

Avalada per:



Patrocinador:



MPOC

Continuïtat assistencial



Marta Villanueva Pérez

Infermera Familiar i Comunitària
EAP Ribes-Olivella (St. Pere de Ribes)

Barcelona, 07 de novembre de 2024

CONTINUÏTAT ASSISTENCIAL... per què?

La **MPOC** és una **malaltia crònica**, complexa i multidimensional que requereix atenció i seguiment multidisciplinaris.

L'educació sanitària i les intervencions individualitzades i integrades dins d'un **programa d'atenció i seguiment** són fonamentals per aconseguir els objectius:

Controlar els **símtomes**

Retardar/Alentir la **progressió**

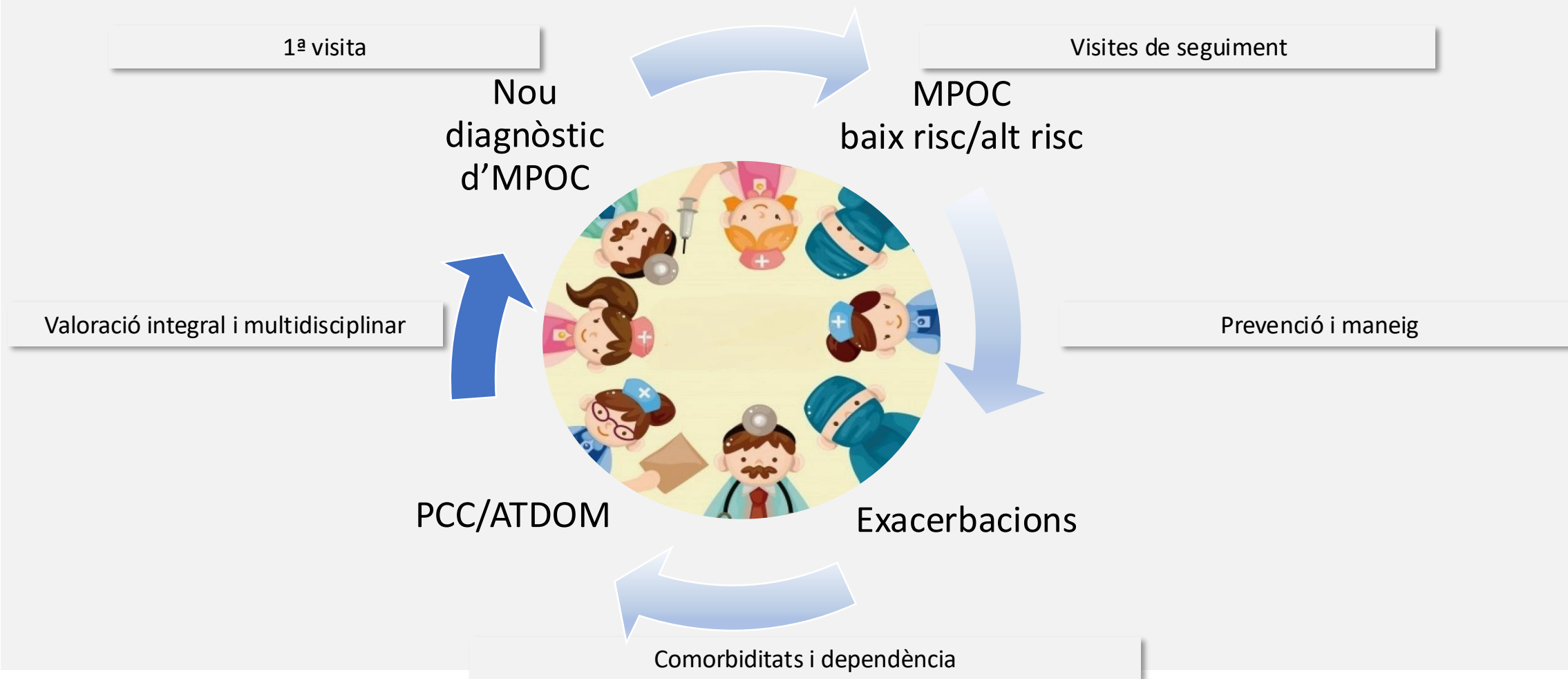
Disminuir el nombre d' **exacerbacions**

Millorar el **pronòstic** i la **qualitat de vida**

Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. Global strategy for the diagnosis, management, and prevention of chronic obstructive pulmonary disease. 2023 report. [Fecha de acceso: mayo 2023]. Disponible en: <https://goldcopd.org>.

