



ACOMPañANDO DE CORAZÓN

AVAC, Asociación Valenciana de Pacientes
Anticoagulados y Portadores de Válvulas Cardíacas

DESCRIPCIÓN

Empoderar al paciente cardíaco y a su red de apoyo familiar durante el proceso quirúrgico y el inicio de la terapia anticoagulante, promoviendo su bienestar emocional y la seguridad en el tratamiento a través del apoyo psicosocial experto y la educación entre iguales.

Anticoagulados AVAC
2026

Título del proyecto	2
Contexto	2
Justificación de la necesidad.....	2
Población Destinataria	3
Ámbito de actuación.....	3
Objetivos del Proyecto.....	3
Metodología	4
Actividades Principales y temporalidad	5
Capacidad técnica y de gestión del programa	9
Recursos materiales.....	9
Duración del Proyecto	9
Indicadores de Éxito	9
Evaluación y resultados esperados	9
Plan de difusión	10
Aspectos innovadores	10
Viabilidad y sostenibilidad del programa	10
Documentación anexa.....	11

Título del proyecto

ACOMPAÑANDO DE CORAZÓN. Acompañamiento Familiar y Apoyo Psicosocial Prequirúrgico para Pacientes cardíacos con Prescripción de Anticoagulantes orales.

Contexto

En España, la cirugía cardiovascular es una atención habitual dentro del sistema sanitario público y se realizan decenas de miles de intervenciones cada año para tratar diversas patologías del corazón. Según los registros oficiales más recientes, en 2023 se realizaron alrededor de 32.497 intervenciones de cirugía cardíaca mayor, de las cuales cerca de 7.990 fueron intervenciones aisladas sobre válvulas cardíacas (reparación o sustitución), además de otros procedimientos combinados con cirugía coronaria u otras técnicas avanzadas como implantes transcáteter de prótesis valvulares (TAVI).

En la Comunidad Valenciana, el sistema sanitario también atiende a pacientes que requieren cirugías cardíacas complejas, incluidos procedimientos valvulares. Aunque no se dispone de estadísticas públicas detalladas exclusivamente para esta región sobre el número de cambios de válvula cardíaca, las políticas sanitarias autonómicas han logrado reducir los tiempos de espera quirúrgica y priorizar a los pacientes con mayor gravedad clínica, lo que favorece la realización de procedimientos de alta complejidad como las sustituciones valvulares cuando están indicados clínicamente.

En un momento determinado, una válvula cardíaca puede dejar de funcionar con normalidad debido a enfermedades como la estenosis (estrechamiento), la insuficiencia valvular (fuga) o procesos degenerativos asociados al envejecimiento, provocando síntomas como fatiga, disnea y afectación del rendimiento físico. Cuando el deterioro es significativo, esta válvula debe ser reparada o sustituida por una prótesis (biológica o mecánica) para restablecer la función cardíaca adecuada.

Para evitar la formación de trombos en el caso de las válvulas mecánicas —que son más duraderas, pero más propensas a generar coágulos— se asocia la prescripción de anticoagulantes, lo que obliga al paciente a adaptarse a una situación sanitaria nueva: haber sido intervenido quirúrgicamente y, al mismo tiempo, tener que manejar un tratamiento anticoagulante que requiere control y adherencia constante. Esta doble exigencia (recuperación postoperatoria y tratamiento farmacológico complejo) supone un reto clínico y psicosocial tanto para el paciente como para su entorno familiar.

Justificación de la necesidad

El proyecto surge tras detectar un vacío asistencial en el entorno hospitalario de la Comunidad Valenciana: la carencia de un programa estructurado de apoyo emocional y educativo para pacientes prequirúrgicos cardíacos. La inminencia de una cirugía, sumada al inicio de un tratamiento con anticoagulantes orales, genera niveles críticos de ansiedad,

miedo e incertidumbre que comprometen tanto el bienestar del paciente como su futura adherencia terapéutica.

