

(Artículo Original)

Autocuidado y educación para la salud en adolescentes desde la perspectiva de Enfermería

ALEXIS GIL LANZ¹, RICARDO IZQUIERDO MEDINA², RAÚL JORGE MIRANDA³

¹Licenciado en Enfermería, Máster en Enfermedades Infecciosas, Profesor Auxiliar, Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM).

²Licenciado Enfermería, Doctor en Ciencias Pedagógicas, Profesor Titular, Investigador Auxiliar. Facultad de Ciencias Médicas 10 de octubre.

³Doctor en Medicina, especialista de primer grado en MGI, Máster en Psiquiatría Social. Profesor Auxiliar. Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM).

RESUMEN

Objetivo: Identificar los referentes teóricos que sustentan el proceso autocuidado en los adolescentes desde la Atención Primaria de Salud.

Métodos: Se realizó una investigación bajo la concepción dialéctica materialista, se utilizó la sistematización, el estudio histórico lógico y el análisis documental de la literatura científica en libros de textos, artículos de revistas científicas relacionadas con el autocuidado.

Resultados: Se evidencia la importancia del conocimiento de los referentes teóricos relacionados con el autocuidado en los adolescentes que su conocimiento por parte del personal de Enfermería en la Atención Primaria de Salud permite que estos profesionales puedan planificar acciones de educación para la salud sobre bases científicas dirigidas al mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades.

Palabras clave: autocuidado en adolescentes; acciones de enfermería educativas; Teoría del autocuidado de Dorothea E. Orem.

ABSTRACT

Objective: to identify the theoretical reference that sustains the process of self-care in adolescents from a Primary Health Care perspective.

Methods: An investigation was carried out under the dialectical materialist conception using a systemization, a logical historic study and documentary analysis of scientific literature in text books and scientific articles related to self-care.

Results: It is evident from the theoretical references addressed the importance of health education actions related to self-care in adolescents carried out by the nursing staff in Primary Health Care that contributes to its improvement. The theoretical references present will allow supporting planned, programmed actions, structured by the nursing staff that is adjusted to the needs of adolescents.

Keywords: adolescents' self-care, health care by Nurses, Theory of self-care by Dorothea E. Orem

INTRODUCCIÓN

Los adolescentes en esta etapa de vida, se requieren de acciones educativas para la salud a brindar por el profesional de la Enfermería desde la Atención Primaria de Salud (APS), estas resultan un baluarte para el logro en ellos del mejoramiento de su autocuidado, donde se insertan y vinculan la familia, profesores y otros actores sociales comunitarios que de forma directa o indirecta influyen para que sean capaces de concientizar la importancia que reviste cuidar su propia salud.

Los autores resaltan que toda actuación de enfermería con basamento científico, organizado, con prioridades

de intervención y dirigidos a eliminar o mitigar los problemas o riesgos para la salud de individuos, familias y comunidades, responden al Proceso de Atención de Enfermería (PAE) como método científico en cada una de sus etapas.¹ y lo que se define en cada una de ellas para lograr una actuación de Enfermería que permita mitigar o eliminar los problemas de salud identificados en pacientes, familias o comunidades.

Se evidencia desde los referentes teóricos abordados la importancia de las acciones de educación para la salud relacionadas con el autocuidado en los adolescentes, llevadas a cabo por el personal de enfermería en la Atención Primaria de Salud que contribuya al mejoramiento de este.

Las diferentes actividades que se realizan como acciones de salud, se vinculan a la Atención Primaria de Salud (APS) de forma permanente, sistemática, progresiva y dinámica. 2. La APS en Cuba tiene importantes funciones, existe la voluntad política de implementar acciones que en equipo de salud deben darle salida en los programas dirigidos y controlados por el Ministerio de Salud Pública (MINSAP).

