención, especialmente en situaciones de afecciones crónicas.

La enfermería espacial ha desempeñado un papel fundamental en los programas espaciales desde sus inicios, con figuras pioneras como Dee O'Hara, quien fue la primera enfermera enfocada en los programas de la carrera espacial y brindó atención médica a astronautas durante misiones cruciales, como las de los programas Mercury, Gemini, Apollo y Skylab. Su legado estableció la

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial



enfermería aeroespacial como una parte integral y respetada de la medicina espacial, contribuyendo en gran medida a la seguridad y el éxito de las misiones espaciales. Además, en la actualidad, con el crecimiento de los viajes aéreos y espaciales, los enfermeros se han convertido en miembros esenciales de los equipos médicos aeroespaciales, prestando una variedad de servicios, desde respuesta a emergencias hasta cuidados rutinarios con una oportunidad de crecimiento hacia asentamientos futuros en donde se trabajarán en la prevención, promoción y seguimiento de la salud, todo ello respaldado por tecnología avanzada y avances médicos.

A pesar de los avances, la enfermería espacial enfrenta varios desafíos cruciales en el horizonte de las misiones espaciales futuras. Entre estos retos se encuentran los cambios fisiológicos que experimentan los astronautas en misiones de larga duración, como alteraciones en el ADN, carcinogénesis, afectación severa en el sistema musculoesquelético y afectación en el ritmo circadiano. También se debe abordar el apoyo médico efectivo durante misiones prolongadas, lo que implica la necesidad de equipos y suministros médicos compactos, confiables y de fácil uso, así como la capacidad de telemedicina para el diagnóstico y tratamiento a distancia. Además, la salud mental de los astronautas es crítica, ya que el aislamiento, el confinamiento y el estrés prolongado pueden afectar su bienestar psicológico. Esto crea situaciones que afectan el mantenimiento del rendimiento humano en condiciones extremas y demandantes, lo que es esencial a tratar para el éxito de las misiones espaciales, implica profesionales con capacidad de desarrollar estrategias efectivas en este sentido.

Desarrollo futuro del área:

El futuro de la exploración espacial promete avances emocionantes y desafíos únicos. Empresas como SpaceX y Blue Origin lideran el camino con cohetes reutilizables que hacen que los viajes espaciales sean más accesibles y rentables. Además, se vislumbran misiones interplanetarias a Marte y mayor afluencia del turismo

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial

espacial privado en un futuro cercano.

A medida que avanzamos, la inteligencia artificial y los sistemas autónomos jugarán un papel crucial en las misiones futuras. Esto abre un abanico de posibilidades para descubrimientos científicos, innovaciones tecnológicas y oportunidades comerciales en el espacio. Se espera que en el próximo siglo continúe la colaboración entre países y empresas privadas, impulsando tecnologías más seguras, accesibles y sostenibles para los viajes espaciales. La exploración espacial será un punto focal clave en los años venideros.

Uno de los próximos desafíos importantes será la colonización de satélites naturales y otros planetas en nuestro sistema solar, así como las largas estancias en estaciones espaciales internacionales. Aquí, las ciencias de la salud jugarán un papel crucial, no sólo para preservar la especie humana sino también para proporcionar atención médica en estos entornos extremos. Las enfermeras deben prepararse para abordar la complejidad de estas colonias espaciales, adaptándose a las necesidades cambiantes de la población y aprovechando la disponibilidad de equipos y suministros médicos. Es posible que los enfermeros se conviertan en los principales proveedores de atención médica, responsables de la salud y el bienestar de los colonos. A medida que la exploración espacial se expanda, el papel de la enfermería será aún más esencial para garantizar el éxito y la sostenibilidad de la presencia humana en el espacio.

En este contexto, los enfermeros tienen la oportunidad de desafiarse a sí mismos y expandir sus habilidades profesionales. Aventurarse en áreas nuevas y poco convencionales puede parecer desafiante, pero también es una vía para adquirir conocimientos valiosos, perspectivas frescas y crecimiento profesional. En un mundo de atención médica en constante cambio, la adaptabilidad y la apertura a nuevas oportunidades son fundamentales. Asumir nuevos desafíos puede mantener a los enfermeros a la vanguardia de la profesión y marcar una diferencia significativa en la vida de las personas.

