

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS MÉDICAS HOLGUÍN

POLICLÍNICO PEDRO DEL TORO



Intervención educativa sobre prevención de accidentes en adultos mayores. Consultorio Médico Familia 17. Período 2018-2019.

Autora: Dra. Yanisbel Martínez Osorio.

Residente de segundo año en Medicina General Integral.

Tutor: Dr. German Osorio Pérez.

Especialista de Primer Grado en Ortopedia y Traumatología.

TRABAJO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE ESPECIALISTA DE PRIMER

GRADO EN MEDICINA GENERAL INTEGRAL

Holguín 2019

Pensamiento

“Mientras más avanza en edad una persona mayor comprensión y sabiduría adquiere, mereciendo mayores honores y veneración”.

Proverbios 22, 8

Dedicatoria

A **Dios** por brindarme la oportunidad, dándome fortaleza y salud para alcanzar la meta.

Agradecimientos

A mis Padres que depositaron en mí su apoyo y confianza para la culminación de una etapa importante en mi vida.

A mi hija por darme la fuerzas para seguir adelante

A mi tutor por el gran aporte de sus conocimientos y experiencia profesional.

A mi esposo por transitar conmigo momentos tan difíciles.

A todas aquellas personas que de una forma u otra me ayudaron en la realización de esta investigación y enriquecimiento en mi formación como profesional y como ser humano.

A todos muchas gracias...

Índice

Índice	Pág.
Resumen	
Introducción.....	1
Objetivos	7
Marco Teórico.....	8
Diseño Metodológico.....	40
Análisis y Discusión.....	45
Conclusiones.....	52
Recomendaciones.....	53
Referencias Bibliográficas.....	54
Anexos	

Resumen

Se realizó un estudio cuasi-experimental de intervención educativa con los adultos mayores pertenecientes al Consultorio Médico de Familia 17, perteneciente al

Policlínico Pedro del Toro, durante el período de enero 2018 a enero de 2019; con el objetivo de elevar el nivel de conocimientos sobre el riesgo de accidentes en los adultos mayores. El universo de estudio estuvo constituido por 122 adultos mayores del área de salud antes mencionada, la muestra quedó conformada por 36 adultos mayores independientes y que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión. Para seleccionar la muestra se aplicó el índice de Barthel en su versión original que determinó el estado de dependencia de cada paciente. El estudio se realizó en tres etapas, diagnóstico, intervención y evaluación. Se comprobó un predominio del sexo femenino, y del grupo de edad de 60-69 años. Se elaboró e implementó con buenos resultados un programa de intervención educativa sobre la prevención de accidentes en los adultos mayores, por lo que se considera que hay que incrementar las acciones educativas para modificar el nivel de conocimiento de los pacientes. El mayor número de pacientes después de la intervención educativa, elevó su nivel de conocimientos sobre las temáticas impartidas.

Palabras clave: adultos mayores, prevención, caídas, accidentes, intervención educativa.

Introducción

Objetivos

Marco Teórico

Diseño Metodológico

*Análisis y discusión de
los resultados*

Conclusiones

Recomendaciones

Referencias

Bibliográficas

Anexos

Anexo I. Índice de Barthel.