Para abordar esta vulnerabilidad, se propone un modelo de intervención psicosocial multidisciplinar que integra a profesionales de la psicología, trabajo social y pacientes expertos (voluntarios). El objetivo es transformar el proceso prequirúrgico en una etapa de acompañamiento activo, donde la familia actúe como pilar fundamental y el paciente reciba las herramientas necesarias para gestionar su nueva realidad cotidiana.

Población Destinataria

- Pacientes adultos (>18 años) derivados desde los departamentos de cardiología, hematología y cirugía cardíaca, que serán intervenidos quirúrgicamente por patologías cardíacas con posterior prescripción de tratamiento anticoagulante oral.
- Sus familiares directos o personas cuidadoras principales.
- Se estima un alcance de mínimo 96 pacientes y familiares durante la fase piloto de 12 meses.

Ámbito de actuación

Para dar a conocer el programa “Acompañando de corazón” queremos afianzar paulatinamente el contacto con distintos hospitales de la Comunidad Valenciana, por lo que comenzaremos por el Hospital Universitari i Politècnic La Fe (Valencia) por ser el centro líder en la provincia de Valencia y uno de los principales a nivel nacional en intervenciones valvulares cardíacas, destacando por alcanzar el hito de 1.000 implantes de válvula aórtica sin cirugía abierta (TAVI) en octubre de 2024.

Si las evaluaciones son positivas se ampliará la implementación del programa a otros centros hospitalarios tanto de Valencia como de Castellón y Alicante, resto de provincias de la Comunidad Valenciana.

La selección definitiva del centro hospitalario piloto colaborador estará sujeta a la formalización del acuerdo correspondiente.

Objetivos del Proyecto

Objetivo General:

Empoderar al paciente cardíaco y a su red de apoyo familiar durante el proceso quirúrgico y el inicio de la terapia anticoagulante, promoviendo su bienestar emocional y la seguridad en el tratamiento a través del apoyo psicosocial experto y la educación entre iguales.

Objetivos Específicos:

1. Facilitar una información clara y comprensible sobre el proceso quirúrgico antes y después de la intervención.
2. Reducir la ansiedad ante la intervención cardiaca.
3. Apoyar emocionalmente al paciente y su familia.
4. Facilitar la identificación entre pacientes.
5. Fomentar la formación de grupos de apoyo colectivos.
6. Mejorar la comprensión del tratamiento anticoagulante.
7. Aumentar la adherencia al tratamiento anticoagulante oral (TAO).
8. Fomentar la coordinación con el personal sanitario para una atención integral.
9. Propiciar la continuidad del apoyo psicosocial.

Metodología

- Enfoque psicosocial y centrado en la persona.
- Enfoque sistémico.
- Participación de equipos multidisciplinares (personal sanitario, profesional de la psicología y profesional del trabajo social) junto a pacientes en tratamiento anticoagulante oral voluntarios.
- Uso de herramientas de medición (escalas de ansiedad, cuestionarios de conocimiento del tratamiento, entrevistas de satisfacción).
- El proyecto se implementará con enfoque interdisciplinar (psicología y trabajo social) junto a pacientes anticoagulados voluntarios y se desarrollará en 5 fases:

Fase 1: identificación del centro hospitalario colaborador y formación de voluntarios.

- Contacto y firma de acuerdo de colaboración con el centro hospitalario.
- Entrega del material para la difusión del programa.
- Formación de los voluntarios a cargo de la intervención con los pacientes y sus familiares objeto del programa.

Fase 2: Identificación y derivación (Hospital)

- Coordinación con el personal sanitario del departamento de cardiología para identificar a los pacientes candidatos para ser objetos del programa “Acompañando de corazón”.

- Entrevista inicial de acogida con el equipo del proyecto (profesionales de la psicología, el trabajo social y pacientes anticoagulados voluntarios)

Fase 3: Acompañamiento psicoeducativo

- **Sesiones individuales** con el paciente y la familia para abordar:
 - Miedos y expectativas.
 - Información sobre anticoagulantes.
 - Manejo de la ansiedad.
 - Rol de la familia en el proceso quirúrgico.
- **Sesión grupal** con pacientes y familiares a partir de los 3 meses de la intervención cardiaca, según la necesidad identificada o bajo demanda.

