

Consejos para enseñar mejor a sus pacientes

Podemos ahorrar tiempo y mejorar el aprendizaje de los pacientes si aprovechamos los “momentos de enseñanza”.

SHARON E. HOHLER, RN, CNOR, BSN

• Somos profesionales de enfermería o profesores?
Por supuesto, somos ambas cosas. Si el Sr. Gonzalo debe aprender a controlar su diabetes o si la Sra. Juana necesita saber cómo debe vestir a su madre, la enseñanza de ello nos corresponde a nosotros.

¿Cómo podemos utilizar mejor nuestro tiempo?

En primer lugar, debemos comprobar que tenemos organizados y preparados todos los materiales de enseñanza que vamos a necesitar. Si usted cuida de manera habitual a pacientes con problemas de salud concretos, como la diabetes, debe disponer de los objetos, cintas de vídeo y material impreso necesarios, manteniéndolos a mano en la zona designada para guardar los materiales de enseñanza. Debe crear un sistema para que toda la plantilla pueda disponer de estos materiales.

Al crear material de enseñanza por escrito, debemos utilizar un lenguaje sencillo y utilizar ilustraciones simples. Muchos adultos sólo son capaces de leer y entender lo correspondiente a dos cursos por debajo del último curso que finalizaron en su formación escolar. A menos que sean grandes lectores, su habilidad con la lectura se puede deteriorar cada año desde que finalizan su formación escolar. La mayor parte de los expertos recomienda el uso de materiales de ayuda a la enseñanza escritos con un lenguaje y un nivel correspondientes al quinto curso de enseñanza primaria.

Después, tenemos que buscar los “momentos de enseñanza”, durante los cuales el paciente tiene más facilidad para aprender; no podemos enseñar nada al paciente si está cansado, sufre un dolor o está distraído. Así, le permitimos al paciente procesar cada vez dosis pequeñas de información de manera que pueda aprender a su propio ritmo.

Los momentos de docencia aparecen de manera natural durante la actividad diaria. Por ejemplo, un paciente que está tomando warfarina puede preguntar, “¿por qué necesito esta medicina?”. Tenemos que aprovechar este momento para explicarle por qué se ha prescrito el fármaco, cuáles son los efectos adversos que puede causar y por qué es necesario el seguimiento analítico para comprobar la dosis.

En algunos casos, usted puede necesitar la preparación de una sesión de carácter más formal con objeto de enseñarle al paciente una tarea concreta, tal como la autoinyección de insulina. Cuando vemos al paciente por primera vez, tenemos que presentarnos y darle la mano. Buscamos una zona tranquila e íntima, con asientos cómodos y buena luz, y nos sentamos a su nivel estableciendo contacto con los ojos.

Antes de empezar, debemos identificar los posibles problemas auditivos, visuales y relacionados con la edad que pueda presentar el paciente y que interfieren con su capacidad de comprensión. Si el paciente tiene una deficiencia auditiva y puede leer los labios, nos sentamos enfrente de él y le hablamos lenta y claramente. Si el paciente utiliza un audífono, debemos comprobar que lo está usando y que funciona de manera adecuada. Si necesita gafas, comprobamos que las lleva puestas. Le preguntamos si puede oír lo que le decimos y ver lo que hacemos. El paciente puede asentir con la cabeza incluso si no nos oye bien, de manera que tenemos que evaluar periódicamente su grado de comprensión.

¿Cómo enseñamos a los adultos?

Ayude a su paciente a relacionar las cosas que aprende con sus experiencias anteriores. Verifique lo que ya sabe y parta de ello. Utilice diferentes estrategias y herramientas de aprendizaje. Por ejemplo, refuerce la enseñanza y las demostraciones verbales mediante cualquier material impreso que pueda leer el paciente. Invítele a que le haga preguntas. Si no sabe la respuesta, dígame que la buscará y ya se la dirá.

Su paciente tiene más posibilidades de cumplir el plan terapéutico si ha estado implicado en el proceso de toma de decisiones y sabe que dicho plan ha sido diseñado para él mismo. Escúchele cuando le diga lo que puede y no puede hacer, y modifique el plan para considerar sus preferencias y su estilo de vida.

Con objeto de valorar lo que su paciente ha aprendido y determinar si necesita una enseñanza mayor, hágale preguntas de respuesta libre o dígame que le explique lo que ha aprendido. Si le ha enseñado alguna técnica, pídale que se lo demuestre. Utilice la repetición para reforzar lo aprendido por el paciente y para ofrecer hechos adicionales.

Finalmente, documente lo que ha aprendido su paciente.

Al crear un entorno amigable y organizado, aplicando los fundamentos del aprendizaje consagrados por el tiempo, usted puede ayudar a que su paciente aprenda lo que tiene que saber. 

BIBLIOGRAFÍA SELECCIONADA

Lieb, S.: “Principles of Adult Learning,” <http://honolulu.hawaii.edu/intranet/committees/FacDevCom/guidebk/teachtip/adults-2.htm>

London, F.: *No Time to Teach? A Nurse's Guide to Patient and Family Education*. Philadelphia, Pa., Lippincott Williams & Wilkins, 1999.

Redman, B.: *The Process of Patient Education*, 9th edition. St. Louis, Mo., Mosby, 2001.

Sharon E. Hohler es profesional de enfermería quirúrgica traumatológica, en el St. Francis Medical Center, en Cape Girardeau, Mo.