

IMPORTANCIA DEL REPOSO Y LA PARTICIPACION DE LA ENFERMERA

El empleo del reposo como medida terapéutica requiere juicio y adaptación a cada caso particular.

Se determina dependiendo de la gravedad de la Insuficiencia Cardíaca Congestiva, no cabiendo prescribir períodos fijos - para todos los casos ya que para cada uno plantean problemas diferentes, beneficios y peligros.

Los fines que persigue el reposo consisten en:

- a) Disminuir el trabajo del corazón al aminorar la cantidad de sangre que necesitan los tejidos por eliminación de factores que tienden a estimular la actividad cardíaca - innecesariamente.
- b) Reforzar la acción del corazón mejorando su eficiencia como bomba y en consecuencia más sangre a los tejidos.
- c) Eliminar la acumulación excesiva del agua del cuerpo.

Para obtener descanso satisfactorio el cuerpo debe estar en alineación adecuada.

En posición fowler el paciente se encontrará más cómodo aún, por cuanto esta posición disminuye el retorno venoso al corazón y a los pulmones, alivia la congestión pulmonar y es mínima la compresión del hígado en el diafragma disminuyendo la disnea.

Existen camas especiales para cardíacos en las que el tambor

se puede doblar mecánicamente hasta formar los ángulos de una silla y en el que el paciente se encuentra realmente sentado, es importante fijar esta posición cuando la ortopnea es intensa, en su defecto se sienta al borde de la cama con los pies apoyados en una silla y auxiliado de la mesa portátil para apoyarse, se cubrirá la espalda y los hombros con una frazada o un chaleco según la temperatura del cuarto. Se levantará además la barandilla de la cama para proteger al paciente en posición erguida.

Se puede sugerir al paciente que se encuentra en condiciones, el uso de un sillón cómodo, ancho y acolchado, posición muy ventajosa pues tiende más que otra a disminuir el desplazamiento del líquido de la periferia a los pulmones.

La posición de sentado favorece la formación de edema periférico en las partes declives, pero alivia la congestión pulmonar mucho más grave que el edema periférico.

Si las piernas están edematosas se procurará mantenerlas elevadas. No se pretenderá modificar arbitrariamente la posición espontánea que adopte el paciente sino mejorarla y ayudar a mantenerla siempre que guarde la alineación corporal que no le sea perjudicial.

Si la enfermera explica los beneficios que va a obtener y en que forma puede cooperar, la eficacia del tratamiento será mayor.

El reposo psíquico es igualmente fundamental pues las emociones y las contrariedades producen aceleración del ritmo cardíaco y el aumento del débito y de las presiones de

repleción favoreciendo la éstasis sanguínea.

Debe entonces recurrirse a una terapeutica medicamentosa de tranquilizantes y una psicoterapia bien conducida.

La enfermera puede ayudar a crear una atmósfera emocionalmente terapeutica al adaptar sus actitudes a cada paciente con base al problema individual y explorar sus actitudes hacia cada uno de ellos.

Es aún más cuando con la buena disposición de la enfermera trasmite al paciente serenidad, destreza, autoconfianza y capacidad para adaptarse a las necesidades del enfermo.