

Educación para la salud en los pacientes trasplantados renales y su familia

Lic. Aballay Javier

Introducción: Educar y concientizar en cuidados de la salud a pacientes en el pos trasplante renal y su familia. Optimizar y garantizar los cuidados para el buen funcionamiento del órgano trasplantado. La educación para la salud eficaz del paciente trasplantado engloba tres dimensiones: los conocimientos, información relacionada con el autocuidado para llevar a cabo un estilo de vida saludable y para reducir la ansiedad del paciente y familia; las habilidades relacionadas con el poder y saber hacer, donde adquiere importancia la familia.

Método: En la unidad de trasplante renal del Hospital El Cruce contamos con un programa de educación para salud para el paciente trasplantado. Antes del alta hospitalaria, se brinda una charla y se entrega una guía útil con información y recomendaciones sobre medicación inmunosupresora o antirechazo y complementaria, aspectos sobre higiene personal y del ambiente, dieta saludable, alimentos permitidos, almacenamiento de los mismos, vida social, actividad física, viajes, jardinería, teniendo en cuenta habilidades y actitudes del paciente, controles médicos, estudios de rutina y análisis de sangre.

Resultados: En el Hospital El Cruce, desde la apertura de la unidad de trasplante renal en diciembre de 2015 hasta la actualidad, se realizaron 82 trasplantes de riñón de los cuales 46 son del sexo masculino y 36 del sexo femenino. Desde diciembre de 2016 hasta la actualidad la actividad de educación al paciente y su entorno es llevada a cabo por el personal de enfermería de la unidad.



Conclusiones: En el equipo de salud trabajamos con el paciente y la familia, quienes tienen una buena recepción de la información proporcionada, cumpliendo las indicaciones en la toma de medicación inmunosupresora, las recomendaciones de hábitos saludables y autocuidado domiciliario, asistiendo a controles médicos periódicos pautados, y consultando inquietudes y dudas sobre el estado como paciente trasplantado. Así logramos realizar un seguimiento para mantener la sobrevida del injerto trasplantado, mayor adherencia al tratamiento, acentuar conceptos y habilidades del cuidado de la salud, en el que se establecieron hábitos y estilos de vida saludables, adherencia al tratamiento inmunosupresor y pautas de alarma en relación a su estado de salud, fundamentalmente el primer año de trasplante, reduciendo estados de ansiedad e instalando una buena comunicación con el equipo de trasplante, paciente y familia. La educación para la salud en el paciente trasplantado de riñón y su familia es un pilar fundamental en la prevención y promoción del autocuidado integral de la salud y el injerto, fortaleciendo capacidades del todo el entorno para mejorar la calidad de vida.