

Escalas Psicométricas

Seleccionadas por el
Dr. Isidoro Ruiperez Cantera
Jefe del Servicio de Geriátria
Hospital Central de la CruzRoja, Madrid

Argumentación Clínica para su utilización

Las E&T son la mejor forma de objetivas todo aquello que nos interesa en la Valoración Geriátrica Integral (VGI). Para poder atender adecuadamente a los pacietnes ancianos, es necesario utilizar la VGI. Esta se define como “la cuantificación de todos los atributos y déficit importantes, médicos, funcionales y psicosociales, con el fin de conseguir un plan racional de tratamiento y utilización de recursos” (Rubenstein y Abrass, 1986).

Hoy se conocen las siguientes ventajas por realizar sistemáticamente la VGI:

- Disminución de la mortalidad
- Mejoría de la capacidad funcional
- Mejoría del estado mental
- Disminución de la hospitalización.
- Disminución de los reingresos hospitalarios
- Disminución del consumo de medicamentos.
- Disminución de la institucionalización de larga evolución
- Mayor utilización de los recursos comunitarios

Las E&T es la mejor forma de cuantificar. Las más eficientes en el anciano deben reunir las siguientes características:

- Brevedad
- Sencillez
- Validadas para lo que quiere medir
- Que puedan medir pequeños cambios, tan importantes para el paciente y tan difícil de apreciar si no se sistematiza su objetivación.

- Recordar que las E&T no son diagnósticas, pero ayudan significativamente para poder hacer un buen diagnóstico y una posterior buena toma de decisiones.
- Que puedan ser realizadas pro los diferentes miembros del equipo asistencial

Valoración Clínica

Es lo que el médico mejor saber hacer: la historia clínica. En el paciente anciano tiene múltiples peculiaridades y de su buena aplicación dependerá en gran parte el diagnóstico. En diferentes tratados se aborda ampliamente este tema. Por ejemplo, en el “Manual Merck de Geriátria”

Valoración Funcional

Existe un consenso internacional para medir la función según las Actividades de la Vida Diaria (AVD), que se han clasificado en tres categorías:

ACTIVIDADES AVANZADAS DE LA VIDA DIARIA (AAVD), las más complejas y que permiten ser a la persona totalmente independiente, viajar, hacer deporte, etc. Su alteración indicará los primeros grados del deterioro.

ACTIVIDADES INSTRUMENTALES DE LA VIDA DIARIA (AIVD), necesarias para poder vivir en la comunidad y relacionarse con los demás.

ACTIVIDADES BÁSICAS DE LA VIDA DIARIA (ABVD), necesarias para el autocuidado y poder valerse por uno mismo, y cuya alteración genera dependencia de otra persona.

Escala de Zarit

Es la más utilizada para medir la sobrecarga del cuidador principal, aspecto crucial en la asistencia sanitaria al anciano. Hay cuidadores que parecen no estar sobrecargados pero con esta escala se comprueba que lo están, lo que debe tenerse muy en cuenta a la hora de tomar decisiones en el sentido de apoyarles para que no claudiquen en la atención, con todo lo que ello conlleva para el paciente y el propio cuidador.

Bibliografía

Zarit, S.N. Reever, K.E. y Bak-Peterson, J.: Relatives of the impaired elderly: correlates of feeling of burden. *Gerontologist*. 1983;20:649-55.

Introducción

Señale con una X la opción elegida, y luego sume los puntos según la siguiente puntuación:

- **NUNCA:** 0 puntos
- **RARA VEZ:** 1 punto
- **A VECES:** 2 puntos
- **CON FRECUENCIA:** 3 puntos
- **CASI SIEMPRE:** 4 puntos

Rango de valoración

- **Menos de 47:** no sobrecarga
- **Entre 47 y 55:** sobrecarga leve
- **Más de 55:** sobrecarga intensa

¿Siente usted que su familiar solicita más ayuda de la que realmente necesita?	<input type="checkbox"/>
¿Siente usted que a causa del tiempo que gasta con su familiar ya no tiene tiempo para usted mismo?	<input type="checkbox"/>
¿Se siente estresada/o al tener que cuidar a su familiar y tener además que atender otras responsabilidades?	<input type="checkbox"/>
¿Se siente avergonzada/o por el comportamiento de su familiar?	<input type="checkbox"/>
¿Se siente irritada/o cuando está cerca de su familiar?	<input type="checkbox"/>
¿Cree que la situación actual afecta a su relación con amigos y otros miembros de su familia de forma negativa?	<input type="checkbox"/>
¿Siente temor por el futuro que espera a su familiar?	<input type="checkbox"/>
¿Siente que su familiar depende de usted?	<input type="checkbox"/>
¿Se siente agotada/o cuando tiene que estar junto a su familiar?	<input type="checkbox"/>
¿Siente usted que su salud se ha visto afectada por tener que cuidar a su familiar?	<input type="checkbox"/>
¿Siente que no tiene la vida privada que desearía a causa de su familiar?	<input type="checkbox"/>

Escalas Psicométricas

Escala de Zarit

¿Cree usted que su vida social se ha resentido por cuidar a su familiar?

(sólo si el entrevistado vive con el paciente) ¿Se siente incómoda/o por invitar a amigos a casa a causa de su familiar?

¿Cree que su familiar espera que usted le cuide como si fuera la única persona con la que pudiera contar?

¿Cree usted que no dispone de dinero suficiente para cuidar a su familiar además de sus gastos?

¿Siente que no va a ser capaz de cuidar a su familiar durante mucho más tiempo?

¿Siente que ha perdido el control de su vida desde que la enfermedad de su familiar se manifestó?

¿Desearía poder encargar el cuidado de su familiar a otra persona?

¿Se siente inseguro acerca de lo que debe hacer con su familiar?

¿Siente que debería hacer más de lo que está haciendo por su familiar?

¿Cree que podría cuidar usted a su familiar mejor de lo que lo hace?

En general, ¿se siente muy sobrecargada/o al tener que cuidar a su familiar?

PUNTUACIÓN TOTAL