

## TÍTULO DEL TRABAJO

# CIRUGÍA DE MAMA: ACERCANDO LOS CUIDADOS A LAS NECESIDADES

### AUTORA

Mar Martínez Otero. Enfermera. Directora empresa. Paracuidarte.tk

### ● INTRODUCCIÓN

Hace 3 años debido a una serie de circunstancias personales y a inquietudes profesionales que me invitaban a realizar algo innovador, dirigido a mujeres con cáncer de mama, puse en marcha Paracuidarte.tk

La idea surge tras varios años de trabajo en contacto con mujeres diagnosticadas de esta patología.

En ese periodo de tiempo detecto múltiples carencias y posibilidades de mejora a la hora de elegir y adquirir los productos que la mujer necesita para su recuperación o aquellos que pueden contribuir a mejorar su bienestar, autoestima y, en definitiva, su calidad de vida.

### ● OBJETIVOS

Planteo como objetivos generales *mejorar* su calidad de vida (NOC 2000) y autoestima (NOC 1205).

Para conseguirlo planteo estos *objetivos específicos*:

- Informar de los productos disponibles (y facilitar la adaptación).
- Atender de forma personalizada a cada mujer.
- Evitar desplazamientos: atención domiciliaria.
- Reducir el impacto económico.

### ● MATERIAL Y MÉTODOS

Para poder cumplir con los objetivos expuestos decidí darme de alta como trabajadora autónoma para realizar atención domiciliaria.

Me presento como una alternativa más a las opciones existentes actualmente: tiendas especializadas, ortopedias y algunas farmacias.

El modo de dar a conocer mi innovadora actividad es fundamentalmente:

- Contactando con los enfermeros de consulta o planta de hospitalización. Entrego una hoja de recomendaciones en caso de intervención con / sin reconstrucción y tarjetas de visita.
- Mediante la web [www.paracuidarte.tk](http://www.paracuidarte.tk) (Creada con contenidos claros y sencillos)
- De forma excepcional en otros medios de comunicación: prensa o radio.

Una vez que la mujer contacta conmigo acudo a su domicilio, evitando que ella tenga que desplazarse y así poder asesorarla en su entorno, sin límite de tiempo y de forma individualizada:

1. Si es candidata a cirugía con reconstrucción inmediata: Llevo el sujetador postoperatorio que le servirá para aportar comodidad y seguridad para el injerto o implante.
2. Si no es factible la reconstrucción inmediata: realizo una primera visita donde entrego información de los productos que podrá utilizar en el futuro: prótesis de silicona, lencería adaptada y prendas de baño y dejo de forma gratuita una prótesis de algodón que le servirá para volver a casa tras la cirugía y usará hasta que pueda comenzar a utilizar la prótesis de silicona (aproximadamente 6 semanas después).

Pasado este tiempo realizo una 2ª visita en la que la mujer adquiere su prótesis y sujetador adaptado.

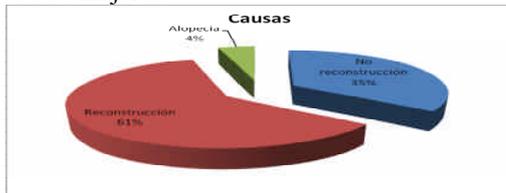
En cualquiera de los dos casos durante la visita realizo:

- Asesoramiento (NIC: 5240) y potenciación de la autoestima (NIC:5400) mediante la potenciación de la imagen corporal (NIC: 5220).
- Resolución de dudas a través de la consulta personalizada domiciliaria (NIC: 7010) y consulta telefónica (NIC:8180).

Los precios establecidos son muy ajustados, siempre inferiores a los de un comercio tradicional debido a que al establecerlos he estimado que no se trata de una compra programada ni realizada por decisión propia sino por indicación facultativa y necesaria para la recuperación tras un diagnóstico generalmente inesperado y difícil de afrontar.

### • RESULTADOS

A lo largo de estos tres años he atendido un total de 380 mujeres:



El grado de satisfacción con el modo de recibir sus productos ha sido total y el 97% de las mujeres no reconstruidas continúan siendo clientes en la actualidad.

Las que son reconstruidas vuelven a utilizar lencería habitual.

### • CONCLUSIONES

- La innovación en los cuidados y la búsqueda de alternativas a los métodos tradicionales pueden generar un elevado grado de satisfacción tanto al Enfermero como a los pacientes que cuida.
- Creo que estamos obligados a ofrecer garantía de calidad con recursos limitados, adaptándonos a la situación actual, algo que yo he conseguido gracias al apoyo de los profesionales que han confiado en mí.

### • Bibliografía:

- D. Shockney L. Patients guide to Breast cancer. Massachusetts. Jones and Bartlett Publishers; 2010.
- Romero Ruiz A, Gómez Salgado J, Bennisar Veny M. Fundamentos de los cuidados oncológicos. Enfo Ediciones; 2008.
- Mar Martínez Otero [www.paracuidarte.tk](http://www.paracuidarte.tk)