

Calidad de vida

La **calidad de vida** hace referencia a la percepción que tiene un individuo de su propio bienestar físico y mental. Numerosos factores contribuyen a la calidad de vida, incluyendo los que influyen en "lo buena" que es la vida, la felicidad de un individuo y su capacidad para desenvolverse de manera independiente y disfrutar de la vida. La **calidad de vida relacionada con la salud (CVRS)** hace referencia a los aspectos afectados por las enfermedades y su tratamiento. Por ejemplo, el dolor asociado a una enfermedad y las limitaciones en el funcionamiento que requieren dependencia de la ayuda de los demás en las actividades habituales de la vida diaria reducen la calidad de vida de un individuo.

En el número de *JAMA* correspondiente al 18 de diciembre de 2002 se incluye un artículo sobre comunicación médico-paciente relacionada con preocupaciones acerca de la calidad de vida y la utilización de cuestionarios que monitorizan los cambios de la CVRS con el tiempo.



¿CÓMO SE MIDE LA CALIDAD DE VIDA?

La simple pregunta de "¿cómo se siente?" representa un medio informal de medir la calidad de vida. Sin embargo, con frecuencia los profesionales sanitarios valoran la calidad de vida con la ayuda de cuestionarios. Éstos abarcan temas muy diversos, que suelen incluir síntomas físicos y mentales, el dolor y las actividades de la vida diaria. Estos sondeos ayudan al médico a comprender mejor cómo afecta una enfermedad o su tratamiento a la vida de un individuo.

Las respuestas a los cuestionarios sobre calidad de vida son útiles en la identificación de las áreas que pueden mejorarse para incrementar aquélla. Por ejemplo, si las respuestas de un individuo al cuestionario indican que le preocupa la inmovilidad porque se halla confinado en una silla de ruedas, se harán preparativos para que el entorno del paciente sea más accesible a la silla de ruedas. Si se identifica un dolor persistente como problema principal de calidad de vida, es preciso valorar el dolor y considerar las opciones de tratamiento para mejorar su control.

Otra medida de calidad de vida es el cálculo del número de días del mes previo en que la mala salud física o mental interfirió con las actividades habituales, como aseo personal, trabajo u ocio. Los investigadores esperan que, en último término, el estudio más detenido de los aspectos de la calidad de vida ayudará a la gente a disfrutar de una vida plena y feliz.

PARA MÁS INFORMACIÓN

- Centers for Disease Control and Prevention
Health-Related Quality of Life
www.cdc.gov/hrqol/index.htm
- US Department of Health & Human Services
Administration on Aging
Tel.: 202/619-7501.
www.aoa.gov

PARA SU PROPIA INFORMACIÓN

Para localizar esta "Página de *JAMA* para el Paciente" u otras previas, acceda al índice de la "Página para el Paciente" en la web de *JAMA* (www.jama.com). Las "Páginas de *JAMA* para el Paciente" están disponibles en inglés y en español. En el número correspondiente al 22-29 de diciembre de 1999 se publicó una "Página para el Paciente" sobre comunicación médico-paciente, en el correspondiente al 20 de febrero de 2002 acerca de los cuidados paliativos y en el de 26 de enero de 2000 sobre el envejecimiento.

Fuentes: Centers for Disease Control and Prevention, US Department of Health and Human Services Administration on Aging y National Institute on Aging.

Redactora: Sharon Parmet, MS

Diseñador: Cassio Lynn, MA

Editor: Richard M. Glass, MD

La "Página de *JAMA* para el Paciente" es un servicio público de la revista *JAMA*. La información y recomendaciones que aparecen en esta página son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no constituyen el sustituto de un diagnóstico médico. Para una información más específica sobre su caso particular, la revista *JAMA* le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de asistencia sanitaria pueden reproducir esta página sin fines comerciales y facilitarla a los pacientes. Cualquier otro tipo de reproducción debe someterse a la aprobación de la AMA. Para adquirir separatas, pueden ponerse en contacto con el teléfono +718/946-7424.

