

Escuela de pacientes: la figura del paciente experto

Elisabet Castillo Jabalera, Mercedes María Moreno Salinas

Hospital del Vinalopó. Alicante. España

Introducción:

El envejecimiento de la población ha hecho que se incremente proporcionalmente el número de personas que sufren insuficiencia renal crónica, por eso el número de pacientes aumenta cada año. Además presentan un gran nivel de desconocimiento sobre la enfermedad que padecen.

Con el objetivo de sensibilizarles frente esta situación, y conseguir un aumento en su implicación y la de sus familiares en los autocuidados, llevamos desde el año 2013 realizando talleres multidisciplinares donde nuestros pacientes son los principales protagonistas, creando la figura de "el paciente experto", pacientes muy conocedores de la patología y todo lo que ella conlleva. La figura del paciente experto nace en la propia sala de diálisis, de las conversaciones con nuestros pacientes. Diariamente nos hacen referencia a las charlas que se suceden entre ellos en la sala de espera. Comentarios como "es que el Sr X, que lleva diez años en diálisis, me ha dicho que no puedo comer..."

Y nuestra respuesta fue crear la escuela de pacientes, para que este paciente experto nos diese su testimonio real de cómo es la enfermedad y cómo convive con ella. El paciente experto debe ser una persona comunicativa, extrovertida, con ganas de compartir todos sus conocimientos, contando su propia experiencia de manera amena, entendible y cercana. Es elegido por el equipo de enfermería, pero es él el que decide si quiere participar en los talleres como referente o no. Los

talleres desarrollados durante los años 2013 y 2015 fueron impartidos por el personal de enfermería junto a varios pacientes expertos. Los temas tratados fueron aquellos relacionados con procesos, tratamientos y salud: talleres de cocina donde se explica la dieta en los diferentes estadios de la enfermedad y se realizan recetas de cocina junto a los pacientes expertos; talleres de ejercicio físico, dos de ellos fueron excursiones al aire libre, con ruta de senderismo incluida; talleres teórico-prácticos sobre diabetes e hipertensión; taller de relajación; taller sobre medicación y dosis; y por último, talleres exclusivos para nuestros pacientes en diálisis peritoneal (DP) o que van a comenzar con esta modalidad.

Una vez finalizadas las actividades, se proporcionan a los asistentes un cuestionario para conocer el grado de satisfacción. Tras la recogida de información de dichos cuestionarios, se ha visto que la gran mayoría de los encuestados ha considerado que los temas tratados eran de su interés, de gran utilidad, y que la metodología utilizada (presentaciones y charlas) eran las adecuadas.

La asistencia y participación a estos talleres ha servido para crear a pacientes más independientes en sus cuidados y muy conocedores de su enfermedad y posibles complicaciones derivadas de ella. También ha salido fortalecida la imagen de la enfermera, resurgiendo como profesionales de la salud íntegros en los que el paciente confía plenamente cuando se pone en sus manos.