Miravittles M, Calle M, Molina J, Almagro P, Gómez JT, Trigueros JA, et al. Spanish COPD Guidelines (GesEPOC) 2021: Updated Pharmacological treatment of stable COPD. Arch Bronconeumol. 2022;58(1):69-81

SEGUIMENT A LA MPOC... individualitzar



SEGUIMENT A LA MPOC... educació terapèutica



- Intervenció per a cessació tabàquica.
- Avaluar Inhaladors: tècnica, adhesió (TAI) i adequació del dispositiu.
- Recomanar vacunació.
- Avaluar i promoure activitat física regular i prescriure exercicis específics.
- Avaluar estat nutricional i recomanar una alimentació saludable.
- Valoració social i de l' estat emocional.
- Identificació precoç de signes i símptomes d' exacerbació. Pla d' acció individualitzat.
- Registrar el nº d'ingressos hospitalaris i aguditzacions a l'últim any.
- Garantir la continuïtat assistencial.

SEGUIMENT A LA MPOC... educació terapèutica

INTERVENCIIONS D'INFERMERIA

- TABAC
- SÍMPTOMES
- TRACTAMENT

SEGUIMENT A LA MPOC... cessació tabàquica

CESSACIÓ TABÀQUICA



- La cessació tabàquica és la intervenció més eficaç i cost-efectiva per a la prevenció i disminució de la progressió de la MPOC. (evidència A)

SEGUIMENT A LA MPOC... monitoratge de símptomes

- **Monitoratge de símptomes:**
 - Escala de dispnea mMRC
 - Qüestionari de control clínic
 - CAT

Tabla 20. Test de calidad de vida asociada a la EPOC (CAT)

Estado de salud actual	Marcar la puntuación que mejor lo describa de menos a más					Estado de salud actual	
Nunca toso	0	1	2	3	4	5	Siempre estoy tosiendo
No tengo flema (mucosidad) en el pecho	0	1	2	3	4	5	Tengo el pecho completamente lleno de flema (mucosidad)
No siento ninguna opresión en el pecho	0	1	2	3	4	5	Siento mucha opresión en el pecho
Cuando subo una pendiente o un tramo de escaleras, no me falta el aire	0	1	2	3	4	5	Cuando subo una pendiente o un tramo de escaleras, me falta mucho el aire
No me siento limitado para realizar actividades domésticas	0	1	2	3	4	5	Me siento muy limitado para realizar actividades domésticas
Me siento seguro al salir de casa a pesar de la afección pulmonar que padezco	0	1	2	3	4	5	No me siento nada seguro al salir de casa debido a la afección pulmonar que padezco
Duermo sin problemas	0	1	2	3	4	5	Tengo problemas para dormir debido a la afección pulmonar que padezco
Tengo mucha energía	0	1	2	3	4	5	No tengo ninguna energía

Adaptada de Jones PW, et al.¹⁷⁶.

SEGUIMENT A LA MPOC... monitoratge de símptomes

Detecció precoç d'exacerbacions

Empitjorament de la dispnea (escala mMRC) acompanyada o no d'augment de tos.

Increment del volum i/o canvis en el color de l'esput.

