

DISMINUCION DE LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN CUIDADORES DE PACIENTES CON ENFERMEDADES HEMATONCOLOGICAS MEDIANTE SESIONES DE APOYO DE ENFERMERIA EN UN HOSPITAL DE TERCER NIVEL DE LA CIUDAD DE BOGOTA D.C.

Vallejo P.Y.; Acosta A.L.; Aguilera G.M.; Guzmán L.I.; Trujillo L. P.;
Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud,
Facultad de Enfermería
Bogotá. D.C. 2018

RESUMEN

Introducción: El cáncer es una de las enfermedades con mayor tasa de morbi-mortalidad en el mundo, el tiempo y dedicación en la atención brindada por los cuidadores y los profesionales de la salud deben procurar suplir todas sus necesidades. Muchos cuidadores y a su vez los mismos pacientes no comunican sus preocupaciones lo que ocasiona el detrimento de la salud en los cuidadores. Enfermería identifica que debe realizar acciones que mejore la calidad de vida de la diada, paciente cuidador. Los cuidadores primarios de los pacientes con enfermedades hematológicas presentaran altos niveles de ansiedad, detectados con la aplicación de la Escala de Hads. En un estudio anterior de tipo descriptivo, que identifico que 12 cuidadores (11%) de 112 presentaban depresión y 27 cuidadores (24%), de esta misma población presentaban niveles altos de ansiedad. El fin de este estudio es explorar acciones de enfermería que propendan por disminuir los niveles de ansiedad en estos cuidadores, con talleres de comunicación asertiva (escucha activa) y apoyo grupal e individual.

Objetivo: Determinar la disminución de los niveles de ansiedad en los cuidadores primarios de los pacientes hematológicos mediante sesiones de

apoyo de enfermería en una institución de tercer nivel de la ciudad de Bogotá en el II periodo de 2018.

Metodología: Se realiza una segunda pasantía en el periodo de 2018-2 en donde se identifica nuevamente las necesidades de los cuidadores de estos pacientes hematológicos.

Resultados:

Primera fase: Una vez identificado el grupo poblacional la muestra fue de 44 cuidadores primarios Al anterior grupo se les aplico la escala, obteniéndose los siguientes resultados: 6 cuidadores estaban en riesgo de presentar ansiedad y depresión al tiempo, 7 cuidadores presentaron nivel de ansiedad alto, y 5 cuidadores nivel de depresión. Fueron convocados por el grupo de pasantía a desarrollar sesiones de grupo e individuales que incluyeron técnicas de relajación, y exteriorización de emociones.

Segunda fase: Al finalizar las sesiones individuales y de grupo, se aplicó nuevamente el instrumento de la escala de HADS, en la cual se pudo evidenciar que en 9 cuidadores (45%) se obtuvo el mismo puntaje la ansiedad y depresión sin ninguna modificación, contrario a esto, en 11 cuidadores (55%) se observó una disminución moderada o significativa en los niveles de ansiedad y depresión, en conclusión se pudo determinar que fue una intervención efectiva. El cuidado

integral de enfermería brindado a estos pacientes de enfermedades crónicas promueve el cuidado extendido al cuidador primario. Los niveles de ansiedad en la mayoría de los cuidadores disminuyeron con estas acciones.

Palabras clave: Cuidador Primario, Ansiedad, Cáncer, Intervención de enfermería.

Introduction: Cancer is one of the diseases with the highest rate of morbidity and mortality in the world, time and dedication in the care provided by caregivers and health professionals must seek to supply all their needs. Many caregivers and the patients themselves do not communicate their concerns, which causes the detriment of the health of the caregivers. Nursing identifies that it must perform actions that improve the quality of life of the dyad, patient caregiver. The primary caregivers of patients with hematological diseases will have high levels of anxiety, detected with the application of the Hads Scale. In a descriptive study, which identified that 12 caregivers (11%) of 112 had depression and 27 caregivers (24%), of this same population had high levels of anxiety. The aim of this study is to explore nursing actions that tend to reduce anxiety levels in these caregivers, with assertive communication workshops (active listening) and group and individual support.

Objective: To determine the decrease in anxiety levels in primary caregivers of hematologic patients through nursing support sessions in a third level institution in the city of Bogotá in the second period of 2018.

Methodology: A second internship is performed in the 2018-2 period, where the needs of the caregivers of these

hematologic patients are again identified.

