

RIESGO VASCULAR

Un factor de riesgo vascular es una característica biológica, o una conducta, que aumenta la probabilidad de padecer o morir por una enfermedad del aparato circulatorio en aquellas personas que la presentan. La enfermedad vascular tiene un origen multifactorial y los factores de riesgo se potencian entre sí y se presentan frecuentemente asociados. Ante la alta prevalencia (aislada o en combinación) de los factores de riesgo vascular (FRV) y su gran trascendencia sanitaria, se ha elaborado este plan de cuidados.

Ha sido elaborado por enfermeras de Atención Especializada y de Atención Primaria e incluye los cuidados de enfermería susceptibles de ser aplicados en el hospital, en el Centro de Salud y/o en el domicilio. La coordinación interniveles es fundamental para garantizar una continuidad de cuidados que beneficia tanto a la persona afectada como a sus familiares.

Se trata de un plan de cuidados estandarizado, que predice los cuidados genéricos que serán necesarios para la mayoría de pacientes que se incluyan en los distintos niveles de riesgo vascular, tanto en prevención primaria como secundaria.

Este plan incluye una valoración mínima específica y se complementa con los cuestionarios / escalas clinimétricas más utilizados según el área a valorar. Se recogen aquellas etiquetas diagnósticas que con mayor frecuencia pueden aparecer en las situaciones que se contemplan, sin olvidar que el plan de cuidados se completará y adaptará, tras la valoración, a cada paciente, persona cuidadora, si procede, y en el caso de Atención Primaria, de su entorno.

En el plan de cuidados se especifica:

- Etiquetas diagnósticas enfermeras prevalentes
- Criterios de resultados con indicadores a valorar
- Intervenciones más frecuentes
- Actividades propuestas

Consideramos que el plan de cuidados requiere un registro adecuado donde reflejar la actividad diaria, que nos permita una posterior evaluación. Se hace indispensable la utilización de un lenguaje unificado que permita además de una comunicación interprofesional eficaz, investigar en cuidados y mejorar la calidad de éstos para el beneficio de los usuarios del Sistema Sanitario Público de Andalucía.

EQUIPO DE TRABAJO

Julián Flores Gómez
Begoña López López
Francisco J. Márquez Malaver
M^a José Sánchez Cordero

TABLA 1: Valoración de enfermería siguiendo el método de Patrones Funcionales de M. Gordon

ÍTEMS	CUESTIONARIOS
<p>Patrón 01- Percepción. Manejo de la salud</p> <p>98 Describe su estado de salud... 3 Fumador/a 4 Desea dejar de fumar 65 Alcohol 67 Otras sustancias 68 No sigue el plan terapéutico (en visitas sucesivas)</p>	<p>Test de Fagerström</p> <p>Test de Morisky-Green</p> <p>Método de recuento de comprimidos</p>
<p>Patrón 02- Nutricional. Metabólico</p> <p>18 Sigue algún tipo de dieta 19 Total de consumo de líquidos diarios (1 vaso = 250 cc) 145 Peso 146 Talla 147 IMC</p>	
<p>Patrón 04- Actividad. Ejercicio</p> <p>5 Edemas 6 Deterioro de la circulación de MMII 11 Frecuencia cardiaca 12 Tensión arterial 44 Falta o reducción de energía para tolerar la actividad</p>	
<p>Patrón 05- Sueño. Descanso</p> <p>46 Cambios en el patrón del sueño</p>	
<p>Patrón 06- Cognitivo. Perceptual</p> <p>60 Nivel de conciencia... 61 Nivel de orientación... 116 Presenta dificultad para el aprendizaje (en visitas sucesivas)</p>	
<p>Patrón 07- Autopercepción. Autoconcepto</p> <p>102 Tiene sensación o amenaza de origen inespecífico y sentimiento de aprensión 105 Temor expreso</p>	
<p>Patrón 08- Rol. Relaciones</p> <p>82 Problemas familiares 110 Situación laboral... 113 Influye el trabajo en su estado de salud (observaciones: cómo)</p>	
<p>Patrón 09- Sexualidad. Reproducción</p> <p>88 Método anticonceptivo en mujeres en edad fértil 91 Relaciones sexuales no satisfactorias, si procede, en función del tratamiento farmacológico</p>	
<p>Patrón 10- Adaptación. Tolerancia al estrés</p> <p>95 Ha tenido en los dos últimos años cambios vitales 114 Sensación habitual de estrés 119 Desea más información sobre...</p>	



TABLA 2. Resumen del plan de cuidados enfermeros

DIAGNÓSTICOS

- 00126 Conocimientos deficientes
- 00078 Manejo inefectivo del régimen terapéutico
- 00079 Incumplimiento del tratamiento
- 00001 Desequilibrio nutricional por exceso

OBJETIVOS

- 1803 Conocimiento: proceso de enfermedad
- 1914 Control del riesgo: salud cardiovascular
- 1601 Conducta de cumplimiento
- 1612 Control de peso

INTERVENCIONES

- 5602 Enseñanza: proceso de enfermedad
- 5612 Enseñanza: actividad/ejercicio prescrito
- 5614 Enseñanza: dieta prescrita
- 5618 Enseñanza: medicación prescrita
- 4490 Ayuda para dejar de fumar
- 4420 Acuerdo con el/la paciente
- 4410 Establecimiento de objetivos comunes
- 5246 Asesoramiento nutricional
- 0200 Fomento del ejercicio
- 1280 Ayuda para disminuir el peso

