



EDUCACIÓN PARA LA SALUD/EDUCACIÓN TERAPÉUTICA

“El empoderamiento, es un proceso educativo diseñado para ayudar a los pacientes a desarrollar los conocimientos, las habilidades, actitudes y grado de auto-conciencia necesaria para asumir efectivamente la responsabilidad de sus decisiones relacionadas con la salud, siendo un elemento clave de la educación para la salud. Para tener la capacidad de ejercer un mayor control sobre su salud, la población necesita disponer de la información, el conocimiento y la comprensión de dicha información. Esto le da confianza y la voluntad de afirmar el control. La alfabetización en salud también incluye la comprensión correcta en relación a la salud y el sistema de salud, y permite a los pacientes a comprender y actuar en su propio interés.” (Kickbusch, 2004)

La Educación para la Salud (EpS) y Educación Terapéutica (ET) tienen como objetivo común la modificación de conocimientos, actitudes, comportamientos de salud a través del empoderamiento de las personas sobre su proceso salud/enfermedad.

LA EPS Y EL PAPEL DE ENFERMERÍA

El objetivo de la EpS no es sólo conseguir un cambio cuantitativo de conocimientos, sino también un cambio cualitativo en las actitudes que lleve a un cambio real de las conductas. No se trata entonces de disponer de muchos conocimientos, sino de disponer de capacidades y habilidades que permitan comportarse de manera diferente.

En la educación para la salud, enfermería tiene un papel muy importante como profesionales de referencia de las personas con problemas de cronicidad, en el seguimiento de los procesos y activación y gestión de los recursos asistenciales tanto humanos como materiales. Su formación profesional está basada entre otras, en el fomento del autocuidado siendo pues los profesionales idóneos por su perfil clínico y de educadores, con funciones de preparación y entrenamiento de los pacientes y sus familiares.

Enfermería debe tener además, una importante implicación y acción en la comunidad, ello implica movilizar a la comunidad y trabajar con ella en todas las fases y aspectos relacionados con las necesidades poblacionales de salud. De esta manera es posible potenciar redes y grupos que sean influyentes sobre otras personas o colectivos, y con ello no sólo apoyamos el cambio sino que además, se establecen las bases para el mantenimiento del mismo y para la sostenibilidad de la intervención.



EDUCACIÓN PARA LA SALUD

La Organización Mundial de la Salud define la Educación para la Salud como “El proceso educativo dirigido a dotar a las personas y a la comunidad de la capacidad de aumentar su control sobre los factores que tienen influencia sobre su salud”.

La EpS es proceso de formación para mejorar la salud a nivel prevención y de promoción, llevándose a cabo en todos los ámbitos:

- ❖ Familia
- ❖ Escuela
- ❖ Servicios de Salud
- ❖ Comunidad

La EpS es un *proceso planificado*, con el fin de conseguir una meta a través del planteamiento de objetivos ante una situación que puede ser un riesgo potencial o real. La planificación se desarrolla en varias etapas:

1. Identificación de problemas y necesidades.
2. Establecimiento de prioridades.
3. Fijación de los fines.
4. Fijación de objetivos generales y específicos (objetivos y metas de programas de salud). Estos tienen que reunir una serie de características: medibles, realizables, con marco temporal y población diana.
5. Determinación de actividades para alcanzar los objetivos (programa de salud).
6. Coordinación, previsión de recursos necesarios.
7. Fijación de objetivos operativos y ejecución implementación del programa (puesta en marcha).
8. Evaluación (desde la estructura y a lo largo del proceso).

FASES DE LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD

- Formular los objetivos que se quieren conseguir (generales y específicos).
- Identificar el nivel de conocimientos, las motivaciones y las actitudes de la población.
- Crear los contenidos de la educación teniendo en cuenta los objetivos formulados.
- Acoplar la información teniendo en cuenta la capacidad intelectual de los educandos.
- Utilizar medios audiovisuales para reforzar la información.
- Evaluar contenidos educativos y los medios o métodos.
- Evaluación del proceso y las tareas educativas.

Los métodos y medios de Educación para la Salud se fijan en función del contenido, el receptor y el coste económico de personal y tiempo.



