

Autoestima y Calidad de vida Lindor Ausonia



Sociedad Española de Geriatria y Gerontología



**ESTUDIO AUTOESTIMA Y CALIDAD DE VIDA
LINDOR AUSONIA EN LOS MAYORES DE 60 AÑOS**

LINDOR[®] ILUSIÓN
AUSONIA POR EL DÍA A DÍA

Índice

✦ INTRODUCCIÓN	03
✦ INFORMACIÓN GENERAL	05
✦ MÉTODO Y PARTICIPANTES	06
✦ RESULTADOS DESTACADOS	07
• CALIDAD DE VIDA	07
• AUTOESTIMA	09
• ILUSIÓN	10
✦ LA INCONTINENCIA URINARIA HOY	12
✦ CONCLUSIONES	14

INTRODUCCIÓN

El colectivo de personas **mayores de 65 años** representa un número y porcentaje cada vez más importante en nuestro país (actualmente casi un 18%, lo que equivale a unos 8 millones). Estas personas mantienen una serie de necesidades a diferentes niveles: individuales, familiares y sociales. Dependiendo del grado de satisfacción que las personas mayores alcancen en estas áreas, van a poder disfrutar de una calidad de vida u otra, influyendo directamente en su autoestima.

Los **factores que condicionan la calidad de vida de las personas mayores son múltiples y variados** (estado de salud, capacidad funcional, grado de dependencia, situación familiar y social, relaciones sociales, situación económica, aspectos educacionales y culturales), lo que obliga a hacer una consideración individual que debe ser amplia y multidimensional. No obstante, uno de los aspectos más reconocidos dentro de la calidad de vida por las personas mayores es su propia percepción o apreciación del estado de salud, por lo que **cada problema de salud podrá condicionar un impacto sobre la calidad de vida dependiendo de la repercusión individual y de las áreas a las que pueda afectar.**

Uno de los **problemas de salud más frecuente** y específico de la población de edad avanzada es la **incontinencia urinaria**. Ésta se puede manifestar con distintos síntomas y genera importantes consecuencias negativas que empeoran la calidad de vida de las personas que la padecen. Es importante destacar que la incontinencia urinaria supone la pérdida de una función fisiológica ("continencia urinaria") y que en la persona mayor sana se debe mantener, independientemente de su edad. La pérdida de esta función forma parte de los grandes síndromes geriátricos, constituyendo una causa de incapacidad y de deterioro de la calidad de vida.

Según diferentes estudios realizados en varios países europeos, se considera que **entre un 10 y un 15% de los sujetos mayores de 65 años** que viven en la comunidad **sufren incontinencia, frente al 30-40% en caso de ingreso hospitalario por un proceso agudo**, alcanzando su máxima prevalencia **(50-60%) en los pacientes institucionalizados.**

Pese a estas cifras de prevalencia es sorprendente el **bajo índice de consulta**, ya que sólo un tercio de las personas mayores incontinentes consultan al médico sobre este problema, atribuyéndose a dificultades para comunicar este problema, sentimiento de vergüenza, asunción de irreversibilidad, etc. Por ello, **se recomienda que de forma sistemática se investigue acerca de la continencia urinaria** al recoger la historia clínica general, y sobre todo en circunstancias de riesgo para su pérdida (persona mayor frágil, deterioro funcional, polifarmacia, alta hospitalaria reciente, proceso médico agudo, etc.).

Las repercusiones que genera este problema de salud pueden ser múltiples y variadas, no dependiendo directamente de la severidad de los escapes, sino que influyen factores individuales (edad, sexo, comorbilidad, situación funcional, estilo de vida) así como el tipo de incontinencia (mayor impacto la incontinencia de urgencia).

Es importante destacar que éstas **pueden afectar a distintas áreas del paciente** (física, psicológica, social, económica), y que actualmente la IU está reconocida como una **patología que deteriora significativamente la calidad de vida del paciente**, equiparándose a otras patologías crónicas como la artritis reumatoide o el ictus. (Tabla 1)

Tabla 1. Principales repercusiones de la incontinencia urinaria

Médicas:	infecciones urinarias, úlceras cutáneas, infecciones de las úlceras, caídas.
Psicológicas:	pérdida de autoestima, ansiedad, depresión.
Sociales:	aislamiento, mayor necesidad de apoyo familiar, mayor necesidad de recursos sociosanitarios, mayor riesgo de institucionalización.
Económicas:	elevado coste de medidas diagnósticas y terapéuticas, y de las complicaciones.

Siguiendo con su compromiso de mejorar la calidad de vida de las personas mayores, **Lindor Ausonia** ha desarrollado, **en colaboración con la SEGG**, el **estudio Autoestima y Calidad de Vida**, que recoge la percepción sobre la calidad de vida de las personas mayores de 60 años así como los factores que más afectan o se asocian a ella. El estudio, realizado en 1.200 personas mayores de 60 años, nace con el objetivo de conocer los datos más significativos en torno a la autoestima de las personas mayores, el tipo de actividades que influyen en la calidad de vida y la ilusión por el día a día, comparando la visión de los mismos aspectos en personas con incontinencia urinaria.