RIESGO VASCULAR

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones de enfermería para cada uno de los diagnósticos seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00126.-Conocimientos deficientes	1803.-Conocimiento: proceso de enfermedad	5602.-Enseñanza: proceso de enfermedad
	04. Descripción de los factores de riesgo	-Explicarle la fisiopatología de la enfermedad vascular y los factores de riesgo vascular
	02. Descripción del proceso de enfermedad	-Comentarle los cambios en el estilo de vida que puedan ser necesarios para evitar futuras complicaciones y/o controlar la enfermedad vascular
	09. Descripción de las complicaciones	-Enseñarle técnicas de autocontrol de presión arterial, frecuencia cardíaca y colesterolemia, si procede
00078.-Manejo inefectivo del régimen terapéutico	1914.-Control del riesgo: salud cardiovascular	5612.-Enseñanza: actividad/ejercicio prescrito
	01. Reconoce el riesgo de enfermedad cardiovascular	-Evaluar su nivel actual de ejercicio/actividad. -Informarle de los propósitos y beneficios de la actividad
	02. Reconoce la capacidad para cambiar la conducta	-Informarle acerca de las actividades apropiadas en función de su estado físico -Proporcionarle información sobre los recursos comunitarios para aumentar el cumplimiento de las actividades prescritas
	03. Evita el consumo de cigarrillos	
	04. Controla la presión arterial	
	05. Controla el pulso	5614.-Enseñanza: dieta prescrita
	07. Sigue las estrategias de control de peso	-Evaluar el nivel inicial de conocimientos que la persona tiene acerca de la dieta prescrita -Explicarle el propósito y tiempo de duración de la dieta
	08. Sigue la dieta recomendada	-Facilitarle por escrito, si procede, las recomendaciones para seguir una dieta mediterránea -Instruirle sobre la composición de la dieta: alimentos aconsejados y desaconsejados según enfermedad vascular y/o factores de riesgo presentes
	09. Utiliza los servicios sanitarios de forma congruente cuando los necesita	
	10. Sigue las precauciones recomendadas sobre los fármacos sin prescripción facultativa	5618.-Enseñanza: medicación prescrita
	11. Busca información sobre los métodos para mantener la salud cardiovascular	-Darle información acerca del propósito y acción de cada medicamento que utilice -Adiestrarle en el manejo del tratamiento: identificación y posología
	12. Supervisa los efectos de los estimulantes	-Informarle sobre las posibles consecuencias de no tomar o suspender la medicación
	13. Participa en la detección del colesterol	-Instruirle sobre los posibles efectos adversos de cada medicamento y la manera de aliviarlos o prevenirlos
	14. Utiliza las medicaciones como están prescritas	-Comunicar la aparición de efectos secundarios -Recomendarle llevar siempre la documentación del régimen de medicación prescrito
	15. Participa en ejercicio regular	4490.-Ayuda para dejar de fumar
	-Registrar el estado actual y el historial de la actividad de fumar -Aconsejarle de forma clara y consistente DEJAR DE FUMAR -Ayudarle a identificar las razones para el abandono del hábito y las barreras que percibe -Ayudarle a elegir el mejor método para dejar de fumar, cuando existe decisión de abandono	

RIESGO VASCULAR

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones de enfermería para cada uno de los diagnósticos seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00079.-Incumplimiento del tratamiento	1601.-Conducta de cumplimiento	4420.-Acuerdo con el/la paciente
	03. Comunica seguir la pauta prescrita	-Ayudarle a identificar las prácticas sobre la salud que desea cambiar -Determinar conjuntamente los objetivos de los cuidados
		4410.-Establecimiento de objetivos comunes
		-Identificar y acordar con la persona el objetivo de los cuidados en términos positivos, realistas y alcanzables, respetando sus creencias y valores. -Coordinar con la persona fechas de revisión periódicas para valorar el progreso hacia los objetivos
00001.-Desequilibrio nutricional por exceso	1612.-Control de peso	5246.-Asesoramiento nutricional
	03. Equilibrio entre ejercicio e ingesta calórica	-Establecer la duración de la relación de asesoramiento -Determinar la ingesta y los hábitos alimentarios
	07. Mantiene un patrón alimentario recomendado	-Facilitar la identificación de las conductas que se quieren cambiar -Establecer metas realistas a corto y medio plazo para el cambio del estado nutricional
	14. Identifica relaciones sociales que afectan a la ingesta alimentaria	-Proporcionar información acerca de las necesidades de modificación de la dieta por razones de salud: pérdida de peso, restricción del sodio, reducción del colesterol...
	15. Identifica estados emocionales que afectan a la ingesta alimentaria	-Valorar el progreso de las metas de modificación dietética a intervalos regulares
	21. Alcanza el peso óptimo	
	22. Mantiene el peso óptimo	
		0200.-Fomento del ejercicio
		-Valorar las ideas de la persona acerca del efecto del ejercicio físico en la salud, informando sobre los beneficios físicos y psicológicos -Establecer, instruir y ayudarle a seguir un programa de ejercicios coherente con su edad, estado físico, metas, motivaciones y estilo de vida -Controlar su respuesta al programa de ejercicios
		1280.-Ayuda para disminuir el peso
		-Determinar el deseo y la motivación de la persona para reducir peso -Pesarle periódicamente -Cuantificar con la persona la pérdida de peso deseada en los plazos establecidos -Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos favorables -Ayudarle a ajustar las dietas al estilo de vida y al nivel de actividad