Fase 4: Material de apoyo

- Material educativo-formativo especializado en: coagulación y anticoagulación, autocontrol del tratamiento anticoagulante oral (aquellos fármacos que requieren de control) y alimentación.

Fase 5: Evaluación

- Cuestionarios pre y post intervención sobre ansiedad, comprensión del tratamiento y satisfacción.
- Reunión de coordinación final con el hospital colaborador para valorar la implementación estable y su continuidad.

Actividades Principales y temporalidad

N.º Actividad	Periodo	Responsable	Objetivo
1	Mes	Profesional del Trabajo social	Atención integral.
2	Meses 1-2	Profesional de la psicología + profesional del Trabajo Social.	Facilitar información clara y comprensible al sistema familiar. Reducir la ansiedad. Fomentar grupos de apoyo.
3	Mes 2 en adelante	Hospital + Trabajo Social	Reducir la ansiedad. Apoyar emocional.

N.º Actividad

Periodo

Responsable

Objetivo

				Mejorar comprensión del tratamiento anticoagulante.
				Adherencia al TAO.
				Reducir la ansiedad.
				Apoyar emocional.
4	Entrevista de acogida con el equipo del proyecto	Meses 2-12	Psicólogo/a + Trabajo Social + Paciente voluntario.	Identificación entre pacientes.
				Mejorar comprensión del tratamiento anticoagulante.
				Reducir la ansiedad.
				Apoyar emocional.
				Identificación entre pacientes.
5	Acompañamiento psicoeducativo del sistema familiar	Meses 2-12.	Profesionales psico-social + paciente voluntario anticoagulado.	Fomentar grupos de apoyo.
				Mejorar comprensión del tratamiento anticoagulante.
				Adherencia al TAO.
				Reducir la ansiedad.
				Apoyar emocional.
				Identificación entre pacientes.
6	Sesión grupal	Trimensual	Profesionales psico-social + paciente voluntario anticoagulado (Equipo del proyecto)	Fomentar grupos de apoyo.
				Mejorar comprensión del tratamiento anticoagulante.
				Adherencia al TAO.
7	Evaluación del impacto del proyecto	Meses 9 y 12	Equipo del proyecto + profesional sanitario	Mejorar comprensión del tratamiento anticoagulante.
				Adherencia al TAO.

N.º Actividad	Periodo	Responsable	Objetivo
			Atención integral.
8 Informe final y cierre	Mes 12	Equipo técnico	Atención integral.
			Mejorar comprensión del tratamiento anticoagulante.
9 Seguimiento		Trabajo Social	Atención integral.
			Continuidad del apoyo psicosocial.

Actividad 1.

Se realizará una reunión inicial con el profesional representante del Servicio de Cardiología del Hospital Universitario La Fe o, en su defecto, del centro hospitalario con el que se formalice el correspondiente acuerdo de colaboración para el desarrollo del proyecto “Acompañando de corazón”. En dicha reunión participará el equipo técnico del proyecto — profesionales de la psicología y del trabajo social, así como voluntariado en tratamiento anticoagulante oral— con el fin de establecer un primer contacto, coordinar la intervención y facilitar el conocimiento mutuo entre las partes propiciando una óptima atención integral.

Actividad 2.

Se llevará a cabo un proceso de formación psicoemocional dirigido a pacientes anticoagulados voluntarios que participarán en el proyecto como agentes de apoyo entre iguales. Esta formación será impartida por profesionales de la psicología y del trabajo social, y tendrá como objetivo dotar a las personas voluntarias de herramientas emocionales, comunicativas y sociales que les permitan realizar una intervención adecuada, segura y eficaz con otros pacientes y sus familias.

La formación incluirá contenidos orientados a la preparación para la intervención con pacientes, abordando aspectos como la escucha activa, la validación emocional, el manejo de la ansiedad y el respeto a los límites del rol voluntario, así como la coordinación con el equipo profesional.

