

IMPLEMENTACION DE LOS CUIDADOS A ADOLESCENTES COMO MEJORA PARA REDUCIR FUTUROS PROBLEMAS CARDIOVASCULARES

M^A ENCARNACION QUESADA GARCIA
M^A DE LOS ANGELES RODRIGUEZ RODRIGUEZ
ANGELA MARIA GARCIA QUESADA

II CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERIA CIUDAD DE GRANADA

"Calidad y seguridad del paciente a través del cuidado continuo personalizado"

IMPLEMENTACION DE LOS CUIDADOS A ADOLESCENTES COMO MEJORA PARA REDUCIR FUTUROS PROBLEMAS CARDIOVASCULARES

Autor principal	M ^a ENCARNACION QUESADA GARCIA
CoAutor 1	M ^a DE LOS ANGELES RODRIGUEZ RODRIGUEZ
CoAutor 2	ANGELA MARIA GARCIA QUESADA
Área Temática	CALIDAD DE CUIDADOS EN LA SEGURIDAD DEL PACIENTE EN EL ÁMBITO DE ATENCIÓN PRIMARIA
Palabras clave	Ejercicio físico adolescencia hábitos de salud obesidad

» Resumen

En la actualidad, el 70% de nuestros adolescentes en la franja de edad de 13 a 15 años, no realiza ejercicio físico en su tiempo libre. Esto hace que la mayoría presenten un exceso de peso además de observar que la ingesta de alimentos es superior a la recomendada. Los adolescentes ocupan gran parte de su tiempo libre viendo televisión y jugando a las consolas y en el ordenador, en detrimento del deporte y la actividad física. Es por ello que desde el programa de Forma Joven al cual pertenezco, podemos actuar como vehículo para dar a conocer la importancia y la necesidad de la modificación de hábitos de vida en los adolescentes para una prevención de enfermedades, reducir el sobrepeso y el colesterol, inculcándoles la actividad física como un hábito diario en su vida.

» Contexto de partida. Antecedentes. Experiencias previas. ¿Dónde se realizó el trabajo? ¿En qué tipo de organización o departamento? ¿Cómo surge? ¿Hay experiencias previas en el área desarrollada?

Desde 1995 en Andalucía y siguiendo las recomendaciones de las organizaciones internacionales (OMS Europa, unión europea) y nacionales (Sociedades de Epidemiología y Salud Pública) que remarcaban la necesidad de atender los problemas de salud que de forma prevalente se daban en la adolescencia y juventud, desde entonces, la dirección General de Salud Pública y Participación ha realizado un seguimiento de dicha situación. Actualmente como otra línea de intervención surge el Plan Integral de Obesidad Infantil en Andalucía, si partimos de que teniendo niños sanos conseguiremos adolescentes sanos. La adolescencia es una etapa decisiva en el desarrollo humano por los numerosos cambios fisiológicos y psicológicos que en ella ocurren, los cuales condicionan tanto las necesidades nutricionales como los hábitos de alimentación, actividad física y comportamiento.

El estudio se realiza en los IES Angel Ganivet y Padre Suarez de Granada, con los alumnos pertenecientes a la ESO. Es llevado a cabo por las enfermeras referentes del Programa Forma Joven del centro de salud Fortuny-Velutti.

» Descripción del problema. ¿Sobre qué necesidades o problemáticas del contexto pretendía actuar el proyecto? ¿Cómo se analizaron las causas de esos problemas? ¿Qué tipo de intervención se realizó? ¿Cómo se cuantificó el problema?

Es necesario conocer la práctica físico-deportiva en los escolares adolescentes como punto de partida en la promoción de estilos de vida saludables. La evolución del tipo y la cantidad de actividad físico-deportiva de los adolescentes actuales es fundamental para iniciar hábitos saludables a través de una Educación Física para la salud. Tenemos que hacer una valoración del estado nutricional y de sus hábitos alimentarios. Es importante identificar factores relacionados con los niveles de actividad física en los jóvenes, para poder así desarrollar una promoción de salud más eficiente.

Examinar la asociación de la participación en la actividad física deportiva durante el tiempo de ocio, los comportamientos sedentarios y la aptitud muscular-cardiorrespiratoria y el peso, con el desempeño cognitivo en adolescentes. La participación en la actividad deportiva durante el tiempo libre puede influir positivamente en el rendimiento cognitivo en adolescentes.

Es en la adolescencia donde se van a consolidar determinados estilos de vida, y es por ello que queremos investigar cuáles son los factores que determinan esos determinados estilos, e intervenir en el entorno para reducir los factores que los dificulten y aumentar los que lo favorecen. La realización de este estudio servirá para conocer la práctica de actividad física existente en nuestra población de escolares de secundaria.

Se hará un estudio transversal descriptivo con técnicas cualitativas.

-Muestra utilizada: alumnos pertenecientes a la ESO (que se encuentren entre 1º y 4º), siendo la muestra aleatoria estratificada.

-Se realizará un seguimiento de dicha muestra en los meses que dure el proyecto.

-Herramientas a utilizar: Entrevistas semiestructuradas: cuya duración oscilará entre 15-20' o hasta llegar a la saturación de la información. Las preguntas serán abiertas y orientadas hacia el objetivo del estudio y discusiones grupales (grupos focales).

» Soluciones aportadas / Viabilidad / Aplicabilidad. Coste-Beneficio. ¿Cuáles fueron los efectos y cómo se midieron? ¿Hasta qué punto las soluciones aportadas resolvieron el problema?

El proyecto es viable debido a que su desarrollo, material y método está presente en la población sobre la que se va a desarrollar el mismo. El coste en el desarrollo no es muy elevado en cuanto a los beneficios que a priori creemos vamos a obtener, y son extrapolables al número y tipo de franja poblacional.

» Barreras detectadas durante el desarrollo.

Durante el desarrollo de los grupos focales, la utilización de la grabadora hace a veces que se distraiga la atención de los participantes.

» Oportunidad de participación del paciente y familia.

En el estudio de investigación la participación de los adolescentes es fundamental. Son el centro del estudio, tanto de forma activa como de forma observacional. La participación de la familia se valorará en función de la triangulación de las conclusiones que se detecten en el

estudio.

» **Propuestas de líneas de investigación.**

Van enmarcadas dentro del proceso de riesgo cardiovascular. Sobre todo dentro de la personalización en los cuidados que se pueden prestar a esta población de riesgo a la hora de provocar cambios en los hábitos de vida. Esto hace evidente, la importancia del Programa Forma Joven en los adolescentes.