

## Creación de la Agrupación de Cuidadores y Familiares de Pacientes con Alzheimer y otras Demencias

JIMÉNEZ BUSTOS, VIVIAN ANDREA<sup>(1)</sup> y MUÑOZ AYALA, ALICIA<sup>(2)</sup>

### INTRODUCCIÓN

La transición demográfica que atraviesa Chile y los requerimientos de una población adulta mayor con enfermedades discapacitantes y demandantes de cuidado trae consigo, cada vez más, la necesidad de cuidadores que se hagan cargo de ellos. Esto se traduce en una enorme sobrecarga para el cuidador y la familia, los cuales se encuentran generalmente desprotegidos, sin políticas ni redes sociales de apoyo.

### OBJETIVOS

- Organizar y empoderar en la comunidad un grupo de cuidadores de adultos mayores con alzheimer y otras demencias.
- Intercambiar experiencias y conocimientos entre los cuidadores para fortalecer lazos y crear redes de apoyo entre ellos.

### METODOLOGÍA

Posterior al diagnóstico de salud, realizado en el consultorio de Llay- Llay durante el Internado Rural de Enfermería de la Universidad de Chile, entre agosto y noviembre del 2009, se realizó una búsqueda de datos y visitas domiciliarias para reunir a los pacientes con diagnóstico de alzheimer u otras demencias, con el fin de crear un grupo de cuidadores y familiares que se transformen posteriormente en una sólida red de apoyo.

### RESULTADOS

Se logró reunir a 16 integrantes entre cuidadores, familiares y pacientes para confor-

mar la agrupación, la cual tuvo el apoyo de la Corporación Alzheimer Chile. Se organizó el grupo, capacitando un monitor interesado y comprometido. Se planificaron actividades considerando sus puntos de interés que se tratan en cada sesión bimensual. La Escuela de Enfermería se comprometió a darle continuidad a este proyecto comunitario mediante la labor de los Internos de cada año. Este año 2010 se logró la personalidad jurídica del grupo y su mayor empoderamiento.

### CONCLUSIONES

La reunión de variadas experiencias a través de conversaciones con los cuidadores y los familiares de los pacientes con algún tipo de demencia nos demuestra que es urgente la necesidad de información a la comunidad, la capacitación y la creación de grupos de apoyo que permita aminorar la carga emocional y física del cuidador de modo que puedan ejercer su rol de una manera mucho más equitativa, sin descuidar su autocuidado. La creación de la agrupación requirió de una gran dedicación por parte de las internas ;pero eso se ve gratificado a través de la evolución y compromiso que se obtuvo por parte de los integrantes del grupo. Sería ideal trabajar con mayor énfasis en procurar una mejor organización de la comunidad y en la formación de grupos que comparten necesidades similares.

*Palabras clave:* Alzheimer, cuidador, envejecimiento.

<sup>(1)</sup> Hospital San José de Melipilla. vivianandrea@gmail.com

<sup>(2)</sup> Docente Escuela de Enfermería. Universidad de Chile.

# Evaluación del proyecto rehabilitación kinésica y atención domiciliaria para pacientes con dependencia moderada de Puerto Natales

ACOSTA BARRIENTOS, SEBASTIÁN<sup>(1)</sup>; ÁVILA SILVA, MACARENA<sup>(1)</sup>; TADIC SÁNCHEZ, EDUARDO<sup>(1)</sup> y FIGUEROA JADDOUR, RODRIGO<sup>(2)</sup>

---

## INTRODUCCIÓN

Optimizar la salud y el nivel de funcionalidad del paciente con dependencia resulta fundamental tanto para mejorar su calidad de vida como para apoyar y orientar a su familia. Por esta razón, durante el año 2009 se implementó, a través de un proyecto Senama, un programa de atención de salud y rehabilitación kinésica que buscaba otorgar una atención integral en salud, mejorar la condición física de los pacientes y entregar las herramientas necesarias para lograr una mayor autovalencia.

## OBJETIVOS

Evaluar la satisfacción usuaria en pacientes con dependencia moderada beneficiarios del proyecto Senama realizado en el Cefsam de Natales.

