

Resumen simple sobre la creación y acuerdo de una clasificación de las intervenciones de apoyo al autocuidado.

Antecedentes – El interés en el autocuidado está creciendo porque el papel de los pacientes en la salud y la atención en salud está cambiando; los pacientes son participantes cada vez más activos en su propia atención de la salud. El número de estudios que investigan la efectividad de las intervenciones de autocuidado (SMIs)*¹ está aumentando rápidamente, pero varían en calidad y terminología utilizada. La creación de una taxonomía coherente, una herramienta para nombrar y clasificar las intervenciones, puede ayudarnos a proporcionar un "lenguaje común" para todos los investigadores, legisladores, profesionales sanitarios y gestores, pero también para pacientes y organizaciones de pacientes, lo que facilitará la investigación adicional en el área de las intervenciones de autocuidado y también aumentará su reputación.

Objetivo – Desarrollar una taxonomía ampliamente aceptada. Una herramienta para definir y clasificar las intervenciones para apoyar el autocuidado, ayudar a identificar sus elementos clave y hacer una comparación entre ellas.

Métodos – La herramienta de taxonomía, también llamada herramienta de clasificación de COMPAR-EU, se desarrolló en base a los resultados de una revisión de la literatura, posteriormente revisada por el equipo COMPAR-EU, y luego validada por un grupo de expertos internacionales en autocuidado y enfermedades crónicas, junto con representantes de pacientes.

Resultados – Nuestra investigación identificó 132 elementos clave de las intervenciones de autocuidado, agrupados en cuatro categorías: 1) características de intervención, 2) comportamientos de autocuidado, 3) resultados para medir y comparar las diferentes intervenciones, y 4) población a la que se dirige la intervención. La siguiente figura muestra las categorías más relevantes.



*SMIs, Self-management interventions: Las Intervenciones de apoyo al autocuidado son intervenciones importantes de atención en salud, para ayudar a abordar el impacto individual, social y económico de las enfermedades crónicas, mejorar los resultados y reducir los costes de atención en salud asociados con las enfermedades crónicas. Según los propósitos de este proyecto, el **autocuidado** se define como "lo que las personas, las familias y las comunidades hacen con la intención de promover, mantener o restaurar la salud y hacer frente a la enfermedad y la discapacidad con o sin el apoyo de los profesionales de la salud. Incluye, entre otros, la auto-prevención, el autodiagnóstico, la automedicación y el autocuidado de enfermedades y discapacidades.

Antecedentes –

En los últimos diez años se han publicado más de 41.100 artículos sobre intervenciones o técnicas de soporte al autocuidado (SMIs). Este creciente interés podría estar relacionado con el papel más activo de los pacientes en la atención en salud: los pacientes son vistos cada vez más como cocreadores/diseñadores de sus pautas de tratamiento, en lugar de solo destinatarios pasivos.

Aunque hay muchos estudios, no existe una clara definición de las intervenciones de soporte al autocuidado. Esto hace que sea difícil para los investigadores comparar diferentes tratamientos porque las formas en que las personas describen los pasos que tomaron y sus resultados son demasiado diferentes para compararlos.

El valor de las intervenciones de autocuidado para los pacientes

Las personas que viven con enfermedades crónicas en su mayoría controlan su condición ellos mismos, en casa y en la comunidad, a menudo ayudados por familiares u otros cuidadores informales. Proporcionar a los pacientes y cuidadores el apoyo adecuado para el autocuidado y vivir bien con una enfermedad es una parte esencial para una buena atención a enfermedades crónicas. El tipo correcto de intervención de autocuidado puede mejorar los resultados de salud, haciendo posible que los pacientes sean participantes activos y cocreadores de su atención. El autocuidado es una pieza del rompecabezas de la atención en salud: cuando las personas se encuentran mejor equipadas para gestionar su problema de salud, puede llevar a una mejor calidad de vida emocional y física.

"Autocuidado" se refiere a cuando una persona con una enfermedad crónica toma medidas para cuidar de su enfermedad por sí misma, hace el seguimiento y registro, gestiona sus signos y síntomas, y trabaja junto con los profesionales de la salud para ajustar su tratamiento cuando sea necesario y comprender cuándo ajustar sus comportamientos (como seguir su tratamiento, trabajo, ocio u otras actividades diarias).

¿Por qué necesitamos esta herramienta de clasificación?

Una herramienta de clasificación ayuda a los investigadores a categorizar factores complejos de acuerdo con ideas que se comparten y aceptan. Tener una herramienta formal ayuda al proyecto COMPAR-EU a identificar los tipos clave de SMI para enfermedades crónicas, y a comparar entre intervenciones a veces muy diferentes; por ello, desarrollar esta herramienta es tan importante para el progreso del proyecto COMPAR-UE.

[COMPAR-EU](#) es un proyecto financiado por la UE que tiene como objetivo ayudar a cerrar la brecha entre los conocimientos actuales obtenidos de los estudios de investigación y la práctica real de las SMIs. La herramienta de clasificación de COMPAR-EU ayudará a construir un lenguaje común para entender las intervenciones de autocuidado; el diseño de futuros estudios para comprender su impacto; y para comparar diferentes intervenciones. La herramienta debe ser fácil de entender entre diferentes tipos de lectores y debe ser al mismo tiempo completa y breve.

Creemos que desarrollar esta herramienta para las SMIs será muy útil para futuras investigaciones y puede ayudarnos a analizar, crear y utilizar mejor diferentes SMIs para las personas que viven con enfermedades crónicas.

