

Inventario de la Contribución del Cuidador al Mantenimiento del Autocuidado en pacientes con Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) (CC-COPDI)

Por favor, recuerde los cuidados que ha dado a la persona con enfermedad pulmonar crónica que cuida durante el pasado mes.

SECCIÓN A

A continuación, se enumeran los comportamientos comunes que las personas con enfermedades pulmonares crónicas realizan para mantener su salud y bienestar. Por favor, indique con qué frecuencia recomienda a la persona que cuida que realice las siguientes conductas:

(Marque una opción)

	Nunca	Raramente	Alguna veces	A menudo	Siempre		
1. Evitar a personas con resfriado o gripe.	1	2	3	4	5		
2. Alejarse de la habitación/lugar dónde alguien está fumando.	1	2	3	4	5		
3. Evitar el contacto con aerosoles, pinturas, disolventes y polvo.	1	2	3	4	5		
4. Mantener los pulmones libres tosiendo o respirando profundamente si es necesario.	1	2	3	4	5		
5. Parar durante las actividades diarias para descansar.	1	2	3	4	5		
6. Utilizar la respiración abdominal o la respiración con los labios fruncidos para regular la respiración.	1	2	3	4	5		
7. Practicar regularmente algún tipo de ejercicio (caminar, ciclismo, nadar, etc.).	1	2	3	4	5		
8. Realizar ejercicio con los brazos al menos 3 veces a la semana.	1	2	3	4	5		
9. Participar en actividades sociales con otras personas al menos una vez a la semana.	1	2	3	4	5		
10. Vacunarse de la gripe cada año.	1	2	3	4	5		
11. Tomar la medicación según lo prescrito por el médico.	No tengo prescrito medicamentos		1	2	3	4	5
12. Protegerse la boca/nariz cuando pasean al aire libre y el aire es frío.	1	2	3	4	5		
13. Realiza visitas regulares al médico o enfermera para los controles de la enfermedad pulmonar crónica.	1	2	3	4	5		

SECCIÓN B:

A continuación, se enumeran los comportamientos comunes que realizan las personas con enfermedades pulmonares crónicas para controlar su enfermedad. Indique con qué frecuencia le recomienda a la persona que cuida que realice las siguientes conductas, o las realiza usted cuando la persona que cuida no es capaz de hacerlo por sí misma.

(Marque una opción)

	No ha tenido	Nunca	Raramente	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. Controlar un aumento en la cantidad de esputo.	0	1	2	3	4	5
2. Controlar un cambio en el color del esputo.	0	1	2	3	4	5
3. Controlar el aumento de tos.	0	1	2	3	4	5
4. Controlar si hay un aumento de la dificultad para respirar o silbidos.	0	1	2	3	4	5
5. Controlar si se despierta durante la noche con dificultad para respirar.	0	1	2	3	4	5
6. Comprobar si presenta dificultades para conciliar el sueño debido a problemas para respirar.	0	1	2	3	4	5
7. Controlar si se cansa más de lo normal al hacer algo.	0	1	2	3	4	5
8. Comprobar si presenta palpitaciones, temblores, insomnio, boca seca y dificultad para orinar después de tomar medicamentos inhalados.	No toma inhaladores					

Las personas con enfermedades pulmonares crónicas pueden tener síntomas debido a su enfermedad o al tratamiento que reciben para su enfermedad.

	No ha tenido síntomas	No lo reconozco	No rápido				Muy rápido
9. La última vez que la persona a la que cuida tuvo síntomas, ¿con qué rapidez lo reconoció como un síntoma de su enfermedad?	N/A	0	1	2	3	4	5

SECCIÓN C:

A continuación, se enumeran los comportamientos comunes que realizan las personas con enfermedad pulmonar crónica para controlar sus síntomas. Indique qué tan probable es que recomiende o realice uno de los siguientes comportamientos cuando la persona que cuida presenta síntomas.

(Marque una opción)

	No aplica	No es probable				Muy probable
1. Hablar con el médico o enfermera si tiene problemas con las recetas para la enfermedad pulmonar crónica.	No toma medicamentos	1	2	3	4	5
2. Acudir al médico o enfermera si tiene algún problema de salud que dure más de unos pocos días.	0	1	2	3	4	5
3. Hablar con el médico o enfermera si la dificultad para respirar ha aumentado.	0	1	2	3	4	5
4. Hablar con el médico o enfermera si la tos ha aumentado.	0	1	2	3	4	5
5. Hablar con el médico o enfermera si el esputo ha cambiado de color.	0	1	2	3	4	5
6. Hablar con el médico o enfermera si la cantidad de esputo ha aumentado.	0	1	2	3	4	5
7. Hablar con el médico o enfermera si presenta efectos secundarios de los medicamentos inhalados (por ejemplo, temblor, insomnio, sequedad de boca, dificultad para orinar).	No toma medicamentos	1	2	3	4	5
8. Cuando los síntomas de la enfermedad empeoran, modifica la terapia prescrita como le enseñó el médico (por ejemplo, hace que se tome cortisona y/o un antibiótico).	No toma medicamentos	1	2	3	4	5
9. Cuando presenta dificultad para respirar, se sientan a hacer las tareas del hogar.	0	1	2	3	4	5
10. Cuando tenga dificultad para respirar, siéntese en una silla u otro soporte cuando se duche o use la bañera.	0	1	2	3	4	5

**ESCALA CONTRIBUCIÓN DEL CUIDADOR AL AUTOEFICACIA DE AUTOCUIDADO DE PACIENTES
CON ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA (CC-SCSE-COPD)**

En referencia a la persona que cuida, indique cuánta confianza siente en su capacidad para realizar las actividades que se enumeran a continuación.

(Marque una opción)

	Sin confianza	2	Algo confiado/a	4	Extremadamente Confiado/a
1. Prevenir la aparición de los síntomas de la enfermedad pulmonar crónica.	1	2	3	4	5
2. Seguir los consejos terapéuticos, aunque sea difícil.	1	2	3	4	5
3. Continuar controlando los síntomas, incluso si no siempre es fácil.	1	2	3	4	5
4. Hacer que tomen los medicamentos correctamente, siguiendo las instrucciones dadas, aunque sea difícil.	1	2	3	4	5
5. Reconocer los síntomas de una exacerbación de la enfermedad pulmonar crónica cuando aparecen.	1	2	3	4	5
6. Hacer algo para aliviar los síntomas, incluso si es difícil.	1	2	3	4	5
7. Evaluar si las conductas realizadas para aliviar los síntomas han sido efectivas.	1	2	3	4	5