

## 61057 - Autocuidados y calidad de vida en enfermos crónicos

### Información del Plan Docente

<b>Año académico</b>	2016/17
<b>Centro académico</b>	127 - Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Titulación</b>	548 - Máster Universitario en Iniciación a la Investigación en Ciencias de la Enfermería
<b>Créditos</b>	6.0
<b>Curso</b>	1
<b>Periodo de impartición</b>	Segundo Semestre
<b>Clase de asignatura</b>	Optativa
<b>Módulo</b>	---

### 1. Información Básica

#### 1.1. Recomendaciones para cursar esta asignatura

Son importantes los conocimientos de las asignaturas comunes de este máster, que Vd elija las poblaciones dianas preferentes a la luz de su experiencia y sus intereses de investigación y que realice de forma continuada las actividades indicadas a lo largo de la asignatura.

#### 1.2. Actividades y fechas clave de la asignatura

Se desarrollará en el segundo semestre del curso. Las clases se realizarán los jueves y viernes de mañana o tarde, dependiendo de la planificación de la coordinación del curso.

Las fechas límites de evaluación serán el 6 de junio en 1ª convocatoria y el 9 de septiembre en la 2ª convocatoria.

COORDINADORA DE LA ASIGNATURA:

Araceli Monzón Fernández. Área de enfermería. armonzon@unizar.es. 876554453

### 2. Inicio

#### 2.1. Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...

Revisar los estudios sobre los factores de riesgo y los procesos de socialización

Describir las tendencias epidemiológicas actuales en las enfermedades crónicas en los adultos.

Evaluar los programas de intervención específicos.

Aplicar y Evaluar técnicas holísticas.

## 61057 - Autocuidados y calidad de vida en enfermos crónicos

Crear programas de autocuidado para poblaciones diana.

Evaluar costes beneficios de las intervenciones.

### 2.2.Introducción

Breve presentación de la asignatura

Esta asignatura es clave para el manejo de enfermos crónicos y sus familias con énfasis especial en el diseño, aplicación y evaluación de programas. Serán importantes las herramientas aprendidas a fondo en otras asignaturas del MUIICCE.

### 3.Contexto y competencias

#### 3.1.Objetivos

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

En este máster de iniciación a la investigación, los programas de atención a enfermos crónicos y sus familias ocupan un lugar destacado; en un contexto de redes de apoyo cambiantes y en los que pondremos la mirada en la eficiencia de las actuaciones y el logro de la mayor calidad de vida posible según las circunstancias de las personas (enfermo, familia, red de apoyo social, gravedad sanitaria...). Por ello nos proponemos:

- Valorar y estudiar los procesos crónicos más significativos, que sirvan de referencia para otros de los muchas enfermedades crónicas existentes. Se estudiará el circuito desde el hospital al domicilio, unidades especiales de atención (SAD) analizando las intervenciones enfermeras.
- Evaluar los niveles de calidad de dichos programas y los costes beneficios tanto tangibles como intangibles.
- Seleccionar las herramientas mas indicadas tanto para la intervención como para la evaluación de los programas.
- Establecer los indicadores en los que se contemple la seguridad clínica del paciente, el bienestar y autonomía del paciente y familia. Con atención al cansancio del cuidador/a, especialmente en los enfermos de gran dependencia y de larga duración

#### 3.2.Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

Tras la realización de las materias comunes, esta asignatura centrada en el autocuidado y calidad de vida de personas que tiene padecimientos crónicos, se complementa con: la asignatura de "cuidados ecológicos y holísticos" en las que se estudia el medio ambiente en el que vivimos y los herramientas que nos ofrece la enfermería holística. Las asignaturas: "metodología educativa", "Instrumentos de calidad de vida" y tambien "validación de cuestionarios","género y salud", "escritura científica en inglés" según su formación e interés investigador.

#### 3.3.Competencias

Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...

##### BÁSICAS Y GENERALES

CG3 - Planificar, ordenar y encauzar actividades saludables de manera que se eviten en lo posible los imprevistos, se prevean y minimicen los eventuales problemas y se anticipen sus soluciones con la mejor evidencia disponible

## 61057 - Autocuidados y calidad de vida en enfermos crónicos

CG1 - Evaluar los aspectos relacionados con la calidad de vida en las etapas del ciclo vital y grupos vulnerables.