Índice Barthel		
Actividad	Descripción	Puntaje
Comer	1. Incapaz	0
	2. Necesita ayuda para cortar, extender mantequilla, usar condimentos, etc.	5
	3. Independiente (la comida está al alcance de la mano)	10
Trasladarse entre la silla y la cama	1. Incapaz, no se mantiene sentado	0
	2. Necesita ayuda importante (1 persona entrenada o 2 personas), puede estar sentado	5
	3. Necesita algo de ayuda (una pequeña ayuda física o ayuda verbal)	10
	4. Independiente	15
Aseo personal	1. Necesita ayuda con el aseo personal	0
	2. Independiente para lavarse la cara, las manos y los dientes, peinarse y afeitarse	5
Uso del retrete	1. Dependiente	0
	2. Necesita alguna ayuda, pero puede hacer algo solo	5
	3. Independiente (entrar y salir, limpiarse y vestirse)	10
Bañarse o Ducharse	1. Dependiente	0
	2. Independiente para bañarse o ducharse	5
Desplazarse	1. Inmóvil	0
	2. Independiente en silla de ruedas en 50 m	5
	3. Anda con pequeña ayuda de una persona (física o verbal)	10
	4. Independiente al menos 50 m, con cualquier tipo de muleta, excepto andador	15
Subir y bajar escaleras	1. Incapaz	0
	2. Necesita ayuda física o verbal, puede llevar cualquier tipo de muleta	5
	3. Independiente para subir y bajar	10
Vestirse y desvestirse	1. Dependiente	0
	2. Necesita ayuda, pero puede hacer la mitad aproximadamente, sin ayuda	5
	3. Independiente, incluyendo botones, cremalleras, cordones, etc.	10
Control de heces	1. Incontinente (o necesita que le suministren enema)	0
	2. Accidente excepcional (uno/semana)	5
	3. Continente	10
Control de orina	1. Incontinente, o sondado incapaz de cambiarse la bolsa	0
	2. Accidente excepcional (máximo uno/24 horas)	5
	3. Continente, durante al menos 7 días	10

Puntaje	Clasificación
<20	Dependencia total
21 – 60	Dependencia severa
61 – 90	Dependencia moderada
91 – 99	Dependencia leve
100	Independencia

Anexo II

CONSENTIMIENTO INFORMADO.

En el Consultorio médico de la familia Calabaza Sur se está desarrollando una investigación titulada **Intervención educativa sobre prevención de accidentes el Adulto Mayor.**

Yo: _____

Con CI: _____ y Domiciliado en

Estando en el uso pleno de mis facultades mentales sin que nadie medie coacción ni violencia alguna, en completo conocimiento de la naturaleza, forma, duración, propósito, inconvenientes y riesgos relacionados con el estudio declaro mediante la presente que:

- He sido informado de manera objetiva, clara, y sencilla por parte de los investigadores de todos los aspectos relacionados con el estudio.
 - Me comprometo a asistir a los encuentros grupales.
 - Responder con honestidad las preguntas de cada entrevista y encuestas.
 - Cumplir con las orientaciones de su médico y equipo de trabajo.
 - En cualquier momento que lo desee puede dejar de participar en la estrategia.
- Estoy conforme con todo lo expuesto y para que así conste firmo a continuación expresando mi consentimiento.

Firma del paciente _____

Firma del Investigador: _____

Fecha: _____ Lugar: _____ Hora: _____

Anexo III. Cuestionario

Sexo: _____

Edad: _____

1. **¿Conoce los cambios producidos en el envejecimiento?.**

a) Si_____

b) No_____

c) **Mencione los cambios que usted conoce:**

2. **Marque con una x los elementos que considere en su medio domiciliario como factores que favorezcan las caídas.**

a) _____ Mobiliario inadecuado y quebradizo.

b) _____ Ducha o bañera resbaladiza sin barras.

c) _____ Escaleras sin barandillas y con escalones desgastados o grandes.

d) _____ Presencia de balances en la casa.

e) _____ Iluminación deficiente.

f) _____ Presencia en el suelo de obstáculos.

g) _____ Animales domésticos.

h) _____ Presencia de taburetes en la casa

i) _____ Camas altas.

j) _____ Lavabos y retretes muy bajos.

- k) ☐ Suelos resbaladizos e irregulares.
- l) ☐ Piso mojado
- m) ☐ Tapetes, alfombras y frazadas de piso en el suelo de la casa.