## METODOLOGÍA

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal durante el mes de marzo 2010 en el Cefsam de Natales mediante una encuesta realizada a una muestra obtenida por conveniencia de los 23 beneficiarios del proyecto Senama durante el segundo semestre del 2009. Luego, la información fue tabulada y analizada en una base de datos.

## RESULTADOS

- Un 65% de los encuestados fueron mujeres, la edad promedio fue 80 años. Un 89% de los pacientes calificó la atención como muy buena. La nota de valoración en relación al trato fue un 6,8. La información entregada por kinesiólogo fue muy clara en un 52% y en un 42% en el caso de los médicos.
- Un 100% de los encuestados consideró que el proyecto le ayudó con su autovalencia y entregó herramientas útiles para la vida diaria. Un 100% de los pacientes consideró que el proyecto de atención domiciliaria debe continuar.

## CONCLUSIONES

El proyecto ejecutado fue bien recepcionado y evaluado por toda la población beneficiaria, planteando la necesidad de continuar con iniciativas como esta que permitan brindar una mejor atención a los pacientes con algún grado de dependencia.

**Palabras clave:** Dependencia, rehabilitación, kinesioterapia.

---

<sup>(1)</sup> Cefsam Puerto Natales. dr.sebastian.acosta@gmail.com

<sup>(2)</sup> Hospital Cabildo.

# Respuesta músculo-esquelética en el adulto mayor intervenido con programa de actividad física regular guiada

HORMAZÁBAL ARAVENA, CRISTIAN<sup>(1)</sup>

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es un proceso fisiológico asociado a efectos degenerativos sobre múltiples sistemas corporales, llevando a alteraciones del sistema músculo-esquelético, entre otros. La población adulta mayor en Chile y en el mundo está en constante aumento y existe amplia evidencia de los beneficios que la actividad física regular conlleva en estos pacientes. El objetivo es evaluar la respuesta músculo esquelética del adulto mayor intervenido con un programa de actividad física en la APS.

## OBJETIVOS

### *Objetivo general*

Evaluar la respuesta músculo esquelética del adulto mayor intervenido con un programa de actividad física regular en APS.

### *Objetivo específico*

Determinar los valores de dolor, flexibilidad y fuerza de extremidades pre y posintervención.

## METODOLOGÍA

Se realizó un estudio cuasi experimental en 17 adultos mayores ingresados al programa Vida activa para una vejez saludable. Los criterios de inclusión fueron: diagnóstico médico de patología músculo-esquelética, con ausencia de contraindicación médica para realizar actividad física. Las variables estudiadas fueron: parámetros de dolor medido con escala visual análoga (EVA), flexibilidad, según alcances en centímetros de extremidades superiores (ES) e inferiores

(EI) y fuerza cuantificada por el número de repeticiones logradas por unidad de tiempo. Las variables fueron medidas al inicio y término del programa, previo consentimiento informado al paciente. La duración del programa fue de 16 sesiones prácticas de 45 minutos guiadas por kinesiólogo. Con los datos obtenidos, para el análisis estadístico se usó pruebas de regresión lineal con nivel de confianza del 95%.

## RESULTADOS

La media para dolor según EVA fue de 4,59 pre intervención y de 1,18 post intervención. ( $p < 0,001$ ). La flexibilidad para ES pre intervención fue de -15,6 cm para la ES derecha y de -15,8 cm para ES izquierda. Los valores post intervención fueron de -9,5 cm para ES derecha ( $p = 0,010$ ) y -12,7 cm ES izquierda ( $p = 0,012$ ). En cuanto a la flexibilidad en las extremidades inferiores, los valores pre intervención fueron de -4,1 cm para EI derecha y -3,7 cm para EI izquierda, siendo de 2,1 y 2,4 cm post intervención respectivamente. Existe un aumento de la fuerza post intervención tanto para las ES como para las EI mejorando en un 34,1 y 35,4% respectivamente ( $p < 0,001$ ).

## CONCLUSIONES

La actividad física regular y guiada para los adultos mayores disminuye el dolor y aumenta la flexibilidad y la fuerza de extremidades superiores e inferiores, mejorando su calidad de vida.

**Palabras clave:** Actividad física, adultos mayores, envejecimiento, vida saludable.

<sup>(1)</sup> Cesfam Vitacura. klgo.cristian@gmail.com