

altenpflege.de Edition

Libros de texto breves para la formación en cuidados - Enfoque en geriatría

Theo Ahrens

# Enfermería Basada en la Evidencia (EBE) en el Cuidado de Ancianos

presented by

**YES**  
**ARCH**  
**ITEC**  
**TURE.**

# Datos bibliográficos

Theo Ahrens – Breve biografía

Theo Ahrens, nacido en 1979 cerca de Múnich, es profesor de profesiones de enfermería y pedagogo de enfermería comprometido. Después de un año de servicio social en un hospital, realizó una formación como enfermero general y adquirió valiosa experiencia profesional en la unidad de cuidados intensivos. Impulsado por su deseo de transmitir conocimiento, estudió pedagogía de enfermería y comenzó en 2009 como profesor en una escuela técnica en Múnich. Theo es conocido por su enseñanza práctica y empática, con la que prepara a futuras fuerzas de enfermería para su exigente profesión. En el ámbito privado, vive con su esposa y dos hijos en Berlín y se compromete voluntariamente a mejorar las condiciones en la formación de enfermería.

Este breve manual fue formulado a partir de planes de estudio de sus clases utilizando inteligencia artificial. La traducción se realizó automáticamente.

Publicado por altenpflege.de

Precio DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Comentarios y sugerencias de mejora a team@altenpflege.de.

