

# *Módulo 1*

## Atención en la cronicidad



- Caracterización de la cronicidad
- Tipología de personas según situación de cronicidad
- Identificación de la situación actual de cronicidad
- Análisis del Impacto de la cronicidad
- Especificaciones de la atención integrada de la persona con enfermedad crónica
- Descripción del modelo de atención integral y centrado en la persona con enfermedad crónica
- Identificación de los agentes del equipo interdisciplinar.

---

### OBJETIVOS:

- Mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedades crónicas, reduciendo la carga de la enfermedad y mejorando su capacidad para realizar actividades diarias.
- Reducir la necesidad de hospitalización y atención de emergencia al abordar las necesidades de atención médica de manera oportuna y efectiva.
- Proporcionar una atención más coordinada y centrada en el paciente para mejorar la eficiencia y eficacia del cuidado de la salud.
- Fortalecer la relación entre el paciente y el profesional de la salud, fomentando una mayor participación del paciente en su propio cuidado y toma de decisiones.
- Mejorar la comunicación y coordinación entre los diferentes profesionales de la salud involucrados en el cuidado del paciente, como médicos, enfermeras, farmacéuticos y otros proveedores de servicios.
- Facilitar el acceso a servicios de apoyo, como servicios de atención domiciliaria, servicios de rehabilitación y servicios sociales, para mejorar la capacidad del paciente para manejar su enfermedad.
- Promover el uso adecuado de recursos y reducir el costo del cuidado de la salud para las personas con enfermedades crónicas.
- Proporcionar una atención integral y personalizada, que tenga en cuenta las necesidades individuales, culturales y sociales del paciente.
- Prevenir complicaciones y recaídas al monitorear y tratar activamente la enfermedad crónica y sus factores de riesgo.
- Mejorar la salud y el bienestar general del paciente y su familia a largo plazo.

# 1. CARACTERIZACIÓN DE LA CRONICIDAD

La caracterización de la cronicidad hace referencia a la identificación y comprensión de las características de las enfermedades crónicas, tales como la complejidad de la enfermedad, la presencia de múltiples enfermedades crónicas (comorbilidades), la fragilidad del paciente y el uso de múltiples medicamentos (polifarmacia). Es importante comprender estas características para poder proporcionar una atención adecuada y personalizada a los pacientes con enfermedades crónicas. La atención en la cronicidad se enfoca en la prevención de complicaciones y en el manejo eficaz de la enfermedad, para mejorar la calidad de vida de las personas que viven con enfermedades crónicas.

## 1.1 Concepto de enfermedad crónica: factores diferenciales

Una **enfermedad crónica** es una afección médica de larga duración que no se puede curar; pero sí controlar. Esta condición médica se caracteriza por una progresión lenta o gradual y, a menudo, requiere atención médica constante y seguimiento a largo plazo para prevenir complicaciones y mantener la salud general del paciente.

Las enfermedades crónicas pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida del paciente, así como en su capacidad para realizar actividades diarias. Algunos ejemplos comunes de enfermedades crónicas incluyen la diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, como el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), enfermedades reumáticas, enfermedades mentales, como la depresión y la ansiedad, y enfermedades neurológicas, como la enfermedad de Parkinson.

La causa de las enfermedades crónicas puede variar; pero, a menudo, se relaciona con factores de riesgo como el tabaquismo, el sedentarismo, la obesidad, la mala alimentación, el consumo excesivo de alcohol, el envejecimiento y la predisposición genética. Algunas enfermedades crónicas también pueden ser causadas por infecciones crónicas, como el VIH, la hepatitis B y C y el virus del papiloma humano (VPH).

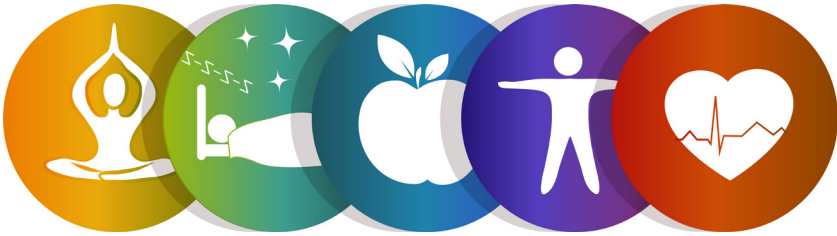
El manejo adecuado de las enfermedades crónicas es importante para mejorar la calidad de vida del paciente, prevenir complicaciones y reducir los costos de atención médica. Los pacientes con enfermedades crónicas necesitan una atención médica integral y coordinada, que tenga en cuenta las necesidades individuales y la complejidad de su afección.