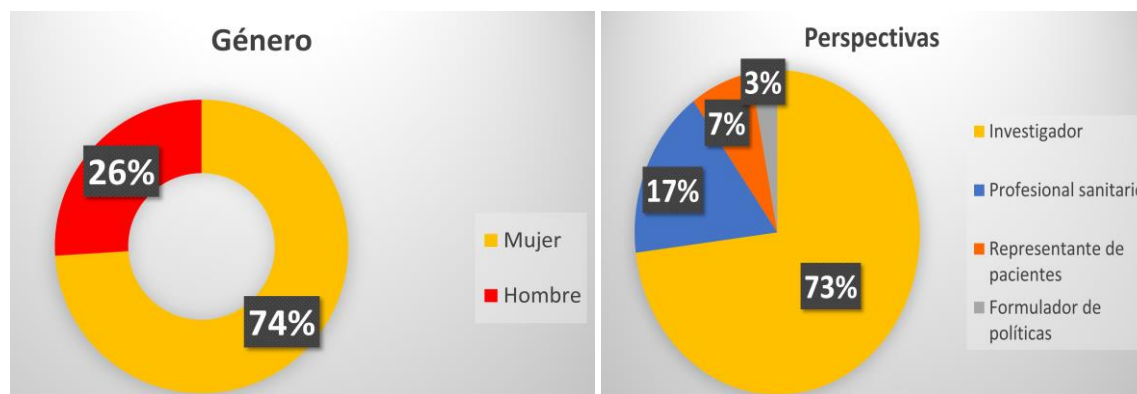
¿Cómo se desarrolló la herramienta ?

La herramienta COMPAR-EU se desarrolló utilizando estudios existentes y se acordó entre un grupo de expertos internacionales en autocuidado y enfermedades crónicas junto con representantes de pacientes, utilizando un tipo de comunicación estructurada que se utiliza en grupos para llegar a un consenso basado en una serie de preguntas. El grupo de expertos participó en dos rondas de preguntas para llegar a un acuerdo.

La herramienta tiene 132 secciones importantes de una herramienta de autocuidado, que se agrupan en cuatro categorías: 1) características de la intervención, 2) comportamientos de autocuidado, 3) resultados para medir y comparar las diferentes intervenciones, y 4) población a la que se dirige la intervención. La siguiente figura muestra las categorías más relevantes.

¿Cuál fue el perfil de los expertos?

Los expertos procedían del Reino Unido, Australia, Irlanda, Canadá, España, Noruega, Bélgica, Estados Unidos y Alemania.



¿Qué valor aporta la herramienta al conocimiento existente?

La principal característica de la herramienta COMPAR-EU es que su objetivo principal es incluir una revisión completa de los SMI.

Estudios anteriores han encontrado que el tipo de acciones, la intensidad y el enfoque en los comportamientos cambiantes fueron partes clave de los SMI. La revisión de 257 estudios previos sobre la clasificación de autocuidado ayudó al equipo de COMPAR-EU a desarrollar una base sólida para crear una herramienta nueva y completa que incluyera todos los aspectos importantes de una intervención de autocuidado.

Fortalezas y limitaciones de la herramienta

Fortalezas

- ✓ Es la primera taxonomía completa, que se centra no solo en el apoyo al autocuidado, sino también en otras características de la intervención y factores como el grupo objetivo, el comportamiento del paciente y los resultados.
- ✓ Fue acordado por un grupo de expertos con una media de 10 años de experiencia y con variedad de profesiones. Algunos profesionales eran expertos en más de un campo.
- ✓ La técnica de comunicación estructurada utilizada es un método científicamente probado para crear consenso.

Limitaciones

- El porcentaje de expertos que respondieron a la primera invitación fue bajo, aunque la muestra final se consideró adecuada para esta técnica.
- El número de sesiones, las dosis administradas y/o la duración de las intervenciones no se incluyeron como características porque no se consideraron de importancia crucial para estas SMI.
- Uno de los principales desafíos fue decidir entre la precisión de la clasificación y la limitación del poder estadístico en el procesamiento de clasificaciones muy detalladas.

¿Cuál es el paso siguiente al desarrollo de la herramienta de clasificación?

El equipo de COMPAR-EU utilizará la herramienta para revisar otros estudios dentro de los cuatro

problemas de salud estudiados en el proyecto: Diabetes Mellitus Tipo II (DMT2), obesidad, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), e insuficiencia cardíaca; esto demostrará si la herramienta se desarrolló correctamente, nos ayudará a realizar cualquier cambio, en caso de que sea necesario, y nos ayudará para futuras investigaciones.

Esta herramienta al proporcionar una forma clara de categorizar las intervenciones, creemos que puede contribuir a la futura investigación. Recomendamos que la herramienta COMPAR-EU sea utilizada por investigadores, profesionales de la salud, legisladores y otros para:

- Clasificar las intervenciones de apoyo al autocuidado basadas en una terminología y definiciones acordadas;
- Traducir la investigación en la práctica para problemas de salud crónicos.
- Diseñar y clasificar técnicas de autocuidado;
- Investigar los estudios existentes y comparar diferentes intervenciones de autocuidado;
- Ayudar a los pacientes a hablar con sus profesionales de la salud sobre la SMI más adecuada para su situación particular [lo que hacen las herramientas de ayuda para la toma de decisiones compartida paciente /profesional salud]

¿Quiere saber más?

Póngase en contacto con contact@self-management.eu

También puede visitar en la página web del proyecto: <https://self-management.eu/>

Coordinador del Proyecto –



Socios del proyecto –



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme under grant agreement No 754936. The content of this leaflet reflects only the COMPAR-EU groups' views and the European Commission is not liable for any use that may be made of the information contained herein.