Los profesionales de la Enfermería que se desempeñan en la APS en Cuba, dentro de sus funciones prioritarias se encuentran las funciones de promoción y prevención de enfermedades en los diferentes sectores de la población para lograr mejoras del autocuidado de la salud, sobre la base de conocimientos sólidos que les permitan asumir de forma responsable las acciones y comportamientos en la vida que no pongan en riesgo la salud. 3, 4

El autor pudo constatar mediante la revisión de estudios realizados en cuatro países de América Latina (México, Nicaragua, Venezuela y Chile)⁵ que existe un déficit del autocuidado de la salud en los adolescentes que son la causa del 60% de las enfermedades diagnosticadas en ellos y que pueden prevenirse mediante acciones educativas llevadas a cabo por trabajadores de los sectores de la salud y la educación. En Cuba según estudios estadísticos actuales demuestran una incidencia cada vez mayor de adolescentes diagnosticados con enfermedades traumáticas, infecciosas que provocan en muchos de ellos discapacidades o complicaciones a corto, mediano o largo plazo, con un alto costo para la salud de ellos y la economía del país, lo que constituye una problemática en el orden social y para la salud pública de ahí la importancia que reviste la identificación de los riesgos asumidos por los adolescentes para llevar a cabo intervenciones educativas.⁴⁻⁵

MATERIALES Y MÉTODOS

Bajo la concepción dialéctica materialista, se asumen los paradigmas cualitativos de la ciencia. El método histórico-lógico: permitió conocer los antecedentes y evolución del autocuidado y las acciones educativas realizadas desde la APS. La investigación se clasifica como un estudio descriptivo. Donde se revisaron procedimientos en el orden empírico como la encuesta y guía de observación realizada en el terreno a los profesionales de Enfermería durante su desempeño.

RESULTADOS

En Cuba la Educación para la Salud transita por diferentes períodos. En el año 1947 es fundado el Servicio de Educación y Divulgación Sanitaria (SEDS), y en 1948 se creó el Negociado de Educación y Divulgación Sanitaria (NEDS). Con el triunfo de la revolución en 1959, se prioriza el bienestar del hombre, como un factor esencial y fundamental para la atención de la salud, se abre así una

nueva época de transformaciones y cambios radicales que posibilita la instauración de un sistema único de salud.⁶

La definición empleada por la OMS a la educación para la salud es: "un conjunto de actividades de información y educación que estimulan a las personas a querer disfrutar de buena salud, saber cómo alcanzar dicho objetivo hacer todo lo posible, individual y colectiva, para conservar la salud y recurrir a una ayuda en caso necesario", plantea además que "la educación para la salud es un campo especial de las ciencias médicas y de la salud pública, cuyo objetivo es la transmisión de conocimientos y el desarrollo de conductas encaminadas a la conservación de la salud del individuo, colectivo y sociedad".⁶⁻⁷

Las acciones colaborativas de Enfermería favorecen estilos de vida saludables de las personas y permite capacitarlos para conseguir los objetivos previstos. Desde esta perspectiva, la enfermería comunitaria se inserta en el cuidado al individuo, la familia y la comunidad. ⁷⁻⁸

Los Profesionales de Enfermería en la APS, para poder realizar una eficaz intervención comunitaria a los adolescentes u otros grupos poblacionales, deben ser capaces de responder a las necesidades humanas y a los requerimientos y demandas en materia de salud. En este sentido, deben estimular el desarrollo de las competencias comunicativas y la transformación de estilos de vida negativos hacia conductas generadoras de salud, fomentar la responsabilidad de los adolescentes en aspectos de su propia salud y del entorno social donde se relacionan. ⁹⁻¹⁰

Los profesionales de Enfermería asumen la teórica Dorothea Orem (1914-2007) ya que propone una teoría general que se relaciona con el autocuidado, considerado un valor que compete tanto al ámbito personal como el social; el autocuidado es inherente a cada ser humano y el fortalecimiento de este contribuye a la formación de otros valores como la ayuda, enseñanza, servicio y otros como autopercepción y autoestima. Plantea que el cuidado objeto de estudio de la enfermería, es una actividad cotidiana de la vida y se practica continuamente por todos en distintas formas del autocuidado.^{11,12}

Al realizar el análisis de los fundamentos expuestos por Orem en su teoría, revela que contribuye a fortalecer el autocuidado y otros valores en los adolescentes, además potencia el desempeño de los profesionales de enfermería en su accionar como educadores al llevar a cabo la promoción y prevención de salud.¹²

La teoría del déficit de autocuidado considerada una teoría general emitida por Dorothea E. Orem aborda en sus tres sub teorías la forma en que los profesionales de Enfermería pueden ayudar desde su desempeño a las personas a realizar acciones que les permitan mantener el autocuidado y asumir conductas responsables dirigidas al bienestar y la salud:

- Teoría de autocuidado, muestra aquello que las personas necesitan saber, qué se requiere y qué deben estar haciendo o haber hecho por ellos mismo, para regular su propio funcionamiento y desarrollo.

