



Descanso. Personas mayores durante un rato de ocio en una residencia. :: ARCHIVO LA VERDAD

Los mayores de 75 años presentan de media tres enfermedades crónicas

Los pacientes pluripatológicos aumentan debido al envejecimiento de la población que propicia la aparición de diversas patologías

:: RAQUEL SUÁREZ

LA VERDAD. Las mejores condiciones de vida y el avance de la medicina han propiciado que se alarguen los años de vida y, con ello, el mayor número de personas que conviven con varias enfermedades crónicas durante muchos años, convirtiéndose en pacientes pluripatológicos, o pacientes afectados por dos o más enfermedades crónicas limitantes y sintomáticas. En un estudio realizado en 2006, se constató que las personas de entre 65 y 74 años tienen una media de 2,8 problemas o enfermedades crónicas, alcanzando 3,2, entre los mayores de 75 años.

Mejorar la atención del paciente pluripatológico y la calidad de la asistencia que se presta a las poblaciones más frágiles de ancianos y de pacientes pluripatológicos se ha convertido en uno de los principales objetivos de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Por ello, a través del Grupo de Estudio de Pacientes Pluripatológicos y de Edad Avanzada, ha llevado a cabo el Proyecto Profund (modelo Pronóstico y de predicción FUNCional Desarrollado para pacientes pluripatológicos en España), «un ambicioso proyecto, que tiene como objetivo principal avanzar en el conocimiento científico de la supervivencia y deterioro funcional de los pacientes pluripatológicos, en el que han participado más de 50 investigadores de 36 hospitales es-

pañoles y se han incluido un total de 1632 pacientes», afirma el doctor. Máximo Bernabeu-Wittel, coordinador del Proyecto.

A través de este estudio se ha realizado una aproximación a la figura del cuidador, mediante la obtención de datos reveladores, «que confirman una realidad sociofamiliar indiscutible que se había apuntado con cierta timidez en estudios más pequeños de centros sanitarios individuales», señala el doctor Javier García Alegría, presidente de la Fundación Española de Medicina Interna (FEMI).

El cuidador

De esta forma, del estudio se extrae que del total de pacientes incluidos, 890, lo que supone el 52 por ciento del total, presentaban un importante nivel de dependencia, por lo que requerían la figura del cuidador. Asimismo, un total de 1.186 pacientes pluripatológicos contaban con una persona cuidadora, que en un 81% de los casos eran muje-

res, en una media de edad de entre 41 y 50 años.

El grado de relación con el paciente más frecuente era hija, en un 43% de los casos, se trataba de la esposa en un 40% de las ocasiones, un profesional contratado en el 9%, y por último un familiar de segundo grado en casi un 8% de los casos.

De estos pacientes, «el 93% vivía en su domicilio frente al 6,5%, que lo hacía en residencias asistidas, y de los que vivían en su domicilio, sólo un 6,4% estaba atendido por personal contratado», indica el doctor Antonio Fernández Moyano, coordinador del Grupo de Trabajo de FEMI. Las conclusiones más relevantes de este análisis señalan cómo algo más de la mitad de los pacientes pluripatológicos de una muestra nacional extraída de 36 hospitales españoles requería cuidador, disponiendo en su gran mayoría de una persona próxima, habitualmente una mujer. Y es que, «suelen ser las esposas y/o hijas las

que asumen este rol, y lo hacen en el domicilio familiar. En muy baja proporción, los pacientes pluripatológicos viven en residencias asistidas o son atendidos por personal contratado en su propio domicilio», determina el doctor. Fernández Moyano. «Estos datos deben hacernos reflexionar sobre cuestiones importantes como la igualdad de género, el rol clave que desempeñan las cuidadoras de pacientes frágiles en nuestra sociedad, el escaso reconocimiento institucional y social de este rol, y las implicaciones y connotaciones que supone». De esta forma, continúa el doctor Bernabeu-Wittel, «la ciencia médica tiene en esta área una gran labor social y de sensibilización, y por ello no debemos dejar pasar el reconocimiento público de una realidad cotidiana poco valorada y conocida, y rendir homenaje a las mujeres que desempeñan esta valiosa función, en pro del bienestar de los ancianos y de los ciudadanos más frágiles», concluye.

La dependencia aumenta el riesgo de sufrir malos tratos, según un estudio

Un estudio realizado en España sobre el maltrato a las personas mayores demostró que uno de cada cien ancianos confiesa haber sido maltratado en alguna ocasión, lo que supone unas 60.000 personas cada año, y el 5% de los cuidadores que se encargan de ellos admite que lo ha hecho. Las causas de este maltrato detectado en el informe se atribuyen al llamado síndrome del cuidador quemado, que se caracteriza por una situación de estrés insostenible y depresión que deriva en un grave trastorno psicológico. Entre los factores de riesgo que presenta un anciano para sufrir abusos por parte del cuidador, el informe concluye que la dependencia es el principal indicador de vulnerabilidad de la víctima. Esta condición de dependiente duplica la probabilidad de que una persona sufra maltrato. A medida que aumenta el grado de dependencia, lo hace paralelamente la incidencia de los abusos: el 1% con dependencia moderada confiesa haber sido maltratado; el 2% de los ancianos tienen dependencia severa; y el 3% padecen el mayor grado, son grandes dependientes. También crece la prevalencia de los malos tratos según el género del anciano: el porcentaje de mujeres víctimas de malos tratos casi dobla al de los hombres -un 63% por un 37%- . Ocurre lo mismo con la edad y que el 60% de las víctimas supera los 74 años de edad.

La mayoría de los cuidadores de ancianos sufren el deterioro de su propia salud

:: R. SUÁREZ

LA VERDAD. El cansancio físico y el deterioro de la salud son comunes a la mayor parte de las personas que tienen a su cargo ancianos dependientes. La edad media del cuidador es de 52 años y un 20% de los que se ocupan del cuidado diario de los mayores tienen más de 60 años. La tarea que tienen encomendada no sólo afecta a su salud física sino que también repercute en su estado de ánimo. Sentimientos de tris-

teza y desesperación, irritabilidad y ansiedad son frecuentes en estas personas que están preocupados por la salud del familiar por la suya propia y por la situación de conflicto familiar que acarrea el cuidado del anciano.

Los primeros síntomas para detectar que el cuidador está al borde de un colapso emocional y poniendo en serio riesgo su propia salud son los problemas de sueño, la pérdida de energía, las palpitaciones, las molestias digesti-

vas, el aumento o disminución del apetito, el enfadarse fácilmente, los cambios de humor y los comportamientos obsesivos como limpiar continuamente, entre otros. Ayudar a las personas que se encuentran en esta situación resulta a menudo difícil ya que a menudo piensan que sólo ellos pueden realizar esas tareas de cuidar al anciano y, a menudo, hacen incluso mucho más de lo que deberían ya que el mayor al que prestan cuidado tam-

bién puede realizar algunas cosas por sí mismos.

Para los familiares que deseen apoyar al cuidador, los expertos recomiendan intentar empatizar con ellos y comprender las razones por las que tienen que cuidar de estos enfermos pese a que ello suponga un alto coste para su propia vida. «No basta con preguntarle qué puedo hacer por ti. Es necesario tomar la iniciativa y hacer lo que se cree que se debe hacer» apuntan los expertos. Igualmente, recomiendan animarles a disfrutar del tiempo libre y de las actividades de ocio ya que a menudo estas personas se han olvidado de lo positivo que resulta alejarse por un tiempo de las responsabilidades.