EDUCACIÓN TERAPEUTICA

La patología crónica lleva implícita la adaptación de la persona y su entorno a un nuevo estilo de vida, de ahí la necesidad de un aprendizaje para el manejo autónomo de esta y la prevención de sus complicaciones evitables.

Se ha definido como “El conjunto de actividades e intervenciones gestionadas por profesionales del cuidado de la salud, cuya misión es capacitar a la persona afectada, a su familia, entorno y relación con el medio en la gestión autónoma de la enfermedad y en la prevención de las complicaciones evitables, manteniendo y/o mejorando la calidad de vida”.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el objetivo de la educación terapéutica es “Ayudar al paciente a adquirir los recursos necesarios para gestionar óptimamente su vida con una enfermedad crónica”.

La educación terapéutica debe ser una negociación permanente entre los objetivos terapéuticos y las necesidades del paciente, teniendo este un papel proactivo, participativo en todos y cada uno de los pasos de la planificación de la educación terapéutica. Se realiza a dos niveles que se complementan y tienen la misma importancia: individual y grupal (serán desarrollados en otro documento).

El paternalismo que aun hoy día impregna las consultas de enfermería en Atención Primaria tiene como consecuencia no producir cambios conductuales en las personas con patología crónica o con riesgo de padecerlas, no favorece la autonomía del paciente en el manejo de su patología; es de esperar que desaparezca para dar entrada a un proceso enfermero dinamizador y facilitador, en el que la persona sea el auténtico protagonista en la toma de decisiones de su proceso salud/enfermedad, donde la estrategia de la atención esté orientada a formar a la persona y su entorno en el conocimiento y manejo de la patología y complicaciones, hábitos saludables, adherencia al tratamiento. Para ello, es necesario una reorientación del proceso enfermero, donde exista una aptitud y una actitud para llevar a cabo una educación terapéutica eficaz, efectiva y eficiente.

El proceso de Educación para la Salud/Educación Terapéutica está entrando en un punto de inflexión con la incorporación de las primeras promociones enfermeros/as especialistas en Enfermería Familiar y Comunitaria en A.P. que aportarán a esta su auténtico rol.

Elaborado por:

Loreto Cruz Bonmatí. Enfermera de Atención Primaria. CSI El Campello (Alicante) y Antoni Pastor Monerris. Enfermero de Atención Primaria. Mayo, 2014.



BIBLIOGRAFÍA

1. “Educar para la salud. Educar para la vida”. *EDUCASTUR*. Mayo 2007. www.educastur.es
(página web consultada en abril de 2014)
2. “¿Por qué es tan importante la educación para la salud?”. Universidad de los pacientes. Universidad Autónoma de Barcelona. Última actualización abril 2014.
www.universidadpacientes.org/educacionsalud/estaticos/2
(página web consultada en abril de 2014)
3. ” Herramientas para mejorar la adhesión terapéutica del paciente. El caso de la diabetes”. Bimbela JL, Gorrotxategi M. En: Escuela Andaluza de Salud Pública (EASP) Ed. Serie Monografías: 31 Granada: 2001; p.45-58.
4. Martínez Riera, JR; Del Pino Casado, R. *Enfermería en Atención Primaria*. Madrid: Ediciones DAE (Grupo Paradigma); año 2006.
5. Hueso López; JL; Calvillo Mazarro, M. *Formación de formadores*. 7ª Edición. Ed. Logoss; 2010.
6. Arribas Cacha, A; Gasco González, Sara; Hernández Pascual, Muñoz Borreda, E. *Papel de la Enfermería en Atención Primaria*. Madrid. Salud Madrid; 2009.
7. Ferrer Arnedo, Carmen; Orozco Beltrán, Domingo; Román Sánchez, Pilar. “*Estrategia para el Abordaje de la Cronicidad en el Sistema Nacional de Salud*”. Ed. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Junio 2012. Madrid. NIPO: 680-12-062-1.
<http://publicacionesoficiales.boe.es>
(página web consultada en abril de 2014)
8. Serrano Molina, Lucía. Grupo de crónicos FAECAP. “*Las enfermeras Comunitarias ante las necesidades de las personas en el siglo XXI. Estrategia ante las personas con problemas crónicos, la dependencia y la fragilidad*”. Ed. Federación de Asociaciones de Enfermería Comunitaria y Atención Primaria. Mayo 2012. **(página web consultada en abril de 2014)**