

AUTORES/AUTHORS:

Carmen Ferré Grau, Mar Lleixá Fortuño, Nuria Albacar Riobóo, Montserrat García Martínez, Montserrat Boqué Caballé, Juan Roldán Merino, M^a Teresa Lluch Canut, Trinidad Carrión Robles, Cinta Espuny Vidal

TÍTULO/TITLE:

CUIDADORASCRONICOS 2.0: Análisis de su utilización y contenido

1. OBJETIVO:

Este trabajo forma parte del proyecto multicéntrico: "Cuidadoras 2.0: efectividad de un programa de apoyo 2.0 para cuidadoras no profesionales de pacientes crónicos". Expediente PI 12/01224 2012, financiado por el Instituto de Salud Carlos III y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional, y tiene por objetivo:

"Analizar y evaluar la usabilidad, contenidos y satisfacción de las cuidadoras respecto al uso de la web cuidadorascronicos.com previo a su puesta en marcha definitiva".

2. MÉTODOS:

Estudio piloto descriptivo y transversal para detectar puntos fuertes y aspectos mejorables en la utilización de la web cuidadorascronicos.com

Las variables objeto de estudio se agruparon en variables de la Web: usabilidad y contenidos y variables de la consulta digital: satisfacción, grado en que la web sería recomendada a otra cuidadora y sugerencias.

Se eligió con criterios de disponibilidad una muestra de 32 cuidadoras de enfermos crónicos de Alicante, Málaga, Reus y Tortosa. Participaron cuidadoras de pacientes crónicos voluntarias con competencias digitales mínimas y acceso a Internet desde cualquier dispositivo (ordenador, móvil, tablet). La recogida de datos se realizó durante el mes de marzo del 2014, contactando con las cuidadoras a través de asociaciones de familiares de pacientes de salud mental, Alzheimer y otras demencias y desde programas de atención domiciliaria.

Para la realización del estudio se utilizó la observación participante y un cuestionario de satisfacción. El cuestionario utilizado es una adaptación del cuestionario INCOTIC-GRADO de González, Espuny & Gisbert (2010) y está en formato web para facilitar su cumplimentación.

3. RESULTADOS:

Del análisis descriptivo de la muestra se destaca que los ámbitos de cuidados son: 36% Alzheimer y otras demencias, 11% depresión y/o esquizofrenia, 7% cuidados al final de la vida y el resto otros, entre los que destacan las personas mayores y frágiles, y que el dispositivo que usan normalmente para conectarse es el ordenador (47%), seguido del móvil (41%).

Las variables estudiadas obtienen una puntuación superior a 7 y muestran los siguientes resultados:

USABILIDAD: Facilidad en hallar la información, volver a la página inicial y acceder a ayudas y recursos. En la zona privada se detectan aspectos a solucionar relativos a la dificultad para acceder a los contenidos, participación en los foros y contestación de los cuestionarios. La calidad de los vídeos e imágenes está bien valorada por el 85% de las usuarias.

CONTENIDOS: Utilidad de la información para su tarea como cuidadora.

SATISFACCIÓN: Grado de satisfacción elevado para el uso abierto de la web, no tanto con la zona privada.

RECOMENDACIÓN: En el 98 % de los casos recomendaría la web a otra cuidadora por la utilidad de la información, la posibilidad de darse consejos entre cuidadoras, evitar la soledad y aprender a cuidarse.

4. DISCUSIÓN

El pilotaje realizado ha permitido comprobar la satisfacción de las usuarias y la utilidad de los contenidos, a partir del análisis de los resultados. Con la versión definitiva se solicitará la acreditación como web de calidad, y se presentará a asociaciones, cuidadoras, gestores y profesionales de sanidad y bienestar social.

Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) son herramientas con las que se puede ofrecer información para fomentar el desarrollo de competencias a las cuidadoras que favorecen la salud física y mental. (Barrera, 2011). Las TIC ofrecen ventajas en la sanidad, como el incremento de la autogestión en la propia salud, el aumento de la interacción e integración social, mayor interés en los aspectos subjetivos de la salud y la calidad de vida de la población, utilidad para la educación en salud, promoción y prevención de enfermedades, optimización de los servicios sanitarios mejorando la accesibilidad a la población, la calidad de los servicios, la reducción de costos y el perfeccionamiento de la gestión. (Lago, 2008, Martínez, 2013).

También, favorecen el empoderamiento de la cuidadora, aumentando los conocimientos sobre su estado de salud y preservando la autonomía brindando a la persona el derecho a decidir, se potencia la capacidad de las cuidadoras para convivir día a día con la persona receptora de cuidados. Es necesario generar estrategias de soporte social con las TIC, actualmente todavía existen pocos estudios sobre el coste-beneficio/efectividad del soporte tecnológico a las cuidadoras. (Barrera, 2011; Boots, 2014, Zulman, 2013; Smith, 2008).

Los gestores y profesionales de sanidad y bienestar social deben conocer la web para poder recomendarla como recurso fiable y complementario a la atención presencial.

Es importante desarrollar webs fiables y de calidad para poder recomendarlas con el objetivo de educar y capacitar a las cuidadoras de personas con problemas crónicos. Se deben aprovechar las ventajas que aportan las tecnologías y las enfermeras debemos intentar liderar estos proyectos creando sitios web de calidad donde dirigir a los usuarios. Un sitio web 2.0 puede ser un entorno idóneo para ayudar a las cuidadoras a compartir sus experiencias, evitando el sentimiento de soledad, y a consultar información para mejorar la salud de las personas que cuidan y muy especialmente de la suya propia.

BIBLIOGRAFÍA/BIBLIOGRAPHY:

Barrera Ortiz L, Carrillo González GM, Chaparro Díaz L, Afanador NP, Sánchez Herrera B. Soporte social con el uso de TIC's para cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. *Revista de salud pública [revista online]*. 2011 Jun [consulta el 05 de febrero de 2014]; 13(3). Disponible en: <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/15893/38043>

Boots LMM, Vugt MED, Knippenberg RJM, Kempen GIJ, Verhey FRJ. A systematic review of internet-based supportive interventions for caregivers of patients with dementia. *Int J Geriatric Psychiatry [online]*. 2014 [consulta el 15 febrero de 2014]; 29:331-344. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23963684>

González, J., Espuny, C. & Gisbert, M. (2010). La evaluación de la competencia nuclear digital en los nuevos grados del EEES. @tic. *Revista d'Innovació Educativa*, 4, 13-20.

Lago Barney G. Las tecnologías en el sistema de salud. *Universitas Médica [online]*. 2008 Jun [consulta el 6 de febrero de 2014]; 49(2):151-154. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2310/231016364001.pdf>

Martínez Martínez A. Repercusión del uso de las TIC en la Sanidad española. *Cuadernos de Gestión de Información [online]*. 2013 [consulta el 8 de febrero de 2014]; 3(1). Disponible en: <http://fcdmurcia.es/ojs/index.php?journal=cuadernos&page=article&op=view&path%5B%5D=158>

Smith C. Technology and web-based support. American Journal Nursing [online]. 2008 [consulta el 22 de marzo de 2014]; 108(9):64-68. Disponible en: file:///C:/Users/Jael/Downloads/Technology_and_Web_Based_Support.26.pdf

Zulman DM, Piette JD, Jenchura EC, Asch SM, Rosland AM. Facilitating out-of-home caregiving through health information technology: survey of informal caregivers' current practices, interests and perceived barriers. J Med internet Res [online]. 2013 Jul [consulta el 22 de marzo de 2014]; 15(7):123. Disponible en: <http://www.jmir.org/2013/7/e123/>