Results:

First phase: Once the population group was identified, the sample was 44 primary caregivers. The previous group was given the scale, obtaining the following results: 6 caregivers were at risk of presenting anxiety and depression at the time, 7 caregivers presented high anxiety level, and 5 caregivers depression level. They were summoned by the internship group to develop group and individual sessions that included relaxation techniques, and externalization of emotions.

Second phase: At the end of the individual and group sessions, the instrument of the HADS scale was applied again, in which it was possible to show that in 9 caregivers (45%) the anxiety and depression score was the same without any modification, contrary to this, in 11 caregivers (55%) there was a moderate or significant decrease in the levels of anxiety and depression, in conclusion it was determined that it was an effective intervention. The comprehensive nursing care provided to these patients with chronic diseases promotes extended care to the primary caregiver. The anxiety levels in most caregivers decreased with these actions.

Key words: Primary caregiver, Anxiety, Cancer, Nursing intervention.

INTRODUCCIÓN

El cáncer es considerado como una de las enfermedades crónicas más preocupantes en la actualidad; la OMS lo define como afección de larga duración de más de 6 meses. En Colombia, durante el periodo de 2007-2013 se registraron 234.763 muertes por cáncer. Se prevé que para el año 2025, la carga del cáncer aumente a más de 4 millones de nuevos casos e incremente a 1,9 millones de muertes.¹

La persona con cáncer se ve afectada multifactorialmente, es por eso que requiere de diferentes grupos de apoyo en su tratamiento y atención para suplir sus necesidades. Un gran número de pacientes comienza a depender absolutamente de su familia, requiriendo de ayuda continua de una persona, preferiblemente con la que tenga un vínculo familiar. Esta persona quien es el cuidador primario se apropia del cuidado de este paciente directa e indirectamente, con responsabilidades y apoyo en las decisiones de frente a su tratamiento y realizando un acompañamiento permanente en el proceso de recuperación de la enfermedad; situación que genera estrés al cuidador primario ya que por la toma constante de decisiones o acciones que demanda amenazan constantemente el bienestar físico y mental del cuidador.

El profesional de enfermería es el encargado de dar apoyo en dichas situaciones, basándose principios de bienestar, que mejore las necesidades del paciente y su cuidador tanto emocional como físico afectando su calidad de vida. La carga del cuidado es un estado resultante de las demandas de cuidado de una persona enferma que amenazan el bienestar físico o mental del cuidador.²

Uno de los principales trastornos que sufren los cuidadores principales causados por la sobrecarga emocional, es la ansiedad. Se habla de trastornos de ansiedad como problemas habituales de la salud mental que afectan a la capacidad de trabajo y la productividad. Se estima que en estos casos más de 260 millones de personas en el mundo tienen trastornos de ansiedad.³ Es importante entender la ansiedad como una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas

estresantes, cuando sobrepasa cierta intensidad o supera la capacidad adaptativa de la persona, es cuando la ansiedad se convierte en patológica, provocando malestar significativo con síntomas que afectan tanto al plano físico, psicológico y conductual.⁴

Se debe entender que el profesional de enfermería juega un papel importante en la evaluación del cuidador teniendo en cuenta manifestaciones negativas que pueden no solo pueden ser transmitidas al paciente, si no que afectan el equilibrio del cuidador primario para ello es necesaria la identificación e intervención especialmente al cuidador afectado, porque es allí donde el profesional de enfermería efectuará un cuidado integral al momento de actuar como mediador y responsable de un cuidado que no sólo sea enfocado al paciente sino que sea principal o igual a su familia.

OBJETIVO:

Determinar la disminución de los niveles de ansiedad en los cuidadores primarios de los pacientes hematoncológicos mediante sesiones de apoyo de enfermería en una institución de tercer nivel de la ciudad de Bogotá en el II periodo de 2018.

PROPOSITO DE LA PASANTIA

Desarrollar actividades de acompañamiento y apoyo a los cuidadores con el fin de disminuir los niveles de ansiedad en los cuidadores primarios de pacientes hematoncológicos.

METODOLOGIA

Se realiza una segunda pasantía en el periodo de 2018-2 en donde se identifica nuevamente las necesidades de los cuidadores primarios de pacientes hematoncológicos con los siguientes resultados.