El manejo de las enfermedades crónicas puede incluir cambios en el estilo de vida, como la adopción de una dieta saludable, el ejercicio regular y la reducción del consumo de tabaco y alcohol. También puede incluir el uso de medicamentos para controlar los síntomas y prevenir complicaciones, así como el seguimiento regular con los profesionales de la salud.

Existen varios **factores diferenciales** que hacen que cada enfermedad crónica sea única y requiera un enfoque personalizado y específico para su manejo. Algunos de estos factores son los siguientes:

- **La complejidad de la enfermedad.** Algunas enfermedades crónicas pueden ser muy complejas y requerir un enfoque multifacético para su manejo, como la enfermedad renal crónica, la enfermedad de Crohn y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- **La presencia de comorbilidades.** Muchos pacientes con enfermedades crónicas tienen más de una afección médica, lo que puede hacer que su manejo sea más complejo y requiera una atención médica más coordinada.
- **La edad del paciente.** Las enfermedades crónicas pueden afectar a personas de todas las edades; pero la forma en que se manifiestan y se manejan puede variar según la edad del paciente. Por ejemplo, la diabetes tipo 1 es más común en niños y jóvenes, mientras que la diabetes tipo 2 es más común en adultos mayores.
- **El género.** Algunas enfermedades crónicas pueden afectar a hombres y mujeres de manera diferente. Por ejemplo, las enfermedades cardiovasculares son más comunes en hombres, mientras que la osteoporosis es más común en mujeres.
- **El tipo de tratamiento.** El manejo de las enfermedades crónicas puede incluir una amplia variedad de tratamientos, desde cam-

bios en el estilo de vida hasta medicamentos y terapias avanzadas. El tipo de tratamiento utilizado dependerá de la enfermedad específica y de las necesidades individuales del paciente.



## 1.2 Principales enfermedades crónicas

Existen varias enfermedades crónicas comunes que afectan a millones de personas en todo el mundo. Algunas de las principales enfermedades crónicas son las siguientes:

- Diabetes. Es una enfermedad en la que el cuerpo no puede regular adecuadamente los niveles de azúcar en la sangre. La diabetes puede causar complicaciones graves, como enfermedades cardiovasculares, enfermedades renales y problemas de visión.
- Enfermedades cardiovasculares. Se trata de un grupo de enfermedades que afectan al corazón y a los vasos sanguíneos, como la hipertensión arterial, la enfermedad coronaria y la enfermedad cerebrovascular.
- Enfermedades respiratorias crónica. Son el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), que pueden dificultar la respiración y afectar la calidad de vida.
- Enfermedades reumáticas: Las enfermedades reumáticas son enfermedades que afectan a los huesos, las articulaciones y los músculos de nuestro cuerpo. Pueden causar dolor, inflamación y rigidez en las articulaciones, y hacer que sea difícil moverse. Como la artritis reumatoide y la osteoartritis.
- Enfermedades mentales. Por ejemplo, la depresión y la ansiedad, que pueden afectar el bienestar emocional y la calidad de vida.

- **Cáncer.** Se trata de una enfermedad en la que las células del cuerpo comienzan a crecer de manera anormal y pueden propagarse a otros órganos.
- **Enfermedades neurológicas.** Por ejemplo, la enfermedad de Alzheimer, la enfermedad de Parkinson y la esclerosis múltiple, que pueden afectar la función cerebral y el movimiento.
- **Enfermedades digestivas crónicas.** Entre ellas, la enfermedad inflamatoria intestinal y la enfermedad hepática crónica, que pueden afectar la digestión y la absorción de nutrientes.

Entre las enfermedades crónicas con una frecuencia media, encontramos enfermedades autoinmunitarias (lupus, enfermedad de Crohn, etc.), enfermedades del sistema nervioso (enfermedad de Parkinson, esclerosis múltiple, etc.), enfermedades del sistema digestivo (enfermedad inflamatoria intestinal, enfermedad celíaca, etc.), enfermedades renales y enfermedades hepáticas.

Con menos frecuencia, se manifiestan enfermedades crónicas como la esclerosis lateral amiotrófica (ELA), el síndrome de Marfan, la enfermedad de Fabry, la enfermedad de Huntington, la fibrosis quística y la enfermedad de Gaucher.

