



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VII – N. 19 – 2013

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n19/350d.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "CUIDADOS Y TECNOLOGÍA: UNA RELACIÓN NECESARIA" I Congreso Virtual, IX Reunión Internacional de Enfermería Basada en la Evidencia, reunión celebrada del 21 al 22 de noviembre de 2013 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título **Programa educativo de prevención de las úlceras por presión**
Autores Oriol Martínez Rodríguez, Susana Ordóñez Martín, Irina Pocurull Roda
Centro/institución Pius Hospital de Valls
Ciudad/país Valls (Tarragona), España
Dirección e-mail oriol226@gmail.com

RESUMEN

Introducción: Las úlceras por presión (UPP) afectan a un 8,34% de los pacientes domiciliarios. Las UPP son consideradas una epidemia y desgraciadamente también un mal menor, por ello hablamos de un problema económico (6% de gasto sanitario), ético y de sufrimiento humano. Las personas con UPP se enfrentan a una gran carga física y emocional; por ello, es necesario un programa de educación para prevenir, evitar el sufrimiento y mejorar la calidad de vida de pacientes y cuidadores.

Objetivo: Capacitar al cuidador para que adquiera conocimientos y habilidades para la prevención de las UPP, así como la disminución de la prevalencia de éstas.

Metodología: Programa de prevención sanitaria que combina métodos educativos directos e indirectos, que se inicia durante la estancia hospitalaria en un sociosanitario de Tarragona y se realiza el seguimiento en el domicilio por el centro de salud correspondiente.

Palabras clave: Úlceras por presión/ Prevención/ Programa educativo/ Cuidador/ Sociosanitario.

ABSTRACT

Introduction: Pressure ulcers affect 8.34% of patients living at home. The pressure ulcers is considered an epidemic and unfortunately also a lesser evil, so we talk about an economic problem (6% of health spending), ethical and human suffering. People with pressure ulcers face a great physical and emotional burden, which is why you need an education program to prevent, avoid suffering and improve the quality of life of patients and caregivers. *Objective:* To enable the caregiver to acquire knowledge and skills for the prevention of pressure ulcers and the decreased prevalence of these. *Methodology:* health prevention program that combines direct and indirect teaching methods, which starts during the hospital stay in chronic hospital of Tarragona and tracked in the home by the corresponding health center.

Key-words: Pressure ulcer/ Prevention/ Educational program/ Caregiver/ Chronic hospital

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

“Las úlceras por presión, una epidemia bajo las sábanas”
Pamela Hibbs (Enfemera, 1987)

Introducción

La aparición de úlceras por presión (UPP) eleva la mortalidad y la morbilidad, origina una gran impacto y serias repercusiones para el nivel de salud de los pacientes afectados, deteriora su calidad de vida, altera el entorno y equilibrio familiar, conlleva un importante problema para el Sistema de Salud; y su atención un aumento de la carga de trabajo enfermero e incremento del consumo de recursos socio sanitarios, lo que repercute en un aumento de los costes sanitarios.¹⁻⁴

Las úlceras por presión constituyen con frecuencia el principal problema de salud de pacientes y familiares en el domicilio.¹ Los estudios nacionales de prevalencia, en pacientes domiciliarios obtuvieron una prevalencia de 8,34% en 2001 y de 4,78% en 2005.⁴ Además de en el domicilio, las úlceras por presión constituyen un importante problema de salud para todos los niveles asistenciales, en todas las escenas del cuidado^{2,3} así pues, la prevalencia en hospitales es de 8,24% y en centros sociosanitarios un 6,10%.⁴ En residencias geriátricas se estima una prevalencias del 11%.⁵ El Segundo Estudio Nacional de Prevalencia en España de 2005 estima diariamente entre 57.000 y 100.000 pacientes con UPP, el 84,7% son mayores de 65 años,^{4,6} lo que supone entre 48.000 y 85.000 pacientes mayores de 65 años con UPP atendidos diariamente.⁶

Las UPP son un problema de primer orden, cuya magnitud para los pacientes, los servicios de salud y la sociedad en general hace que deba ser considerado como un problema de salud pública y precisa, por tanto, de todos los medios y recursos necesarios para combatirlas.^{4,7}