1/1-2412181528

Índice de contenido

|                                                                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1   Introducción . . . .                                                                                                       | 4  |
| 1.1   Objetivos de este libro breve sobre Enfermería Basada en Evidencias (EBN) . . . .                                        | 4  |
| 1.2   Importancia de EBN en el cuidado de ancianos . . . .                                                                     | 5  |
| 1.3   Papel de los profesionales de enfermería en la aplicación de la EBN. . . .                                               | 5  |
| 2   Fundamentos de la Enfermería Basada en la Evidencia (EBN) . . . .                                                          | 7  |
| 2.1   Origen de la Enfermería Basada en Evidencias (EBN) . . . .                                                               | 7  |
| 2.2   Objetivos y principios del EBN . . . .                                                                                   | 8  |
| 2.3   Diferencias entre la enfermería basada en la evidencia (EBN) y el conocimiento experiencial. . . .                       | 8  |
| 2.4   Relevancia de la EBN en la práctica del cuidado . . . .                                                                  | 9  |
| 3   Los 6 pasos del proceso EBN . . . .                                                                                        | 11 |
| 3.1   Paso 1: Planteamiento de la tarea y formulación de la pregunta . . . .                                                   | 11 |
| 3.2   Paso 2: Búsqueda de literatura . . . .                                                                                   | 11 |
| 3.3   Paso 3: Evaluación crítica de la evidencia . . . .                                                                       | 12 |
| 3.4   Paso 4: Implementación de la evidencia en la práctica asistencial. . . .                                                 | 13 |
| 3.5   Paso 5: Evaluación de las medidas realizadas . . . .                                                                     | 14 |
| 3.6   Paso 6: Documentación y desarrollo continuo de la práctica de enfermería . . . .                                         | 15 |
| 4   El método PICO para la formulación de preguntas de investigación . . . .                                                   | 17 |
| 4.1   Definición y propósito del método PICO . . . .                                                                           | 17 |
| 4.2   Componentes del método PICO . . . .                                                                                      | 17 |
| 4.3   Ejemplos de preguntas con el método PICO . . . .                                                                         | 18 |
| 4.4   Aplicación del método PICO en el cuidado de ancianos . . . .                                                             | 19 |
| 5   Revisión bibliográfica para la enfermería basada en la evidencia . . . .                                                   | 21 |
| 5.1   Importancia de la búsqueda sistemática de literatura . . . .                                                             | 21 |
| 5.2   Fuentes y bases de datos para EBN. . . .                                                                                 | 21 |
| 5.3   Estrategias de búsqueda y búsqueda por palabras clave . . . .                                                            | 22 |
| 5.4   Diferencias entre fuentes primarias y secundarias . . . .                                                                | 23 |
| 6   Evaluación crítica de la evidencia . . . .                                                                                 | 24 |
| 6.1   Definición y significado de la evaluación de evidencia . . . .                                                           | 24 |
| 6.2   Criterios para la evaluación de la calidad del estudio . . . .                                                           | 24 |
| 6.3   Diferenciación de los niveles de evidencia . . . .                                                                       | 25 |
| 6.4   Prevención de sesgos y errores metodológicos (Bias) . . . .                                                              | 26 |
| 7   Implementación de EBN en la práctica de enfermería . . . .                                                                 | 28 |
| 7.1   Desafíos y barreras en la implementación de EBN . . . .                                                                  | 28 |
| 7.2   Estrategias para superar las barreras de implementación . . . .                                                          | 29 |
| 7.3   Participación del equipo de enfermería en la implementación de EBN . . . .                                               | 30 |
| 7.4   Ejemplos de implementación de la EBN en el cuidado de personas mayores . . . .                                           | 31 |
| 8   Evaluación de las medidas de EBN . . . .                                                                                   | 33 |
| 8.1   Importancia de la evaluación en la práctica del cuidado. . . .                                                           | 33 |
| 8.2   Indicadores para verificar la eficacia de las medidas . . . .                                                            | 33 |
| 8.3   Métodos de evaluación . . . .                                                                                            | 34 |
| 8.4   Documentación y desarrollo de la práctica del cuidado . . . .                                                            | 36 |
| 9   Roles y responsabilidades en la enfermería basada en la evidencia. . . .                                                   | 37 |
| 9.1   Rol de los profesionales de enfermería en la aplicación de EBN . . . .                                                   | 37 |
| 9.2   Rol del liderazgo en enfermería y la gestión en la implementación de la EBN . . . .                                      | 38 |
| 9.3   Importancia de la colaboración interdisciplinaria . . . .                                                                | 39 |
| 9.4   Apoyo de expertos externos . . . .                                                                                       | 40 |
| 10   Importancia de la EBN para la calidad del cuidado . . . .                                                                 | 41 |
| 10.1   Conexión entre EBN y gestión de calidad . . . .                                                                         | 41 |
| 10.2   Uso de EBN para la prevención de errores y minimización de riesgos . . . .                                              | 42 |
| 10.3   Importancia de EBN para la planificación del proceso de cuidado y resultados del cuidado . . . .                        | 43 |
| 10.4   Contribución de EBN al aumento de la seguridad del paciente . . . .                                                     | 43 |
| 11   Ejemplos de enfermería basada en la evidencia en el cuidado de ancianos . . . .                                           | 45 |
| 11.1   Prevención de caídas mediante medidas basadas en evidencia . . . .                                                      | 45 |
| 11.2   Prevención de úlceras por presión basada en conocimientos científicos . . . .                                           | 46 |
| 11.3   Medidas de higiene para prevenir infecciones . . . .                                                                    | 47 |
| 11.4   Gestión nutricional en casos de malnutrición . . . .                                                                    | 48 |
| 12   Aspectos éticos y legales de la Enfermería basada en la evidencia . . . .                                                 | 50 |
| 12.1   Relevancia de la autonomía del paciente en la aplicación de EBN . . . .                                                 | 50 |
| 12.2   Responsabilidad de los profesionales de enfermería en la implementación de medidas basadas en la evidencia (EBN). . . . | 51 |
| 12.3   Protección de datos y confidencialidad en la recopilación y evaluación de datos . . . .                                 | 52 |
| 12.4   Principios legales . . . .                                                                                              | 53 |
| 13   Desafíos en la implementación de EBN en la práctica asistencial . . . .                                                   | 54 |
| 13.1   Recursos de tiempo insuficientes y presión de tiempo en la práctica del cuidado. . . .                                  | 54 |
| 13.2   Falta de conocimiento y formación sobre EBN . . . .                                                                     | 55 |
| 13.3   Conflictos éticos en la implementación de EBN . . . .                                                                   | 56 |
| 13.4   Desafíos tecnológicos . . . .                                                                                           | 57 |
| 14   Capacitaciones y formación continua en Enfermería Basada en Evidencia. . . .                                              | 58 |
| 14.1   Importancia de la formación continua para el fomento de competencias de EBN . . . .                                     | 58 |
| 14.2   Contenidos de las formaciones . . . .                                                                                   | 59 |
| 14.3   Métodos de formación . . . .                                                                                            | 59 |
| 14.4   Papel de las instituciones de formación en enfermería en la capacitación EBN . . . .                                    | 60 |
| 15   Investigación e innovaciones en el ámbito de la enfermería basada en evidencia . . . .                                    | 62 |
| 15.1   Importancia de la investigación en enfermería para el desarrollo de la EBN . . . .                                      | 62 |
| 15.2   Ejemplos de resultados de investigaciones actuales en la atención. . . .                                                | 63 |
| 15.3   Innovaciones en la práctica asistencial a través de la EBN . . . .                                                      | 64 |
| 15.4   Participación de los profesionales de enfermería en proyectos de investigación . . . .                                  | 65 |
| 16   Ejemplos de casos y aplicaciones prácticas . . . .                                                                        | 66 |
| 16.1   Estudio de caso: Aplicación de EBN en la prevención de caídas . . . .                                                   | 66 |
| 16.2   Ejemplo de caso: Aplicación de EBN en la profilaxis de úlceras por presión . . . .                                      | 67 |
| 16.3   Estudio de caso: Medidas nutricionales basadas en evidencia en la desnutrición . . . .                                  | 68 |
| 16.4   Reflexión de la práctica de cuidados basada en ejemplos de casos . . . .                                                | 69 |
| 17   Autoevaluación y desarrollo de la práctica de cuidados. . . .                                                             | 71 |
| 17.1   Importancia de la autorreflexión para mejorar la calidad del cuidado . . . .                                            | 71 |
| 17.2   Reflexión de la propia práctica de cuidado en relación con la EBE . . . .                                               | 71 |
| 17.3   Desarrollo continuo de la práctica de enfermería mediante EBN . . . .                                                   | 72 |
| 17.4   Supervisión y asesoramiento colegiado para la implementación de EBN . . . .                                             | 73 |