Retos y Oportunidades en el Cuidado: Enfermería Aeroespacial

Por último, es importante destacar que la innovación es esencial en la atención médica y el ámbito académico. La constante exploración de nuevas ideas y métodos por parte de investigadores y profesionales de la salud conduce a mejores resultados para los pacientes, un mayor acceso a la atención médica y la reducción de los costos sanitarios. Además, la innovación académica en salud puede impulsar el desarrollo de tecnologías, medicamentos y dispositivos médicos revolucionarios. Por lo tanto, fomentar la innovación en el ámbito académico es esencial para mantener la atención médica a la vanguardia del progreso y garantizar la mejor atención posible para los pacientes en el presente y el futuro.

Referencias bibliográficas

1. ChAndrews, D., Aldridge, B. J., & Barnes, M. J. (2018). Aerospace nursing: A new frontier for nursing. *Journal of Nursing Education and Practice*, 8(9), 48-53.
2. Blue, R. S., & Whitman, M. V. (2015). Opportunities for nurses in aerospace: Part 1. *Aerospace Medicine and Human Performance*, 86(6), 579-585.
3. Blue, R. S., & Whitman, M. V. (2015). Opportunities for nurses in aerospace: Part 2. *Aerospace Medicine and Human Performance*, 86(7), 662-669.
4. Andrews, D., Aldridge, B. J., & Barnes, M. J. (2018). Aerospace nursing: A new frontier for nursing. *Journal of Nursing Education and Practice*, 8(9), 48-53.
5. Hall, R. W., & Walker, T. A. (2014). Aerospace nursing practice: A comprehensive review. *Aerospace Medicine and Human Performance*, 85(8), 737-746.
6. Lynd, K. (2018). The role of nurses in aerospace medicine. *Nursing Management*, 25(8), 26-30.
7. Querin, F. A., & Donner, E. J. (2015). Aerospace nursing: A comprehensive review of the current literature. *Journal of Emergency Nursing*, 41(1), 17-25.

Artículo de experiencia

Presentación de CroniSem: Semillero de innovación social

Angie Daniela López León ¹

Información de autores:

1. Candidata a Doctora en Enfermería; líder estudiante del Semillero de Investigación de Cuidado de Enfermería al Paciente Crónico - CroniSem

CroniSem es un semillero vinculado al grupo de investigación de Cuidado de Enfermería al Paciente Crónico de la facultad de Enfermería. Su objetivo se ha determinado en la formación de los estudiantes en la investigación a través de actividades de mentoría y liderazgo; actualmente cada uno de los miembros participa en diferentes proyectos que contribuyen al programa Cuidando a los Cuidadores® y a la Red Latinoamericana de Cuidado al paciente Crónico y la familia. Por otra parte, se han establecido convenios con la Universidad de Texas y la de Belfast con la intención de ampliar redes de aprendizaje e interacción con pares académicos. En esta edición del boletín de la Red CroniFam, presentamos algunos de los proyectos que los miembros del semillero han venido trabajando y que tuvieron la oportunidad de ser socializados durante en XI encuentro de la Red en la Universidad de Santander.

Red de apoyo social en el programa Cuidando a los Cuidadores®

En el programa Cuidando a los Cuidadores® del grupo de Cuidado de Enfermería al Paciente Crónico, se identificaron inquietudes constantes en los cuidadores participantes del nivel básico del programa, debido a esta situación se planteó la necesidad de desarrollar el Proyecto Piloto Cuidador Experto. Las inquietudes de los cuidadores ahondaban en la necesidad de mejorar su adopción al rol, esto se lograría en espacios individualizados que respondan a estas dudas con el fin de que el cuidador se adopte a su rol ya que dicha información se transforma en una herramienta valiosa para asegurar la meta principal del programa. Como estudiantes de enfermería e integrantes del semillero de Cuidado de Enfermería al Paciente Crónico - CroniSem, se hizo un apoyo fundamental a este proyecto cuyo objetivo

Cómo citar:

Cómo citar: López León AD.
Presentación de CroniSem:
Semillero de innovación social.
Boletín Red CroniFam. Jun, 2023;
3(1): 10-14.

