

## Calidad de vida relacionada con la salud

### ¿Qué significa calidad de vida relacionada con la salud?

El concepto “calidad de vida relacionada con la salud” se utiliza para medir el impacto que tiene la salud en cómo se siente una persona física, mental y emocionalmente. Esta hoja informativa explica por qué estas mediciones son importantes y por qué su médico, enfermera o fisioterapeuta (al que denominaremos profesional de la salud en toda esta hoja informativa) debería tenerlas en cuenta en su plan de tratamiento.

Las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud se pueden utilizar como un complemento de las mediciones clínicas tradicionales, tales como la presión sanguínea y la función pulmonar, para evaluar el impacto general que su estado tiene sobre su estilo de vida.

Los cuestionarios sobre calidad de vida relacionada con la salud ayudan a los profesionales de la salud a comprender cuáles son los aspectos en los que usted necesita ayuda y qué aspectos de su vida son los que se ven más afectados, de manera que puedan ser más capaces de evaluar los síntomas que le causan más problemas.

Esta hoja informativa utiliza el ejemplo del asma como un estado en el que se pueden utilizar las mediciones de calidad de vida para ayudar a determinar el mejor plan de tratamiento. Esto incluye asesoramiento sobre cambios de comportamiento, así como medicamentos prescritos.

Las dos mujeres de las que hablamos a continuación tienen la misma edad y la misma enfermedad, pero esta enfermedad afecta a sus vidas de una forma diferente:

María	Ana
Mujer de 35 años	Mujer de 35 años
Asma moderada	Asma moderada
María trabaja a tiempo parcial desde casa. Es capaz de convivir con el asma en su trabajo y actividades. Por lo general es una persona relajada y el asma no le molesta demasiado.	Ana tiene un ritmo rápido de trabajo en una oficina llena de polvo. Tiende a preocuparse por su salud ya que es muy atlética y le gusta hacer mucho ejercicio. Como resultado, su asma menoscaba gravemente su calidad de vida.

Si Ana y María reciben el mismo tratamiento, pueden mostrar mejoras similares en las mediciones habituales de la función pulmonar realizadas por el profesional de la salud. Sin embargo, la mejora en la calidad de vida de María será probablemente mucho mayor que en la de Ana, ya que María se sentiría mejor en el trabajo, podría disfrutar de sus aficiones y tendría menos preocupaciones en general.

### Cuestionarios sobre la calidad de vida relacionada con la salud

Las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud se extraen generalmente a través de un cuestionario. Las respuestas de una persona ayudarán al profesional de la salud a determinar qué síntomas impiden a la persona continuar con su estilo de vida y qué tratamiento será más eficaz para ayudar a que esto sea posible.



©istockphoto.com/AlexRaths

# Hojas informativas sobre los pulmones

www.european-lung-foundation.org

Estos cuestionarios incluyen una amplia gama de preguntas, entre ellas:

1. ¿Cómo calificaría su salud actual?
2. ¿De qué manera su problema en el pecho interfiere en su trabajo?
3. ¿Qué tipo de actividades le dejan sin aliento?

Piense cómo Ana y María podrían responder a estas preguntas. ¿En qué medida serían sus respuestas diferentes?



©istockphoto.com/Mableen

## ¿Por qué son importantes las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud?

Utilizar las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud también puede ayudar a la toma de decisiones compartidas. Tener algo que decir a la hora de decidir qué plan de tratamiento será mejor para usted puede hacer que se sienta más implicado en la gestión de su estado. También puede ayudarle a sentirse más feliz por seguir su plan de tratamiento, lo que le ayudará a controlar su afección.

“Utilizar las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud convierte el proceso de tratamiento habitual, dirigido por el médico, en una próspera alianza. Este enfoque cambia la dinámica de una consulta y permite al paciente decir al médico que le gustaría que le ayudase a sentirse mejor”.

**Profesor David Price, experto en salud pulmonar que utiliza las mediciones de calidad de vida en sus investigaciones y prácticas clínicas**

## ¿Cómo se utilizan las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud en la investigación?

Las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud se pueden utilizar en la investigación para evaluar si los nuevos tratamientos son lo suficientemente eficaces como para mejorar la vida del paciente. A esta forma de medición en ocasiones se la denomina resultados percibidos por el paciente.

Es importante que los investigadores evalúen el efecto que un nuevo tratamiento tiene sobre una persona. Las mediciones de calidad de vida relacionada con la salud se incluyen a menudo en la investigación científica ya que ayudan a los investigadores a entender si los nuevos tratamientos beneficiarán a las personas con ciertas enfermedades. Algunos tratamientos puede que no mejoren los síntomas, pero podrían contribuir en gran medida a mejorar la calidad de vida y viceversa.

## Calidad de vida relacionada con la salud en la investigación de la EPOC



El proyecto financiado por la UE PROactive es un ejemplo de un proyecto que desarrolla mediciones de resultados percibidos por el paciente. El equipo se encuentra actualmente desarrollando una herramienta de resultados percibidos por el paciente que puede registrar la manera en la que un tratamiento afecta a la actividad física en las personas con EPOC. Para desarrollar esta herramienta, el equipo de investigación trabaja directamente con pacientes con EPOC para entender cómo experimentan su actividad física. Al final del proyecto, se utilizará la nueva herramienta, al igual que los cuestionarios sobre asma antes mencionados, a fin de mejorar la comprensión acerca de cómo la enfermedad de una persona afecta a su estilo de vida. Las preguntas se programarán en un dispositivo electrónico similar a un teléfono móvil. En este dispositivo, los pacientes pueden indicar diariamente la cantidad de actividad (“¿qué hago?”), los síntomas (“¿cuánta dificultad para respirar o cansancio he experimentado?”) y las adaptaciones que necesitan hacer (“¿debería haber ido más despacio o hacer descansos?”). El paciente también llevará encima un monitor de actividad para proporcionar información precisa sobre su actividad física. Estas mediciones se utilizarán para probar la eficacia de nuevos tratamientos para la EPOC. El progreso del proyecto se puede seguir en [www.proactivecopd.com](http://www.proactivecopd.com).

La ELF ha sido fundada por la Sociedad Europea de Neumología (European Respiratory Society, ERS) con el objetivo de reunir a los pacientes, al público y a los profesionales de la neumología para influir positivamente en la medicina respiratoria. La ELF está volcada en la salud pulmonar de toda Europa y aún a los especialistas sanitarios europeos más importantes con el fin de proporcionar información a los pacientes y concienciar al público acerca de las enfermedades respiratorias.



Este material fue elaborado con la ayuda de la Profesora Elizabeth Juniper, el Profesor David Price y la Doctora Fabienne