

TERAPIA OCUPACIONAL: FORMACIÓN A CUIDADORES DE PERSONAS CON DEMENCIA EN SU DOMICILIO

AUTORAS Y DATOS DE FILIACIÓN

Huete Valencia Montserrat, montsehue@hotmail.com

Pacheco Bellon Victoria, victoriabellon@yahoo.es

Tendero Moraleda M^a Isabel, isabel_tendero_moraleda@hotmail.com

Terapeutas Ocupacionales en el Medio Rural para la Atención y Prevención a la Dependencia.

INTRODUCCIÓN

Según la Primera Conferencia Nacional de Prevención y Promoción de la Salud (1998) (1), España presenta uno de los índices más altos de envejecimiento, cercano al 18 %, asociado a procesos crónicos y degenerativos, frecuentemente incapacitantes, lo que ocasiona un mayor gasto en salud en relación con un mayor gasto de recursos sanitarios y sociales.

Las personas que se encargan del cuidado de dependientes, son, frecuentemente, familiares, en su mayoría mujeres mayores de 45 años, sin formación, presentando en su mayoría sobrecarga del cuidador.

A continuación se presenta un estudio sobre como influye la formación del T.O. en el domicilio de los cuidadores principales de personas con deterioro cognitivo o con demencia.

MATERIAL Y MÉTODO

Durante el 2008 se valoraron a 281 personas mayores de 60 años, en el Área de Montes Norte y Alcolea de Calatrava, que llegaron al Servicio de Terapia Ocupacional bien por derivación de Atención Primaria, Servicios Sociales Básicos o por solicitud propia del Servicio, de los cuales, 21 personas, presentaban deterioro cognitivo o demencia con distinta puntuación en G.D.S.

Estas 281 personas fueron valoradas desde febrero a Junio de 2008 por tres terapeutas ocupacionales, siguiendo un mismo criterio y usando para ello, escalas estandarizadas (Índice de Barthel, Escala de Lawton y Brody, Miniexamen Cognoscitivo (2) y G.D.S) y no estandarizadas (Evaluación de las Actividades Básicas de la Vida Diaria y de las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (3)).

El objetivo de este trabajo, ha sido valorar:

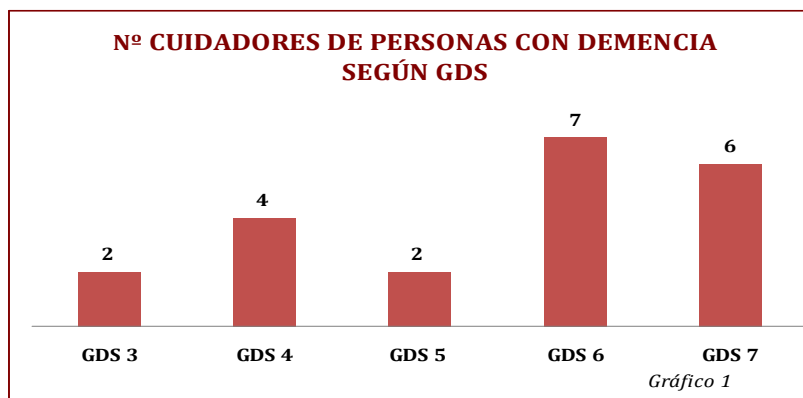
- a) Grado de disminución de sobrecarga del cuidador, tras la intervención del T.O., según parentesco, escala de deterioro global y convivencia.
- b) Grado de satisfacción del cuidador tras la intervención y formación del mismo, por el T.O.

Para realizar este estudio hemos trabajado con cada uno de los cuidadores principales de personas con demencia o con deterioro cognitivo, 21 en total, cuyo criterio de selección fue el siguiente:

- Cuidadores principales de personas que puntúan en G.D.S. entre 3 y 7 puntos, descartando aquellas personas con G.D.S. 1 y 2 por no presentar deterioro cognitivo. Decir que todas aquellas personas que tenían la puntuación en G.D.S. antes citada contaban con cuidador.
- Parentesco con la persona con demencia o con deterioro cognitivo: Hijo, hija, nuera, yerno (a partir de ahora hijos), esposo o esposa (en adelante cónyuge). No habiendo ningún cuidador que no cumpliera este criterio.