Coste sanitario y dimensionamiento global del coste

Para profundizar más en la importancia del problema podríamos apuntar a las repercusiones económicas que generan cada año. El Dr. Posnett, catedrático de economía de la salud de la Universidad de York y Joan Enric Torra Bou, subdirector del GNEAUPP, extrapolaron en el año 2000, un estudio del Reino Unido, a nuestro entorno socio económico, concluyendo que el gasto sanitario como causa de las UPP en 2000, fue de 1.687 millones de euros. El 5,21% de nuestro gasto sanitario aquel año,^{6,8} similar al gasto del Reino Unido, pero mucho menor, el cual representa un 4% del gasto (prevención y tratamiento).⁹ Todo y así, el gasto más importante lo generan las vidas humanas que perdemos por esta causa: en 2001 más de 600 personas mayores de 65 años.⁸

En el 2007 Soldevilla e tal. estimaron el coste del tratamiento global de las úlceras por presión en España, utilizando para ello información proveniente de diferentes fuentes de datos primarios. El estudio demuestra que el costo de tratamiento de una úlcera por presión aumenta sustancialmente en razón directa con la severidad de la úlcera, yendo desde los 24 € Grado I a los 6.802 € para pacientes tratados en hospitales. La severidad de la úlcera aumenta el costo global porque el tiempo de curación es más prolongado y la incidencia de complicaciones más alta en los casos severos.⁷ El 15% del gasto

representa el costo de apósitos y otros materiales, mientras que el 19% lo representan el costo de enfermería, y el 45 % del total lo representa el costo de las estancias extras en el hospital relacionadas con estas lesiones.⁷

La bibliografía refiere que el coste se puede reducir mediante:⁵ Medidas efectivas de prevención, asegurando una pronta detección y tratamiento, y garantizando una óptima práctica clínica. Pero tal como señala Soldevilla et al podemos observar que se ha podido medir el coste económico pero no se ha medido el coste del impacto de las UPP en el sufrimiento y en la calidad de vida de quienes las sufren (pacientes, cuidadores, entornos familiares,...), variables de gran trascendencia e impacto en esa búsqueda del dimensionamiento global del problema de las UPP.⁵ Es decir, no es tan sólo el coste económico, las personas con UPP se enfrentan a una gran carga emocional y física, sufren dolor, molestias, una baja calidad de vida y necesitan un constante contacto con los servicios de salud.¹⁰ Debemos prevenir para evitar el sufrimiento al paciente y mejorar la calidad de los cuidadores.¹¹ Por ello es necesario un programa de educación para la salud abordando esta gran problemática.

Causas, factores de riesgo

La aparición de las úlceras por presión no puede imputarse a unos cuidados inadecuados exclusivamente. La etiología de las úlceras por presión es multifactorial, relacionada a menudo con diversas afecciones. Los factores más influyentes son la presión y resistencia de los tejidos al soportarla. Identificamos causas intrínsecas como la edad, estado nutricional, peso temperatura, y también causas extrínsecas como la humedad, fricción y fuerzas de cizalla. Suelen presentarse en pacientes que pasan un largo tiempo encamados, con escasa o nula movilidad y con bajas defensas generales, en su mayoría ancianos.¹

En un estudio realizado para estimar los conocimientos sobre los factores de riesgo de las úlceras por presión, se considera que los cuidadores son conscientes de que la inmovilidad es uno de los factores más importantes para la aparición de úlceras aunque existe cierta incertidumbre por parte de los cuidadores cuando se les aborda este tema, ya que la mayoría desconocen otros factores importantes como son: alimentación, humedad, higiene y adelgazamiento entre otros. El estudio concluye que se debería trabajar más con los cuidadores sobre esta cuestión para aumentar los conocimientos sobre los factores de riesgo, mediante la educación para la salud.¹⁰

Prevención y Educación para la Salud

En 2010 tuvo lugar la “Declaración de Río de Janeiro” sobre la prevención de las úlceras por presión como Derecho Universal, importante paso que dio visibilidad a un problema de dimensión mundial, considerado una epidemia.¹² Pese a la gran dimensión del problema, la evidencia demuestra que son posibles de evitar en un elevado porcentaje, cercano a la totalidad (un 95%).^{2,12} En la actualidad la bibliografía describe que la alta prevalencia de las UPP es debida al hecho de considerar las UPP un mal menor, hecho que hace entrever el problema económico, ético y en definitiva de índole humana que suponen las UPP.¹² Por ello se hace necesario el establecimiento de medidas y estrategias adecuadas de educación y prevención en UPP.