# 1 Introducción

## 1.1 Objetivos de este libro breve sobre Enfermería Basada en Evidencias (EBN)

Este libro de texto breve persigue varios objetivos para proporcionarle un entendimiento profundo de la Enfermería Basada en Evidencias (EBN) y mejorar sus habilidades profesionales en el cuidado de ancianos.

Primero, el libro busca acercarle a los fundamentos y principios de la EBN. Recibirá conocimientos sobre el origen y los significados en la práctica para poder tomar decisiones informadas en el cuidado. A través de ejemplos concretos y procesos, aprenderá a combinar la experiencia tradicional con los conocimientos científicos.

Otro objetivo es la enseñanza de un enfoque estructurado a través del proceso de EBN. Este proceso incluye seis pasos importantes, desde la formulación de la pregunta hasta la documentación y el desarrollo de la práctica de cuidado. Esto le permite trabajar de manera sistemática y basada en evidencias.

El libro también busca explicar la aplicación práctica de métodos para mejorar la calidad del cuidado. Esto incluye enfoques conocidos como el método PICO para la formulación de preguntas de investigación, la evaluación crítica de la evidencia y técnicas de búsqueda de literatura.

Además, se crea una comprensión de los posibles desafíos y barreras en la implementación de la EBN, así como de las estrategias para superarlos. Mediante la inclusión de estudios de caso y ejemplos de la práctica, aprenderá cómo se puede implementar concretamente la EBN en el cuidado de ancianos.

Finalmente, se destaca la importancia de la formación continua. El libro de texto muestra cómo puede desarrollar su práctica de cuidado a través de la educación continuada y la autorreflexión. También se enfoca en los aspectos éticos y legales del cuidado que son esenciales para un ejercicio profesional.

En resumen, este libro de texto desea proporcionarle las herramientas necesarias y el conocimiento para aplicar con éxito la EBN en su práctica diaria y mejorar la calidad del cuidado.