Primera fase: Una vez identificado el grupo poblacional la muestra fue de 44 cuidadores primarios. Al anterior grupo se les aplicó la escala, obteniéndose los siguientes resultados: 6 cuidadores estaban en riesgo de presentar ansiedad y depresión al tiempo, 7 cuidadores presentaron nivel de ansiedad alto, y 5 cuidadores nivel de depresión. Fueron convocados por el grupo de pasantía a desarrollar sesiones de grupo e individuales que incluyeron técnicas de relajación, y exteriorización de emociones. Se les pidió a los participantes que por parejas se presentaran y contaran un poco de su experiencia, (como el tiempo que llevaban qué parentesco tenía con el paciente y cuál era su propósito para el año), posteriormente se reprodujo un audio reflexivo en modo de sensibilización de los temas de percepción y superación para que de esta forma los cuidadores pudieran comunicar sentimientos, pensamientos y/o emociones en su rol como cuidadores, sus cualidades, éxitos, deseos y metas de vida, los obstáculos y como los sobrellevaron. Al finalizar la intervención de enfermería, se aplicó nuevamente la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (HADS).

Segunda fase: Al finalizar la aplicación de la escala, se pudo evidenciar que en 9 cuidadores (45%) se obtuvo el mismo puntaje la ansiedad y depresión sin ninguna modificación, contrario a esto, en 11 cuidadores (55%) se observó una disminución moderada o significativa en los niveles de ansiedad y depresión, en conclusión, se pudo determinar que fue una intervención efectiva. El cuidado integral de enfermería brindado a estos pacientes de enfermedades crónicas promueve el cuidado extendido al cuidador primario. Los niveles de ansiedad en la mayoría de los cuidadores disminuyeron con estas acciones.

Todos los participantes firmaron el formato de Consentimiento Informado institucional.

RESULTADOS

A partir de la intervención desarrollada como pasantía en el Instituto Nacional de Cancerología, la caracterización de los cuidadores aparece en la tabla N°1

CARACTERIZACION DE LOS CUIDADORES QUE PARTICIPARON EN LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE HADS 2018-2

	Cuidadores Informales	Porcentaje
Género		
Masculino	33	29.46%
Femenino	79	70.54%
Estado civil		
Divorciado	3	2.7%
Viudo	4	3.5%
Soltero	31	27.7%
Union libre	34	30.3%
Casados	40	35.7%
Vínculo		
Sobrino/a	2	1.8%
Tío/a	2	1.8%
Suegro/a	2	1.8%
Nieto/a	2	1.8%
Primo/a	4	3.6%
Amigo/a	4	3.6%
Papá	5	4.5%
Hermano/a	15	13.4%
Mamá	16	14.3%
Pareja sentimental	22	19.6%
Hijo/a	38	33.8%
Tiempo como cuidadores		
Más de 61 meses	9	8%
13 a 60 meses	22	19.6%
7 a 12 meses	24	21.4%
1 a 6 meses	57	51%

Tala N° 1

En la población estudiada con la aplicación de la escala, 6 cuidadores primarios estaban en riesgo de presentar ansiedad y depresión, 7 mostraron niveles altos de ansiedad y 5 de depresión. Respecto a estos resultados se optó por realizar una intervención de forma grupal basada en la relajación y en la exteriorización de emociones con el fin de optimizar un ambiente de confianza y apoyo al sentirse acompañados por personas que pasan por la misma situación. Durante el desarrollo de la actividad de enfermería, se evidenció en los cuidadores primarios la fluidez al momento de expresar sus sentimientos, emociones y experiencias de cuidado; la escucha activa y el compartir consejos y esperanzas acerca de la situación clínica del familiar, fue clave para lograr un

ambiente de confianza entre los cuidadores y los pasantes. La actividad, significó que el desarrollo y continuidad de la sesión dieran resultados desde el principio de participación colectiva por medio de comentarios positivos o negativos de acuerdo a su situación, ya que se creó un espacio ameno para el desarrollo de la actividad, donde los participantes manifestaron sensaciones experimentadas durante el cuidado y la estancia hospitalaria con su familiar. Las situaciones positivas llevaron a un estado de tranquilidad y bienestar frente a la situación actual.

Los cuidadores primarios de pacientes oncológicos muestran que después de haber aplicado la dinámica grupal fue de gran ayuda, se logra con esto una disminución en la ansiedad, dentro de los cual cabe resaltar que dicha disminución puede no llegar a ser trascendental o duradera debido a que esta intervención solo fue aplicada una vez. Sin embargo, se logró demostrar que la intervención fue eficaz y de gran ayuda para los cuidadores. Ver Tabla N° 2