A nivel hospitalario hay descritas en la bibliografía diferentes estrategias para la prevención y buena evolución de las úlceras por presión. Anguera et al. observaron que la formación de los profesionales en cuanto a la aplicación de medidas preventivas estandarizadas disminuye la incidencia de UPP. Los programas educativos para profesionales van encaminados a sensibilizar a los profesionales de la importancia de las UPP, dar a conocer los procedimientos de prevención y tratamiento, y unificar criterios de actuación en función de la evidencia científica. La educación dirigida a los profesionales, en la UCI de Joan XXIII de Tarragona, permitieron reducir la incidencia de UPP en un 6,49%. El 90,2 % de los pacientes que se ulceraron fueron clasificados como de riesgo alto, y el 75,5% de las UPP aparecieron en pacientes no portadores de colchones alternantes (de aire).³ Una empresa de este tipo de colchones refiere que el coste de este si se utiliza durante 250 días al año, supone un coste diario de 7,2 €, contrastando que el promedio de una UPP de grado IV puede suponer un coste de 4.868 €. También se determina que con 1 € en prevención podemos llegar a evitar el gasto del 5,7 % en el tratamiento.¹¹ Por ello debemos prevenir para disminuir costes asistenciales.

Romero y Valentín concluyen que tener conocimientos en la prevención y manejo de las UPP es imprescindible para que el paciente y la familia puedan alcanzar un mayor grado de autonomía e independencia, lo que contribuye a mejorar la calidad de vida.¹ En el estudio de Anguera et al. resaltan la importancia de la formación del personal de enfermería sobre las UPP mediante sesiones informativas periódicas, así como la necesidad de disponer de un protocolo actualizado para la prevención y tratamiento, basado en la evidencia científica.³ Por ello es de alta importancia promover y fomentar la participación del paciente y la familia en su autocuidado,² a través de un programa adecuado educativo adecuado que facilite que estos conocimientos lleguen a los pacientes y cuidadores.

La familia desempeña un papel determinante como apoyo en el cuidado integral y continuado del paciente domiciliario, constituyendo un punto de conexión entre éste y la comunidad.² Virginia Henderson considera al paciente y familia como una unidad, desde esta perspectiva, mediante la valoración, planificación, realización y evaluación de la asistencia, ayuda al paciente y a la familia en el progreso hacia la independencia. Así la educación sanitaria se conforma como una herramienta imprescindible, para conseguir implicar a pacientes y familiares en el proceso de su salud.¹

La educación sanitaria se presenta como un instrumento para conseguir este nivel de independencia, de autocuidado por parte de pacientes y familias a través de la información y adquisición de habilidades promoviendo hábitos y conductas saludables. A partir de su propia experiencia de vida, salud, enfermedad, emociones, deseos y de su propia realidad sociocultural, en definitiva sus necesidades. Rodríguez Palma et al. identifican la siguientes necesidades en los cuidadores familiares: Necesidad de información, de apoyo y soporte emocional, de descanso y, de formación. El profesional de Enfermería es el responsable de planificar y gestionar los cuidados para solucionar o paliar y evaluar los resultados.²

Tras los datos expuestos nos hemos planteado la importancia que tiene la prevención para evitar la aparición de úlceras de presión en el domicilio para fomentar la participación activa del paciente y de los cuidadores. Por ello es necesaria la puesta en marcha y el establecimiento de programas de apoyo tanto de tipo educativo como formativo e instrumental que desarrollaremos a continuación.²

Finalidad y objetivos

Valorar la importancia de la prevención en las UPP en el domicilio, con un programa de prevención iniciado durante la estancia hospitalaria en un sociosanitario de Tarragona.

Objetivos generales

- Capacitar al cuidador para que tenga conocimientos y las habilidades para realizar cambios posturales, cuidado de la piel y así prevenir el desarrollo de úlceras por presión (UPP).
- Disminuir la prevalencia de úlceras por presión, en un 5%, en la población dependiente en domicilio en 1 año, de los pacientes de nueva inclusión en el programa atención domiciliaria del centro de salud correspondiente, derivados por un sociosanitario de Tarragona.

Objetivos específicos

1. Identificar a la persona con riesgo de desarrollar una herida por presión con el fin de capacitar al cuidador.
2. Conocer los aspectos más importantes de las UPP.
3. Aprender a movilizar a los pacientes como método de prevención de las úlceras.
4. Adquirir hábitos de prevención en el cuidado de pacientes a nivel de la alimentación, hidratación e higiene de la piel.
5. Motivar a la familia del paciente para expresión de sentimientos, dudas e inquietudes ante las UPP.
6. Disminuir la incidencia de las heridas como indicador de calidad de los cuidados enfermeros.

Metodología

Programa de prevención sanitaria que combina métodos educativos directos e indirectos, que se inicia durante la estancia hospitalaria en un sociosanitario de Tarragona y se realiza el seguimiento en el domicilio por el centro de salud correspondiente.