Presentación de CroniSem: Semillero de innovación social



es consolidar una red de cuidado comunitario basada en la mentoría y el apoyo social entre cuidadores expertos y cuidadores de nivel básico con el propósito de favorecer su adopción del rol. Este es un ejercicio piloto, en el cual se evalúa la viabilidad y aceptabilidad del mismo dentro del programa. El proyecto está organizado en 6 fases. Fase 1 de planeación y diseño del proyecto; fase 2 de sesiones de integración colectiva; fase 3 de necesidades; fase 4 de configuración del grupo de cuidadores expertos; fase 5 de vinculación, y fase 6 de evaluación. Los resultados esperados se vinculan con los 4 indicadores del proyecto: 35 cuidadores de nivel básico apoyados; 75% de los cuidadores nivel básico refieren sentirse totalmente satisfechos con la ayuda ofrecida por el cuidador experto; 50 intervenciones realizadas en apoyo emocional, manejo del duelo y apoyo en el cuidado paliativo y un tiempo promedio de 50 min por intervención. En conclusión, es relevante plantear estrategias que fortalezcan la adopción del rol a través de la mentoría y el apoyo social, ya que promueve la formación de cuidadores hábiles que son capaces de responder satisfactoriamente a las demandas de cuidado.

Adopción del rol del cuidador familiar de la persona con enfermedad crónica basado en la comunidad un proyecto Jóvenes Talento

Los cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica se ven enfrentados a cambios de orden individual, familiar y social, lo que afecta su calidad de vida y sean expuestos a prácticas saludables y no saludables. Enfermería cuenta con desarrollos conceptuales en la adopción del rol del cuidador familiar, viéndolo como un sujeto activo alrededor de las personas en cronicidad. Por lo anterior, se requieren de estrategias de innovación, como la apropiación social del conocimiento (ASC) para transferir dicho desarrollo. Teniendo en cuenta este tipo de estrategias y la necesidad de transferir el conocimiento generado en la línea de adopción de rol del cuidador de la persona con enfermedad crónica, se contempló la estrategia de ASC con enfoque de investigación participativa basada en la comunidad;

Presentación de CroniSem: Semillero de innovación social

proyecto desarrollado en el marco de los Jóvenes Talento MinCiencias 2021. . Para llevar a cabo este proyecto se contemplaron las siguientes fases: revisión y actualización de literatura científica, identificación de actores, diagnóstico situacional, planeación y desarrollo de la estrategia, y control y seguimiento; en Bogotá y Cajicá, con cuidadores familiares de personas con condiciones crónicas.

Como resultado de la implementación de esta estrategia, se confirmó la necesidad de dinamizar las redes a través de estrategias de ASC. Se realizaron grupos focales en donde se priorizaron 21 temáticas que fueron abordadas conjuntamente entre los cuidadores y los jóvenes talento. Aplicación del pre y postest del instrumento Rol en donde se evidenció un aumento en la adopción del rol. En conclusión, se evidenció que la ASC puede ser aplicada en diferentes contextos y poblaciones con el objetivo de propiciar espacios de discusión y aprendizaje continuo. Se evidenció una constante retroalimentación bidireccional entre los jóvenes talento y los cuidadores participantes; contribuyendo a la generación de conocimiento teniendo como fundamentos la evidencia científica.