Dr. Carlos VERDEJO BRAVO

Servicio de Geriátría
Hospital Clínico San Carlos
Universidad Complutense - Madrid

INFORMACIÓN GENERAL

Identificación del estudio: Autoestima y Calidad de vida Lindor Ausonia.

Objetivos del estudio: Conocer qué aspectos influyen en la calidad de vida de las personas mayores de 60 años en general, y en concreto en aquellas personas que sufren incontinencia urinaria.

Población en estudio y número total de pacientes: Muestra total de 1.200 personas mayores de 60 años, que se dividen en una muestra de 500 personas con pérdidas de orina y usuarios de productos de incontinencia Media/Severa, y 700 personas sin pérdidas de orina.

Entre 60 y 64 años	}	Entre 60 y 74 años	446 (37%)
Entre 65 y 69 años			
Entre 70 y 74 años			
Entre 75 y 79 años	}	Entre 75 y 84 años	455 (38%)
Entre 80 y 84 años			
Entre 85 y 90 años	}	+85 años	299 (25%)
Más de 90 años			

Duración: Campo realizado entre mayo y junio 2012.



MÉTODO Y PARTICIPANTES

El estudio Autoestima y Calidad de Vida Lindor Ausonia, se realizó en **1.200 personas mayores de 60 años** que fueron contactadas por vía telefónica. La muestra del estudio incidió en 6 comunidades autónomas de España: Cataluña, Andalucía, Madrid, Comunidad Valenciana, Galicia y País Vasco, con una distribución de hombres/mujeres del 25%/75%.

Se clasificaron los participantes en dos grupos:

- **500 personas con pérdidas de orina** (y usuarios de productos de incontinencia Media/Severa).*
- **700 personas sin pérdidas de orina.**

Se preparó un cuestionario dirigido a la población mayor de 60 años, que incluyó 4 bloques de preguntas:

- 1) Calidad de vida y autoestima
- 2) Ilusión
- 3) Vivencia con la incontinencia**
- 4) Hábitos y uso de producto**

En el estudio se incorporaron varios cuestionarios científicamente validados sobre diferentes aspectos:

- **Escala de autoestima de Rosenberg (RSES)**, en la que se evalúa el sentimiento de satisfacción que la persona tiene consigo misma.
- **Cuestionario de Salud Euro-QoL-5d (EQ-5D)** en el que se valora la variación de la calidad de vida relacionada con el estado de salud, proporcionando un índice de salud del entrevistado.
- **Cuestionario de incontinencia urinaria ICIQ-SF** en el que se identifica a las personas con incontinencia de orina y el impacto de ésta en la calidad de vida.
- **Cuestionario Salud Kings - Percepción del estado de salud**, que evalúa el impacto de la incontinencia urinaria en la calidad de vida y analiza de forma objetiva la sintomatología urinaria.

* Se aceptaron usuarios de absorbentes de Incontinencia reembolsados (Elásticos, Anatómico, etc.), Pants y productos específicos para hombre.

** Bloque exclusivo para participantes con pérdidas de orina.

RESULTADOS DESTACADOS

• CALIDAD DE VIDA

Según el estudio Autoestima y Calidad de Vida Lindor Ausonia, el **90%** de las personas mayores de 60 años **asocia a una buena calidad de vida el poder realizar las actividades cotidianas** como las labores del hogar, pasar tiempo en familia, pasear, hacer la compra o cuidar solo de su higiene personal.

A medida que aumenta la edad, la actividad tiende a disminuir. Aun así, el estudio muestra que más del 70% de las personas participantes de entre 60 y 74 años realiza las actividades mencionadas anteriormente. (Figura 1)

Además, el 58% de los participantes del estudio afirma que realiza sus actividades cotidianas sin problemas (Figura 2), y un 71% no presenta dificultades para poder cuidar solo de su higiene personal (lavarse, vestirse...).

En cuanto a la percepción de su salud, un 56% considera que su **estado de salud** no ha cambiado respecto al año anterior, mientras que el **39% considera que ha empeorado**.

Uno de los factores que puede influir de forma importante en la percepción de la calidad de vida es la incontinencia urinaria (IU). De hecho, según el estudio, **los problemas de incontinencia urinaria afectan mucho (43%) o moderadamente (54%) a la vida diaria** de las personas con IU.

El estudio revela que las **personas mayores que sufren incontinencia realizan menos actividades** respecto a las que no la sufren. La actividad que más realizan es pasar tiempo en familia (74%). Por otro lado, una de las actividades que más asocian a una buena calidad de vida es poder cuidar solos de su higiene personal. En este sentido, las personas que sufren IU presentan más problemas en el cuidado personal. (Figura 3)

El 48% de las personas con IU percibe un empeoramiento de su estado de salud respecto a los últimos doce meses frente a un 32% de personas sin pérdidas de orina.