Crear en conjunt amb el pacient un **pla individualitzat d'acció.**



EXACERBACIÓ

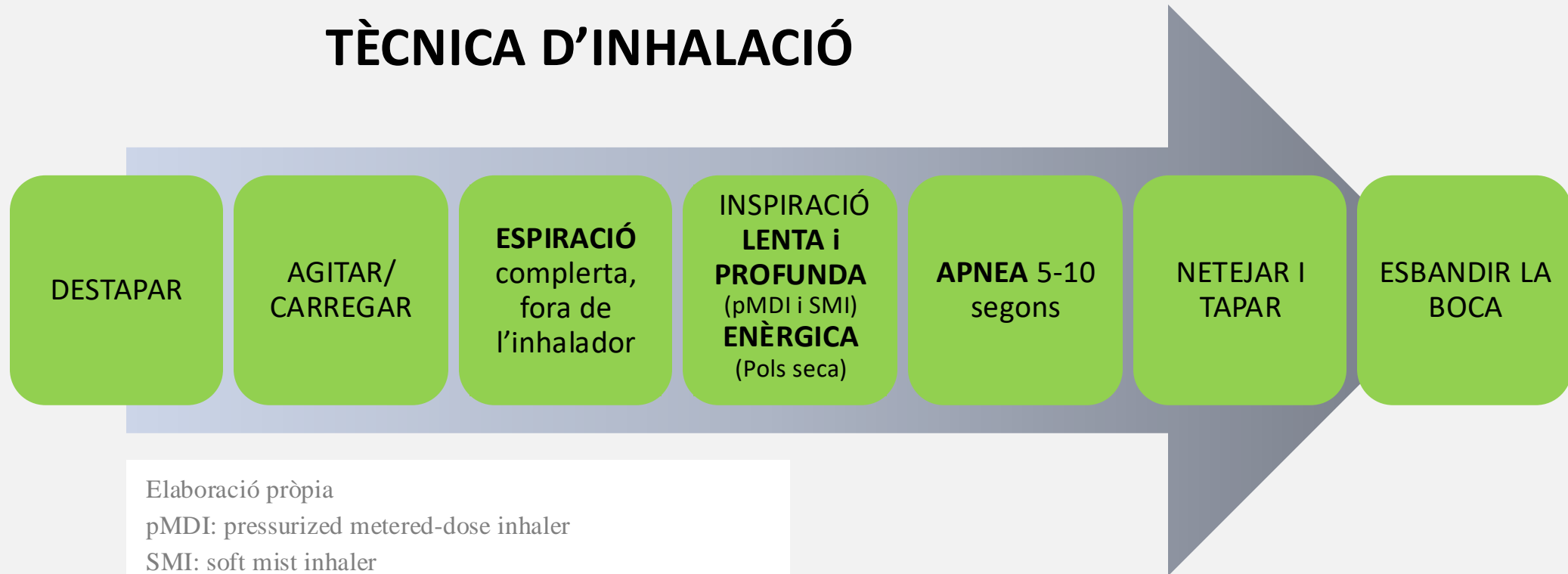
SEGUIMENT A LA MPOC... tractament

- Valorar l'**adequació del dispositiu** d'inhalació a les característiques del pacient.
- Instrucció de la **tècnica inhalatòria** i donar a conèixer l'**objectiu de cada fàrmac**.
- Cal **reavaluar periòdicament** la idoneïtat del sistema d'inhalació, així com la revisió del seu ús en cada visita.



SEGUIMENT A LA MPOC... tractament

TÈCNICA D'INHALACIÓ



SEGUIMENT A LA MPOC... tractament

Test d'adhesió als inhaladors TAI



TAI (TEST DE ADHERENCIA A LOS INHALADORES)	Puntuación
1. En los últimos 7 días ¿cuántas veces olvidó tomar sus inhaladores habituales? <input type="radio"/> Todas <input type="radio"/> Más de la mitad <input type="radio"/> Aprox. la mitad <input type="radio"/> Menos de la mitad <input type="radio"/> Ninguna	
2. Se olvida tomar los inhaladores: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
3. Cuando se encuentra bien de su enfermedad, deja de tomar sus inhaladores: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
4. Cuando está de vacaciones o de fin de semana, deja de tomar sus inhaladores: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
5. Deja de tomar sus inhaladores porque considera que interfieren con su vida cotidiana o laboral: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
6. Deja de tomar sus inhaladores por miedo a posibles efectos secundarios: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
7. Deja de tomar sus inhaladores por considerar que son de poca ayuda para tratar su enfermedad: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
8. Toma menos inhalaciones de las que su médico le prescribió: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
9. Cuando está nervioso/a o triste deja de tomar sus inhaladores: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
10. Deja de tomar sus inhaladores porque tiene dificultad para pagarlos: <input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Casi nunca <input type="radio"/> Nunca	
Las dos siguientes preguntas las deberá responder el profesional sanitario responsable del paciente según los datos que figuran en su historial clínico (pregunta 11) y tras comprobar su técnica de inhalación (pregunta 12)	
11. ¿Conoce o recuerda el paciente la pauta (dosis y frecuencia) que se le prescribió? <input type="radio"/> No <input type="radio"/> Sí	
12. La técnica de inhalación del dispositivo* del paciente, es**: <input type="radio"/> Con errores críticos <input type="radio"/> Sin errores críticos o correcta	
PUNTUACION TOTAL	

Propuesta tipo de incumplidor: - Errático: 1, 2, 3, 4, 5 - Inconsciente: 11 y 12 - Intencionado: 6, 7, 8, 9 y 10