### **Sabías qué**

Según el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, se estima que, en España, alrededor de 19 millones de personas, un 45% de la población de más de 16 años, padecen enfermedades crónicas. Las enfermedades crónicas más comunes en España son la hipertensión, el colesterol alto, la diabetes, la ansiedad, la artrosis, el dolor de espalda crónico y la enfermedad renal crónica.

Es importante destacar que **las enfermedades crónicas son la causa de mortalidad más importante y son responsables del 63% de las muertes a nivel mundial.** Las personas con enfermedades crónicas tienen susceptibilidad a algunas enfermedades inmunoprevenibles, tanto por la propia enfermedad de base, la peor evolución que pueden tener ante una infección o, incluso, por los tratamientos que reciben. Por lo tanto, es fundamental que las personas con enfermedades crónicas reciban la atención médica oportuna y sigan

un tratamiento adecuado para controlar su enfermedad y prevenir complicaciones.

## 2. TIPOLOGÍA DE PERSONAS SEGÚN SITUACIÓN DE CRONICIDAD

La tipología de personas según la situación de cronicidad se refiere a la clasificación de los pacientes según su estado de salud y la complejidad de su enfermedad crónica. Esta clasificación puede ayudar a los profesionales de la salud a proporcionar una atención médica más personalizada y enfocada en las necesidades individuales del paciente.

Existen diferentes modelos de tipología de personas según la situación de cronicidad; pero todos ellos tienen en cuenta factores como la presencia de comorbilidades, la fragilidad del paciente, el grado de discapacidad y el uso de servicios de atención médica. Al comprender mejor la situación de cronicidad de un paciente, los profesionales de la salud pueden adaptar el plan de atención médica para satisfacer las necesidades específicas del paciente y proporcionar un tratamiento más efectivo.

La tipología de personas según la situación de cronicidad también puede ser útil para la planificación de políticas de salud y el diseño de programas de atención médica. Al conocer mejor la situación de los pacientes crónicos, los responsables políticos y los profesionales de la salud pueden desarrollar programas y políticas más efectivas para satisfacer las necesidades de esta población.

### 2.1 Persona sana

En primer lugar, es importante destacar que la persona sana se refiere a aquellos **individuos que no presentan enfermedades crónicas, sino que tienen una buena salud y no requieren atención médica constante**. Sin embargo, es importante señalar que incluso las personas sanas pueden desarrollar enfermedades crónicas a lo largo del

tiempo, por lo que es esencial que todos mantengan un estilo de vida saludable para prevenir su aparición.

Para las personas sanas, la prevención de las enfermedades crónicas es esencial. Esto se puede lograr a través de la adopción de un estilo de vida saludable que incluya una dieta equilibrada, ejercicio regular, evitar el tabaco y el alcohol, así como mantener un peso saludable. También es importante hacerse **chequeos de salud regulares para detectar y tratar cualquier problema de salud en las primeras etapas.**

Las personas sanas, a pesar de no tener una enfermedad crónica, también pueden beneficiarse de la atención médica preventiva. Esto puede incluir la vacunación, la detección temprana de enfermedades y la educación sobre hábitos saludables. Los chequeos de salud regulares también pueden ser importantes para identificar cualquier factor de riesgo y recibir consejos personalizados para mantener la salud en general.

Además, las personas sanas también pueden desempeñar un papel importante en el apoyo a amigos y familiares que tienen enfermedades crónicas. Esto puede incluir ayudar en el manejo de la enfermedad, ofrecer apoyo emocional y brindar información sobre los recursos disponibles. Al mantener una buena comunicación y comprensión de las necesidades de aquellos que tienen enfermedades crónicas, las personas sanas pueden ser un apoyo valioso y una parte integral del equipo de atención médica.

## 2.2 Paciente crónico

Un paciente crónico es una **persona que vive con una enfermedad crónica a largo plazo que requiere atención médica constante.** Las enfermedades crónicas pueden afectar a cualquier parte del cuerpo y pueden ser causadas por diversos factores, como la genética, el estilo de vida y la exposición a sustancias dañinas. Algunas enfermedades crónicas comunes incluyen, como ya se ha indicado, la diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, artritis reumatoide y cáncer.



El manejo de las enfermedades crónicas puede ser complejo y, a menudo, requiere un enfoque multidisciplinario, que involucre a varios profesionales de la salud. Los pacientes crónicos suelen necesitar tratamiento y seguimiento médico regular, así como apoyo para manejar los efectos de la enfermedad en su vida diaria. También pueden requerir ajustes en el estilo de vida y cambios en la dieta y el ejercicio.