El estudio muestra que una **proporción mayor de participantes con IU percibe un estado de salud peor**, presenta más problemas de movilidad, tiene dificultades para realizar su cuidado personal, manifiesta dolor/malestar y más ansiedad/depresión, en comparación con los participantes sin pérdidas de orina.

Figura 1. Realización de actividades asociadas a la calidad de vida:

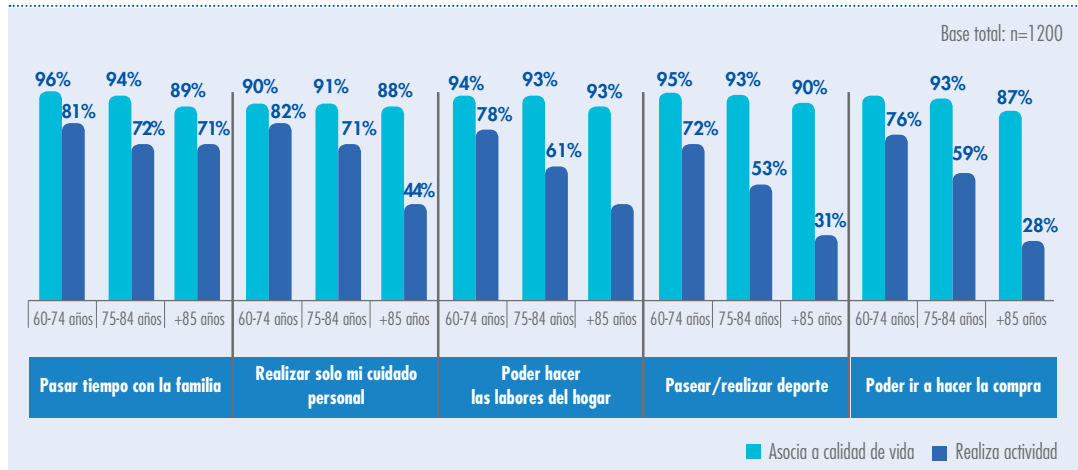


Figura 2. Dificultades en la realización de actividades cotidianas:

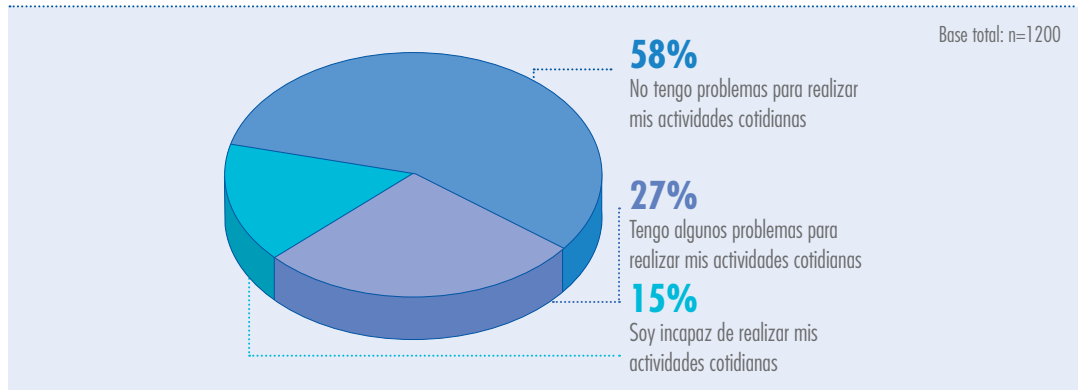
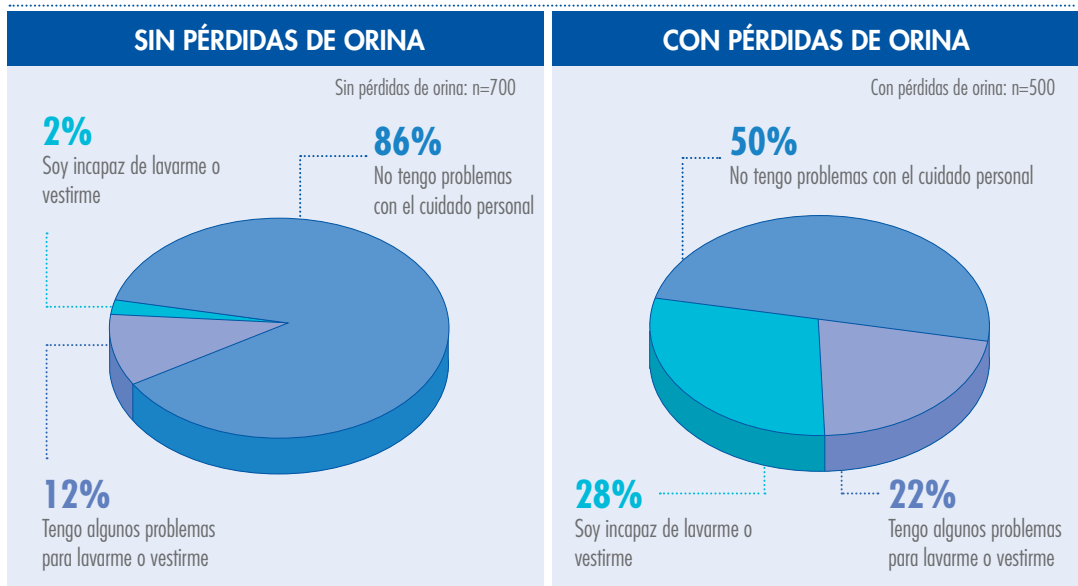