•La teoría del déficit de autocuidado, postula el propósito o enfoque del proceso de diagnóstico, la demanda, las capacidades y limitaciones del cuidado del individuo puede ser calculada a fin de proporcionar el cuidado, de acuerdo con la demanda establecida y determinada, por lo tanto, la relación entre la demanda y la capacidad puede ser identificada claramente.

•La teoría de los sistemas de Enfermería, proporciona el contexto dentro del cual el Profesional de Enfermería se relaciona con el individuo, lo diagnostica, prescribe, diseña y ejecuta el cuidado, basado en el diagnóstico del déficit de autocuidado.

El modelo de atención de Enfermería propuesto por la Teórica Dorothea E. Orem, centrado en el autocuidado, permite afrontar en el adolescente sus necesidades y proporcionarle los conocimientos y acciones necesarias para hacerlo partícipe de su propio cuidado y responsable de su conducta.^{14,13}

De esta manera se contribuye a una vida sana, al auto mantenimiento de la salud y bienestar personal, ya que como personas en proceso de maduración, requieren aprender sobre el cuidado de sí mismo y estos requerimientos pueden cambiar o modificar en el tiempo, sus propias demanda de autocuidado. Los autores asumen a Dorothea E. Oremya que contempla el concepto de auto como: "La totalidad de un individuo que incluye necesidades físicas, psicológicas y espirituales" y el concepto cuidado como: "La totalidad de actividades que un individuo inicia para mantener la vida y desarrollarse de una forma que sea normal para él". Por lo que autocuidado es la práctica de actividades que los individuos inician y realizan en su propio beneficio para el mantenimiento de la vida, la salud y el bienestar. ^{12, 13}

La Teoría de Dorothea E. Orem articula un campo de conocimientos que guían las acciones de Enfermería, satisface las demandas y promoción del ejercicio de autocuidado entre otras. Una persona para cuidar de sí misma es capaz de realizar las siguientes actividades: Apoyar los procesos vitales y del funcionamiento normal, mantener el crecimiento, maduración y desarrollo normal, prevenir o controlar los procesos de enfermedad o lesión, prevenir incapacidad (o su compensación) y promover el bienestar mediante la transmisión de conocimientos, que en este caso, les permitan a los adolescentes asumir acciones responsables de autocuidado. (12, 13)

El autocuidado se inicia de forma voluntaria e intencional por los individuos. Es un fenómeno activo que requiere que las personas sean capaces de usar la razón de comprender su estado de salud y sus conocimientos en la toma de decisiones para elegir un curso de acción apropiado.

El autocuidado está influenciado por factores básicos condicionantes, son factores internos y externos, que pueden afectar al individuo en sus capacidades para, ocuparse de sí mismo o verse afectado en el tipo o cantidad del autocuidado, estas son: edad, sexo, estado de desarrollo, estado de salud, orientación sociocultural, factores del sistema de cuidados de salud; por ejemplo el diagnóstico médico, las modalidades de tratamiento, factores del sistema familiar y el patrón de vida, hay otros que incluyen las actividades que se ocupa regularmente: factores ambientales, su disponibilidad y adecuación de los recursos. ^{13,14}

El autocuidado deficiente en los adolescentes es común en nuestro medio, el objetivo de la enfermería radica en: "Ayudar al individuo a llevar a cabo y mantener por sí mismo acciones de autocuidado para conservar la salud y la vida, recuperarse de la enfermedad y/o afrontar las consecuencias de dicha enfermedad". Además, el personal de enfermería para lograrlo puede utilizar cinco métodos de ayuda: actuar en compensar el déficit, guiar, enseñar, apoyar y proporcionar un entorno para el desarrollo. ¹⁵

DISCUSIÓN

Al realizar un análisis de los autores referenciados se puede evidenciar que las regularidades identificadas que la educación para la salud que se le brinde a los adolescentes contribuye al mejoramiento del autocuidado en los adolescentes lo que permite mantener la calidad de vida de ellos.