Asimismo, se trabajará la capacidad de facilitar información clara, accesible y comprensible al sistema familiar, favoreciendo la comprensión del proceso quirúrgico y del tratamiento anticoagulante, y ayudando a reducir miedos, incertidumbres y creencias erróneas asociadas a la intervención y al tratamiento.

Uno de los objetivos principales de esta formación será reducir la ansiedad tanto de los pacientes como de sus familiares mediante estrategias de contención emocional, normalización de emociones y transmisión de experiencias vividas desde una perspectiva positiva y realista.

Actividad 3.

El personal sanitario del hospital derivará al proyecto a pacientes candidatos a una intervención cardíaca con prescripción de tratamiento anticoagulante oral, así como a sus familiares. Esta derivación permitirá una intervención temprana orientada a reducir la ansiedad asociada al proceso quirúrgico y al inicio del tratamiento, mejorar su comprensión y garantizar la provisión de información clara y adaptada por parte del equipo del proyecto. De este modo, se favorecerá un manejo adecuado del tratamiento en la vida diaria, se reforzará la adherencia al tratamiento anticoagulante oral desde su inicio y se promoverá la implicación activa del paciente y de su entorno familiar, la resolución de dudas y el desarrollo de hábitos de autocuidado que contribuyan a la seguridad y eficacia del tratamiento.

Actividad 4.

Entrevista de acogida de los pacientes que van a ser intervenidos y sus familiares con el equipo del proyecto para establecer el primer contacto con los profesionales que intervendrán en el proyecto y se favorezca la identificación entre pacientes, propiciando el establecimiento de un vínculo emocional que reduzca la ansiedad asociada a la intervención y al inicio del Tratamiento Anticoagulante Oral.

Actividad 5.

Acompañamiento psicoeducativo del sistema familiar objeto del proyecto, a través del intercambio de experiencias y resolución de dudas vivenciales y sesiones informativas sobre anticoagulantes (efectos, precauciones, interacciones) con Material educativo e informativo de comprensión sencilla, impartido por voluntarios en tratamiento anticoagulante oral y acompañando por el profesional de la psicología o del Trabajo Social.

Actividad 6.

Sesión grupal contando con todos los actores del proyecto que quieran participar, a partir de los 3 meses de la intervención para valorar la eficacia del proyecto y la tendencia que va desarrollando.

Actividad 7.

Evaluación del impacto del proyecto, atendiendo a todos los actores participantes en el proyecto. En cuanto al paciente objeto y su familia, se facilitará para evaluar su participación cuestionarios de ansiedad y comprensión. Y en cuanto al equipo de proyecto y los profesionales sanitarios, se realizará una reunión conjunta que dará lugar a un informe de conclusiones.

Actividad 8.

Esta fase final consiste en la elaboración de un Informe de Cierre Integral basándose en el procesamiento y análisis de la información recabada mediante los cuestionarios e informe de conclusiones, aplicadas a lo largo de la intervención.

A partir de los resultados, se realizará un ejercicio de reflexión técnica para identificar qué estrategias han sido exitosas y cuáles requieren una reformulación. Este diagnóstico permite analizar la metodología empleada o proponer cambios estructurales necesarios para la continuidad del proyecto.

Actividad 9.

Seguimiento. Resolución de dudas sobre el tratamiento. Facilitación de material didáctico especializado.

Capacidad técnica y de gestión del programa

Recursos humanos:

- Profesional del Trabajo social.
- Profesional de la Psicología.
- Pacientes bajo tratamiento con anticoagulantes orales (ACO) que han sido intervenidos por patologías cardíacas y participan de forma voluntaria en el proyecto.

Recursos materiales

En la sede de AVAC disponemos de espacios para la comunicación y la formación adecuadas con materiales de edición propia y externa.

9

Duración del Proyecto

12 meses (fase piloto), tras la firma de colaboración con el centro hospitalario, con posibilidad de dar continuidad al proyecto e implementarlo en otros centros tras la evaluación positiva del equipo y los profesionales implicados.