El **perfil de los 21 cuidadores** queda de la siguiente forma:

- Cuidadores de personas con deterioro cognitivo o con demencia con *G.D.S. entre 3 y 7*. Como se observa en el gráfico 1, el número de cuidadores de personas con demencia con G.D.S. 6 era el más alto presentando un total de 7, mientras que con G.D.S. 3 y 5, solo hay dos.



- *Parentesco* siendo 11 cuidadores hijos de la persona con demencia y 10 cónyuges.
- *Convivencia*: 16 cuidadores conviven con la persona con demencia y 5 no conviven.
- *Edad*, siendo la edad media de los cónyuges de 75 años y la de los hijos 52 años.

Los **métodos** utilizados para realizar este estudio son:

- *Entrevista de Zarit*, previa y posterior a la formación del T.O en el domicilio.
- Elaboración de un *Cuestionario de Satisfacción* para los cuidadores principales tras la formación del T.O.

Una vez, detectados todos los usuarios del Servicio de T.O. con G.D.S. entre 3 y 7, se procedió a la evaluación de la sobrecarga de los cuidadores principales, de las 21 personas con deterioro cognitivo o demencia, utilizando para ello la Entrevista de Zarit. Los resultados obtenidos son los siguientes:

- 2 cuidadores principales no presentaban sobrecarga.
- 5 presentaban sobrecarga leve
- 14 puntuaron sobrecarga intensa.

Estos 21 cuidadores recibieron formación del Servicio de T.O. en su domicilio con una frecuencia de 2 sesiones por semana de una hora de duración, con un total de 16- 18 sesiones durante 2 meses, realizando una reevaluación una vez acabada la intervención y un seguimiento mensual esparciéndose hasta un máximo dos meses, según las necesidades de cada usuario.

Área 1: Entrenamiento en Actividades de la Vida Diaria (AVDs):

Se llevó a cabo un análisis de las actividades, adaptándolas y simplificándolas según las capacidades de la persona, proporcionando instrucciones al cuidador para el baño, vestido, alimentación, transferencias,... fomentando la independencia de la persona con demencia.

Área 2: Asesoramiento, prescripción y entrenamiento en Ayudas Técnicas:

Asesorar, prescribir y entrenar en ayudas técnicas para facilitar la realización de actividades, tanto para el cuidador como para la persona, teniendo en cuenta su grado de deterioro cognitivo.

Área 3: Adaptación/ modificación ambiental:

Analizar el entorno, llevando a cabo las modificaciones y adaptaciones oportunas, así como el uso de ayudas externas para mejorar la orientación en el propio domicilio, proporcionando un ambiente facilitador y seguro, adaptando las demandas del mismo al desempeño de la persona con demencia.

Área 4: Formación continua a cuidadores principales:

Realización de tres módulos formativos, de cuatro horas de duración cada uno, en las siguientes materias:

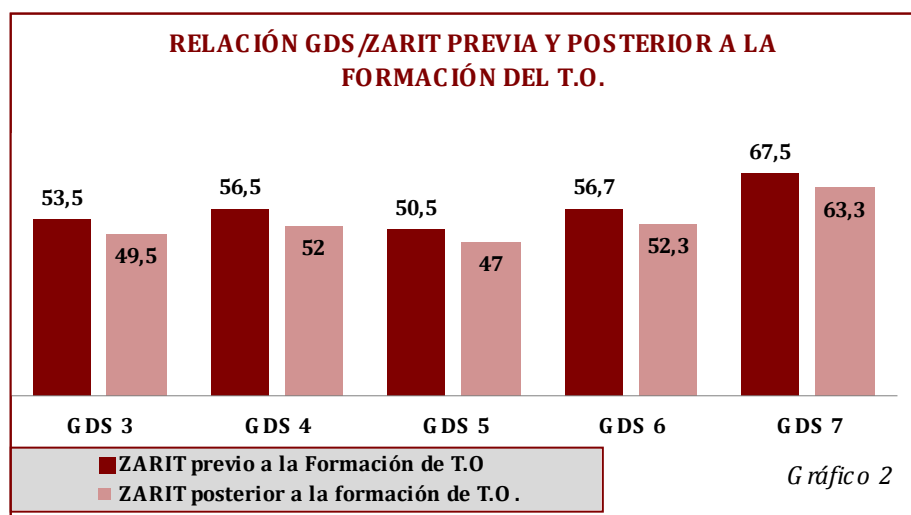
- Modulo I: *Introducción al deterioro cognitivo y la demencia en las personas mayores. Diferencia con el envejecimiento fisiológico.*
- Modulo II: *Técnicas de comunicación y control de la sintomatología ante situaciones de agresividad, desorientación,... en personas con demencia.*
- Modulo III: *Afectación del deterioro cognitivo y demencia en el desempeño ocupacional: Adaptación, modificación y simplificación de las AVDs.*

