

# PREVENCIÓN DE COMORBILIDADES EN ENCAMAMIENTO PROLONGADO, EL ROL DE LA ENFERMERÍA

**AUTORA:** Maialen Morate Espejo.

Alumna de 4º Enfermería, Facultad de Enfermería, Universidad de Navarra (mmorateespe@alumni.unav.es).

**TUTORA:** Miriam Pereira Sánchez.

Unidad de docencia práctica, Facultad de Enfermería, Universidad de Navarra.



Universidad de Navarra

FACULTAD DE ENFERMERÍA

## INTRODUCCIÓN

El reposo en cama fue históricamente utilizado como tratamiento terapéutico ante la carencia de intervenciones eficaces. No obstante, en la actualidad se sabe que la vida está estrechamente relacionada con el movimiento, ya que funciones vitales como la respiración, la circulación y el metabolismo dependen directamente de la actividad corporal.

El envejecimiento progresivo de la población, junto con el consecuente aumento en la demanda de cuidados para personas encamadas, es evidente la necesidad de profundizar en el estudio de esta problemática.

Comprender las implicaciones fisiológicas, psicológicas y sociales de la inmovilidad resulta fundamental para optimizar la atención de enfermería. Una intervención oportuna y adecuada permitirá prevenir complicaciones, favorecer una recuperación eficiente y elevar la calidad de la atención prestada.

## OBJETIVO

Identificar las intervenciones de enfermería que previenen las comorbilidades asociadas a un encamamiento prolongado.

## METODOLOGÍA

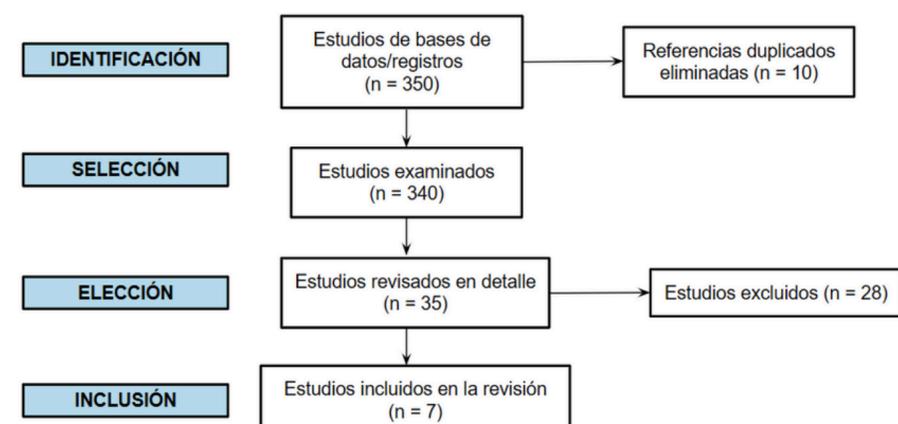


Palabras clave: Adulto mayor, prevención primaria, morbilidad y cuidados de enfermería.

Estrategia de búsqueda:

TÉRMINOS NATURALES							
OR	AND	OR	AND	OR	AND	OR	OR
Inpatient Aged Geriatric elderly adult "grown old"		Intervention Interventions Strategies "Best practices" "Management tools" Program Avoid Prevention		Morbidity Complication "Side effects"		Nurse Nurses Nursing "Nursing care"	Immobilized "Bedridden patients"
TÉRMINOS MESH							
OR	AND	OR	AND	OR	AND	OR	OR
Aged		"Primary prevention"		Morbidity		"Nursing care"	

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>Artículos publicados en los últimos 10 años (2014-2024).</li> <li>Artículos disponibles en inglés y español.</li> <li>Artículos con intervenciones llevadas a cabo por enfermeras.</li> <li>Artículos con intervenciones enfocadas en la prevención de complicaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estudios sobre el manejo y curación de complicaciones asociadas al encamamiento prolongado.</li> <li>Literatura gris y resúmenes de congresos.</li> </ul>

