**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 |
| 1. Alejarse de la habitación/lugar dónde alguien está fumando.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Evitar el contacto con aerosoles, pinturas, disolventes y polvo.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Mantener los pulmones libres tosiendo o respirando profundamente si es necesario.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Parar durante las actividades diarias para descansar.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Utilizar la respiración abdominal o la respiración con los labios fruncidos para regular la respiración.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Practicar regularmente algún tipo de ejercicio (caminar, ciclismo, nadar, etc.).
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Realizar ejercicio con los brazos al menos 3 veces a la semana.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Participar en actividades sociales con otras personas al menos una vez a la semana.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Vacunarse de la gripe cada año.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Tomar la medicación según lo prescrito por el médico.
 | **No tengo prescripto medicamentos** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Protegerse la boca/nariz cuando pasean al aire libre y el aire es frío.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. 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** **veces** | **A menudo** | **Siempre** |
| 1. Controlar un aumento en la cantidad de esputo.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Controlar un cambio en el color del esputo.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Controlar el aumento de tos.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Controlar si hay un aumento de la dificultad para respirar o silbidos.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Controlar si se despierta durante la noche con dificultad para respirar.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Comprobar si presenta dificultades para conciliar el sueño debido a problemas para respirar.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Controlar si se cansa más de lo normal al hacer algo.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. 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 Muy****rápido rápido** |
| 1. 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 |
| 1. Acudir al médico o enfermera si tiene algún problema de salud que dure más de unos pocos días.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hablar con el médico o enfermera si la dificultad para respirar ha aumentado.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hablar con el médico o enfermera si la tos ha aumentado.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hablar con el médico o enfermera si el esputo ha cambiado de color.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hablar con el médico o enfermera si la cantidad de esputo ha aumentado.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. 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 |
| 1. 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 |
| 1. Cuando presenta dificultad para respirar, se sientan a hacer las tareas del hogar.
 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. 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** |  | **Algo confiado/a** |  | **Extremadamente** **Confiado/a** |
| 1. Prevenir la aparición de los síntomas de la enfermedad pulmonar crónica.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Seguir los consejos terapéuticos, aunque sea difícil.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Continuar controlando los síntomas, incluso si no siempre es fácil.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hacer que tomen los medicamentos correctamente, siguiendo las instrucciones dadas, aunque sea difícil.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Reconocer los síntomas de una exacerbación de la enfermedad pulmonar crónica cuando aparecen.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Hacer algo para aliviar los síntomas, incluso si es difícil.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Evaluar si las conductas realizadas para aliviar los síntomas han sido efectivas.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |  |