Figura 3. Dificultades en la realización del cuidado personal en personas sin y con pérdidas de orina:



• AUTOESTIMA

La autoestima es un parámetro importante en la valoración de la calidad de vida. En el estudio de Lindor Ausonia, se observa un **incremento de la degradación de la autoestima a medida que se avanza en la edad**. El envejecimiento no activo puede contribuir a esta degradación.

Un 63% de los mayores de entre 60-74 años presenta una autoestima elevada, sin embargo, a medida que aumenta la edad se observa un descenso hasta un 47% en el grupo de 75-84 años y un 25% en mayores de 85 años. El análisis en función del sexo mostró que los hombres presentan una autoestima más elevada que las mujeres (Figura 4).

Igual que sucede con la valoración de la calidad de vida, el estudio muestra que **tanto la edad como la incontinencia urinaria pueden afectar al grado de autoestima**.

Se observa una disminución de la autoestima a medida que aumenta la edad de los encuestados, independientemente de presentar pérdidas o no. Por otro lado, los pacientes con pérdidas de orina también muestran niveles de autoestima más bajos según el test de Rosenberg, en comparación con aquellos que no sufren pérdidas (Figura 5). Sin embargo, cabe tener en cuenta que la incontinencia tiene mayor incidencia a medida que avanza la edad.

Figura 4. Grado de autoestima:

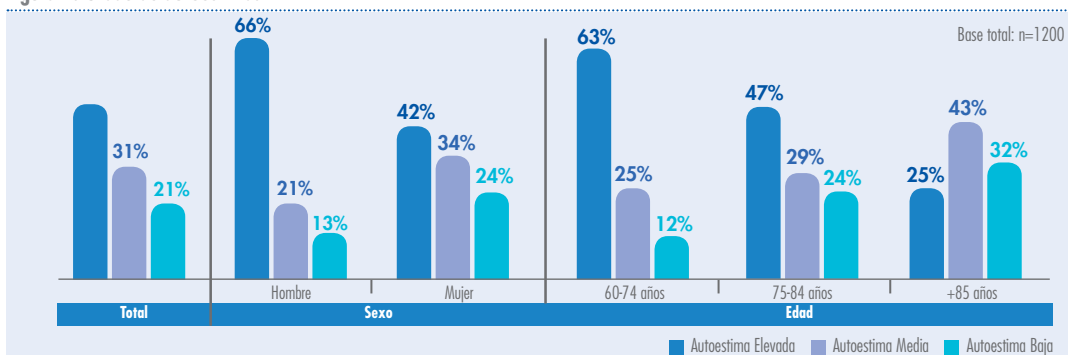
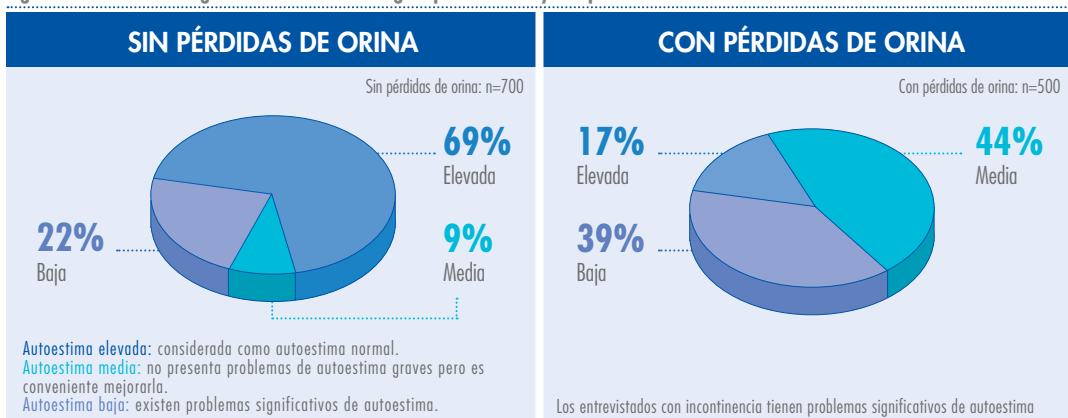


Figura 5. Autoestima según el Test de Rosenberg en personas sin y con pérdidas de orina:



• ILUSIÓN

Por otra parte, el estudio Autoestima y Calidad de Vida Lindor Ausonia también ha valorado la ilusión de las personas mayores de 60 años. Un **50% del total de las personas entrevistadas declara sentirse ilusionado por el día a día** y un 40% afirma tener ganas de hacer cosas nuevas.