3. **Marque con X los enunciados que usted considere representan un riesgo para que ocurran los accidentes:**

- a) ☐ Participar en el círculo de abuelos.
- b) ☐ Caminar varias cuadras solo.
- c) ☐ Comprar la dieta de la canasta básica.
- d) ☐ Pasear al perro o a cualquier otra mascota
- e) ☐ Realizar ejercicios físicos sin orientación.
- f) ☐ Cruzar la calle solo.
- g) ☐ Usar los medios de transporte solo.
- h) ☐ Aceras estrechas, con desniveles y obstáculos, pavimento irregular.
- i) ☐ Salir de compras sin la ayuda de otras personas
- j) ☐ Suelos resbaladizos.
- k) ☐ Bancos bajos o altos.
- l) ☐ Semáforos de breve duración.

4. **De los siguientes enunciados marque con una x los que usted considere como riesgos para los accidentes:**

- a) ☐ Vestirse y desvestirse sin ayuda.

- b) ☐ Bañarse solo.
- c) ☐ Trillar el arroz y los frijoles de la comida.
- d) ☐ Tejer medias de lana para los nietos.
- e) ☐ Agacharse y levantarse solo bruscamente.

5. **Marque con una x las complicaciones que usted conozca:**

- a) ☐ Pérdida de las capacidades para realizar las actividades básicas.
- b) ☐ Necesidad de alimentarse con sopa de pollo.
- c) ☐ La ansiedad y el miedo a presentar una nueva caída.
- d) ☐ Sobreproteger al anciano contribuyendo a la pérdida de movilidad
- e) ☐ Imposibilidad de cargar a los nietos.
- f) ☐ Disminución de sus relaciones con las demás personas.
- g) ☐ Ingresos por tiempo prolongado y necesidad de depender de otra persona
- h) ☐ Aparición de escaras y úlceras en la piel.
- i) ☐ Dependencia para las actividades básicas de la vida diaria
- j) ☐ Cambios en el comportamiento y actitudes de la persona.

6. **¿Qué medidas cree importante tener en cuenta para evitar los accidentes?
.Marque con la (x) la respuesta adecuada para usted.**

- a) Adecuada iluminación dentro del hogar y en las calles _____
- b) Uso del bastón _____
- c) Uso de espejuelos _____

- d) Cambiar frecuentemente los muebles de posición _____
- e) Tirar sustancias con grasas en el piso _____
- f) Mantener los perros dentro de la casa _____
- g) Poner agarradera en las paredes de los baños _____
- h) Incorporarse con cuidado del sillón o la cama _____
- i) No manipular objetos cortantes como cuchillos, tijeras y machetes ____
- j) No salir solo a la calle _____

1. Deberá marcar el inciso a, y responder el c. deberá dejar en blanco el b.
2. Deberá marcar los incisos b, d, e, f, g, h, i, j, k, l. Deberá dejar en blanco los incisos a y c.
3. Deberá marcar los incisos a, b, e. Deberá dejar en blanco los incisos c y d.
4. Deberá marcar los incisos a, c, d, f, g, h, i, j. Deberá dejar en blanco los incisos b y e.
5. Deberá marcar los incisos a, b, c, d, e, f, h, i. Deberá dejar en blanco los incisos g y j.
6. Deberá marcar los incisos a, b, c, g, h, i, j. Deberá dejar en blanco los incisos d, e, f,

ANEXO IV. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Título: Intervención educativa acerca de la prevención de accidentes en adultos mayores.

Total de horas: 12 horas.

Objetivo general: elevar el nivel de conocimientos acerca de la prevención de accidentes en adultos mayores.

PLAN TEMÁTICO

Sesiones	Temas	Tiempo
1	Presentar el programa de intervención educativa.	2 horas
2	Cambios producidos por el envejecimiento	2 horas
3	Factores de riesgos de los accidentes	2 horas
4	Consecuencias de los accidentes	2 horas
5	Medidas de Prevención	2 horas
6	Conclusiones	2 horas

Sesión 1

Tema. Presentación del programa

Objetivos: 1. Presentar el programa de intervención educativa.

2. Identificar necesidades de aprendizaje

Técnica Participativa: conferencia.

Técnica Educativa: evaluación inicial del tema.