NUMERO DE CUIDADORES QUE PRESENTARON NIVELES DE ANSIEDAD Y DEPRESION 2018-2

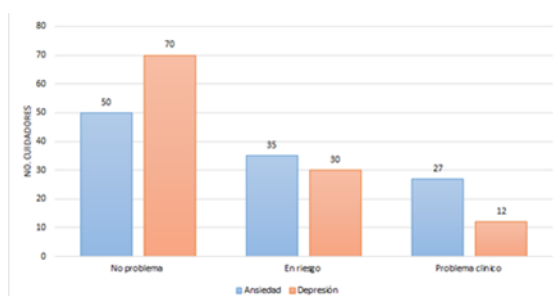


Tabla N°2

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Para realizar este estudio se tuvieron en cuenta las siguientes consideraciones éticas según la resolución **8430 de 1993** que establece la normas científicas, técnicas y administrativas para el

desarrollo de investigaciones en materia de salud en Colombia; para efectos del presente protocolo de investigación según la norma la investigación se encuentra clasificada: sin riesgo tal como lo indica el capítulo 11, esta es una investigación de tipo documental dado que no se realizará alteración o modificación de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos, adicionalmente se contempló las disposiciones de la **Ley 44 de 1993** en materia de derechos de autor haciendo referenciación de forma secuencial a lo largo de todo el texto en construcción.⁵

CONCLUSIONES

Las actividades de enfermería relacionadas con la disminución de los niveles de ansiedad en los cuidadores primarios, que fueron planteadas y aplicadas durante el desarrollo de la pasantía en el Instituto Nacional de Cancerología, a los cuidadores primarios de pacientes hematoncológicos, cumplieron con las expectativas de los pasantes.

Para determinar la disminución de los niveles de ansiedad en los cuidadores primarios de los pacientes hematoncológicos mediante sesiones de apoyo de enfermería el tiempo asignado fue insuficiente, a pesar de esto se logró evidenciar que la esencia del profesional de enfermería al brindar un cuidado holístico con enfoque humanitario, no solo a el paciente, sino a la persona que le cuida y comparte con él un vínculo familiar y/o personal, requiere de gran atención por parte del personal asistencial. Hoy en día ese cuidador primario no tiene la oportunidad de atención que al estar expuesto a largas jornadas de acompañamiento con angustia e incertidumbre, al ver a su familiar enfermo y sometido a múltiples tratamientos, a ese cuidador que deja a

un lado la vida cotidiana que llevaba antes de estar expuesto a esa situación.

Valorar a este cuidador que se ve obligado a abandonar aspectos como su vida laboral y familiar por dedicar gran parte de su tiempo a su familiar y a suplir sus necesidades, esta situación se convierte en tener sentimientos negativos de desesperanza, depresión, ansiedad, sobrecarga del cuidador, que afecta su bienestar mental y físico.

Esta pasantía permitió así, dar una mirada amplia al ideal de cuidado de enfermería siendo incluyente con las personas que a diario comparten con los pacientes que cursen por una enfermedad crónica como lo es el cáncer. y que como se mencionó anteriormente no se les presta la atención y cuidado que necesitan para ser partícipes de un cuidado que no deteriore el bienestar emocional de ellos ni del paciente.

Para finalizar, es importante señalar que el desarrollo de esta intervención fue para el pasante una forma de fortalecimiento individual de conocimientos y aprendizaje en experiencias vividas y transmitidas por los pacientes o cuidadores que nos llevó a transformar la manera de ver la situación de cuidado por parte del profesional de enfermería en la forma en la que desempeñamos profesión.

BIOGRAFIA

1. Día Mundial contra el Cáncer 2018 - Información general Cáncer en las Américas [Internet] .Organización Panamericana de la salud.2018[citado 20 September2018].Disponible en :https://www.paho.org/col/index.php?option=com_content&view=article&id=2883:dia-mundial-contra-el-cancer-2018-informacion-general-cancer-en-las-americas&Itemid=487
2. Pinto-Afanador Natividad., Sánchez-Herrera Beatriz. El reto de los cuidadores: familiares de personas en situación crónica de enfermedad.: Cuidado y práctica de Enfermería. Grupo de Cuidado Facultad de Enfermería Universidad Nacional de Colombia. Bogotá: Unibiblos, 2000, pp. 172-179.
3. Salud mental [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2018 [citado 30 Septiembre 2018].disponible en: http://www.who.int/mental_health/es/
4. GUÍA DE PRÁCTICA CLÍNICA PARA EL MANEJO DE PACIENTES CON TRASTORNOS DE ANSIEDAD EN ATENCIÓN PRIMARIA [Internet]. Guíasalud.es. [citado 30 septiembre 2018]. Disponible en: <http://www.guiasalud.es/egpc/ansiedad/completa/documentos/apartado04/Definicion.pdf>
5. Resolución 8430 <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>