RESULTADOS

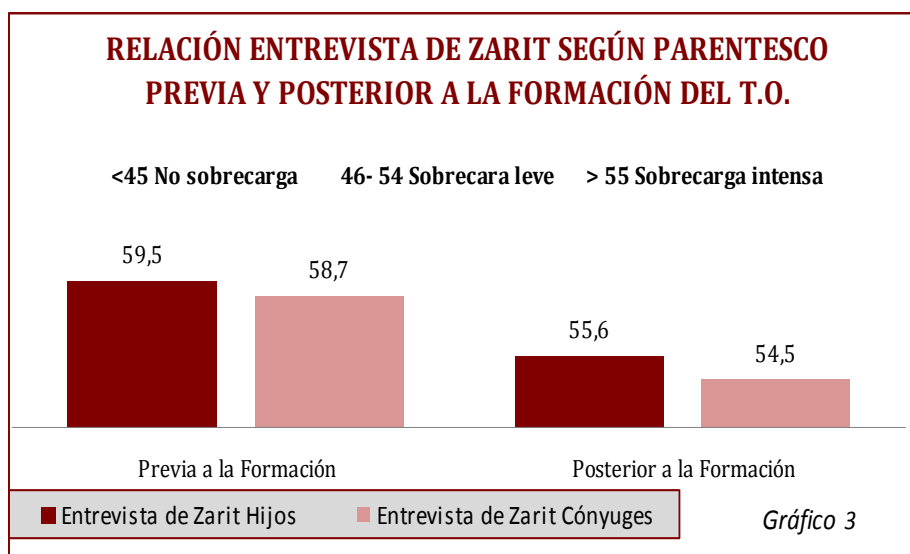
Tras dos meses de formación al cuidador de la persona con demencia en su domicilio, se reevaluó de nuevo el grado de sobrecarga, a través de la Entrevista de Zarit. Del mismo modo se entregó un cuestionario a rellenar por el cuidador para medir el grado de satisfacción respecto a la intervención del T.O. en el domicilio.

Si observamos la gráfica 2, los resultados obtenidos respecto al nivel de sobrecarga de los cuidadores, previa y posterior a la formación son los siguientes:

- Los cuidadores, de personas con demencia que puntuaban 7 en G.D.S., presentaban un mayor nivel de sobrecarga que el resto, 67,5 de media, pasando tras la formación del T.O. a 63,3 en la Entrevista de Zarit.
- Por otro lado, existe una disminución general de la sobrecarga del cuidador tras la formación, no habiendo relevancia en la disminución de esta entre cuidadores de personas con demencia con distinta puntuación en G.D.S.



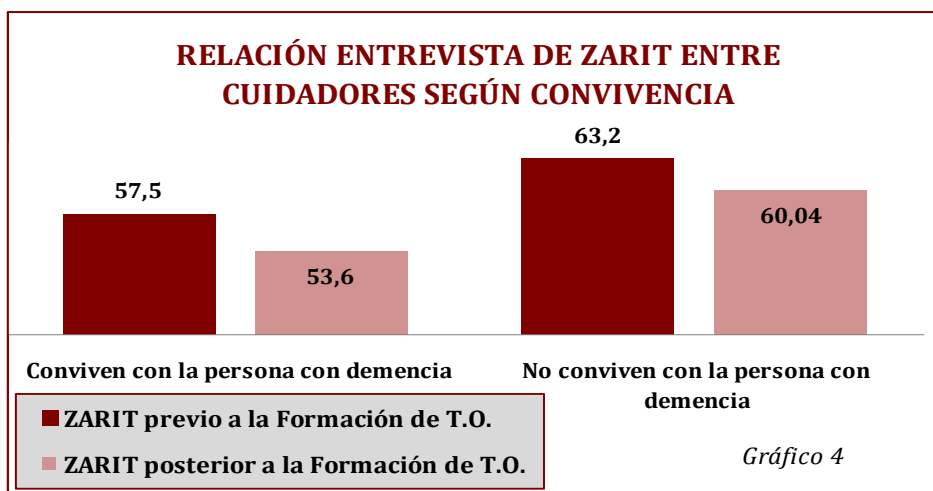
Si atendemos al gráfico 3, se observa que la media en la puntuación de sobrecarga del cuidador, según la Entrevista de Zarit en Hijos, era de 59,5, sobrecarga intensa, ligeramente superior a la presentada por los cónyuges, con un 58,7. Tras la formación en el domicilio, disminuye la sobrecarga del cuidador tanto en hijos, con una puntuación media de 55,6, como en cónyuges, con un 54,4, no existiendo diferencias significativas en la disminución de la sobrecarga de ambos.