Los profesionales de Enfermería a través de las acciones dependientes, independientes, colaborativas potencian la educación para la salud y fortalecen el trabajo educativo de los profesionales del sector con los adolescentes.

Los referentes teóricos estudiados por los autores demuestran que desde la perspectiva de Enfermería se contribuye desde el desempeño de los profesionales a mejorar el autocuidado a través de la educación para la salud como actividad priorizada.

CONCLUSIONES

Se identificaron los referentes teóricos que sustentan el proceso de autocuidado en los adolescentes desde la Atención Primaria de Salud. Se resalta la importancia de las acciones realizadas por el personal de Enfermería desde la APS en materia de promoción de salud y prevención de enfermedades para contribuir al bienestar físico, psicológico y social de los adolescentes, familia y comunidad. Se resaltan los principales referentes teóricos que se utilizan para el desempeño de los profesionales en la APS.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fortín D. *La familia como centro promotor de valores en los adolescentes. Conferencia. Congreso de Psicología .Guadalajara. México. 2018.*
2. León C. Bello ,et al. *Fundamentos de Enfermería: Editorial Ciencias Médicas. p. 32-64. La Habana. Cuba. 2016.*
3. Ramírez C. *Aplicación taxonómica: NANDA, NIC y NOC en los planes de cuidados de enfermería. Modelos de cuidados en enfermería. NANDA, NIC, NOC.: McGRAW-HILL; p. 87-115. México. 2019.*
4. Johnson M, et al: *Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones NANDA, NIC y NOC. Madrid. Harcourt-Mosby 2017.*
5. Elster A. *Guía para actividades preventivas en el adolescente (GAPA): Editorial Díaz de Santos, tercera edición. S.A; Madrid. España. 2017.*
6. Colectivo de autores. *Panel. La educación para la salud a través del proceso docente educativo. Trabajo presentado en el Congreso Internacional Pedagogía 95´. La Habana, 1995.*
7. OMS/OPS. *Modelos y teorías de comunicación en salud. Promoción de salud. Reproducción de documentos, Serie # 19, 2016.*
8. Navarro P Y. *Modelo de Dorothea Orem aplicado a un grupo comunitario a través del proceso de enfermería. Enfermería Global; (19): 15. 2018 Disponible: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412010000200004&lng=es.*
9. Román M, et al. *Las taxonomías enfermeras NANDA, NOC y NIC en la práctica asistencial hospitalaria. Enfermería Clínica [serie en Internet]. 2005 [citado 18 oct 2018]; 15(3): [aprox 4 p.]. Disponible en: <http://www.ics-aragon.com/cursos/iacs/102/lectura-recomendada-0-1.pdf>*
10. Moorhead S, et al. *Clasificación de Resultados de Enfermería (NOC). 4ta ed. España: Elsevier; 2019.*
11. Berbiglia, V. A. *Orem's self-care deficit theory in nursing practice. Nursing theory: Utilization & application (pp. 129-152). St. Louis: Mosby. 2017*
12. Berbiglia, V. A. *Orem's self-care deficit theory in nursing practice, Nursing theory: Utilization & application (2nd ed. pp. 239-266). St. Louis: Mosby. 2017.*
13. Herman TH. *American Psychological Association: NANDA Internacional. Diagnósticos Enfermeros. Definiciones y clasificaciones, Barcelona: Elsevier. 2015-201: España; 2018.*
14. Bernal M. *Intervención comunitaria dirigida a los adolescentes consumidores de sustancias ilícitas de la Escuela Secundaria Básica: "Mártires de Humboldt 7" (Tesis en opción al grado científico de Máster en Ciencias) .La Habana. Cuba. 2018.*
15. Naranjo Y. *Estrategia de autocuidado en el adulto mayor con Úlcera Neuropática en la comunidad. Tesis en opción al grado científico de Doctor en ciencias de Enfermería. UCM-H. La Habana. Cuba. 2016.*

Dirección para la correspondencia: Alexis Gil Lanz

Correo electrónico: alexisgil@infomed.sld.cu