## 1.2 Importancia de EBN en el cuidado de ancianos

Evidence-based Nursing (EBN) es de importancia central en el cuidado de ancianos, para mejorar de manera sostenible la calidad del cuidado. En el cuidado de ancianos, las necesidades individuales y el bienestar de los residentes son prioritarios. EBN permite planificar y llevar a cabo medidas de cuidado basadas en la mejor evidencia disponible. Esto asegura procesos de cuidado más efectivos y eficientes.

A través de la aplicación de EBN en el cuidado de ancianos, se pueden lograr mejores resultados en la atención sanitaria, ya que los problemas de salud pueden abordarse de manera científica. Las enfermeras pueden, por ejemplo, minimizar riesgos como úlceras por decúbito y caídas, al utilizar resultados de investigaciones actuales y ponerlos en práctica.

EBN también fomenta la adaptación del cuidado a nuevos conocimientos y condiciones cambiantes. En el cuidado de ancianos, es crucial actuar acorde al estado más reciente de la ciencia para responder a las necesidades de salud complejas y a menudo crónicas de los residentes. EBN apoya esto a través de la integración sistemática del conocimiento científico en la práctica diaria.

Además, EBN fortalece la profesionalidad y la responsabilidad en el cuidado de ancianos. Se alienta a los profesionales del cuidado a cuestionar críticamente si las prácticas actuales de cuidado se corresponden con los mejores conocimientos científicos disponibles. Esta actitud conduce a una mejora continua de la calidad del cuidado y al fomento de una cultura de cuidado basada en la evidencia.

En resumen, EBN es imprescindible en el cuidado de ancianos para optimizar las prácticas de cuidado y garantizar la seguridad y satisfacción de los residentes. El uso de EBN significa una conexión más fuerte entre teoría y práctica, asegurando así un cuidado de calidad, científicamente fundamentado.

## 1.3 Papel de los profesionales de enfermería en la aplicación de la EBN.

Las enfermeras son actores centrales en la implementación de la Enfermería Basada en la Evidencia (EBE). Su papel incluye tanto la iniciación como la ejecución y evaluación de procesos de enfermería basados en evidencias. Se les pide a las enfermeras que evalúen críticamente los conocimientos científicos y los transfieran a la práctica. En este contexto, la aplicación de los resultados de investigación actuales en el cuidado diario es de importancia esencial.

Asumir estas tareas requiere que las enfermeras tengan un conocimiento profundo de los métodos científicos y la capacidad de evaluar críticamente las prácticas de enfermería. De esta manera, contribuyen a la actualización continua y mejora de la calidad del cuidado. Las enfermeras actúan como un puente entre la teoría y la práctica, aplicando nuevos conocimientos en el cuidado y cuestionando y adaptando regularmente los procesos establecidos.

Además, desempeñan un papel fundamental en el intercambio interdisciplinario. Las enfermeras deben ser capaces de comunicar los resultados científicos de manera comprensible para promover la colaboración con otros grupos profesionales en el ámbito de la salud. Esta cooperación es necesaria para asegurar una atención integral al paciente y apoyar la transferencia de conocimientos al trabajo práctico.

Otro aspecto es la función de modelo. Las enfermeras influyen a través de sus acciones y su actitud el desarrollo de una cultura de cuidados basada en la evidencia en sus instalaciones. Participando activamente en la transferencia de conocimientos y continuamente formándose, contribuyen a fomentar la conciencia sobre el trabajo basado en la evidencia.

Finalmente, su papel también consiste en participar en proyectos de investigación o apoyarlos. Esto permite identificar y responder preguntas prácticas, así como investigar la influencia de las estrategias de implementación en la calidad del cuidado y la satisfacción del paciente. Así, las enfermeras no solo son usuarias, sino también co-creadoras de la práctica basada en la evidencia.

