

Álvarez Q. Irene, Lara E. Ángela, Navarro M. Monserrat (2005) Programa de Enfermería para promover estilos de vida saludable en los y las trabajadoras del Núcleo de Procesos Artesanales del Instituto Nacional de Aprendizaje, sede Hatillo, durante el primer semestre del 2005. Práctica Dirigida para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería.

Introducción. El objetivo de esta práctica es promover estilos de vida saludable en un grupo de trabajadores y trabajadoras del Instituto Nacional de Aprendizaje; con el fin de disminuir el riesgo de enfermedad y promover la salud; ya que es importante que cada individuo se convierta en el actor protagónico de su propia salud, asumiendo el deber y derecho de participar en pro de una mejor calidad de vida.

Objetivos Desarrollar un programa de enfermería para promover estilos de vida saludable en los y las trabajadoras del Núcleo de Procesos Artesanales del Instituto Nacional de Aprendizaje, sede Hatillo, durante el primer semestre del 2005.

Metodología, La presente investigación corresponde a una modalidad de práctica dirigida, ya que uno de sus propósitos es la aplicación de conocimiento teórico por parte de las estudiantes, en un ambiente laboral determinado. La población fue de veinte personas participantes Para la obtención y recolección de la información se utilizaron los instrumentos y técnicas como la observación no participante, la hoja de cotejo, el cuestionario y el historial de enfermería.

Resultados: Se realizó la descripción del ambiente laboral de los y las trabajadoras, el 65% de los y las participantes en este estudio opinaron que es bonito, el 45% lo señalan como acogedor. En relación a la definición de estilos de vida saludable el 55% de los y las participantes lo señaló como “características y condiciones saludables”; el 20% expresó que es “rumbo, camino, régimen, acción, pensamiento y o forma de vida”; solamente un 10% afirmó que significa “vivir en un equilibrio integral”. Se desarrolló el programa de enfermería para la promoción de estilos de vida saludable que incluyó cinco unidades, cada una con temáticas y objetivos definidos de acuerdo con las necesidades evidenciadas en el estudio. Dichas unidades se estructuraron de la siguiente forma: “Luchando contra el estrés”, “Hablemos de salud”, “A movernos!!!”, “¿Qué comemos?” y “Y nosotros (as) que!?”.

Conclusiones : La evolución del término salud hacia un proceso ligado a la enfermedad y definido como una construcción social, trae como consecuencia que las poblaciones actuales deban integrarse de forma activa a la participación social, es decir, nuestra sociedad se encuentra adscrita a un quehacer colectivo el cual se fundamenta en la práctica de estilos de vida saludable que a la vez es el promotor de una mejor calidad de vida.

Descriptor: Andragogía, Autocuidado, Capacitación, Estilos-de-vida, Trabajadores.