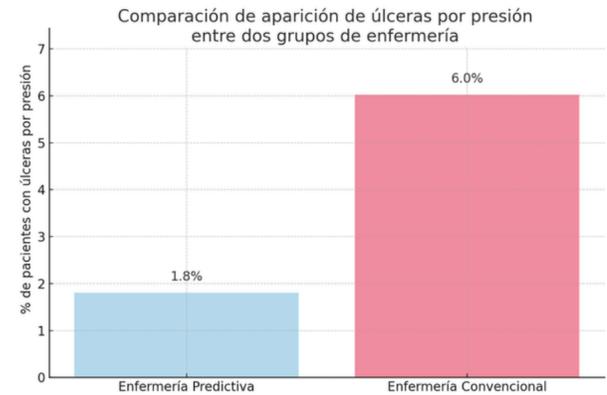


## RESULTADOS

Tras la lectura y análisis de los artículos incluidos, se identificaron cuatro unidades temáticas:

### INTERVENCIONES PREDICTIVAS:

- Basadas en la evaluación temprana de riesgos y educación sanitaria.
- Clave para anticiparse a complicaciones potenciales en pacientes encamados.
- Los estudios muestran mejores resultados en pacientes con cuidados predictivos frente a los que recibieron cuidados convencionales.

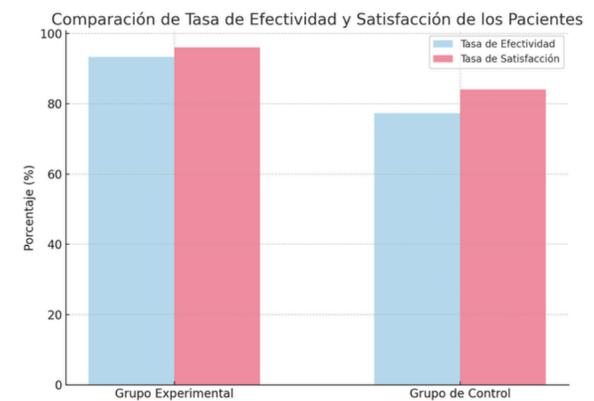


### ATENCIÓN PERSONALIZADA:

- Realizar un plan de cuidados adaptado al paciente reduce comorbilidades.
- Es clave conocer al paciente: Su salud, educación, necesidades, estado psicológico...
- La comunicación efectiva enfermera-paciente mejora la adherencia al tratamiento y reduce complicaciones.
- Un adecuado número de enfermeras por paciente permite un cuidado más individualizado y seguro.

### SATISFACCIÓN Y CALIDAD DE VIDA:

- Las intervenciones de enfermería tienen como fin mejorar la calidad de vida de los pacientes además de disminuir la estancia hospitalaria.



### FORMACIÓN Y EXPERIENCIA:

- A mayor nivel de título de las enfermeras, mejora la satisfacción del paciente y se reducen las complicaciones por mala praxis.
- No se encontró una relación clara entre la experiencia del personal de enfermería y la disminución de complicaciones relacionadas con la inmovilidad.
- Se encontró que la dotación adecuada de personal de enfermería, junto con enfermeros con títulos intermedios o superiores, así como el nivel educativo y la experiencia, ayuda a reducir las complicaciones graves por inmovilidad.

## CONCLUSIÓN

### PRÁCTICA CLÍNICA:

Crear, validar y estandarizar protocolos de atención predictiva para anticiparse a complicaciones, mejorar la respuesta sanitaria, garantizar cuidados más eficientes y aumentar la satisfacción de los pacientes fomentando una enfermería preventiva basada en evidencia científica.

### DOCENCIA:

Mantener actualizados a los profesionales sanitarios mediante formación especializada (másteres, especializaciones, cursos), asegurando una atención basada en las mejores prácticas.

### MEJORA DEL RATIO ENFERMERA-PACIENTE:

Aumentar el número de enfermeras por paciente para ofrecer una atención más personalizada, reducir la sobrecarga laboral y mejorar los resultados en salud.

La figura de la enfermera trasciende el cuidado tradicional para convertirse en un pilar fundamental en la prevención, la educación sanitaria y el acompañamiento emocional del paciente.

## REFERENCIAS