El análisis por rango de edad muestra una tendencia a la **disminución de estos parámetros a medida que aumenta la edad.** (Tabla 2)

De hecho, el 62% de los participantes declara que ha ido perdiendo la ilusión con los años.

El estudio revela que las actividades que producen más ilusión son actividades del día a día como pasar momentos en familia (92%), hacer actividades al aire libre (92%), realizar las labores del hogar o ver la televisión (91%) y pasar tiempo con los nietos (81%) y amigos (78%). (Figura 6)

A pesar de la disminución progresiva de la ilusión con la edad, el 68% de los entrevistados dice disfrutar con las pequeñas cosas del día a día, y el 56% afirma que si tuviera la oportunidad le gustaría hacer cosas nuevas.

En el caso de las **personas con incontinencia urinaria, la ilusión y las ganas de hacer nuevas actividades son ligeramente inferiores** a las de aquellos que no sufren pérdidas de orina. Algunas de las actividades que más ilusión les hacen pero que no suelen practicar son viajar (45%) y hacer manualidades/labores del hogar (32%). (Figura 7)

El estudio muestra que la mayoría de entrevistados ven afectadas sus actividades de la vida diaria por las pérdidas de orina. (Figura 8)

Tabla 2.

	60-74 AÑOS	75-84 AÑOS	+85 AÑOS
Ilusión por el día a día	65%	48%	32%
Ganas de hacer cosas nuevas	59%	36%	20%

Figura 6. Actividades que hacen ilusión:

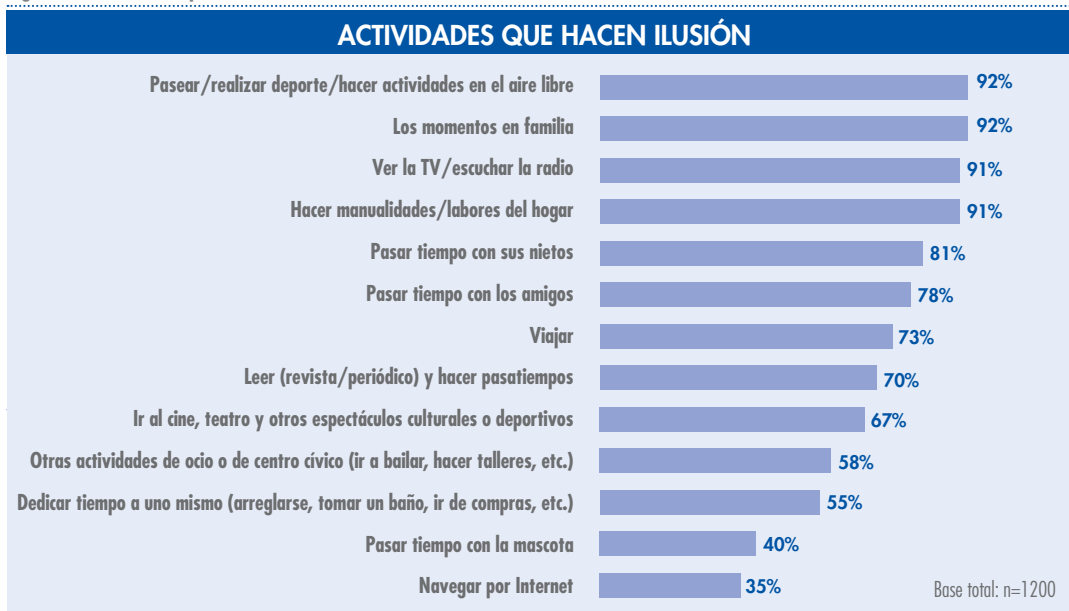


Figura 7. Actividades que hacen ilusión pero que no suelen practicar:

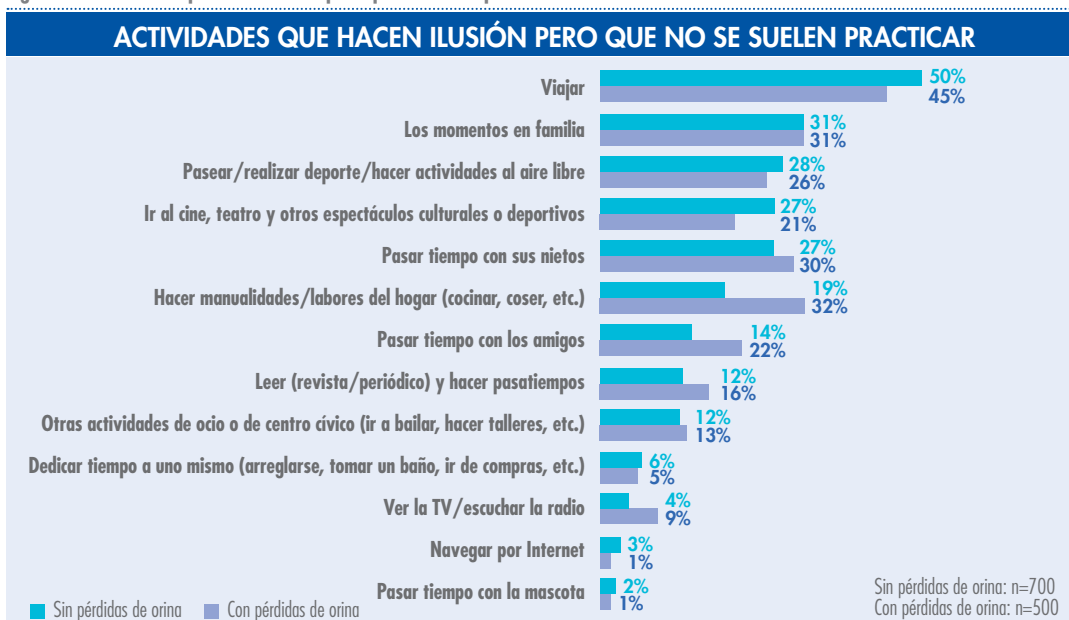
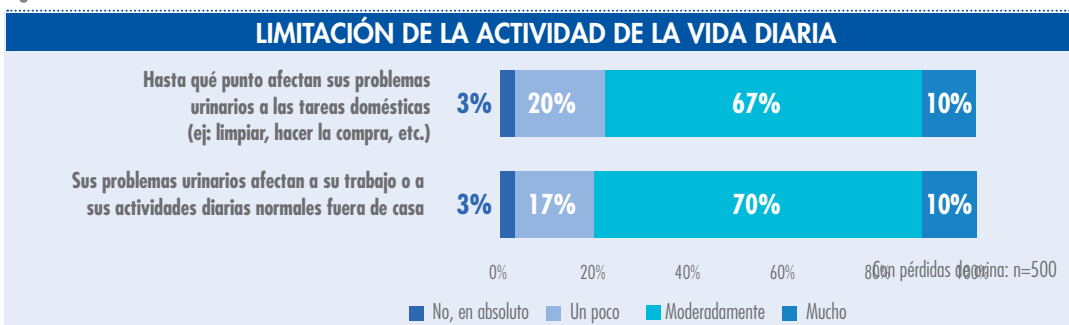


Figura 8. Limitación de la actividad de la vida diaria:



LA INCONTINENCIA URINARIA HOY

El estudio Autoestima y Calidad de Vida Lindor Ausonia ha revelado muchos datos de interés en referencia a la incontinencia urinaria, como por ejemplo:

- El **97%** de las personas incontinentes del estudio considera que sus **problemas urinarios afectan moderadamente/mucho a su vida**. (Figura 9)
- El 51% de los participantes con pérdidas de orina, admite tener cuidado con la cantidad de líquido que ingiere, y el 87% siente preocupación por el olor de la orina.
- Un 77% de las personas entrevistadas con incontinencia urinaria asocia la incontinencia a la edad como principal causa, mientras que solo un 20% la asocia a motivos médicos (intervenciones) y un 20% al parto.
- Las **pérdidas involuntarias de orina se consideran un problema**. (Figura 10)
- El **83%** de los entrevistados con pérdidas de orina declara que **el uso de absorbentes ayuda a sobrellevar las limitaciones producidas por la incontinencia**.
- El 86% de los participantes con IU declara tener pérdidas varias veces al día o continuamente. El 75% de encuestados con IU utiliza absorbentes durante el día y la noche. (Figura 11)
- El **92%** de las personas incontinentes considera que el **uso de absorbentes de incontinencia mejora su calidad de vida**. (Figura 12)
- Todos los entrevistados con incontinencia han consultado alguna vez su problema con un médico. El **médico de atención primaria es la principal fuente de información y apoyo**.
- El uso de absorbentes para la incontinencia mejora algunos aspectos como la higiene (86%), la comodidad (67%) y la tranquilidad (53%). (Figura 13)
- Más del 70% de las personas con incontinencia afirman que la absorción rápida, la eliminación de orina, la facilidad de colocación y el confort son atributos que consideran extremadamente importantes/muy importantes en su absorbente para la incontinencia. En las personas usuarias de anatómicos y rectangulares (ambulantes), la discreción adquiere también una importancia relevante (71% anatómico/74% rectangular). (Figura 14)

Figura 9. ¿Cómo afectan los problemas urinarios a su vida?