Alianza Universidad Nacional de Colombia – Universidad de Texas: Un enfoque de investigación internacional

La Universidad Nacional de Colombia por medio del semillero de investigación en el cuidado del paciente con enfermedades crónicas "CroniSem", crea una alianza con la Universidad de Texas (The University of Texas Health Science Center at San Antonio); con el fin de fortalecer la apropiación del conocimiento partiendo de un enfoque de investigación e innovación con base en la actualización de conceptos en salud, esto bajo el trabajo conjunto de 7 universidades de diferente procedencia a lo largo del mundo donde se han juntado esfuerzos para identificar y abordar problemáticas de salud en la actualidad.

Para este proyecto ha sido fundamental el trabajo continuo en la identificación de características y factores

Presentación de CroniSem: Semillero de innovación social

sociales, culturales, políticos, etc; que aborden la salud bajo una visualización integral con respecto al contexto de los países participantes ya que trabajar en este proyecto ha permitido al semillero CroniSem iniciar con investigaciones de talla internacional y con un trabajo intercultural fortaleciendo las capacidades investigativas de los y las estudiantes ofreciendo gran variedad de oportunidades para intervenir de forma continua en la salud de los colombianos.

Cuidado a los cuidadores: aprendizajes compartidos Belfast – Colombia

El cáncer impacta en la calidad de vida del individuo, de forma que exige al paciente y su familia, especialmente al cuidador principal, un esfuerzo importante para lograr la adaptación a esta nueva situación. Por consiguiente, asumir el rol de cuidador principal requiere del desarrollo de habilidades que logren cubrir las necesidades de cuidado del paciente con cáncer.

Bajo este panorama, las enfermeras de la Queen's University of Belfast desarrollaron un recurso web denominado Cancer Caring Coping (CCC), el cual brinda orientación para el afrontamiento del cáncer a través de las historias y experiencias de otros cuidadores que proporcionan consejos relacionados con el diagnóstico, tratamiento, duelo y autocuidado e incluye consejos y asesoramiento por parte de profesionales del área de la salud. Así mismo la efectividad y aceptabilidad del recurso, permitió a las creadoras desarrollar la adaptación del recurso al contexto y necesidades de los cuidadores de Vietnam.

Posteriormente, y a través de la relación que se ha ido desarrollando entre la Queen's University of Belfast y la Universidad Nacional, se consolidó un proyecto con el objetivo de explorar la aceptabilidad de este recurso web de apoyo adaptado para cuidadores familiares de personas con cáncer en Colombia, en donde a través de grupos focales se logró identificar las necesidades de apoyo informacional, las preferencias acerca de los métodos de entrega de información y los componentes esenciales de la versión colombiana del Cancer Caring

Presentación de CroniSem: Semillero de innovación social

Coping (CCC) desde la perspectiva de los cuidadores familiares y los cuidadores profesionales.

Para el desarrollo de este proyecto, se ha estado trabajando de la mano con las profesoras del Grupo de Investigación Cuidado de Enfermería al Paciente Crónico y las profesoras de la Queen's University of Belfast en la escritura y consolidación del protocolo para el desarrollo del estudio. Asimismo, y a través del programa "Cuidando a los Cuidadores" se realizó un primer acercamiento a los cuidadores, con el fin de tener un panorama inicial de las necesidades de los cuidadores, en donde los primeros hallazgos evidencian la importancia que tiene la fe y la religión para los colombianos, el uso de la medicina alternativa como complemento de los tratamientos tradicionales y la inclusión de tips para brindar cuidados relacionados con actividades de la vida diaria.

Aunque el proyecto aún se encuentra en desarrollo, desde mi experiencia, este proyecto me ha permitido generar habilidades investigativas y proponerme nuevos retos, pues la inmersión en la investigación me ha dado un nuevo camino profesional y personal, así como oportunidades de participación en eventos y otros proyectos investigativos.

Artículo de experiencia

Intervenciones de Enfermería para el desarrollo de las fortalezas psicológicas en cuidadores familiares.

Emilio Ferniza Graciano ¹
Diana Berenice Cortes Montelongo ²

Información de autores:

1. Estudiante de Maestría en Enfermería con Acentuación en Adulto Mayor, Universidad Autónoma de Coahuila, Facultad de enfermería "Dr. Santiago Valdez Galindo"
2. Doctora en Ciencias de Enfermería, Universidad Autónoma de Coahuila, Facultad de enfermería "Dr. Santiago Valdez Galindo".

