

Baldi E. Dixie, Matarrita S. Idalmy (2005) Programa de Enfermería sobre Estilos de Vida Saludable en el Centro Femenino Institucional El Buen Pastor. Práctica dirigida para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería

**Introducción.** Es necesario reconocer la necesidad de que se brinde a las mujeres una atención integral de salud, dando énfasis en aquellas circunstancias que influyen directamente en la misma, especialmente a aquellos sectores vulnerables como lo son todas las mujeres privadas de libertad. La mujer delincuente es un ser humano que comparte con los demás las tensiones y presiones de vivir en sociedad y la necesidad universal de tener una condición social aceptable y segura, una delincuente es en primer lugar humana, en segundo lugar mujer y en tercer lugar delincuente.

**Objetivos** Desarrollar un programa de enfermería sobre estilos de vida saludable, dirigido a las mujeres privadas de libertad del Centro Femenino Institucional el Buen Pastor, durante el año 2005.

**Metodología,** Es una práctica dirigida , se realiza con una población de 20 mujeres, esta modalidad de estudio consiste en la elaboración de un diagnóstico sobre las necesidades en salud de las privadas de libertad del Centro Femenino de Atención Institucional el Buen Pastor, basado en la Consulta Integral de Enfermería que incluye la aplicación del Instrumento de Necesidades sobre Estilos de Vida Saludable, mediante una entrevista semiestructurada y la realización de una valoración física de enfermería. La investigación tiene una orientación cualitativa, aunque incluye técnicas como mediciones de peso, talla, IMC, signos vitales, entre otras, las técnicas y el análisis de los datos resumirán algunos resultados a valores numéricos.

**Resultados** Elaboración e implementación de un programa de estilos de vida saludables , Mediante la consulta de enfermería y de acuerdo al diagnóstico de necesidades sobre estilos de vida saludable, se obtuvieron los siguientes aspectos como áreas que requieren la intervención prioritaria de enfermería para la orientación y el reforzamiento de prácticas saludables:, Construcción del concepto de adultez, salud y calidad de vida., Importancia del autocuidado (Automedicación)., Alimentación saludable y Ejercicio físico., Salud sexual y reproductiva., Autoestima. A través de la Consulta se evidenció que la población en estudio, tiene un bajo nivel de escolaridad, lo que refleja la necesidad de brindar motivación e información para lograr un cambio positivo en sus estilos de vida.

**Conclusiones** Con esta investigación, se concluye que en dicha población existe un déficit de actividad física, el cual conduce a una predisposición cardiovascular y musculoesquelética para la sucesión de problemas ligados con la disminución de la resistencia corporal. Con la realización de los talleres, se logró comprobar que existe una motivación por parte de las mujeres privadas de libertad para participar en actividades de autoayuda orientadas a la búsqueda de soluciones de problemas.

**Descriptor:** Capacitación, Estilos-de-Vida, Mujeres, Sistema-penitenciario.