



Calero S, Ángel, Rojas R. Silvia, Trejos R, Kattia (2003) Promoción de estilos de vida saludables en la población de adolescentes de la comunidad del Carmen Central de Puntarenas. Informe Final de la Práctica Dirigida de Graduación para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería. Universidad de Costa Rica

Introducción. Desde 1991 la Clínica San Rafael de Puntarenas inicia labores con el Programa de Atención Integral al Adolescente (PAIA), posteriormente y por interés de los beneficiados y obedeciendo propuestas del nivel regional se conformó un grupo que respondía al “Proyecto preventivo, educativo y recreativo para adolescentes” y cuyo objetivo general era brindar capacitación permanente a dicha población y padres de familia para una mejor interacción en su medio. Con esta tarea se han abierto espacios de coordinación interinstitucional y de participación social donde los actores han emprendido una actitud protagónica y con esto Según el informe del ASIS 2002, el grupo de adolescentes de la Clínica San Rafael tiene varios objetivos a cumplir, entre ellos se destacan el de promover y desarrollar en los y las adolescentes conocimientos, actitudes y prácticas adecuadas, a través de acciones de información, comunicación y educación para fortalecer los estilos de vida saludables; brindar cuidados directos mediante consultas de atención integral, con el fin de disminuir la morbi-mortalidad; brindar atención social al adolescente y su familia en forma oportuna, pertinente, continúa y humana.

Objetivos Desarrollar un programa de promoción de factores protectores, que promuevan estilos de vida saludables en la población adolescente de la Clínica San Rafael de Provincia de Puntarenas, de edades comprendidas entre 12 y 19 años, durante el mes Febrero del 2003.

Metodología, Se utiliza metodología cualitativa, en la modalidad investigación-acción participativa, la cual pretende que la población estudiada participe durante el proceso de la misma, o sea que los y las adolescentes no sean solo el objeto del cuestionamiento sino que sean participantes directos del proceso. Es una relación cercana que se establecerá entre los investigadores, quienes observan, planifican y actúan en las diferentes perspectivas propuestas con la colaboración de la población y elementos de la metodología cuantitativa para la recolección de datos.

Resultados. El programa se implementó con la convocatoria de un grupo de 22 adolescentes de la Clínica San Rafael de Puntarenas, del programa de Atención Integral del y la Adolescente. Se utilizó la metodología participativa en un Convivio, para dar a conocer e inducir en la población temas como Proyecto de vida, autoestima y comunicación asertiva. Logrando la introspección de verbalizaciones positivas para constituir un mejor estilo de vida en los mismos. La población adolescente de la Clínica San Rafael de Puntarenas presenta factores de riesgo, tales como: disfuncionalidad familiar, baja autoestima, inseguridad en su participación activa para forjar su proyecto de vida.

Conclusiones Los y las adolescentes demostraron en sus opiniones que aprendieron nuevas habilidades para la vida, después del Convivio y de pasar un proceso de reflexión grupal.

Descriptor: Adolescencia, Proyecto de vida, Estilos de vida, Comunicación asertiva, Autoestima, Investigación acción-participativa, Convivio.