ÁREA DE SALUD VII MURCIA ESTE
HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARIO REINA SOFÍA
II Congreso de la Sociedad Murciana de Medicina Preventiva y Salud Pública
<<Con Salud Pública, más Salud>>
Sociedad Murciana de Medicina Preventiva y Salud Pública

ID-P012 EL ARBOL DE LOS LOGROS. UNA DINÁMICA NOVEDOSA PARA LA ADQUISICIÓN DE HABITOS DE VIDA SALUDABLES

Trujillo Mañús, Begoña. Consultorio de El Raal. Equipo de Atención Primaria de Alquerías.

INTRODUCCION

La Estrategia de Promoción y Prevención en materia de salud en el SNS propone el desarrollo progresivo de intervenciones dirigidas a ganar salud y a prevenir las enfermedades. La consulta de Enfermería de Atención Primaria (AP) ya sea a demanda, programada o en su domicilio, se convierte en el escenario idóneo donde identificar los principales problemas de salud y abordarlos en su base con programas y actividades de EPS.

Se hace necesario plantear un cambio en la metodología desarrollada hasta el momento en dichas consultas, desarrollando Intervenciones Enfermeras (NIC) y actividades dinámicas y motivadoras adaptadas a cada persona, más allá de la información verbal sobre el problema y la entrega de documentos con recomendaciones.

OBJETIVO

Describir la metodología de implementación de una dinámica novedosa de EPS en una consulta de enfermería de AP dirigida a personas con enfermedades crónicas mal controladas.

MATERIAL Y METODO

Estudio descriptivo cualitativo sobre la implementación de una dinámica de EPS en la consulta de Enfermería de AP.

- Periodos de desarrollo: febrero de 2022 hasta la actualidad.
- Participantes: hasta la fecha han participado 18 usuarios, con enfermedades crónicas mal controladas.
- Captación para la Intervención: el usuario se cita a demanda, el médico lo deriva a mi consulta.

En cada cita valoramos avances; verbalizaron sus cambios de hábitos y repercusiones en salud; se celebraron sus logros y analizamos dificultades, planeando juntos los siguientes pasos.

En la pared de la consulta se colocó un tronco de árbol dibujado sobre papel. En las ramas se pusieron recortes de manos con su nombre de pila, en las que escribimos los ‘logros conseguidos’ (NIC 4420 Acuerdo con el paciente, NIC 4430 Terapia de Juegos, NIC 4920 Escucha activa, NIC 5240 Apoyo emocional, NIC 5520 Facilitar el aprendizaje).

RESULTADOS

Los cambios de hábitos y adquisición de los mismos han sido notorios. Visualizar las manos de otros usuarios (anónimos) en las que pueden leer los logros de otros ‘iguales’ les resulta motivador y alentador.

CONCLUSIONES

La enfermera comunitaria es el profesional de la salud indicado para motivar y acompañar en el camino para lograr una vida más sana, prevenir enfermedades y mejorar su salud física y mental. Utilizando estas técnicas didácticas, motivadoras y adaptadas individualmente, se logra promover la actividad física, la alimentación saludable, el cumplimiento terapéutico o la cesación tabáquica.