



El paciente que dispone de una buena información acepta mejor la enfermedad



Durante el I Foro del Autocuidado los expertos insistieron en la necesidad de que el paciente disponga de la máxima información posible sobre su enfermedad.

CARMEN RODRÍGUEZ
 Madrid

El director del Programa de Atención a la Cronicidad del Hospital Clínic (Barcelona), Joan Escarrabill, destacó en la mesa 'Paciente crónico sujeto a terapia respiratoria', patrocinada por Oximesa, la importancia de ofrecer una buena información a los pacientes crónicos para que puedan "asumir su enfermedad" y, así, lograr que "sea lo más llevadera posible". Además, aseguró que el grado de satisfacción de los pacientes es muy relevante, "pero no puede ser el resultado más importante" de un proyecto.

El autocuidado, según Escarrabill, "tampoco es tan complicado", a pesar de que "no se aprende de la manera común en la que aprendemos el resto de cosas". Para poder gestionarlo adecuadamente es necesario tener en cuenta una serie de factores tanto externos, como internos al paciente, el grado de confianza que existe con su cuidador y el equipo que lo atiende, la medicación pautada o el nivel de conocimiento que tiene de su enfermedad.

Ello permitiría, tal y como precisó Escarrabill, que el paciente crónico aceptase su enfermedad y que esta fuese "lo más llevadera posible". Al mismo tiempo, añadió que "no saber aumenta el riesgo", al igual que "no saber identificar al que no sabe". Además, remarcó que "la satisfacción del paciente es muy importante", pero lo es más su experiencia.

A su vez, la fisioterapeuta del Servicio de Neumología del Hospital del Mar (Barcelona), Ana Balaña, hizo hincapié en la

importancia de una buena educación tanto del paciente sujeto a terapia respiratoria como del cuidador. Balaña informó de que la manera de abordar los diferentes casos de enfermos neuromusculares, pacientes con problemas respiratorios crónicos y de quienes se encuentran en unidades de críticos y semi-críticos "es muy diversa y se necesita una buena formación".

Igualmente, aseguró que la educación "nos permite dar un paso más" y que actividades como visitar una atracción emblemática, contraer matrimonio o autogestionarse "son consecuencias de educar bien al paciente". Asimismo, puntualizó que toda aquella persona que vaya a compartir un rato con el enfermo, "debe estar preparado" y saber lidiar con las dificultades que puedan surgir.

Por otro lado, la jefa del servicio de Neumología del Hospital 12 de Octubre (Madrid), María Josefa Díaz de Atauri, explicó el modo en que el estilo de vida influye en los pacientes con patologías del sueño y cómo gracias al autocuidado, se pueden minimizar los efectos que determinadas patologías causan en la salud. "El sueño lo podemos ver como causa de enfermedades pero también hay enfermedades que repercuten en el sueño", manifestó De Atauri.

Más de un 30 por ciento de la población padece trastornos del sueño y un cuatro por ciento son los sufren de forma crónica. Por ello, la jefa de Neumología recomendó, a facultativos y a pacientes, que inviertan tiempo y esfuerzo en adquirir un estilo de vida saludable para reducir riesgos y suavizar consecuencias negativas sobre la salud.