A continuación detallamos los métodos utilizados.

Métodos directos

1. Entrevista sanitaria, para determinar la inclusión en el programa.
2. Diálogo con el paciente y cuidador.
3. Cuestionario de evaluación inicial del taller.
4. Charla / taller a pacientes y/o cuidadores con soporte audiovisual.
5. Cuestionario de evaluación final del taller.
6. Soporte por internet mediante videoconferencia.

Métodos indirectos

1. Soporte por internet (Comunidad Google+)
2. Tríptico informativo.

3. Cuadernillo, guía de los cuidados preventivos de las UPP en el domicilio.
4. Rueda de la prevención de las UPP.
5. Escala Braden-Bergstrom de valoración del riesgo de UPP.

Charla / taller de las úlceras por presión

Siguiendo el programa educativo planteado por Romero y Valentín,¹ marcaremos tres sesiones educativas a los pacientes que estén a un mes del alta hospitalaria.

Distribuido en las tres primeras sesiones. Grupales o individuales en caso de no ser posible.

Primera sesión:

- ✓ Qué son las úlceras por presión: definición
- ✓ Por qué se producen: factores de riesgo
- ✓ Dónde aparecen: localizaciones
- ✓ En quién aparecen: pacientes de riesgo
- ✓ Riesgos y complicaciones que comportan

Segunda sesión: Cómo evitarlas: medidas de prevención.

Tercera sesión: Cómo tratarlas: medidas de tratamiento.

Paralelamente a las sesiones teórico-prácticas se realizará a nivel individual el seguimiento práctico en las habitaciones del paciente, implicando al cuidador en el manejo del cuidado y favoreciendo el asentamiento de los conceptos y habilidades abordadas las tres primeras sesiones explicativas. Con la finalidad de comprobar el grado de aprendizaje.

Guía para los cuidadores familiares. Nociones básicas acerca de la UPP y actividades tendentes a su prevención

Siguiendo las pautas de Rodríguez et al² este recurso nos permitirá plasmar de forma visual los conceptos y actividades transmitidas en la charla en la habitación o el taller/charla con grupo de cuidadores. Se trata de una guía eminentemente gráfica, sencilla, breve y de fácil comprensión. Pretende facilitar la enseñanza y servir como material de apoyo a los cuidadores. La guía para cuidadores familiares dedicada a las UPP y su prevención, desarrolla la función de soporte y contribución y alcanzar el objetivo de autonomía en los cuidados en el domicilio y mejora de la calidad de vida.

Cuadernillo de 14 páginas que consta de:

- ✓ Portada. Título, autores y destinatarios
- ✓ Página 1. Incluye los epígrafes: que son las úlceras por presión y porqué se producen
- ✓ Páginas 2 y 3. Dónde aparecen: son dibujos donde se reflejan las zonas de localización más frecuente según el paciente se halla sentado, acostado boca arriba, acostado de lado o reclinado. Se inicia el apartado En quién aparecen.
- ✓ Página 4. Continúa exponiendo los factores predisponentes y desglosa los riesgos y complicaciones

- ✓ Página 5 a 12. Se exponen las medidas de prevención por medio de textos y dibujos: cambios posturales, movilización, masajes, examen de la piel, uso de dispositivos, higiene y cuidados generales.
- ✓ Páginas 13 y 14. Páginas en blanco para notas y recomendaciones.
- ✓ Última página. Reservada para direcciones y teléfonos de contacto del Centro de Salud y de los profesionales del mismo.

Rueda de la prevención de las UPP. Rueda de los cambios posturales y de la escala visual del eritema

Se trata de un recurso muy gráfico, divertido y que pretende resaltar la prevención de las úlceras por presión mediante los cambios posturales y la llamada escala visual del eritema, es decir el control de la piel de todas las prominencias óseas. Todo ello con un pequeño cuadernillo que contiene una rueda giratoria que ayuda a decir los cambios posturales y a controlar el estado de la piel, sobre todo en cualquier prominencia ósea.

Triptico informativo

Este recurso nos facilitará que llegue a más persona el proceso educativo que abordamos. Informará del taller educativo de grupos de cuidadores.

Comunidad Google+

Para poder realizar un seguimiento del taller de prevención de UPP a los familiares, utilizaremos un espacio o aula virtual de Google+, llamado de forma coloquial Comunidad.

Será una Comunidad privada (sólo tendrán acceso los usuarios invitados a ella con información visible sólo para ellos) donde los moderadores de la misma serán los profesionales de Enfermería que imparten el taller de prevención de las UPP.