CG2 - Empoderar a un nivel avanzado a Individuos, Familias y comunidades en la resolución o mejora de aspectos de la salud dentro de la ética, la legalidad y los valores de la convivencia social

### TRANSVERSALES

CT1 - Capacidad para trabajar con espíritu emprendedor y creatividad, ya sea de manera autónoma o en equipos multidisciplinares

reproduciendo contextos reales y aportando y coordinando los propios conocimientos con los de otras ramas e intervinientes

CT2 - Capacidad para aplicar herramientas informáticas, las tecnologías de la información y la comunicación, obtener información

de distintas fuentes bibliográficas, patentes, bases de datos, etc., seleccionarla, organizarla y analizarla de una manera crítica para poder evaluar su utilidad y fiabilidad

CT3 - Participar en debates y discusiones, ser capaces de resumirlos y extraer de ellos las conclusiones más relevantes

CT4 - Utilizar las distintas técnicas de exposición-oral, escrita, presentaciones, paneles, etc- para comunicar sus conocimientos y propuestas. Y asesorar a personas y organizaciones

CT5 - Capacidad de gestión, planificación y utilización eficiente del tiempo y recursos para la resolución de problemas

CT6 - Capacidad para evaluar y elaborar informes, presentaciones, proyectos o artículos científicos en castellano y en inglés, en diferentes contextos, de un modo eficaz y claro

CT7 - Capacidad para comprender el valor y las limitaciones del método de trabajo científico y de autocrítica en la evaluación de los resultados experimentales y la fiabilidad de los mismos.

### ESPECÍFICAS

CE01 - Analizar y expresar el marco y la variabilidad sociocultural y profesional de la enfermería en el ámbito Europeo y el peso de su tradición científica

CE06 - Analizar los problemas de Salud relacionados con la Calidad de Vida Relacionada con la Salud (CVRS) aplicando las diferentes herramientas de medida de la Calidad de Vida estandarizadas y desarrollando otras nuevas

CE08 - Analizar y evaluar la calidad de vida en las etapas de la vida en estado de salud y con procesos patológicos.

CE12 - Evaluar los problemas de salud ambiental que afectan a comunidades y personas individuales, proponiendo y aplicando planes de control y prevención para su minimización.

## 61057 - Autocuidados y calidad de vida en enfermos crónicos

### 3.4.Importancia de los resultados de aprendizaje

Dado que a las enfermeras y enfermeros nos preocupa la calidad de vida de las personas a las que cuidamos, en esta materia esperamos crear profesionales capaces de investigar en la evaluación de estos programas.

Siempre van a estar entre nuestros propósitos: la detección precoz de nuevos problemas, la seguridad clínica, la autonomía y por supuesto, la mayor calidad de vida posible. Esto en un contexto de trabajo en equipo multidisciplinar. También se espera ofrecer nuevas alternativas y explorar las existentes tales como los cuidados de respiro, los servicios de ayuda a enfermos terminales, los talleres a cuidadoras, las escuelas de pacientes, entre otras. Siempre intentaremos transferir a la sociedad las innovaciones, que una vez probadas, mejoren la calidad de vida de la ciudadanía.

### 4.Evaluación

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

**Examen teórico:** A) Descripción: Constará de un examen tipo test de 25 preguntas con 5 opciones de respuesta, donde solo una será la correcta. B) Nivel de exigencia: para superar el examen se requiere contestar correctamente, al menos el 75% de las preguntas lo que corresponde a responder 20 de las 25 preguntas. C) Criterios: Las respuestas se consideraran correctas o incorrectas sin que en ningún caso se apliquen negativo por las respuestas incorrectas. D) Ponderación: La nota del examen supondrá el 40% del total de la nota de la asignatura

**Trabajo :** Trabajos en grupo. A) Descripción: En horario de clase los profesores plantearán un caso práctico relativo a la materia correspondiente, que por grupos, deberá debatirse y extraer de ellos las conclusiones más relevantes , con arreglo a los criterios que el profesorado considere oportuno. D) Ponderación: La suma de las calificaciones de los trabajos, supondrá el 40% del total de la nota de la asignatura.

