

Eficacia del apoyo emocional grupal en familiares de pacientes con enfermedades avanzadas

INTRODUCCIÓN

Cuidar a personas con dependencia es una responsabilidad que implica a los familiares más directos. Los cuidados continuos pueden generar sobrecarga emocional en el cuidador. Esta línea de intervención va dirigida a ofrecer apoyo a los familiares implicados en el proceso de enfermedad avanzada.

OBJETIVOS

- Minimizar el riesgo de sobrecarga emocional en familiares de pacientes con enfermedades avanzadas.
- Comprobar la eficacia del apoyo emocional grupal en familiares de pacientes en situación de final de vida.

METODOLOGÍA

- Grupo abierto con familiares de pacientes (N=12) ingresados en CSS. Sesiones quincenales, con una duración de 60 minutos cada una. Contenidos: Acogida, Pensamientos erróneos, Efectos de ser cuidador, Asertividad, Duelo y Cierre.
- Valoración de los objetivos en base a ENV (1 -10), evaluando la comprensión y aplicación de los contenidos, la satisfacción de la metodología presentada, la percepción subjetiva de utilidad y los niveles de ansiedad y malestar emocional previo y posterior a cada sesión.

RESULTADOS

La proporción de la participación femenina (85%) fue significativamente mayor que la masculina (15%) en todas las sesiones .

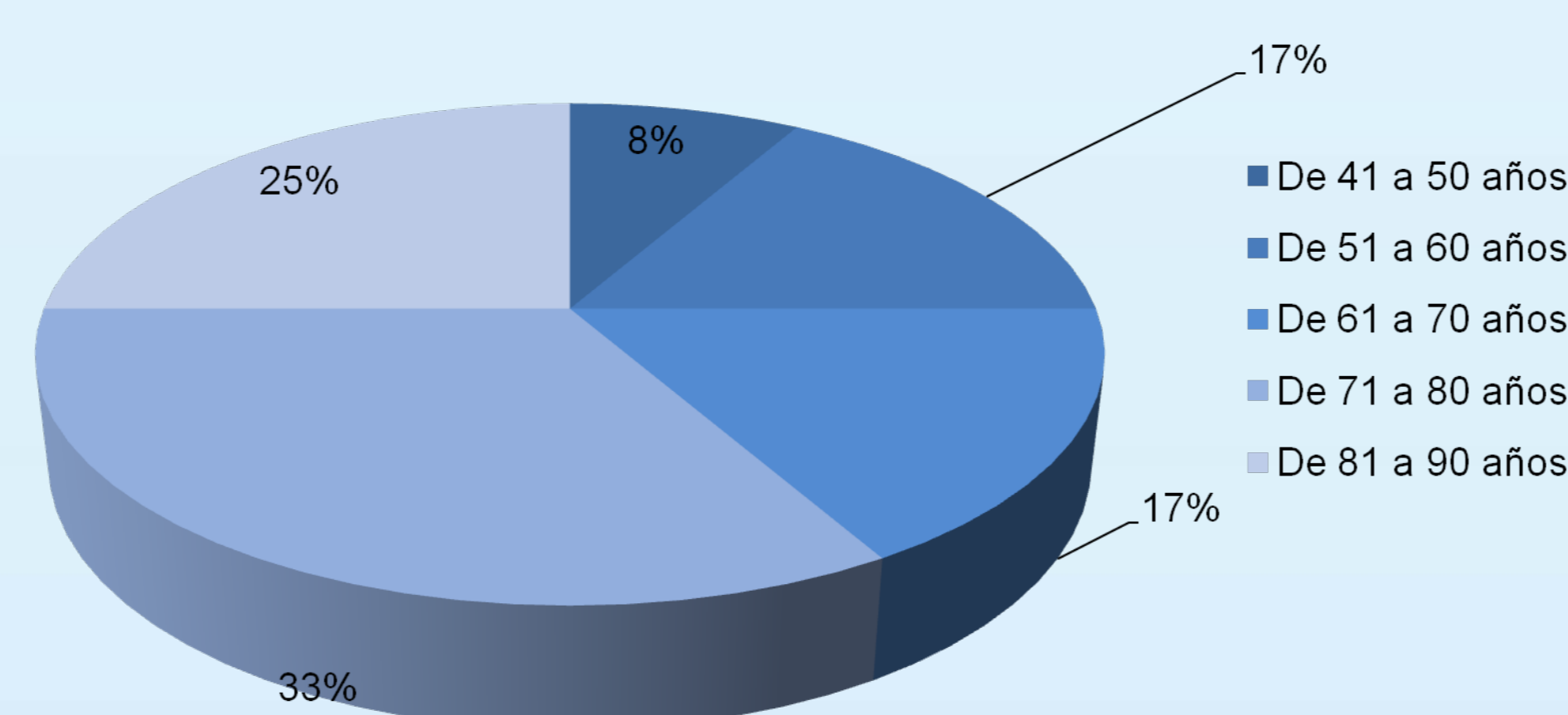
- **Comprensión y satisfacción de los contenidos:** El 100% de los asistentes al grupo afirmaron haber comprendido claramente los contenidos expuestos en todas las sesiones y expresan un grado de satisfacción máxima.