Desarrollo: se inicia la sesión con la presentación del moderador, luego de lo cual se les explica a los participantes en qué consiste el programa de intervención educativa. Posteriormente decidimos aplicar el cuestionario, que nos permitirá valorar de forma individual y por escrito la magnitud del problema. Se motiva a los ancianos a participar en la próxima actividad.

Responsable: autora

Duración: 1 horas

Sesión 2

Tema. Cambios producidos por el envejecimiento.

Objetivos: Explicar los cambios producidos por el envejecimiento.

Técnica Participativa: lluvia de ideas.

Técnica Educativa: taller interactivo

Desarrollo: se informa el tema específico a tratar y se les pide que expresen sus ideas al respecto, tratando de que la mayoría lo haga. Luego se procede a realizar el taller interactivo guiado por la autora del trabajo. Para ello utilizamos como medio de enseñanza una computadora que nos permitió mostrarle en una presentación ilustrada en Power Point los elementos relacionados con la temática a abordar. Se motiva a los participantes a participar en la próxima actividad.

Responsable: autora

Duración: 2 horas

Sesión 3

Tema. Factores de riesgo.

Objetivos: 1. Definir los factores de riesgo de los accidentes en adultos mayores.

Técnica Participativa: lluvia de ideas.

Técnica Educativa: taller interactivo

Desarrollo: se informa el tema específico a tratar y se les pide que expresen sus ideas al respecto, tratando de que la mayoría lo haga. Luego se procede a realizar el taller interactivo guiado por la autora del trabajo. Para ello utilizamos como medio de enseñanza una computadora que nos permitió mostrarle en una presentación ilustrada en Power Point los elementos relacionados con la temática a abordar.

Se le dio participación a los pacientes mediante situaciones problemáticas donde expusieron sus vivencias sobre este tema tratado, y de esta forma se logró que se apropiaran más de los conocimientos.

Se motiva a los participantes para la próxima actividad.

Responsable: autora

Duración: 2 horas

Sesión 4

Tema. Consecuencias de los accidentes

Objetivos: 1. Explicar cuáles son las consecuencias de los accidentes

Técnica Participativa: debate.

Técnica Educativa: conferencia demostrativa.

Desarrollo: se inicia la sesión con un breve recordatorio sobre la actividad anterior.

Procedemos entonces a realizar la actividad, durante la cual la autora explica a los participantes los aspectos relacionados con la temática. En un segundo momento los participantes realizan un debate sobre el tema.

Se traslada el escenario docente para la casa de un postrado del área como consecuencia de un accidente y se realiza intercambio con el mismo.

Se motiva a participar en la próxima actividad.

Responsable: autora.

Duración: 2 horas.

Sesión 5

Tema. Prevención.

Objetivos: explicar cuáles son las medidas de prevención.

Técnica Participativa: debate

Técnica Educativa: conferencia demostrativa

Desarrollo: se inicia la sesión con un breve recordatorio sobre la actividad anterior.

Procedemos entonces a explicarles y demostrar los aspectos relacionados con la temática.

Se ilustra a través de imágenes por la computadora las diferentes medidas de prevención a utilizar para evitar un desenlace no satisfactorio una vez que se tenga el riesgo de un accidente de este tipo.

En un segundo momento los participantes realizan un debate sobre el tema. Se motiva a participar en la próxima actividad.

Responsable: autora

Duración: 2 horas.

Sesión 6

Tema: Conclusiones.

Objetivos: 1. Evaluar los conocimientos adquiridos por los participantes.

2. Conocer el criterio sobre lo positivo, lo negativo y lo interesante de la intervención educativa.

Técnica Participativa: lluvia de ideas

Técnica Educativa: evaluación final del tema

Desarrollo: se inicia con la aplicación del cuestionario para evaluar los conocimientos adquiridos, y por último se les pide que expresen su criterio sobre lo positivo, lo negativo y lo interesante de la investigación.

Responsable: autora.

Duración: 2 horas.