Indicadores de Éxito

- Reducción del 30% en niveles de ansiedad prequirúrgica.
- 80% de comprensión adecuada del tratamiento anticoagulante.
- Alta satisfacción (>85%) por parte de pacientes y familiares.
- Implementación sostenible en al menos 2 hospitales al finalizar el piloto.

Evaluación y resultados esperados

Indicadores cuantitativos:

- N.º de pacientes atendidos: mínimo 48

- N.º de pacientes y familiares formados: mínimo 96
- N.º de talleres realizados: al menos 12

Indicadores cualitativos:

- Disminución del 30% en niveles de ansiedad prequirúrgica (escala GAD-7)
- Aumento del 40% en comprensión del tratamiento anticoagulante
- Satisfacción global de pacientes y familiares superior al 85%

Plan de difusión

El paciente y la familia reciben la noticia en el hospital; ese es el momento donde más necesitan saber que no están solos.

- **Tarjetas de "Receta Emocional":** Entrega a los cirujanos y enfermeras tarjetas tipo receta médica con el siguiente texto: *"Para la ansiedad, recomendamos: Acompañando de Corazón"* con un código QR al contacto del programa.
- **"Kits de Bienvenida al Paciente":** Carpeta con un diseño cálido que incluye material básico sobre anticoagulantes y una carta de bienvenida de un paciente voluntario invitándoles al programa.
- Colocación de **carteles en las salas de espera** de cardiología y cirugía vascular con testimonios reales sobre los beneficios de un apoyo psicosocial y humano.
- **Vídeo-Píldoras.** Publicación, en nuestras redes sociales, de breves clips de 60 segundos donde pacientes ya intervenidos cuentan un miedo que tenían y cómo lo superaron.

10

Aspectos innovadores

El proyecto se fundamenta en la humanización del entorno asistencial, promoviendo la corresponsabilidad de los pacientes y sus redes de apoyo. Dicha propuesta da cumplimiento a las políticas de la **Conselleria de Sanitat**, respondiendo al reciente marco legislativo de la Generalitat Valenciana que prioriza la participación activa del usuario y la personalización de los cuidados en el sistema público de salud.

Viabilidad y sostenibilidad del programa

Tras el piloto, se buscará:

- Integración en los programas de humanización hospitalaria del sistema sanitario público valenciano.
- Firma de convenios estables con hospitales participantes.
- Ampliación del programa a otros centros hospitalarios con financiación pública o mixta.

- Colaboración con colegios profesionales y entidades de pacientes para voluntariado o formación.

Documentación anexa

Cuestionario de Valoración de Ansiedad Prequirúrgica

“ACOMPAÑANDO DE CORAZÓN”

AVAC, Asociación Valenciana de Pacientes Anticoagulados y Portadores de Válvulas Cardíacas

Por favor, marque con una "X" la casilla que mejor represente cómo se siente en este momento respecto a su próxima intervención de válvula cardíaca.

Ítem / Nivel de ansiedad	Nada (0)	Un poco (1)	Bastante (2)	Mucho (3)
1. ¿Se siente inquieto/a o nervioso/a al pensar en la operación?				
2. ¿Le preocupa el momento de la anestesia o el no despertar?				
3. ¿Siente opresión en el pecho, palpitaciones o falta de aire?				
4. ¿Le genera incertidumbre el postoperatorio y su recuperación?				
5. ¿Le preocupa cómo afectará el tratamiento anticoagulante a su vida?				
6. ¿Tiene dificultades para conciliar el sueño pensando en la cirugía?				

Ítem / Nivel de ansiedad	Nada (0)	Un poco (1)	Bastante (2)	Mucho (3)
7. ¿Siente que le falta información clara sobre lo que va a ocurrir?				

Interpretación para el equipo psicosocial:

- **0-7 puntos:** Ansiedad leve o normal ante un proceso quirúrgico.
- **8-14 puntos:** Ansiedad moderada. Se recomienda refuerzo informativo y apoyo por iguales.
- **15-21 puntos:** Ansiedad elevada. Requiere intervención prioritaria del profesional de psicología.