Resumen

Objetivo: El propósito de este estudio fue realizar una revisión de literatura para la recopilación de intervenciones de enfermería dirigidas a potenciar el uso de las fortalezas psicológicas como mediadoras entre la sobrecarga, estrés, con la salud mental y la satisfacción con la vida de cuidadores informales de adultos mayores dependientes. **Método:** La revisión de la literatura se llevó a cabo utilizando la taxonomía Nursing Interventions Classification (NIC). Se utilizó el campo 3 (Conductual) y la clase 0 (Terapia Conductual) donde se identificaron 8 intervenciones: Apoyo Emocional 5270, Apoyo Espiritual 5420, Grupos De Apoyo 5430, Mejorar El Afrontamiento 5326, Potenciación De Las Aptitudes Para La Vida Diaria 5360, Entrenamiento De La Asertividad 4340, Manejo De La Conducta 4350. **Conclusión:** El cuidado de un receptor dependiente produce niveles elevados de estrés en el cuidador informal, este prolifera a diversas áreas de la vida y da lugar a serias consecuencias para la salud. Los cuidadores informales deben utilizar recursos, como las fortalezas psicológicas, de forma constante para poder adaptarse a la situación cambiante del cuidado.

Antecedentes

Las Fortalezas Psicológicas (FP) son descritas como valores innatos del ser humano los cuales serán desarrollados a lo largo de la vida, se reflejan en pensamientos, sentimientos y comportamientos. El uso de las FP es una variable importante de predicción del bienestar y la salud mental, ya que podrían fungir como moderadores las cuales podrían disminuir los efectos negativos del cuidado informal (CI), como la depresión, ansiedad el desgaste físico y emocional mejorando los niveles de esperanza y optimismo en las personas (Azañedo et al., 2021).

El Cuidado No Profesional (CNP) son cuidados

Cómo citar:

Ferniza Graciano E., Cortes Montelongo DB. Intervenciones de Enfermería para el desarrollo de las fortalezas psicológicas en cuidadores familiares. *Boletín Red CroniFam*. Jun, 2023; 3(1): 15-19.

Intervenciones de Enfermería para el desarrollo de las fortalezas psicológicas en cuidadores familiares.



proporcionados por un familiar, amigos, vecinos u otras personas al interior del hogar a receptores enfermos y dependientes; y por lo general se realiza sin remuneración ni capacitación previa a la tarea (Rodríguez et al., 2010). Aunado a esto el CF es mayormente reconocido por ser una femenina con una edad entre 45 y 65 años, de bajo nivel económico, en situación de desempleo, reside en el mismo hogar con el receptor y dedica una media de 40 horas semanales al cuidado no remunerado

Desarrollo

La dependencia funcional es la disminución o ausencia de capacidad para realizar alguna actividad de la vida diaria dentro de los márgenes normales. Esta conlleva al cuidado a largo plazo, a consecuencia de esto, se realizan actividades para el cuidado que se pueden proveer de manera formal o informal a receptores de algún grupo de edad, que debido a problemas de salud o limitaciones, no son capaces cuidarse por sí mismos por largos periodos de tiempo (Gutiérrez et al., 2014)

La principal causa de la dependencia son las enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) las cuales son un grupo de enfermedades, las cuales la causa principal no es una infección aguda; aquí se albergan patologías cardiovasculares (como los infartos de miocardio y los accidentes vasculares cerebrales), cáncer, enfermedades respiratorias crónicas (como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el asma) y la diabetes (Organización mundial de la salud, 2022 [OMS]).

De esta manera el CF tendrá la necesidad de asumir un nuevo rol, que implica nuevas funciones y la necesidad de apoyo que lo lleven a desarrollar la preparación y el conocimiento para adoptar el rol y dominio de este. Implica aprender a proveer cuidados directos relacionados con alimentación, baño, vestido, movilización, administración de la medicación, manipulación de dispositivos, tomar decisiones importantes, brindar apoyo emocional al receptor del

Intervenciones de Enfermería para el desarrollo de las fortalezas psicológicas en cuidadores familiares.

cuidado, administrar su hogar y recursos para facilitar el rol (Carrillo-Cervantes et al., 2022).