**Asistencia** a las sesiones teóricas, prácticas y actividades complementarias: La asistencia mínima del 90% se ponderará con un 15%

**Participación en el Seminario de transferencia .** Ponderación: 5% de la nota final

### 5.Actividades y recursos

#### 5.1.Presentación metodológica general

El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:

La metodología se basa en:

Clases magistrales con participación del alumnado

Clases prácticas y realización de casos prácticos relacionados con los apartados de los contenidos que correspondan.

Participación en las actividades complementarias

#### 5.2.Actividades de aprendizaje

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...

## 61057 - Autocuidados y calidad de vida en enfermos crónicos

- Signos de descompensación y cuidados en pacientes con diferentes patologías agudas Preparación del alta del paciente.
- Calidad de vida (escala) y Autocuidados.
- Factores de riesgo cardiovascular: hipertensión arterial sistémica, hipercolesterolemia, obesidad. Fomento de la adquisición de hábitos de vida saludables.
- Autonomía comprometida, contenidos que deben aprender para su autocuidado:
- Protocolos de atención primaria (hipertensión, EPOC, diabetes, terapia con sintrón).
- El paciente con problemas neurologicos.
- Pacientes oncológicos: Recuerdo de los procesos tumorales. Etapas de la enfermedad. Adaptación y afrontamiento.
- Estrategia para el Abordaje de la Cronicidad en el Sistema Nacional de Salud. Trabajo en equipos multidisciplinares e implicación de los pacientes en su autocuidado.  
Evaluación de programas: Eficacia, eficiencia y efectividad.  
Soporte familiar y social. Cuidados altruistas. Cuidados profesionales. Apoyo al cuidador  
Alternativas terapéuticas frente al dolor crónico no farmacológicas. tratamiento psicológico y otras terapias alternativas en el dolor crónico. Caso clínico y práctica de relajación.
- Fisioterapia en atención primaria. Promoción de la salud a través del ejercicio/actividad física: Actividad física en el dolor crónico. Actividad física y ejercicio en el paciente oncológico.
- Terapia Ocupacional: Relación que tiene la terapia ocupacional con los procesos crónicos.
- Procesos clínicos avanzados y cuidados paliativos. Definición de los procesos clínicos en las diferentes patologías. Instrumentos de valoración de necesidades de atención paliativa. Planes de cuidados en las diferentes patologías. Decisiones éticas al final de la vida. Caso práctico de un paciente crónico avanzado.
- Asociaciones de enfermos crónicos.

**Los anteriores contenidos del programa se desarrollarán en:**

Clases teóricas

Clases teorico-prácticas

Estudio de casos

Mesas redondas y conferencias de expertos y asociaciones de pacientes

### 5.3.Programa

1. Alta y continuidad de cuidados. Enfermera de enlace.
2. Protocolos de atención primaria (hipertensión, EPOC, diabetes, terapia con sintrón).
3. Evaluación de programas: Eficacia, eficiencia, efectividad.
4. Procesos clínicos avanzados y cuidados paliativos.
5. Soporte familiar y social. Cuidados altruistas. Cuidados profesionales. Apoyo al cuidador.
6. Instrumentos de valoración de necesidades de atención paliativa. Decisiones éticas al final de la vida.

## 61057 - Autocuidados y calidad de vida en enfermos crónicos

7. Fisioterapia en atención primaria. Promoción de la salud a través del ejercicio/actividad física: Actividad física en el dolor crónico y paciente oncológico.
8. Alternativas terapéuticas frente al dolor crónico no farmacológicas. Caso clínico y práctica de relajación.
9. Terapia Ocupacional: Relación que tiene la terapia ocupacional con los procesos crónicos.

### 5.4. Planificación y calendario

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

Las clases comenzarán en febrero y se desarrollarán los jueves y viernes en horario de mañana o tarde.

Los horarios definitivos se pondrán en el moodle al principio del curso

### 5.5. Bibliografía y recursos recomendados

- Para cada apartado, el profesorado recomendará la bibliografía más oportuna, incluyéndola en el moodle.