

## **Formación de cuidadores del adulto mayor en la comunidad mediante la metodología de aprendizaje-servicio**

**Omar Alejandro Rangel Selvera**  
**Roberto Antonio De Lira Ortega**  
**Alfredo Torres Rodríguez**  
**Rogelio David Cervantes Madrid**  
Universidad de Monterrey, México

### **Resumen**

Este estudio se llevó a cabo mediante la implementación de la metodología de aprendizaje-servicio con estudiantes de la materia de medicina comunitaria de la Universidad de Monterrey. Participaron un total de 60 estudiantes los cuales realizaron capacitaciones en el domicilio de adultos mayores, sobre síndromes y problemas geriátricos a un total de 290 cuidadores informales de adultos mayores. Al finalizar el estudio se entregó un manual del cuidador a cada cuidador capacitado. Tras el análisis de la información posterior a las capacitaciones realizadas se obtuvo un porcentaje de aprovechamiento y mejora global del conocimiento del cuidador del 43%, con un 98% de satisfacción por parte de adultos mayores y sus cuidadores con el proyecto. Con este estudio se logra evidenciar el aprendizaje significativo que proporciona la metodología del aprendizaje-servicio a los estudiantes de Medicina, creando un compromiso y protagonismo socialmente responsable y sensible con las necesidades reales en la comunidad, desarrollando la reflexión, mejorando la empatía y capacidad de iniciativa hacia la mejora de su comunidad en el estudiante de medicina, a través de la experiencia significativa en el trabajo comunitario.

### **Palabras clave**

Aprendizaje-servicio, cuidador, comunidad, desarrollo de competencias.

Fecha de recepción: 8/III/2019

Fecha de aceptación: 16/III/2019

**Rangel, O., De Lira, R., Torres, A., y Cervantes, R. (2019). Formación de cuidadores del adulto mayor en la comunidad mediante la metodología de aprendizaje-servicio. *RIDAS, Revista Iberoamericana de Aprendizaje Servicio*, 8, 90-95. DOI10.1344/RIDAS2019.8.4**

## **Training of caregivers for the elderly in the community through service-learning methodology**

### **Abstract**

This study was conducted through the implementation of the service-learning methodology with a group of students of community medicine at the University of Monterrey. A total of 60 students and 290 informal caregivers participated. The students carried out training sessions at elderly people's homes, educating informal caregivers about geriatric syndromes and conditions. At the end of the study, a caregiver's manual was delivered to each of the participating caregiver. The analysis of the feedback gathered after the training sessions showed 43% of achievement and overall improvement of the caregiver's knowledge. 98% of participants (older adults and their caregivers) reported satisfaction with the sessions. This project demonstrates the significant learning students achieve through a service-learning methodology, whilst also promoting commitment and a socially responsible and sensitive protagonism in meeting the community's real needs. These practices develop medical students' ability to reflect, improve their empathy and boost their capacity to take the initiative towards improving their community, through significant experience in community work.

### **Keywords**

Service-learning, caregiver, community, skills development.

## 1. Introducción

Este estudio se desarrolló durante la materia de Medicina Comunitaria que se imparte en estudiantes de décimo semestre de la carrera de Medicina de la Universidad de Monterrey (México).

El objetivo de la materia es vincular los contenidos curriculares teóricos con las necesidades sociales reales de la comunidad, logrando así aprendizajes significativos, apoyado en el protagonismo del estudiante al realizar un servicio eficaz basado en un diagnóstico concreto y obteniendo un aprendizaje académico integrado con el servicio a través de la práctica de la atención médica integrada, con prioridad preventiva para resolver los principales problemas de salud que afectan a la comunidad.

Mediante la metodología de aprendizaje-servicio, el estudiante realiza proyectos en base a necesidades reales de la comunidad, desarrolla habilidades y estrategias para transferir conocimiento y lograr el empoderamiento de los cuidadores del adulto mayor para así crear en el alumno un compromiso socialmente responsable y sensible con las necesidades y circunstancias cambiantes de su comunidad.

## 2. Marco teórico

La transición demográfica, caracterizada por la reducción de la fecundidad y la mortalidad, ha provocado cambios importantes en la

estructura por edad de la población mexicana (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2015).

Para el año 2030 el porcentaje de adultos mayores será de 20'4 millones, lo que representará el 14.8% de la población total, de acuerdo con las proyecciones del Consejo Nacional de Población (CONAPO).

