

Cuidadores de adultos mayores desde la Atención Primaria de Salud

Caretakers of elderly from the Primary Health Care

Dr. Raidel González Rodríguez ; Dr. Juan Cardentey García

Policlínico Universitario "Raúl Sánchez Rodríguez" de Pinar del Río. Pinar del Río, Cuba.

Estimado Director:

En la Revista Archivo Médico de Camagüey se presentó en el año 2014 el artículo titulado: Educación a familiares sobre el manejo del adulto mayor dependiente, en la sección artículo original, de los autores Marante Pozo E, et al, ¹ quienes demostraron que es viable e ineludible educar a los familiares sobre la atención a los ancianos. Tema de elevada trascendencia en la actualidad donde el aumento de la esperanza de vida y demanda de los servicios sanitarios en gerentones, ocupan un lugar importante en la sociedad cubana.

Al respecto, Cuba es un ejemplo de país en desarrollo con un envejecimiento importante de la población. El progreso socioeconómico de la nación ha provocado una transición demográfica caracterizada por aumento en el número de adultos mayores, así como de sus necesidades, demandas sociales y salud. Dicha situación desencadena el cuidado de los gerentotes por otras personas para la realización de actividades

básicas de la vida diaria (ABVD) desde la Atención Primaria de Salud (APS).

Según cálculos de la Organización de Naciones Unidas (ONU), hoy existen 600 millones de personas mayores de 60 años en el mundo, cifra que se duplicará para el 2025; se estima que para el 2050 se contará con más gerentones que con niños menores de 15 años. Este mismo comportamiento se evidenciará en todos los países de la región, ² caracterizado por transformaciones producidas en la interrelación entre factores intrínsecos (genéticos), extrínsecos (ambientales) y protectores o agresores (factores de riesgo) a lo largo de la vida. ³ Dichos aspectos reclaman el concurso asistencial de cuidadores y estrategias educativas comunitarias enfocadas en su enfrentamiento oportuno con la adopción de estilos de vida saludables.

Estos cambios se manifiestan en declinaciones en el estado de salud, lo cual lleva al anciano en ocasiones a situaciones de incapacidad tales

como inmovilidad, inestabilidad y deterioro intelectual, lo que condiciona la necesidad de valerse de cuidadores familiares o contratados para el desarrollo de ABVD.

Con el gradual envejecimiento y la mayor supervivencia de personas con enfermedades crónicas y discapacidades, no solo aumenta el número de casos que necesitan cuidados sino además, de mayor exigencia en su prestación. La APS se fortalece y diversifica con la participación comunitaria e intersectorial involucrados en dicho proceso.

Se concuerda con Marante Pozo E, et al,¹ en que la familia es la mayor prestadora de atención de salud en el medio comunitario, considerada un sistema de socialización e interacción mutua, donde uno de sus miembros asume el rol de cuidador(a) principal en caso de discapacidad o limitación, por lo que es necesario prepararlos y educarlos para dicha responsabilidad social.

Es importante destacar que la acción de cuidar, sobre todo a adultos mayores, es un acto inherente a la vida, que promueve y preserva la salud de quienes son cuidados. Se concuerda con Vaquiro Rodríguez S, et al,⁴ cuando expresan que las personas necesitan atenciones desde que nacen hasta que mueren, por tanto, cuidar es imprescindible para la perpetuidad social.

En Cuba, en particular en la provincia Pinar del Río, se brinda el derecho de cuidado, en particular a personas mayores de 60 años en estado de fragilidad o necesidad; lo que disminuye con ello la institucionalización de estas personas y se conserva su permanencia en la comunidad. Los departamentos de asistencia y seguridad social del Ministerio del Trabajo de cada municipio, apoyan con personal contratado a la realización de dicha actividad.