A la Comunidad serán invitados todos los familiares asistentes al taller mediante una cuenta de correo electrónico de GMAIL.

El nombre de la Comunidad es “Taller de prevención de UPP” de educación para la salud. Hemos dividido el aula virtual (la Comunidad) en diversas categorías: foro de dudas de UPP, vídeos educativos, noticias UPP, consulta con Enfermería, Hangout (videoconferencia), eventos de grupo y enlaces a páginas web de interés y fiables para obtener más información.

En cada apartado se podrán ir publicando diversos materiales educativos que estarán al alcance de todos los usuarios de la Comunidad y donde podrán ir publicando sus dudas sobre el curso o tema o incluso teniendo acceso a contactar con los profesionales de Enfermería encargados de impartir el curso y resolver sus dudas online.

Creemos que esta es una manera de llegar a los familiares para tener éxito en el taller de prevención de las UPP y de ser más próximos a ellos con la ayuda de las TIC, al alcance de prácticamente toda la población en la actualidad.

Junto a esta aula virtual, daremos acceso a los usuarios a GOOGLE DRIVE, también a través de la cuenta de GMAIL y cuenta de Google +. En este espacio colgaremos el material docente utilizado durante el taller impartido.

Inicialmente elaboraremos un plan de trabajo en el que estableceremos tareas concretas, fechas horarios y plan de participación de las familias.

Bibliografía

1. Romero CG, Valentín MAG. Programa educativo para el tratamiento de úlceras por presión: caso clínico. *Metas de enfermería* 2004;7(8):60-64.
2. Rodríguez Palma M, Malia Gázquez R, Barba Chacón A. Nociones básicas acerca de las úlceras por presión y su prevención: una guía para los cuidados familiares. *Gerokomos* 2000;11(3):152-156.
3. Anguera Saperas L, Colodrero Díaz E, García Grau N, Mateo Zapata E, Roca Biosca A, Velasco Guillén M. La educación como pieza clave en la prevención y buena evolución de las úlceras por presión. *Enfermería intensiva* 2009;20(1):19-26.
4. Úlceras por presión y heridas crónicas. Documento reconocido de interés profesional por el GNEAUPP (Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento en Úlceras por presión y Heridas crónicas)
5. Soldevilla Agreda José Javier, Torra i Bou Joan-Enric, Verdú Soriano José, López Casanova Pablo. 3.er Estudio Nacional de Prevalencia de Úlceras por Presión en España, 2009: Epidemiología y variables definitorias de las lesiones y pacientes. *Gerokomos* [revista en la Internet]. 2011 Jun [citado 2013 Marzo 30]; 22(2): 77-90. Disponible:[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2011000200005](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2011000200005&lng=es) &lng=es.<http://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2011000200005>
6. Soldevilla Agreda JJ, Torra i Bou JE, Verdú Soriano J, Martínez Cuervo F, López Casanova P, Rueda López J, Mayán Santos JM. 2º estudio nacional de prevalencia de úlceras por presión en España, 2005. *Epidemiología y variables definitorias de las lesiones y pacientes. Gerokomos*; 2006, 17(3): 154-172.
7. Soldevilla Agreda JJ, Torra i Bou J, Posnett J, Verdú Soriano J, San Miguel L, Mayan Santos JM. Una aproximación al impacto del coste económico del tratamiento de las úlceras por presión en España. *Gerokomos* 2007;18(4):43-52.
8. Posnett, J; Soldevilla JJ, Torra JE. Epidemiología y costo de las úlceras por presión en España. Estudio GNEAUPP 2005. Libro de Abstrac del VI Simposio Nacional de Úlceras por Presión. GNEAUPP. Zaragoza. 2006.
9. JBI Úlceras por presión. Manejo de las lesiones por presión. *Best Practice* 2008; 12 (3). Edición: 06-05-08.
10. Martínez Lopez, R. Ponce Martinez, D.E.. Valoración de los conocimientos del cuidador principal sobre úlceras de presión. *Enferm. glob.* [online]. 2011, vol.10, n.24, pp. 0-0. ISSN 1695-6141. <http://dx.doi.org/10.4321/S1695-61412011000400005>
11. Nadal MJN. El presente debe ser prevención: Simposios paralelos de Smith & Nephew. *Revista ROL de enfermería* 2011;34(2):32-33.
12. Blanco JZ. Prevención de las úlceras por presión: Como derecho universal. *Revista ROL de enfermería* 2013;36(2):33-35.
13. Sáez Cárdenas S. Promoción y educación para la salud: conceptos, metodología, programas. Lleida: Milenio; 2001.