En la actualidad la mayoría de los adultos mayores viven en su domicilio, atendidos por cuidadores informales, mayoritariamente familiares (Velasco, 2008). El cuidado continuo de una persona puede resultar agotador, el 75% de los familiares perciben carga por dicho cuidado. Numerosas investigaciones demuestran las repercusiones negativas que la prestación de cuidados puede tener en la salud (Regueiro, Pérez-Vásquez, Gómara y Ferreriro, 2006). Las consecuencias más importantes son ansiedad y depresión.

Por ello, es indispensable una formación básica adecuada para toda aquella persona que se dedique al cuidado y ayuda de adultos mayores que, por diversas causas, no pueden proporcionarse a sí mismas y en su propio domicilio los cuidados mínimos para llevar una vida digna (Abizanda, 2010). Contar con cuidadores del adulto mayor bien cualificados ofrece un conjunto de actuaciones básicas y de calidad que corresponde a la atención de las necesidades específicas en este grupo de población tan vulnerable.

## 3. Metodología

Durante los meses de enero a

diciembre de 2018 se realizó un estudio observacional, longitudinal y prospectivo incluyéndose cuidadores de adultos mayores de 60 años que viven en la comunidad en una población perteneciente a colonias de escasos recursos (La Fama y La Concordia) del municipio de Santa Catarina, Nuevo León, México.

Se recogieron datos sociodemográficos del cuidador y del adulto mayor, síndromes geriátricos y se realizaron 5 capacitaciones a cada cuidador, incluyéndose 10 temas sobre síndromes geriátricos y enfermedades prevalentes en el anciano, analizándose su aprovechamiento posterior a las capacitaciones.

Las capacitaciones fueron impartidas en el domicilio de los adultos mayores por un total de 60 estudiantes de décimo semestre de la carrera de Medicina, materia Medicina Comunitaria, de la Universidad de Monterrey (UDEM).

Dentro de las capacitaciones se incluyeron los siguientes temas: enfermedades cronicodegenerativas, fragilidad, demencia, caídas, incontinencia urinaria y fecal, estreñimiento, higiene personal, desnutrición, inmovilidad, úlceras por presión, depresión, insomnio y sobrecarga del cuidador. Los temas fueron priorizados y jerarquizados de manera individual y específica de acuerdo a las necesidades de cada cuidador y adulto mayor. Al finalizar el estudio se entregó un manual del cuidador a cada cuidador capacitado.

La descripción de los datos cualitativos se realizó en forma de frecuencias

absolutas y porcentajes, los datos cuantitativos mediante media, desviación típica, mediana, mínimo y máximo, según la distribución de los mismos. En la comparación de datos cuantitativos entre dos grupos, se utilizó el test de la t-Student para datos independientes. Los datos cualitativos se compararon mediante el test de la Chi-cuadrado. Todas las pruebas estadísticas se han considerado bilaterales y, como valores significativos aquellos resultados con una p inferiores a 0'05. Los datos se analizaron con el programa estadístico SPSS 20.0.

#### **4. Resultados**

Se capacitaron un total de 290 cuidadores de adultos mayores, de los cuales el 80% son mujeres con edad promedio de 57 años. El 85% están casados. En cuanto a la actividad laboral de las personas cuidadoras, el 55% se encuentran desempleadas. En relación con el parentesco entre persona cuidadora-persona cuidada, el 88,3% de los cuidadores son hijos. El 70% de los cuidadores informales llevan como cuidador en general más de 2 años, siendo la media de 5 años. El promedio del tiempo dedicado diariamente al cuidado es de 8 horas. Con respecto al nivel de estudios de las personas cuidadoras, un 60% de ellas tiene estudios de educación primaria, un 25% de educación secundaria y un 15% de educación profesional. El 100% de los cuidadores comentó nunca haber recibido capacitación o formación sobre cuidados básicos del adulto mayor.

El 64% de las personas adultas mayores son mujeres, 89 años la más longeva, un 65% tiene 2 o más

cuidadores, los cuales son familiares directos y el 100% presentaron al menos tres síndromes geriátricos y lo desconocían. Un 38% tiene al menos 3 comorbilidades en el índice Comorbilidad Charlson; un 8% presenta deterioro funcional severo, siendo el 80% independientes según Índice Barthel. En la escala de Depresión Geriátrica Yesavage, el 8% está insatisfecho con su vida, el 42% ha abandonado sus actividades de interés y un 50% prefiere quedarse en casa en vez de salir. El 11% presenta desnutrición leve, el 24% moderada y un 5% grave en *Mininutritional Assessment*.