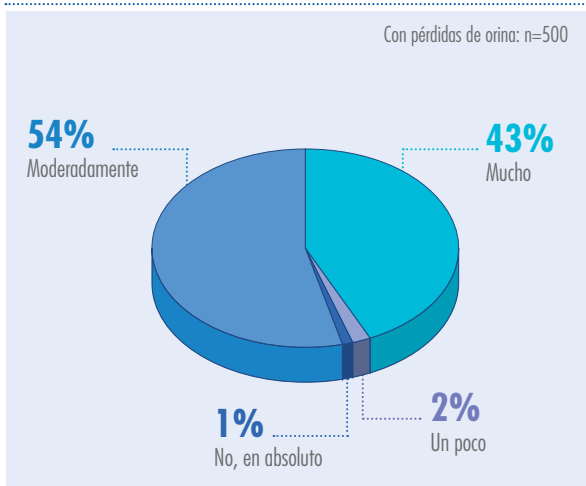


Figura 10. ¿Qué importancia le da a las pérdidas de orina?

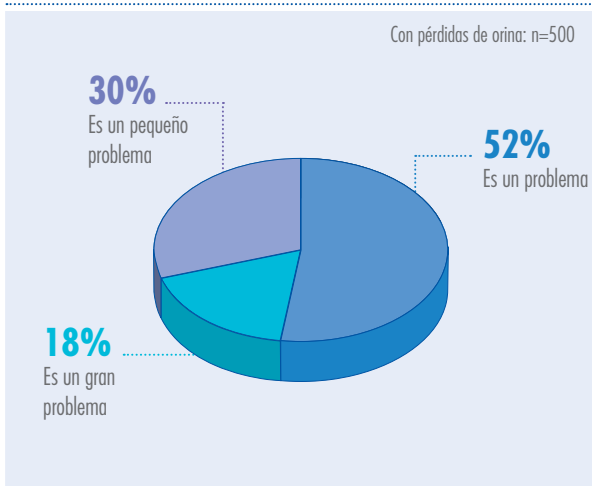


Figura 11. Uso de absorbentes:

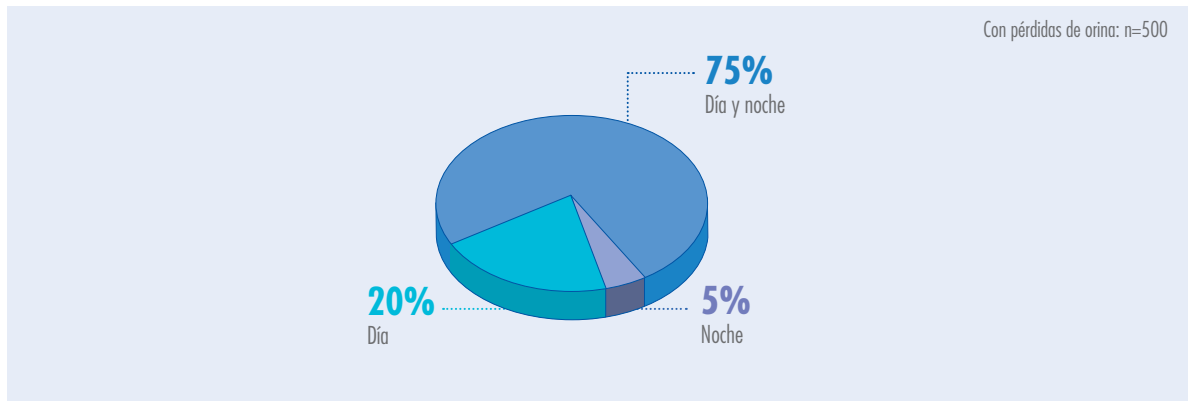


Figura 12. Grado de conformidad con las siguientes afirmaciones:

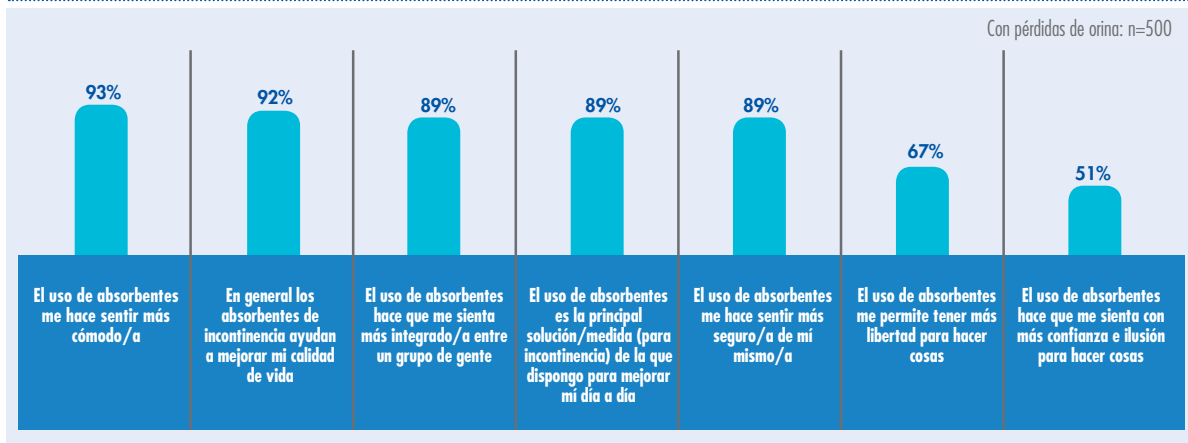


Figura 13. Mejoras producidas debido al uso de absorbentes:

