



Boletín CAIPaDi

Modelos de empoderamiento y su efecto en el control metabólico

Desde hace algunos años, el término empoderamiento (*empowerment*), se ha utilizado frecuentemente en los modelos de atención de pacientes con diabetes y otras enfermedades crónicas. La Real Academia de la Lengua Española lo define como una acción encaminada a hacer fortalecer a un individuo o grupo social desfavorecido. Su objetivo es generar compromiso y consciencia por igual en los individuos¹.

En el contexto de salud, el empoderamiento se refiere a un proceso que facilita el cambio conductual, favorece la responsabilidad y la toma de decisiones informadas de los pacientes principalmente en áreas de nutrición, actividad física y toma de medicamentos para alcanzar las metas de tratamiento². El empoderamiento se orienta a fomentar el autocuidado en salud y la autoeficacia.

Es natural que la pregunta que muchos profesionales de la salud constantemente nos hacemos sea: ¿en qué medida las intervenciones basadas en el empoderamiento del paciente nos ayudan a alcanzar las metas de control?

Ebrahimia y cols publicaron un estudio aleatorizado

realizado en Irán en el que se analizaron resultados de 103 pacientes divididos en dos grupos³. Uno recibió un entrenamiento “tradicional” y otro un entrenamiento con “enfoque de empoderamiento”. Este último grupo recibió herramientas para la solución de problemas e intervenciones dirigidas a aumentar la percepción del cuidado para evitar complicaciones.

Al término de la intervención se observó que los pacientes en el grupo con “enfoque de empoderamiento”, obtuvieron mejores resultados en niveles de HbA1c, glucosa de ayuno, triglicéridos y colesterol total.

Los autores concluyeron que el empoderamiento es una estrategia funcional para la promoción de la salud, pues incrementa la participación de los pacientes en el manejo de la diabetes, ayudándolos a identificar sus fortalezas y tomar decisiones con el objetivo de ajustar sus necesidades y mejorar su calidad de vida.

Sin embargo, tenemos que ser cautelosos para no caer en dirigir el empoderamiento exclusivamente al paciente. Si bien uno de los principios fundamentales del empoderamiento sugiere que el

paciente es 98% responsable de su cuidado, debemos establecer claramente que en la atención de diabetes existe una clara co-responsabilidad. Tanto el paciente, su familia y el profesional de la salud, deben compartir ese empoderamiento en salud y participar activamente en buscar los procesos más adecuados para lograr la mejoría de calidad de vida del paciente y su entorno. El profesional de la salud debe estar actualizado, evitar la inercia clínica, brindar las mejores opciones terapéuticas, respetar las necesidades del paciente y orientarlo. Por su parte, el paciente y su familiar son responsables de apoyar su tratamiento, participar activamente en actividades de autocuidado y establecer también sus objetivos.

Es importante incluir en el modelo de empoderamiento herramientas bajo la guía de expertos en salud, como nutriólogos, educadores en diabetes, psicólogos, psiquiatras, ejercitadores y médicos³.

La literatura sugiere que el empoderamiento es posible por medio de cinco de pasos principales:

1. Hacer un análisis sobre que aspectos representan un problema para el paciente
2. Abordar los aspectos emocionales así como las implicaciones de éstas para el paciente: ¿qué piensa y qué siente de su situación?
3. Establecer un plan: ¿qué se quiere cambiar? ¿qué opciones o recursos tiene el paciente? En términos generales, evaluar pros y contras.
4. Comprometerse a la acción, hacer consciente el esfuerzo requerido y evaluar dicho compromiso: ¿qué hará y cuándo lo hará?
5. Evaluar el proceso, conocer el resultado, determinar si hubo barreras, identificar el aprendizaje y replantar cursos de acción para futuros planteamientos⁴.

De esta manera se abordan aspectos emocionales, se trabajan técnicas de solución de problemas y se establecen objetivos conductuales².

Un paciente adecuadamente informado y consciente de su propia capacidad toma las decisiones responsables siempre en favor de su salud, mismas que son congruentes con sus expectativas y su sistema de creencias.

Referencias:

1. Silva C, Martínez ML. Empoderamiento. Proceso, Nivel, Contexto. *Psykhé* 2004; 13: 29-39
2. Anderson RM, Funnell MM. Patient Empowerment: Myths and Misconceptions. *Patient Educ Couns.* 2010; 79(3): 277-282.
3. Ebrahimia H, Sadeghib M, Amanpourc F, Vahedid H. Evaluation of empowerment model on indicators of metabolic control in patients with type 2 diabetes, a randomized clinical trial study. *Prim Care Diabetes.* 2016; 10: 129-136.
4. Funnell MM, Anderson RM. Empowerment and Self-Management of Diabetes. *Clin Diabtetes.* 2004; 22(3): 123-127