Tras el análisis de la información posterior a las capacitaciones realizadas, se obtuvo un porcentaje de aprovechamiento y mejora global del conocimiento del cuidador del 43%. Al 100% de los cuidadores capacitados se les entregó un manual del cuidador. Con un 100% de satisfacción por parte de adultos mayores y sus cuidadores.

A continuación se menciona la experiencia del aprendizaje por parte de los estudiantes:

*Considero el curso genuino y de gran valor, pues me ha enseñado a ver al paciente desde otra perspectiva, y el cómo yo puedo aportar a otras personas un poco de mis conocimientos adquiridos durante el transcurso de la carrera. Ser médico implica tener empatía además de poder desarrollarnos mediante el servicio a la comunidad a integrarnos a la realidad ya que te da habilidades de extroversión e interpersonales al tener que*

*adaptarte a cada una de las personas con las que nos relacionamos.*

*Muchas veces no estamos conscientes de qué tanto podemos influir en la vida de los demás a través de nuestros conocimientos, sean muchos o sean pocos. Me quedo con una experiencia en la que no solo hice promoción de la salud con gente que lo necesitaba, sino que al mismo tiempo pude enriquecer mi conocimiento y desenvolver mi persona en general. Este proyecto definitivamente me ayudó de una manera u otra a ser más sensible y más empático con los problemas que pueden presentar los demás, y definitivamente me hizo ser más agradecido con mi entorno y con las oportunidades que se me han presentado en la vida.*

*En verdad fue la primera vez en que llevamos nuestros conocimientos del aula hacia la comunidad por lo cual todo fue muy dinámico, estas semanas estuvieron llenas de experiencias invaluable para nuestro futuro ser como médicos, por lo cual quiero agradecer a las personas que fueron parte de este proyecto al brindarnos su espacio y tiempo para crear mejores profesionistas en el campo de salud, este conocimiento no se estudia como tal más bien se vive y se aprende a través de esto.*

*El presente proyecto fue toda una experiencia que me permitió salir de mi zona de confort y me permitió aprender acerca de la medicina comunitaria y el aprendizaje-*

*servicio. Fue una experiencia muy enriquecedora donde nuestros cuidadores nos enseñaron y nos acogieron en su casa con gran disposición a aprender algo que le pudiera ayudar a su familiar. En lo personal, la parte que más disfrute fue el recibimiento, el interés de aprender y el agradecimiento por ir a apoyarlos.*

*Nuestros cuidadores quedaron muy satisfechos y queriendo continuar con el aprendizaje, por lo tanto, yo lo considero como un éxito. Además, que el aprendizaje fue bilateral, me mostraron y me permitieron volver a ser humilde, a sentir empatía con los pacientes, a tratarlos como seres humanos y no como enfermedades, a ser paciente porque muchas veces no nos sabemos explicar y ellos no logran comprender su enfermedad. Por lo tanto, creo que el proyecto fue una gran experiencia de aprendizaje.*

## **5. Conclusiones**

Es preocupante que de todas las personas entrevistadas al inicio del proyecto, ninguna había recibido acción formativa básica para el cuidado del adulto mayor y esta situación les causaba mucha preocupación y sobrecarga emocional.

La capacitación de cuidadores en la comunidad permite mejorar conocimientos y habilidades básicas para el cuidado del adulto mayor. El conocimiento de síndromes geriátricos y enfermedades prevalentes por parte de los cuidadores del adulto mayor que vive en su domicilio influye de manera

positiva en la atención sanitaria y calidad de vida de este grupo etéreo.

En este proyecto se logra evidenciar el aprendizaje significativo que proporciona la metodología de aprendizaje-servicio a los estudiantes, creando un compromiso y protagonismo socialmente responsable y sensible con las necesidades reales en la comunidad, desarrollando la reflexión, mejorando la empatía y capacidad de iniciativa hacia la mejora de su comunidad, a través de la experiencia significativa en el trabajo comunitario.

## **Referencias bibliográficas**

Abizanda, P. (2010). Actualización en fragilidad. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 45(2), 106-110. doi: 10.1016/j.regg.2009.10.010

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2015). *Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM)*. Recuperado de: <https://www.inegi.org.mx/programas/enasem/2015/>

Regueiro, A., Pérez-Vásquez, A., Gómara, S., y Ferreriro, M. (2006). *El Cuidador Principal de nuestros ancianos dependientes. Atención Primaria*, 8(3). 183-184.

Velasco, E. (2008) Educación grupal a cuidadores. En M. Sánchez, J. Gómez y G. Duarte G. (Eds.), *Educación para la salud* (pp. 367-382). Madrid, España: Fuden.