## 2 Fundamentos de la Enfermería Basada en la Evidencia (EBN)

### 2.1 Origen de la Enfermería Basada en Evidencias (EBN)

Evidence-based Nursing (EBN) tiene su origen en la Evidence-based Medicine (EBM), que en los años 1990 estableció una nueva forma de práctica médica. EBM fue influenciada por la experiencia de David Sackett, Gordon Guyatt y otros en la Universidad McMaster en Canadá. El enfoque apuntaba a tomar decisiones médicas basadas en la mejor evidencia científica disponible, en lugar de basarse exclusivamente en la experiencia de expertos.

Este enfoque científico pronto se extendió a otras áreas de la salud, incluida la enfermería, adaptándose el nombre a Evidence-based Nursing. La adopción en la enfermería fue un paso hacia la sistematización de las decisiones de enfermería con el objetivo de optimizar las intervenciones de enfermería y aumentar la seguridad del paciente.

A través de la integración de resultados de investigaciones y la experiencia clínica, complementada por la consideración de las preferencias y valores de los pacientes, EBN busca cerrar la brecha entre la teoría y la práctica. El beneficio terapéutico de la enfermería se basa en un ciclo continuo de investigación, práctica y revisión sistemática de los procesos de enfermería. Este ciclo empodera a las enfermeras para participar activamente en la mejora de la calidad del cuidado a través de decisiones basadas en evidencia, y para evaluar y desarrollar continuamente su práctica.

A nivel internacional, el interés por EBN aumentó de forma continua, y surgieron numerosas redes e instituciones que impulsaron su desarrollo. Así, organizaciones como el Cochrane Nursing Care Field promovieron la aplicación de los principios de EBN al abordar cuestiones relevantes para la práctica y aumentar la conciencia al respecto en la comunidad de enfermería.

Hoy, EBN es considerada una condición esencial para la enfermería profesional y está integrada en muchos programas de formación y gestión de calidad, ya que permite a los profesionales de la enfermería tomar decisiones informadas que contribuyen a la óptima atención de las personas que requieren cuidados.

## 2.2 Objetivos y principios del EBN

Evidence-based Nursing (EBN) busca mejorar la calidad del cuidado mediante decisiones fundamentadas. Un objetivo central de EBN es asegurar el mejor cuidado posible basado en los conocimientos científicos actuales. EBN apunta a optimizar el proceso de cuidado a través de la integración sistemática de resultados de investigación, experiencia clínica y preferencias de los pacientes.

Un principio de EBN es el uso de la mejor evidencia disponible. Esto requiere una evaluación crítica de la calidad de los estudios y la aplicación de intervenciones de cuidado validadas científicamente. EBN fomenta la mejora continua de la práctica mediante la evaluación y adaptación constantes. Además, la colaboración interprofesional desempeña un papel esencial, ya que permite el intercambio de conocimientos y una visión integral del paciente.

EBN también implica el cuidado centrado en el paciente. Esto significa integrar los deseos y valores de los pacientes en el proceso de cuidado para desarrollar planes de cuidado personalizados. Otro principio es fomentar la autonomía de los profesionales de la salud a través de capacitaciones y acceso a información relevante, lo que fortalece su capacidad de decisión profesional.

En resumen, los objetivos y principios de EBN están dirigidos a aumentar la calidad y seguridad de las medidas de cuidado, individualizar la atención al paciente y promover el desarrollo profesional de los cuidadores. La implementación de estos objetivos y principios apoya a los profesionales de la salud a afirmarse de manera efectiva en un entorno de cuidado en constante cambio.

## 2.3 Diferencias entre la enfermería basada en la evidencia (EBN) y el conocimiento experiencial.

Evidence-based Nursing (EBN) y el conocimiento experiencial se diferencian en su enfoque hacia las decisiones de enfermería. EBN se basa en el uso sistemático de resultados de investigaciones científicas para tomar decisiones informadas. En contraste, el conocimiento experiencial se apoya en los conocimientos personales y vivencias prácticas de los profesionales de enfermería en su día a día laboral.

El enfoque científico de EBN persigue un método sistematizado que se basa en estudios controlados y datos objetivos. Las decisiones se toman sobre la base de la mejor evidencia disponible. El objetivo es racionalizar y estandarizar los conceptos de enfermería para mejorar la seguridad del paciente y la calidad del cuidado. La práctica basada en evidencia requiere que los profesionales de enfermería estén familiarizados con los resultados de investigaciones actuales e incorporen estos en su proceso de decisión.