El papel de los cuidadores de adultos mayores desde la APS es fundamental para disminuir factores de riesgo como caídas, accidentes en el hogar y patrones psicológicos negativos a partir de la ansiedad o depresión. Una experiencia de intervención educativa acometida en el Policlínico Universitario "Raúl Sánchez Rodríguez" de la provincia Pinar del Río, merita ser compartida con la comunidad científica para su análisis, la cual estuvo basada en:

- Capacitar a los cuidadores sobre el manejo de los adultos mayores, así como reconocer en ellos sus necesidades e insatisfacciones.
- Realizar conversatorios al menos una vez a la semana entre el Equipo Básico de Salud y el cuidador del paciente para identificar factores de riesgo biopsicosociales, así como sus soluciones.
- Proporcionar desde la APS actividades didácticas y acciones que, según las posibilidades, puedan emplear los cuidadores para fortalecer la calidad de vida de los gerentones.
- Involucrar y educar a familiares o cuidadores con el apoyo de organizaciones, sectores y profesionales de salud relacionados con el paciente.
- Efectuar reconocimientos socio-morales desde la APS al trabajo que desempeñan los cuidadores de adultos mayores.

Algunas de las interrogantes que pueden emplearse en el diálogo con los cuidadores para evaluar su aptitud en la atención a gerentotes desde la APS son:

- ¿por qué cuida de adultos mayores?
- ¿comprende la responsabilidad que conlleva su tarea?
- ¿por qué cree poder hacerlo?
- ¿está acostumbrado a quedarse solo con una persona?

- ¿qué haría en caso de urgencia médica?
- ¿qué situaciones no puede controlar y cuáles le produce miedo o desesperación?,
- ¿padece usted de alguna enfermedad o consume medicamentos?

En esta edad se pueden presentar algunas enfermedades propias de la edad, convivencia con nuevas personas que entran a la familia, envejecimiento fisiológico de órganos y sistemas, así como vulnerabilidades ante las agresiones del medio. Todo ello puede causar alteraciones en el estado emocional del anciano,^{5, 6} por lo que necesita de cuidados profesionales.

Por lo tanto, cuidar trae sus beneficios y retos. Esta actividad debe ser agradable para quienes la desarrollan; por lo tanto debe ser realizada con amor, dedicación y cariño por parte de los cuidadores, además del apoyo por el sector de la salud y las organizaciones políticas para el desarrollo de tan humana actividad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Marante Pozo E, Casanova Moreno MC, López Núñez LM, Trasanacos Delgado M, Ochoa Ortega MR. Educación a familiares sobre el manejo del adulto mayor dependiente. AMC [Internet]. May-Jun 2014 [citado 5 Feb 2015];18(3):[aprox. 12 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1025-02552014000300004&script=sci_arttext
2. Roig Hechavarría C, Vega Bonet V, Ávila Fernández E, Ávila Fernández B, Gil Gillins Y. Aplicación de terapia cognitivo conductual para elevar la autoestima del adulto mayor en Casas de abuelos. CCM [Internet]. 2011 [citado 18 Mar 2016];15(2):[aprox. 4 p.]. Disponible en: <http://www.cocmed.sld.cu/no152/no152ori01.htm>
3. Torre Fernández R de la, Bouza Cabrera L, Cabrera Parra Y, Báster Fernández N, Zaldivar Velázquez Y. Programa educativo para elevar la calidad de vida en el adulto mayor. CCM [Internet]. 2012 [citado 18 Mar 2016];16(2):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://www.revcocmed.sld.cu/20index.php/20cocmed/article/20view/599/112>
4. Vaquiro Rodríguez S, Stieповich Bertoni J. Cuidado informal, un reto asumido por la mujer. Cienc Enferm [Internet]. 2010 [citado 18 Mar 2016];16(2):[aprox. 7 p.]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532010000200002>
5. Rodríguez Blanco L, Sotolongo Arró O, Luberta Noy G, Calvo Rodríguez M. Comportamiento de la depresión en el adulto mayor del policlínico Cristóbal Labra. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2013 [citado 18 Mar 2016];29(1):[aprox. 12 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/script=sciarttext&pid=S086421252013000100009&lng=es>
6. Gámez Pérez RN, Sosa Zamora M, Columbié Reyes JL, Mojena Orue D, Pavot Rodríguez R. Algunos factores favorecedores de la depresión neurótica en longevos hospitalizados. MEDISAN [Internet]. 2012 [citado 18 Mar 2016];16(9):[aprox. 7 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192012000900005&lng=es

Recibido: 23 de marzo de 2016

Aprobado: 10 de junio de 2016

Dr. Raidel González Rodríguez. Residente de II en Medicina General Integral. Profesor Instructor. Investigador Agregado. Policlínico Universitario "Raúl Sánchez Rodríguez" de Pinar del Río. Pinar del Río, Cuba. Email: rgonza-
lez@princesa.pri.sld.cu