- **Aplicación de los contenidos:** El 40% de los asistentes al grupo manifestaron dificultades en la aplicación de algunos de los contenidos, relacionadas con la capacidad de abstracción y generadas, posiblemente, por un sesgo cultural relacionado con la media de edad de los participantes.

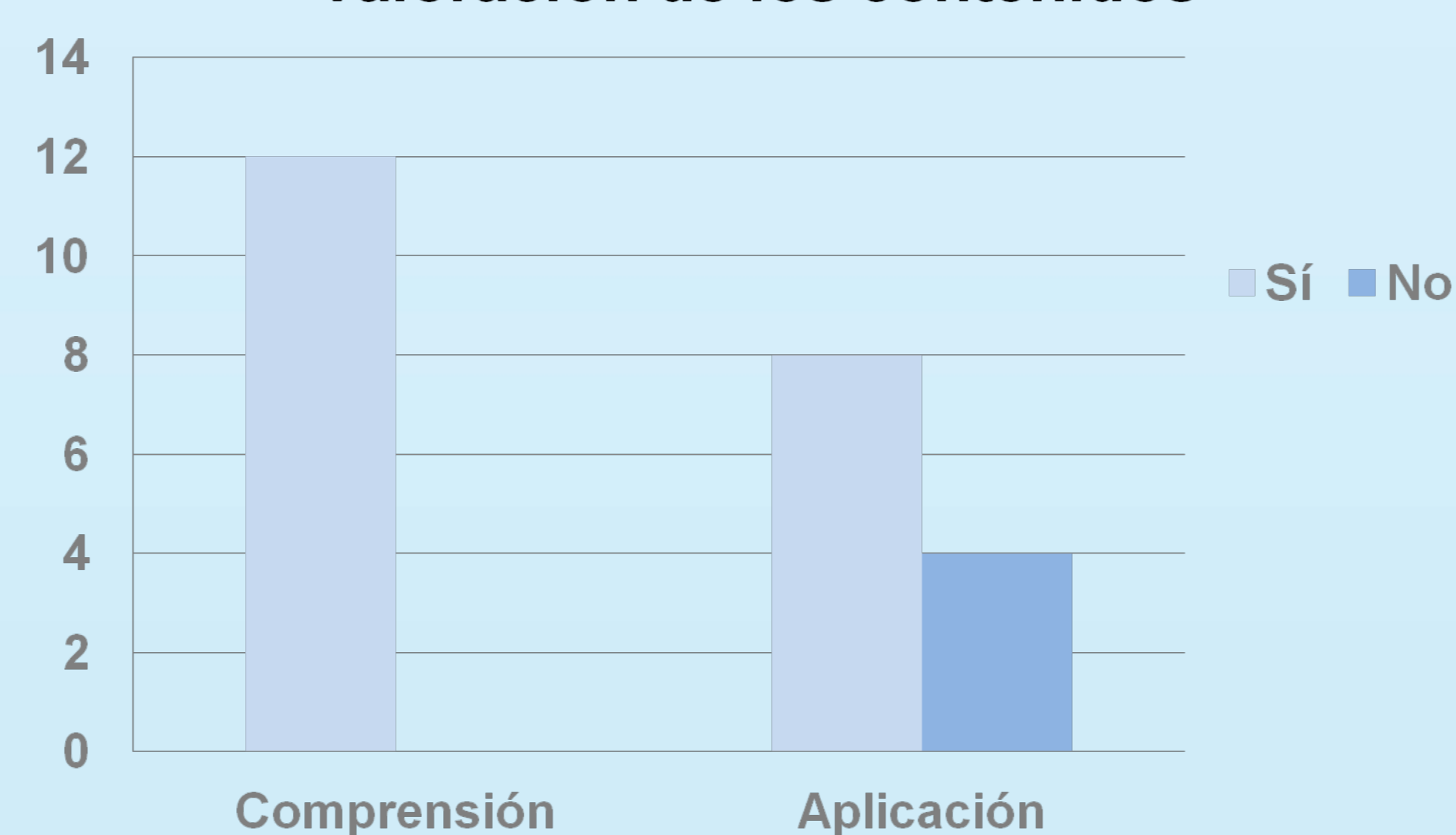
- **Ansiedad:** El 100% de los asistentes perciben disminución significativa de ansiedad al finalizar cada sesión.

- **Malestar emocional:** El 60% de los asistentes reduce de forma significativa su percepción de malestar post sesión.