Erràtics: ajustar

Voluntaris: negociar

Involuntari: adiestrar/revisar tècnica

<https://www.taitest.com>

SEGUIMENT A LA MPOC... tractament

- Vacuna **antigripal** segons campanya.
- Vacuna **SARS-CoV-2**.
- Vacuna **antipneumocòcica**: es recomana preferiblement la conjugada de 20 serotipus (PCV20)
- Vacuna davant el **tètanus, diftèria i tos ferina** (dTpa) en no vacunats en l'adolescència.
- Vacuna de l' **herpes zòster** en majors de 50 anys.
- La vacuna VRS (**virus respiratori sincitial**) en majors de 60 anys.



SEGUIMENT A LA MPOC... tractament



Avaluar el nivell d'activitat física:

promoure activitat física regular i prescriure exercicis específics.

- **Aeròbics**, que incloguin grans grups musculars (caminar, nedar, ciclisme, etc.) a intensitats variables (60-85 % de la freqüència cardíaca màxima) segons el nivell funcional.
- **De força**. Enfortiment de la musculatura respiratòria i de la musculatura perifèrica, especialment d' extremitats inferiors.
- **Estiraments musculars i exercicis de flexibilitat articular**.
- Promoure patrons respiratoris més eficients mitjançant **respiració conscient** durant la realització dels exercicis.

SEGUIMENT A LA MPOC... tractament

- Recomanar una alimentació saludable. **Dieta mediterrània.**
- Tant l'**obesitat** (IMC > 30 kg/m²) com la **desnutrició** (IMC < 18,5 kg/m²) tenen una repercussió negativa.
 - A **MPOC amb malnutrició**: Dieta rica en àcids grassos poliinsaturats (àcids grassos omega 3) i antioxidants (vitamines A, C, E i seleni) aconseguix augmentar el pes millorar la força física, la capacitat d'exercici i la qualitat de vida.
 - Considerar suplementació dietètica amb vitamina D en **fenotip aguditzador** i pautar tractament substitutiu per mantenir nivells > 25 nmol/l.

Cosío BG, Hernández C, Chiner E, Gimeno-Santos E, Pleguezuelos E, Seijas N, et al. Guía española de EPOC (GesEPOC 2021): Actualización del tratamiento no farmacológico. Arch Bronconeumol. 2022;58(4):345-51.

Martínez-González MA, Gea A, Ruiz-Canela M. La dieta mediterránea y la salud cardiovascular. Circ Res. 2019;124(5):779-98.

Martín Palmero A, Castro Alija MJ, Gómez Candela C. Evaluación y tratamiento nutricional en el paciente con EPOC. Monogr Arch Bronconeumol. 2016;3(8):218-27

SEGUIMENT A LA MPOC... més enllà de la funció pulmonar

- Avaluar dependència (Barthel)
- Avaluar situació psicosocial i estat emocional: viu sol, cuidador/s amb capacitat (TIRS), sobrecàrrega (Zarit), ansietat/depressió (Yesavage), deteriorament cognitiu (Pfeiffer/Lobo)
- Comorbiditats: ICC, DMII, neo pulmó.
- Establir diagnòstic PCC/ATDOM/MACA. Realitzar PIIC
- Activar: Gestió de Casos, Cures pal·liatives



SEGUIMENT A LA MPOC... punts clau

- El pacient ha de saber que té MPOC, **malaltia crònica**, i com retardar/alentir la progressió.
- La intervenció per a la **cessació tabàquica** és prioritària en l'atenció a la MPOC.
- És important revisar la **tècnica inhalatòria i el grau d'adhesió** en cada visita.
- És rellevant **reconèixer de manera precoç els signes i símptomes d'una exacerbació** i com actuar. Plà d'acció.
- Assegurar la **continuïtat assistencial**.

SEGUIMENT A LA MPOC... material de suport



https://issuu.com/separ/docs/convivir_con_la_epoc?e=3049452/40736708



https://issuu.com/separ/docs/controlando_la_epoc.?mode=window&backgroundColor=%23222222



CAMFiC
societat catalana de medicina
familiar i comunitària

<http://www.camfic.cat/Fullspacients.aspx>

Inhaladores: dispositivos y cámaras (Español, Inglés, Catalán, Francés, Árabe...)



<https://irp-cdn.multiscreensite.com/0b4c4e4f/files/uploaded/actividad-fisica-para-epoc-grap.pdf>

GRÀCIES!

