



264/68 - INFLUENCIA DE UN TALLER EDUCACIONAL EN LAS MUJERES CON ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

Ó. Fernández Martín^a, M. Granados Bolívar^b y Á. Jiménez García^c

^aMédico de Familia. Centro de Salud de Montefrío. Granada. ^bEnfermera de Familia. Centro de Salud de Baza. Granada. ^cEnfermera de Familia. Centro de Salud Gran Capitán. Granada.

Resumen

Introducción y objetivos: La enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en mujeres mayores de 50 años por encima incluso del cáncer de mama y de útero. Factores específicos como los trastornos hormonales y metabólicos, la menopausia y las enfermedades autoinmunes influyen en la salud cardiovascular. Conocer la influencia de un taller de información, consejos dietéticos y musicoterapia puede mejorar la calidad de vida de mujeres con enfermedad cardiovascular.

Material y métodos: Estudio cuasi-experimental analítico prospectivo en pacientes diagnosticadas de enfermedad cardiovascular. Muestreo no probabilístico por conveniencia de 100 pacientes pertenecientes 50 al centro de salud de Montefrío y 50 zona básica de Baza (Granada). Se utilizó la escala europea de autocuidado en insuficiencia cardiaca y el test Minnesota calidad de vida de pacientes con problemas cardiacos pre y post taller entre marzo a junio de 2016. Los criterios de inclusión fueron ser mujer, tener una enfermedad cardiovascular y querer participar en el estudio, era excluyente no reunir algún criterio anterior.

Resultados: Mejoró su autocuidado en un 65% en cuanto a hacer ejercicio regularmente y seguir los consejos dietéticos. Las pacientes también mejoraron en la afectación del sueño y el descanso a un 45%, e incluso algunas pacientes comentaron que les hacía sentir que no habían perdido el control de su vida.

Conclusiones: La enfermedad cardiaca no es solo una enfermedad física sino que tiene un importante componente psicológico, podemos ayudar a nuestras pacientes introduciendo elementos nuevos en nuestra práctica clínica.