

Proyecto cuidado en salud desde la interdisciplinariedad, como un verdadero gesto de amor

Itzayana Astaiza Ramos

Profesora de Nutrición y Dietética
Universidad Mariana

Fanny Patricia Benavides Acosta

Profesora de Enfermería
Universidad Mariana

Luz Dari Hernández Tapia

July Carolain Ojeda Insuasty

Profesoras de Tecnología en Regencia de Farmacia
Universidad Mariana

Soraida Martínez Guzmán

Magola Martínez Rivas

Profesoras de Técnico Laboral en Auxiliar en Enfermería
Universidad Mariana

Según cifras emitidas por la Organización Mundial de la salud (OMS, 2023), las enfermedades no transmisibles (ENT) matan a 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 74 % de todas las muertes en el mundo. Entre los factores que incrementan el riesgo de fallecer por una ENT se encuentra el consumo de tabaco, la inactividad física, el consumo nocivo del alcohol, una alimentación poco saludable y la contaminación atmosférica. Por lo anterior, se entiende que las ENT tienen un origen complejo y multifactorial en el que interactúan diversos determinantes sociales, económicos, ambientales y conductuales.

La educación en salud es una herramienta fundamental para la prevención y el control de las ENT. Empoderar a las personas con conocimiento y habilidades para tomar decisiones saludables puede tener un impacto significativo en la reducción de la morbilidad y la mortalidad por estas enfermedades; por ello, en agosto de 2023 se da inicio al proyecto de extensión y responsabilidad social de la Facultad de Ciencias de la Salud, en convenio con la Fundación Esperanza de Vida de Pasto, titulado “Cuidado en salud desde la interdisciplinariedad, como un verdadero gesto de amor”, donde se unen los programas de Nutrición y Dietética, Enfermería, Técnico Laboral en Auxiliar en Enfermería y Tecnología en Regencia de Farmacia, con la finalidad de contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida de los pacientes oncológicos, crónicos y los cuidadores de la Fundación Esperanza de Vida mediante el cuidado y actividades educativas de prevención de la enfermedad y mantenimiento de la salud.

Figura 1

Signo distintivo del proyecto de extensión y responsabilidad social



Entre las acciones adelantadas en el marco del proyecto, se recalca la caracterización de la población a nivel sociodemográfico y de salud, encontrando los siguientes resultados:

La edad de la población que asiste a la Fundación Esperanza de Vida corresponde, en un 37 %, a personas menores de 30 años, seguido por un 28 % que se encuentra entre los 40 y los 50 años en adelante. El género que predomina es el femenino, con un 67,6 %. La población tiene un nivel de escolaridad primaria, en un 45 %; su estado civil es soltero(a), con un 41,7 %. En cuanto a las condiciones de salud, se observó que el 14,8 % sufre de enfermedad renal, un 13 % de enfermedades cardiovasculares, un 9 % de cáncer y, un 8 % de diabetes. En la información sobre medicamentos se notó que, un 37 % se automedica algunas veces; un 19,4 % son pacientes polimedicados y, un 89,3 % se olvida de tomar los medicamentos. En cuanto a los cuidados paliativos, el 56,5 % desconoce qué son; el 62 % identifica el dolor a través de manifestaciones no verbales y, un 62,9 % realiza las actividades de la vida diaria con poca y moderada facilidad. Por otro lado, un 16,7 % de los pacientes manifiesta que fue confusa e incomprensible la información brindada desde el sector salud sobre las indicaciones referentes a su alimentación. Finalmente, un 28,6 % de los cuidadores manifiestan que se sienten angustiados y con incertidumbre al momento de brindar los cuidados a sus familiares enfermos.

Esta primera actividad fue fundamental para obtener información valiosa que permitió comprender a fondo el contexto y las necesidades específicas de la población. Gracias a este conocimiento, se logró desarrollar estrategias educativas personalizadas y relevantes que respondan de manera efectiva a dichas necesidades. Algunas de las temáticas abordadas fueron:

- **Automedicación:** como una práctica común y peligrosa que puede tener graves consecuencias para la salud. Se educó a las personas sobre los riesgos de la automedicación y la promoción en el uso racional de los medicamentos.
- **Polifarmacia:** el consumo de múltiples medicamentos al mismo tiempo es un problema frecuente en pacientes con ENT. Se educó a los pacientes y cuidadores sobre los riesgos y la importancia de seguir las indicaciones médicas.
- **Higiene personal:** fundamental para prevenir la transmisión de enfermedades infecciosas y reducir el riesgo de desarrollar ENT.

- **Cuidado de la salud mental:** las ENT a menudo están asociadas con problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad. En este sentido, se educó a las personas sobre la importancia del cuidado de la salud mental y cómo buscar ayuda cuando la necesiten.
- **Alimentación saludable:** una dieta saludable es esencial para prevenir y controlar las ENT. Por ello, se educó sobre los principios de una dieta saludable y, la elección de alimentos nutritivos a bajo costo para una alimentación sostenible.
- **Actividad física:** es fundamental para prevenir y controlar las ENT. La educación en este tema se dirigió hacia los beneficios de la actividad física y cómo incorporarla en la rutina diaria.
- **Cuidados paliativos:** son un enfoque de atención que mejora la calidad de vida de los pacientes y sus familias, que enfrentan enfermedades crónicas.

Como resultado, se obtuvo un total de 37 sesiones educativas, con la participación de 354 personas. Para las sesiones se tuvo en cuenta metodologías dinámicas e inclusivas que facilitan la comprensión y aplicación de los conocimientos en la vida diaria. Al terminar cada una de ellas, se aplicó una encuesta de satisfacción para conocer la percepción de la población, con la finalidad de efectuar modificaciones en las sesiones futuras; se obtuvo que, el 96 % de la población expresó estar entre satisfecho y muy satisfecho con las actividades ofrecidas por los programas; este resultado demostró que las actividades planeadas desde las necesidades identificadas generaron una excelente acogida por la población.

Adicionalmente, el trabajo interdisciplinar logró el desarrollo de una estructura de protocolo que será publicado y entregado a la Fundación Esperanza de Vida, para que sirva como una orientación desde profesionales de las diferentes áreas de la salud, dirigida a los pacientes, cuidadores y voluntarias de la fundación en temáticas de cuidado en salud. De igual forma, se participó en eventos científicos; el primero de ellos, el 'V Simposio de cuidados paliativos (cuidar con amor en el hogar)', así como, el XIV Congreso de desafíos y perspectivas nacionales e internacionales del servicio farmacéutico, con la ponencia 'Los medicamentos se dan con amor y dosis de exactitud en cuidados paliativos' y, el intercambio de experiencias a nivel internacional con la Universidad San Luis Potosí de México y la Universidad Norbert Wiener de Perú a través de moviidades docentes.

Luego de emprender todas las acciones propuestas en el proyecto se reafirma que, en el panorama actual de la salud pública, las ENT se rigen como un desafío de gran magnitud que cobra la vida de millones de personas cada año y, frente a esta realidad, la educación en salud emerge como una herramienta indispensable para empoderar a las personas, promover el autocuidado y prevenir la aparición de estas enfermedades, puesto que no solo brinda información valiosa sobre temas relacionados con la salud y el bienestar, sino que también brinda herramientas para el desarrollo de habilidades y actitudes que permiten a las personas tomar decisiones informadas y responsables sobre su salud y las de su hogar, contribuyendo significativamente a la prevención de las ENT y a la construcción de una sociedad más saludable.

Referencias

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2023). Enfermedades no transmisibles. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>