Con respecto a la convivencia con la persona con demencia, el gráfico 4 muestra:

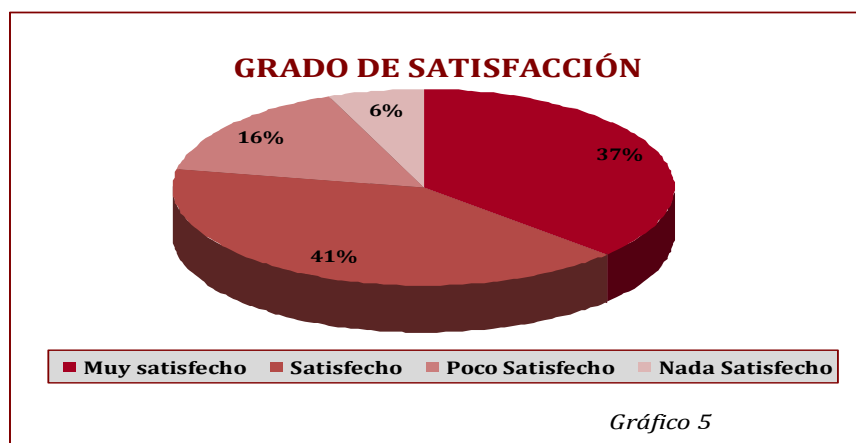
- Los cuidadores que conviven, tenían una puntuación media en el Zarit previa a la intervención de 57,5, pasando de sobrecarga intensa a sobrecarga leve con una puntuación de 53,6.
- Por otro lado, aquellos cuidadores que no conviven con la persona de demencia, la Entrevista de Zarit mostraba una puntuación media de 63,2, pasando a 60,4, que aún siendo sobrecarga intensa ha disminuido en tres puntos.

Por lo tanto, encontramos una disminución de la sobrecarga del cuidador independientemente del lugar de convivencia, existiendo mayor sobrecarga en aquellos cuidadores que conviven con la persona de demencia.



En último lugar, se ha medido el grado de Satisfacción de los cuidadores respecto a la formación del T.O, obteniendo los siguientes datos, como aparecen en el gráfico 5:

- 41% muy satisfecho con la intervención de T.O.
- 37% satisfecho con la intervención de T.O.
- 16% Poco satisfecho con la intervención de T.O.
- 6% Nada satisfecho con la intervención de T.O.



CONCLUSIONES

De forma general se concluye, que en todos los supuestos anteriormente citados, ***siempre disminuye la sobrecarga del cuidador tras la intervención del T.O en el domicilio.***

En cualquier caso esta disminución no está relacionada ni con el grado de deterioro de la persona con demencia, ni con el grado de parentesco, ni con el nivel de convivencia.

Si atendemos al grado de satisfacción de los cuidadores, más de tres cuartas partes están satisfechos o muy satisfechos con la formación del T.O en el domicilio.

BIBLIOGRAFIA

- .Ministerio de Sanidad y Consumo.
- .Durante Molina, P Y Pedro Tarrés, P. Terapia Ocupacional en geriatría: principios y práctica. Barcelona: Masson.
- Moruno Miralles, P Y Romero Ayuso, D. Actividades de la Vida Diaria. Barcelona: Masson; 2006.