



Enfermería Clínica

www.elsevier.es/enfermeriaclinica



ORIGINAL

En el dolor crónico todo vale: intervenciones realizadas por adultos mayores para el alivio del dolor

Alejandra María Alvarado-García^{a,*} y Ángela María Salazar-Maya^b

^a Universidad de la Sabana, Chía, Cundinamarca, Colombia

^b Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia

Recibido el 1 de abril de 2016; aceptado el 11 de septiembre de 2016

PALABRAS CLAVE

Estrategias;
Anciano;
Dolor crónico;
Investigación
cualitativa

Resumen

Objetivo: Describir las intervenciones que utilizan los adultos mayores con dolor crónico benigno.

Métodos: Estudio cualitativo tipo teoría fundamentada, con 25 adultos mayores con dolor crónico benigno residentes en las ciudades de Medellín y Bogotá. La técnica utilizada para recolectar la información fue la entrevista en profundidad. El análisis se hizo utilizando las herramientas de la teoría fundamentada bajo los lineamientos de Strauss y Corbin. Utilizando la codificación abierta, axial y selectiva, el método de comparación constante permitió la identificación de categorías y subcategorías, y simultáneamente se realizaron memos y diagramas hasta alcanzar la saturación teórica.

Resultados: El estudio arrojó una serie de categorías que dejan entrever las intervenciones que utilizan los adultos mayores para abordar el dolor crónico. Ellos inician buscando una serie de opciones como tomar medicamentos, autorrecetándose, sintiendo temor de tomar pastillas, identificando el daño producido por los medicamentos, poniéndose agua caliente, quedándose quietos, tomando posturas correctas, caminando y haciendo ejercicio, usando complementos que les ayudan y haciendo remedios caseros; todas ellas se convierten en alternativas que pueden causar alivio de su dolor.

Conclusiones: El estudio permitió describir las intervenciones de las que se valen los adultos mayores para mitigar sus dolores. Estas van desde las farmacológicas a las no farmacológicas; asuntos tan simples como la postura, el frío, el calor, los masajes o las distracciones, entre otros, desempeñan un papel importante en el alivio del dolor. Conocer estas intervenciones ayuda a los profesionales sanitarios a contemplar otras opciones de cuidado diferente a la ingesta de medicamentos, proponiendo estrategias que son de fácil acceso y pueden funcionar en el momento de abordar un paciente con dolor crónico.

© 2016 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: alejandra.alvarado@unisabana.edu.co (A.M. Alvarado-García).

KEYWORDS

Strategies;
Elderly;
Chronic pain;
Qualitative research

Everything is valid in chronic pain: Interventions by older adults for pain relief

Abstract

Objective: To describe interventions used by older adults with benign chronic pain.

Methods: Qualitative study with 25 older adults with benign chronic pain, inhabitants of the cities of Medellín and Bogotá. The technique used to collect information was in-depth interview. The analysis was made using the tools of the theory based on the guidelines of Strauss and Corbin. Using open, axial and selective coding, the constant comparison method allowed the identification of categories and subcategories and simultaneously memos and diagrams were made to reach theoretical saturation.

Results: A number of categories were found in this study, suggesting interventions used by the elderly to address chronic pain. They started looking at a number of options such as: taking medication, self-prescribing, feeling fear of taking pills, identifying the damage caused by drugs, using hot water, staying still, taking right postures, walking and exercising, using attachments that help them and making home remedies; all of them become alternatives that can cause pain relief.

Conclusions: The study allowed describing interventions that older adults use to mitigate their pain. This ranged from pharmacological to non-pharmacological interventions, as simple as posture, cold, heat, massage or distractions among others, which play an important role in pain relief. Knowing these interventions helps healthcare professionals consider care options different to medication intake, proposing strategies that are easily accessible and can operate at the time to address a patient with chronic pain.

© 2016 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

¿Qué se conoce?

La pirámide poblacional en el mundo se está invirtiendo y con ello aumenta el número de adultos mayores con comorbilidades, y signos y síntomas desagradables como es el dolor crónico. Este fenómeno representa un problema significativo para esta población, y erróneamente se suele considerar algo normal del proceso de envejecimiento.

¿Qué aporta?

El estudio permitió describir las intervenciones que utilizan los adultos mayores para controlar el dolor crónico. Las opciones que más resaltan son aquellas que implican un cómodo acceso, son de uso cotidiano, y han sido dadas desde el ensayo y error en aras de buscar el alivio del mismo. Conocer estas intervenciones ayuda a los profesionales sanitarios a contemplar otras opciones de cuidado diferentes a la ingesta de medicamentos, proponiendo estrategias que son de fácil acceso y pueden funcionar en el momento de abordar un paciente con dolor crónico.

Introducción

El envejecimiento se asocia fuertemente con una mayor prevalencia de marcadores de enfermedad, una consecuente

discapacidad y un aumento exponencial de las tasas de mortalidad¹. Una encuesta sobre las condiciones crónicas de salud seleccionadas entre los estadounidenses no institucionalizados evidenció que el 53,3% de las personas de 65 o más años presentaban hipertensión, artritis el 49,5%, enfermedades del corazón el 30,9%, diabetes el 18%, asma el 10,6%, bronquitis crónica o enfisema el 10% y el 9,3% accidentes cerebrovasculares. Con respecto a la función física, el 19% de los hombres con edad > 65 años y el 31,9% de las mujeres habían perdido al menos una de las cinco habilidades básicas, tales como agacharse y arrodillarse². Lo anterior muestra como el envejecimiento es uno de los múltiples factores que precipita la presencia de enfermedades crónicas y con ello el aumento de síntomas asociados como el dolor crónico.

El dolor crónico se considera una de las manifestaciones de la enfermedad, que afecta la calidad de vida de cualquier ser humano, donde emergen una serie de implicaciones biológicas, psicológicas, sociales y económicas que se encuentran determinadas por factores culturales, económicos, jurídicos y políticos. Además, es un problema multicausal, por ello las acciones dirigidas a su control demandan la comprensión de la interacción entre la dimensión individual (factores biológicos y estilo de vida), el entorno social (familia, cultura y políticas públicas) y los servicios de salud³.

La alta prevalencia e incidencia del dolor crónico en el mundo, junto con sus comorbilidades, y su vinculación con los factores sociales y económicos hace que se convierta en un problema de salud pública. A nivel mundial, se ha estimado que 1 de cada 5 adultos sufre de dolor y se diagnostica dolor crónico en uno de cada 10 adultos cada año⁴. A pesar de ser un síntoma tan común, las investigaciones

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8569235>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8569235>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)