

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 |