



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 264/68 - INFLUENCIA DE UN TALLER EDUCACIONAL EN LAS MUJERES CON ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

Ó. Fernández Martín<sup>a</sup>, M. Granados Bolívar<sup>b</sup> y Á. Jiménez García<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Médico de Familia. Centro de Salud de Montefrío. Granada. <sup>b</sup>Enfermera de Familia. Centro de Salud de Baza. Granada. <sup>c</sup>Enfermera de Familia. Centro de Salud Gran Capitán. Granada.

### Resumen

**Introducción y objetivos:** La enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en mujeres mayores de 50 años por encima incluso del cáncer de mama y de útero. Factores específicos como los trastornos hormonales y metabólicos, la menopausia y las enfermedades autoinmunes influyen en la salud cardiovascular. Conocer la influencia de un taller de información, consejos dietéticos y musicoterapia puede mejorar la calidad de vida de mujeres con enfermedad cardiovascular.

**Material y métodos:** Estudio cuasi-experimental analítico prospectivo en pacientes diagnosticadas de enfermedad cardiovascular. Muestreo no probabilístico por conveniencia de 100 pacientes pertenecientes 50 al centro de salud de Montefrío y 50 zona básica de Baza (Granada). Se utilizó la escala europea de autocuidado en insuficiencia cardíaca y el test Minnesota calidad de vida de pacientes con problemas cardíacos pre y post taller entre marzo a junio de 2016. Los criterios de inclusión fueron ser mujer, tener una enfermedad cardiovascular y querer participar en el estudio, era excluyente no reunir algún criterio anterior.

**Resultados:** Mejoró su autocuidado en un 65% en cuanto a hacer ejercicio regularmente y seguir los consejos dietéticos. Las pacientes también mejoraron en la afectación del sueño y el descanso a un 45%, e incluso algunas pacientes comentaron que les hacía sentir que no habían perdido el control de su vida.

**Conclusiones:** La enfermedad cardíaca no es solo una enfermedad física sino que tiene un importante componente psicológico, podemos ayudar a nuestras pacientes introduciendo elementos nuevos en nuestra práctica clínica.