El conocimiento experiencial, por otro lado, se deriva de la aplicación práctica del conocimiento de enfermería a lo largo de los años. Está formado por valoraciones personales, intuición y la comprensión de necesidades individuales, basadas en relaciones empáticas con los cuidados. Este tipo de conocimiento se considera contextual y adaptable, aunque a menudo carece de validación objetiva mediante pruebas científicas.

Una diferencia significativa reside en la verificabilidad: EBN permite un seguimiento más claro de las medidas aplicadas gracias a la evidencia documentada. El conocimiento experiencial es a menudo más difícil de documentar y transferir, ya que se basa en experiencias subjetivas. Ambos enfoques pueden complementarse. Un uso equilibrado de EBN y conocimiento experiencial ofrece una estrategia de atención integral, ya que los hallazgos científicos pueden ser complementados por las experiencias prácticas de los profesionales de enfermería.

La interacción entre EBN y conocimiento experiencial puede así mejorar la calidad del cuidado al combinar el rigor fundamentado de EBN con la capacidad de respuesta adaptativa del conocimiento experiencial. Es crucial integrar ambos enfoques en el contexto de una atención centrada en el paciente para lograr resultados óptimos para los receptores de cuidados.

## 2.4 Relevancia de la EBN en la práctica del cuidado

EBN es esencial para la práctica diaria del cuidado, ya que constituye la base para fundamentar científicamente las medidas de cuidado. La aplicación de evidencias permite a los profesionales de la salud priorizar intervenciones efectivas, estandarizar procedimientos y, por tanto, mejorar la calidad del cuidado de manera medible. La incorporación de prácticas basadas en evidencias lleva a una reducción de riesgos y errores al identificar y eliminar medidas innecesarias o desactualizadas.

A través de EBN, se construye un puente entre la ciencia y la práctica, lo que ofrece la posibilidad de cuestionar y optimizar continuamente los procesos de cuidado. Así, EBN promueve un entorno de aprendizaje dinámico para los profesionales del cuidado, centrado en la aplicación práctica de los resultados de investigación. Esto no solo aumenta la profesionalidad, sino también la satisfacción en el trabajo, ya que los cuidadores pueden tomar decisiones basadas en evidencias que contribuyen al bienestar de los necesitados de cuidados.

Otro aspecto de la relevancia de EBN es el fortalecimiento de la comunicación basada en evidencias dentro de los equipos interdisciplinarios. Un marco de referencia común basado en evidencias mejora la colaboración con médicos, terapeutas y otras profesiones de la salud, lo que lleva a una atención más completa y efectiva. Además, EBN constituye la base para una gestión del cuidado orientada a la calidad, que ayuda a utilizar los recursos de manera eficiente y reducir los costos del cuidado mediante medidas específicas.

EBN motiva a la participación activa en el desarrollo continuo del cuidado. Los profesionales del cuidado están capacitados para participar en proyectos científicos y generar nuevos conocimientos que pueden integrarse en la práctica. Este ciclo de retroalimentación de ampliación de conocimiento y aplicación práctica es esencial para el progreso y la adaptación del cuidado a los desafíos actuales. Así, EBN se convierte en la fuerza impulsora detrás de enfoques innovadores en la práctica del cuidado, que deben satisfacer un entorno de cuidado cada vez más complejo.

preview

## 7 Este es solo un avance

El libro completo está disponible en <https://www.altenpflege.de> para usuarios registrados. El registro y el uso son gratuitos. Quien no quiera registrarse, puede transferir el importe mencionado en la página 2 a través de Paypal a [buchhaltung@factsoft.de](mailto:buchhaltung@factsoft.de) indicando tanto el título del libro como la dirección de correo electrónico. Luego recibirá el PDF por correo electrónico.

Además del acceso gratuito a los libros de texto cortos, registrarse en [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) permite postularse directamente a empleos. Y también, publicar un anuncio de empleo gratuito. Únete a la comunidad de [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).