

¿SON LAS REDES DE APOYO A CUIDADORES UNA HERRAMIENTA DE AFRONTAMIENTO EFICAZ?

Autora: Fernández Villa L.

Marco conceptual

- En el contexto socio- económico actual, son muchos los pacientes con demencia que viven en la comunidad, y dependen de un miembro de la familia para su cuidado. Los cuidadores informales, son un valioso recurso en el cuidado de la red de estos pacientes por su tiempo dedicado, su implicación emocional, y una carga económica y física significativa.
- Los servicios basados en la comunidad, tanto en la atención para la personas con demencia como en sus cuidadores, son un pilar fundamental, por lo que resulta imprescindible la coordinación de varios servicios de apoyo.

Objetivos

- 1) Examinar las redes sociales de los cuidadores informales de enfermos de Alzheimer y evaluar si son una estrategia efectiva de ayuda.
- 2) Dar a conocer algunas redes de cuidadores en la C.C.A.A .de Andalucía.

Metodología

•Revisión bibliográfica narrativa en las bases de datos PubMed, Cochrane Library y Google Academic, en donde se incluyeron los términos MeSH: Alzheimer Disease; Caregivers; Social Support. También fueron consultadas las listas de referencia de los artículos. Fueron seleccionados documentos publicados en los últimos 10 años (369 documentos originales) que contuviesen algunos de las palabras clave citadas. Finalmente se han consultado 10 artículos para esta comunicación de los que solo 8 cumplían criterios de selección.

Resultados

Algunos de los estudios demuestran que el apoyo psicológico mejora en los cuidadores su capacidad de procesar la experiencia de la enfermedad, así como la presencia de apoyo familiar y/o social. Para hacer frente a estas emociones estresantes, buscan activamente ayuda, apoyo, adquirir habilidades y hablar con otros.

No están claros los efectos positivos o negativos que los servicios de respiro pueden tener en los cuidadores o en pacientes con demencia.

Los resultados de las revisiones no son concluyentes, pues son evaluadas diversas intervenciones y en ocasiones estudios con escaso tamaño muestral y podrían reflejar la falta de investigación de alta calidad en esta área.

Conclusiones

- Las alteraciones cognitivas, conductuales y motoras derivadas del Alzheimer hacen que los cuidadores, necesiten adoptar estrategias de afrontamiento sociales y familiares adecuadas.
- Las redes sociales pueden influir en la situación de salud de las personas cuidadoras, ya que proporcionan recursos e incentivos para desarrollar conductas saludables y otros apoyos.
- Los recursos informales deben complementar los apoyos formales y acompañarse de las medidas políticas pertinentes para aprovechar todo el **potencial de los recursos que contamos en la comunidad.**



Algunas redes de cuidadores informales en Andalucía:

<http://www.cudadanas.es/> Apoyo individual y talleres grupales, asesoramiento, así como una red de voluntariado

<http://www.confeafa.org/> Confederación andaluza de Federaciones de Familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias

Blogs: <http://alzheimerandalucia.blogspot.com.es>