La sobrecarga y el estrés por la tarea de cuidar tienen un impacto negativo significativo en la salud mental y la satisfacción con la vida de los Cuidadores Familiares (CF). La sobrecarga puede ser resultado de una carga excesiva de responsabilidades y tareas, mientras que el estrés puede ser causado por la presión y la tensión asociadas con el cuidado de un Receptor Dependiente (RD). Ambas pueden llevar a la fatiga emocional, la ansiedad y la depresión. Además, la falta de tiempo para el descanso y la recreación personal, así como la falta de apoyo familiar, pueden agravar la situación (Bidwell et al., 2021).

Las FP tienen vínculos fuertes con el bienestar ya que al emplearlas se emplea un proceso energizante que renueva el vigor y contrarresta el agotamiento, además, hace que los CI se tengan una sensación de llevar una vida significativa fomentando el compromiso en sus actividades del cuidado (Azañedo et al., 2021). Un estudio observacional realizado a CF demostró que el cuidado de un RD produce niveles elevados de estrés en el cuidador que repercuten en la vida diaria y puede crear consecuencias serias para la salud, dichas consecuencias negativas para el CF influyen para el bienestar del cuidador. (Lopez Garcia, 2016).

El CF debería, entonces, tener habilidades para afrontar el cuidado en las mejores condiciones posibles. Las intervenciones de enfermería para la mejora del estado de salud del CF, basadas en las FP, proporcionarían conocimiento y habilidades para lograr un afrontamiento exitoso de la tarea de cuidar en las mejores condiciones posibles; técnicas de manejo del estrés, organización del tiempo y estrategias para compartir el cuidado con otros miembros de la familia acorde a las intervenciones de enfermería basadas en la taxonomía Nursing Interventions Classification (NIC).

La taxonomía NIC se entiende como un lenguaje estandarizado para describir los tratamientos que llevan

Intervenciones de Enfermería para el desarrollo de las fortalezas psicológicas en cuidadores familiares.



a cabo los profesionales de enfermería; algunos de los usos de la taxonomía se enfocan a facilitar la elección correcta de las intervenciones, ayuda a desarrollar programas que se relacionen con la práctica y facilita el desarrollo y uso de información en enfermería. Dentro de las propuestas de intervenciones de enfermería se encuentran podemos encontrar el desarrollo de las habilidades conductuales, se recomienda la ayuda para el afrontamiento: Apoyo emocional 5270 la cual ayuda brinda el apoyo para adaptarse a un cambio de función o conseguir un nivel más alto de funcionamiento. Como segunda intervención está el apoyo espiritual 5420 que ayudara al CI a sentir equilibrio para tratar al receptor con dignidad y respeto y fomentar la participación en grupos de apoyo. Así mismo en tercer lugar están los grupos de apoyo 5430. Los cuales proporcionan apoyo emocional e información relacionada con la salud los CI para adaptarse al nuevo estilo de vida. La cuarta intervención está dirigida a mejorar el afrontamiento 5230, mediante un manejo efectivo de los factores estresantes, cambios o amenazas percibidas que interfieran a la hora brindar el cuidado mediante información objetiva respecto del diagnóstico, tratamiento y pronóstico del receptor. La potenciación de las aptitudes para la vida diaria 5326 sería la quinta intervención y está dirigida a desarrollar la capacidad del CI para afrontar de forma independiente y eficaz las exigencias y dificultades de la vida diaria mediante la planeación y participación en actividades de ocio. La terapia de entretenimiento 5360 como sexta intervención se refiere a la utilización intencionada de actividades recreativas para fomentar la relajación y potenciar las habilidades sociales para disminuir la ansiedad. La séptima intervención es el entrenamiento de la asertividad 4340 para ayudar en la expresión efectiva de sentimientos, necesidades e ideas con la finalidad de monitorizar los niveles de ansiedad e incomodidad relacionados al cambio de conducta. Por último, el manejo de la conducta 4350 ayudara al CI a controlar una conducta negativa (Butcher, M., Bulechek, G., Dochterman, J y Wagner, C. 2014)

Conclusión

Intervenciones de Enfermería para el desarrollo de las fortalezas psicológicas en cuidadores familiares.