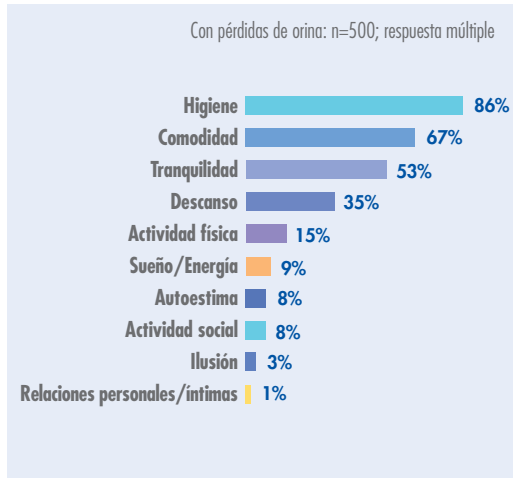
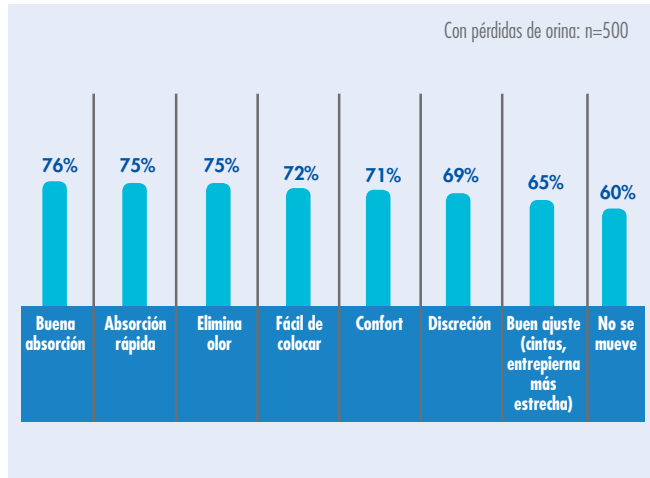


Figura 14. Atributos más importantes de los absorbentes para la incontinencia:



Conclusiones

CALIDAD DE VIDA:

- El 90% de las personas mayores de 60 años asocia el poder realizar actividades cotidianas a una buena calidad de vida.
- Los problemas de incontinencia urinaria afectan mucho (43%) o moderadamente (54%) a la vida diaria de las personas con incontinencia urinaria.

AUTOESTIMA:

- La degradación de la autoestima incrementa a medida que se avanza en la edad.
- Según el test de Rosenberg, los pacientes con pérdidas de orina muestran niveles de autoestima más bajos.

ILUSIÓN:

- El 62% de los participantes declara que ha ido perdiendo la ilusión con los años.
- En el caso de las personas con incontinencia urinaria, la ilusión y las ganas de hacer nuevas actividades son ligeramente inferiores a las de aquellos que no sufren pérdidas de orina.

LA INCONTINENCIA URINARIA HOY:

- El 97% de las personas incontinentes del estudio considera que sus problemas urinarios afectan moderadamente/mucho a su vida.
- El 92% de las personas incontinentes considera que el uso de absorbentes de incontinencia mejora su calidad de vida.

Los resultados del **Estudio Autoestima y Calidad de Vida**, realizado por **Lindor Ausonia** con la colaboración de la **Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG)**, contribuyen de forma importante a la percepción de este problema de salud por parte de las personas mayores, permitiendo **conocer de forma real el impacto negativo que genera la incontinencia de orina sobre su calidad de vida y nivel de autoestima**, así como la mejoría percibida con la utilización de absorbentes que reducen algunas de las consecuencias derivadas de los escapes de orina.

Evidentemente, la atención de las personas mayores requiere de la **participación de los distintos profesionales sanitarios** para hacer un abordaje integral y multidisciplinar, dirigiendo todos nuestros esfuerzos inicialmente a **mejorar su calidad de vida** y a tratar de buscar las posibles soluciones para cada situación.

La Sociedad Española de Geriatria y Gerontología, que tiene como objetivo fundamental influir desde la óptica científica en el bienestar de las personas mayores, valora de forma muy positiva la contribución de Lindor Ausonia en el **mejor conocimiento de este problema de salud** así como en la **mejora de la atención y calidad de vida de las personas mayores** con este problema de salud.

Dr. Carlos VERDEJO BRAVO

Servicio de Geriatria

Hospital Clínico San Carlos

Universidad Complutense - Madrid



Sociedad Española
de Geriatria y Gerontología



LINDOR® ILUSIÓN
AUSONIA POR EL DÍA A DÍA