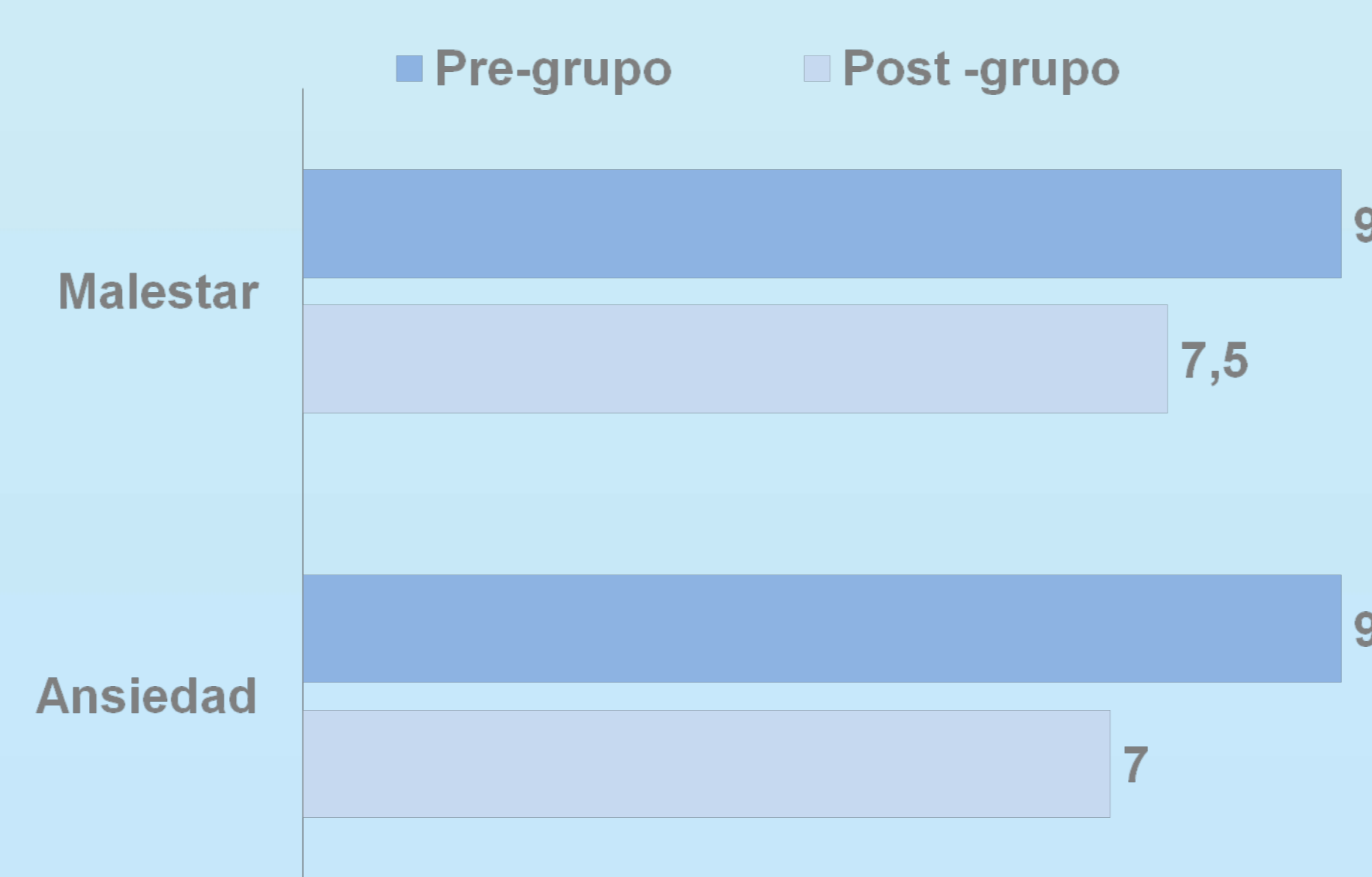
Edad de los asistentes



Valoración de los contenidos



Niveles de ansiedad y malestar emocional



CONCLUSIONES

La aplicación de dinámicas grupales reduce algunos de los síntomas más característicos asociados a la sobrecarga emocional, como son la ansiedad y el malestar emocional.

El perfil de los cuidadores, de edad avanzada y sin estudios, genera la necesidad de adaptar los contenidos y aplicar un método deductivo, centrándolos en experiencias vivenciales a partir de las cuáles los propios cuidadores redescubren, comparten y refuerzan sus estrategias de afrontamiento adaptativas.

El grupo de apoyo emocional formado por iguales ofrece los beneficios del sentimiento gregario, reforzados por la intervención del terapeuta, que facilitan la adquisición de las pautas de autocuidado evitando la percepción de relación terapéutica asimétrica.

La percepción de la eficacia de los efectos terapéuticos se mantiene en espacio inter sesiones, incrementando el bienestar subjetivo.