Las intervenciones de enfermería dirigidas al entrenamiento del CF y mejora del cuidado del receptor deberán ser adaptadas de forma individual y sin dejar de lado las necesidades, conocimientos y habilidades individuales del CF. Las FP son una variable importante de predicción del bienestar y la salud mental, ya que podrían fungir como mediadores y con ello disminuir los efectos negativos del cuidado informal, como la depresión, ansiedad el desgaste físico y emocional mejorando los niveles de esperanza y optimismo en los cuidadores informales proporcionando conocimiento y habilidades para lograr un afrontamiento exitoso de la tarea de cuidar en las mejores condiciones posibles. Este proceso educativo permite, entonces, compartir experiencias y conocimientos, y por tanto es una herramienta fundamental de participación dentro del cuidado, con actividades de autocuidado que promueve la calidad de vida y mejoran la adopción del rol y la tarea de cuidar.

Referencias bibliográficas

1. Azañedo, C. M., Artola, T., Sastre, S., & Alvarado, J. M. (2021). Character Strengths Predict Subjective Well-Being, Psychological Well-Being, and Psychopathological Symptoms, Over and Above Functional Social Support. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.661278>
2. Bidwell, J. T., Hostinar, C. E., Higgins, M. K., Abshire, M. A., Cothran, F., Butts, B., Miller, A. H., Corwin, E., & Dunbar, S. B. (2021). Caregiver subjective and physiological markers of stress and patient heart failure severity in family care dyads. *Psychoneuroendocrinology*, 133(916). <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2021.105399>
3. Carrillo-Cervantes, A. L., Medina-Fernández, I. A., Carreño-Moreno, S., Chaparro-Díaz, L., Cortéz-González, L. C., & Medina-Fernández, J. A. (2022). Soledad, ansiedad, depresión y adopción del rol de cuidador de adultos mayores con enfermedad crónica durante la covid-19. *Aquichan*, 22(3). <https://doi.org/10.5294/aqui.2022.22.3.4>
4. Gutiérrez, L., García, M. del C., & Jiménez, J. (2014). Envejecimiento y Dependencia, Realidades y Previsión para los próximos años. In *Documentos de Postura*. <https://www.anmm.org.mx/publicaciones/CANivANM150/L11-Envejecimiento-y-dependencia.pdf>
5. Lopez Garcia, E. (2016). Puesta al día: cuidador informal. *Revista de Enfermería CyL*, 8(1), 71–77. <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/164>
6. Moorhead, S., Johnson, M., Maas, M., & Swanson, E. (2014). Copyright Elsevier 2014 This book has been licensed to sergio salazar (checoalan73@yahoo.com.mx).
7. Organización mundial de la salud. (2022). Enfermedades no transmisibles. [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases#:~:text=Las enfermedades no transmisibles \(ENT\)%2C también conocidas como enfermedades,fisiológicos%2C ambientales y de comportamiento.](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases#:~:text=Las enfermedades no transmisibles (ENT)%2C también conocidas como enfermedades,fisiológicos%2C ambientales y de comportamiento.)
8. Rodríguez, S. V., Bertoní, J. S., Vaquiro Sandra, S. J., Rodríguez, S. V., & Bertoní, J. S. (2010). CUIDADO INFORMAL, UN RETO ASUMIDO POR LA MUJER. *Ciencia y Enfermería*, 16(2), 17–24. <https://doi.org/10.4067/S0717-95532010000200002>.

Boletín
Red CroniFam

"A la vanguardia del cuidado en cronicidad"