La tipología de paciente crónico se puede clasificar según su grado de complejidad y fragilidad, y la presencia de comorbilidades. Esta clasificación puede ayudar a los profesionales de la salud a proporcionar una atención médica más personalizada y enfocada en las necesidades individuales del paciente.

Los pacientes crónicos también pueden tener diferentes niveles de discapacidad que afectan su capacidad para realizar actividades diarias. Algunos pueden necesitar ayuda para moverse o para realizar tareas básicas, mientras que otros pueden ser capaces de llevar una vida normal con modificaciones en su estilo de vida y medicamentos.

Además, los pacientes crónicos pueden requerir diferentes niveles de atención médica según su situación y estado de salud actual. Algunos pueden requerir cuidados paliativos y de apoyo para controlar los síntomas y mejorar su calidad de vida, mientras que otros pueden requerir terapias avanzadas para controlar y tratar su enfermedad.

Es importante señalar que el manejo de la enfermedad crónica no solo consiste en tratar la enfermedad en sí, sino también en proporcionar apoyo emocional y psicológico a los pacientes y sus familias. La enfermedad crónica puede tener un impacto significativo en la vida de los pacientes y puede ser estresante y emocionalmente agotador. La educación y el asesoramiento pueden ser útiles para ayudar a los pacientes a comprender y aceptar su enfermedad, y proporcionar estrategias para manejar el estrés y la ansiedad asociados con la enfermedad.

## 2.3 Paciente de alto riesgo

El paciente de alto riesgo se refiere a un **paciente que tiene una mayor probabilidad de desarrollar complicaciones y/o una mayor tasa de mortalidad debido a su enfermedad crónica**. Estos pacientes suelen tener comorbilidades múltiples, lo que puede hacer que el manejo de su enfermedad crónica sea más complejo y requiera un enfoque más individualizado.

Las comorbilidades múltiples se refieren a la presencia de dos o más enfermedades crónicas en una persona. Por ejemplo, una persona que tiene diabetes y enfermedad cardiovascular tendría dos comorbilidades.

Los pacientes de alto riesgo pueden tener diferentes factores de riesgo que aumentan su probabilidad de complicaciones y/o mortalidad. Algunos de estos factores de riesgo pueden incluir una edad avanzada, presencia de múltiples enfermedades crónicas, discapacidad, deterioro cognitivo, fragilidad y/o dependencia funcional.

Es importante destacar que el manejo del paciente de alto riesgo debe ser un enfoque multidisciplinario que involucre a diferentes profesionales de la salud, como médicos, enfermeras, fisioterapeutas, trabajadores sociales, entre otros. Estos profesionales deben trabajar en colaboración para diseñar un plan de atención médica personalizado que aborde las necesidades específicas del paciente y reduzca el riesgo de complicaciones.

El manejo del paciente de alto riesgo también puede requerir la identificación y el control de los factores de riesgo, como la hipertensión, el colesterol alto y la diabetes, que pueden aumentar la probabilidad de complicaciones y/o mortalidad. Además, el uso de tecnologías avanzadas, como monitores de salud en el hogar y telemedicina, puede ser útil para supervisar el estado de salud del paciente y proporcionar atención médica oportuna en caso de necesidad.

## 2.4 Paciente crónico complejo

El paciente crónico complejo es un tipo de **paciente que presenta múltiples enfermedades crónicas y comorbilidades**, lo que dificulta el manejo de su salud. Estos pacientes suelen tener una mayor probabilidad de hospitalización, discapacidad y mortalidad, y requieren un enfoque multidisciplinario y personalizado para su atención médica.

El paciente crónico complejo, a menudo, tiene múltiples comorbilidades, lo que significa que tienen dos o más enfermedades crónicas al mismo tiempo. Estas enfermedades pueden interactuar entre sí y hacer que sea más difícil controlar la salud del paciente. Por ejemplo, un paciente que tiene diabetes y enfermedad renal puede necesitar un control más riguroso de su azúcar en la sangre para evitar complicaciones renales.

Además de las comorbilidades, el paciente crónico complejo también puede tener discapacidades, dependencia funcional y/o deterioro cognitivo. Esto puede hacer que sea más difícil para ellos realizar actividades diarias y mantener su salud en general. Por ejemplo, un paciente con deterioro cognitivo puede tener dificultades para recordar tomar sus medicamentos correctamente.

